

СПЕЦИФІКА ЕКОЛОГО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СПОСОБУ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.922.6

РУДОМІНО-ДУСЯТСЬКА О.В.

канд.психол.наук, доцент, провідний
наук. співробітник лабораторії екологічної
психології Інституту психології імені
Г.С.Костюка НАПН України, м. Київ

Виділені особливості еколого-психологічного підходу до дослідження способу життя особистості. Цей підхід наголошує на необхідності вивчення внутрішніх механізмів освоєння особистістю середовищних умов свого життя в спосіб, який забезпечує їй переживання єдності з дійсністю на всіх рівнях існування – біологічному, соціальному, духовному.

Ключові слова: *спосіб життя особистості, психологія життєдіяльності, самоідентичність, життєві протиріччя.*

СПЕЦИФИКА ЭКОЛОГО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОБРАЗА ЖИЗНИ ЛИЧНОСТИ

Выделены особенности эколого-психологического подхода к исследованию образа жизни личности. Этот подход подчеркивает необходимость изучения внутренних механизмов освоения личностью средовых условий своей жизни способом, который обеспечивает ей переживание единства с действительностью на всех уровнях существования – биологическом, социальном, духовном.

Ключевые слова: *образ жизни личности, психология жизнедеятельности, самоидентичность, жизненные противоречия.*

Спосіб життя виступає найчастіше об'єктом соціологічного дослідження і визначається цією наукою як форми людської (індивідуальної і групової) життєдіяльності, типові для історично конкретних соціальних відносин. В якості суб'єкта способу життя в соціології вивчаються великі соціальні спільноти, такі як соціальні класи, соціально-професійні та регіональні групи [7]. До видів життєдіяльності, які складають спосіб життя, найчастіше відносять виробничу, освітню, побутову, дозвіллеву, культурну, оздоровчу, суспільну.

Останнім часом категорія способу життя активно наповнюється психологічним змістом. Як уявляється, інтерес до дослідження психологічних закономірностей здійснення особистістю своєї життєзабезпечуючої активності пов'язаний з об'єктивною тенденцією підвищення ролі особистості в формуванні свого способу життя. У недалекому минулому спосіб життя, життєвий уклад вивчався як своєрідна спадщина, отримана від попередніх поколінь, спадщина, що регламентує активність особистості в її межах. У сучасних умовах підвищення економічної свободи та рівня добробуту великих груп людей, при базовій залежності життєдіяльності особистості від соціальних факторів, самі ці

фактори відкривають можливості для особистості виступати суб'єктом свого власного способу життя. Така суб'єктність людини проявляється в розширенні перспектив побудови індивідуальної ієрархії видів життєдіяльності (людина може усвідомлено жертвувати дозвіллям заради цікавої роботи або, навпаки, висувати дозвілля на перший план), у виборі форм здійснення того чи іншого виду життєдіяльності, більш усвідомленому використанні середовищних умов організації свого життя. Зазначена об'єктивна можливість вибудовувати індивідуально своєрідний життєвий уклад виступає вихідною передумовою для обговорення проблеми екологізації способу життя та життєдіяльності особистості.

Мета статті полягає у визначенні особливостей еколого-психологічного дослідження способу життя особистості як суб'єкта власної життєдіяльності.

Відомо, що загроза екологічної катастрофи світового масштабу поки ще не призвела до таких змін у суспільній свідомості, які стали б ефективним інструментом її подолання. Про це, зокрема, свідчить повсякденне поведінка людей, що базується на уявленнях про невичерпність природних ресурсів і здатності природи задовольняти будь-які людські забаганки. Дослідники виділяють когнітивні і мотиваційні чинники незначного впливу екологічних проблем на організацію людьми свого повсякденного життя [6]. До когнітивних чинників відносять феномен непомітності екологічних стимулів, який виявляється у тому, що погіршення екологічної ситуації найчастіше відбувається поступово. Людині важко уявити майбутні катастрофічні наслідки для навколишнього середовища безлічі буденних, незначних, руйнівних дій, що їх здійснює кожна людина. Тільки, коли екологічні стимули стають дуже помітними, стан середовища починає загрожувати задоволенню потреб людини, вона реагує на це відповідною поведінкою. Однак, найчастіше вже запізно рятувати довкілля. Наприклад, гідробіологи говорять про те, що якщо у озеро десятиріччями спускають забруднені води, то у той момент, коли навіть неспеціалісти помічають, що озеро гине, воно загинуло вже на 95%. Тоді вже надто пізно спасати його флору та фауну.

Перешкоджає формуванню дбайливого ставлення до середовища також те, що мотиви, які спонукають турбуватися про довкілля, повинні конкурувати з більш сильною актуальною мотивацією. Адже зручності від використання автомобіля, отрутохімікатів і т.д. помітні відразу, а відмова від них, як внесок у вирішення проблем захисту довкілля, може принести плоди тільки у віддаленому майбутньому. Таким чином, складна

екологічна ситуація сама по собі не є стимулюючим фактором для зміни способу життя як засобу її поліпшення.

З урахуванням викладеного, можна стверджувати, що джерела формування екологічності способу життя кореняться не стільки у зовнішньому середовищі, скільки у внутрішньому світі особистості. Ми визначаємо екологічно орієнтований спосіб життя наступним чином. Це спроектована самою особистістю організація видів її життєдіяльності, яка забезпечує їй відчуття єдності з дійсністю, переживання своєї невідчужуваності від середовища на всіх рівнях існування - біологічному, соціальному, духовному. Ми називаємо такий спосіб життя екологічно орієнтованим, оскільки, реалізуючи його, особистість усвідомлює середовище як продовження власної духовно - тілесної сутності і на цій основі розвиває і оберігає його.

Соціологічний аналіз життєдіяльності, для якого суб'єктами способу життя виступають великі соціальні спільноти, жорстко пов'язує ті чи інші аспекти буття людини з певними видами життєдіяльності, які в данному випадку виступають як певні види соціальної практики. Така пряма залежність зумовлена тим, що «суб'єкти, які утворюють відносно менші соціальні спільноти, включені до життєдіяльності більших соціальних спільнот, що виступає для них важливішою детермінантою їх власного способу життя [10, с. 92]. Відповідно до такого підходу, джерелом духовного життя особистості виступають культура та освіта (як види життєдіяльності), соціальне життя забезпечують виробнича, громадська, дозвіллева життєдіяльності, фізичне здоров'я пов'язується з організацією побутової, оздоровчої активності.

Еколого-психологічне дослідження життєдіяльності починається з констатації того факту, що будь-який її вид може бути використаний особистістю для свого всебічного розвитку. Наприклад, цілком доречно припустити, що побутова життєдіяльність може слугувати як забезпеченню гарного самопочуття і здоров'я, так і задоволенню духовних, і соціальних потреб особистості. Прибирання квартири може забезпечувати не тільки чистоту і порядок, але й бути сімейним ритуалом, експериментуванням з інноваційними технологіями, включати естетичні моменти (переставити квіти, в інший спосіб повісити картини тощо).

Можна виділити критерії для емпіричної фіксації актів «творіння» особистістю екологічності свого повсякденного життя в побуті, на відпочинку, на виробництві. Для цього врахуємо ту обставину, що в кожному виді життєдіяльності особистість може в різний спосіб освоювати середовищні умови свого жит-

тя. Це освоєння необхідно для підтримки та забезпечення повсякденного існування, задоволення фізичних, соціальних, духовних потреб, що постійно поновлюються і розвиваються. Людське життя – складна єдність біологічних, соціальних, духовних процесів, тому середовищні умови життя як природний і культурно-історичний феномен містять в собі потенційну можливість забезпечувати полимодальність, багатовимірність людського життя. Тоді від самої людини, від того як вона організує будь який вид своєї життєдіяльності залежить, що візьме вона зі свого оточення, як їм розпорядиться.

В емпіричному дослідженні можливо зафіксувати як людина використовує середовищні умови (побутові, виробничі, оздоровчі) свого життя, що змінюється в її тілесному, соціальному, духовному бутті в результаті взаємодії з цими умовами. У подібному освоєнні середовищних умов життя завжди є місце духовній складовій. Прагнення використовувати середовищні умови життя для задоволення духовних потреб надає середовищу незгасаючу цінність, міцно зрощує з ним людину. Якщо сформована духовна складова внутрішнього світу особистості, духовні потреби обов'язково знайдуть шляхи «опредмечування» в життєдіяльності. Таке «опредмечування» є найважливішим показником екологічної орієнтації способу життя особистості.

Практично важливим питанням є встановлення мотиваційних і операціональних механізмів активності особистості в організації своєї життєдіяльності. Вирішення цього питання забезпечує психологічні можливості соціального управління формуванням екологічно орієнтованого способу життя на різних рівнях соціальної структури, в групах різних масштабів і цільового призначення.

Які ж мотиваційні чинники обумовлюють прагнення людини до повноти життя і, відповідно, до формування екологічно орієнтованого способу життя? Ми висуваємо припущення про те, що формування такого способу життя залежить від розвиненої самоідентичності (самості) людини, яка змістовно характеризується як глибинне відчуття свого права просто бути в цьому світі, претендувати на любов і повагу без усяких «якщо умов». Таке відчуття закладається в дитинстві, коли дитину приймають цілісно, безумовно люблять і пред'являють вимоги до неї таким чином, що зберігається відчуття «мене люблять, я потрібен». Як зазначає А.Маслоу, самість виникає, якщо задоволені основні потреби у збереженні життя, в безпеці, в любові, в повазі. Тоді людині ні від чого не потрібно захищатися, нічого вимолювати і доводити. Вона витрачає енергію не на захист, а на справжню людську життєдіяльність - здоров'я,

любов, добрі справи, творчість» [8, с.72-89]. Ідентичність проявляється у прагненні до новизни, до змін, до розширення життєдіяльності, до її розвитку, бо в зміні і розвитку породжуються і перевіряються підстави власної стійкості і цілісності.

В якості операціонального механізму активності особистості в організації своєї життєдіяльності виступає здатність вирішувати життєві протиріччя.

Як вже відзначалося, джерела формування екологічності способу життя містяться переважно в самій особистості, для якої важливою є здатність бути суб'єктом власного життя. «Людина як суб'єкт організує та структурує своє життя, регулює його хід, обирає та здійснює обраний напрямок» [4, с. 221]. В організації особистістю свого способу життя, ієрархізації і внутрішньому наповненні видів життєдіяльності виразно проявляється ця суб'єктна активність.

В якості критерію сформованості суб'єкта життя К.О.Абульханова розглядає здатність вирішувати життєві протиріччя. Без цієї здатності особистість не стає або втрачає статус суб'єкта [1].

Які протиріччя маються на увазі? Як зауважує К.О.Абульханова – це протиріччя між соціальними умовами і наявним станом, якістю, рівнем розвитку особистості, способом її організації. Це протиріччя між здібностями, індивідуальністю, особливістю, потребами даної особистості і вимогами суспільства і життя, зверненими до неї [3]. За висловом С. Л. Рубінштейна, життя завжди являє собою проблему для суб'єкта. «В ідеї зміни способу життя, в розумінні його умов як завдань, що вимагають від людини певних рішень – ось у чому полягала новизна його підходу» [2, с. 28]. Суб'єкт життя завжди активний у рішенні життєвих протиріч, завжди відчуває проблемність життя, бо має потужний внутрішній потенціал для цього. Здатність особистості регулювати життя, організувати його як ціле, що підкорюється його цінностям, і дозволяє їй стати відносно вільною стикаючись із зовнішніми вимогами, тиском обставин [9, с.346].

Важливо зазначити, що далеко не кожна людина активно, дієво включається у процес вирішення життєвих протиріч. З цього приводу Л.І.Анциферова висловлюється таким чином: «Несприятливі життєві умови, фізичні вади можуть переживатися людиною як виклик, що вимагає мобілізації її конструктивних сил. Це ...свідчить про можливість впоратися з несприятливими особистими і соціальними обставинами, тобто активно формувати умови власного розвитку. Але ці ж несприятливі обставини інша людина може сприймати як непереборні пере-

шкоди для благополучного життя і відмовитися від протистояння їм» [5, с. 31].

Якщо ж зовнішні обставини не можливо змінити, як, наприклад, смерть близької людини чи власна тяжка хвороба, вони все ж таки долаються суб'єктом шляхом побудови такого ставлення до них, яке детермінується його суто людськими відношеннями до дійсності. На цій основі вони включаються у внутрішнє життя як ресурс і умова життєвого руху і внутрішнього розвитку, який відбувається, оскільки відкриваються нові смисли та мотиви для нової внутрішньої роботи, виходу на нові сфери зовнішньої реальності. Іншими словами, негативні зовнішні обставини не спотворюють, а збагачують психіку суб'єкта, переосмислюються ним в контексті його системи відношень до буття (етичного, пізнавального, дієво-практичного, естетичного), реалізації його життєвої програми. Завдяки цьому вони не перетворюються на джерело страждання і руйнуючих особистість хворобливих переживань.

Викладені уявлення про внутрішньо-особистісні механізми формування екологічно орієнтованого способу життя вимагають теоретичного обґрунтування і емпіричної перевірки. Проте, на нашу думку, і в тому вигляді, як вони сформульовані у цьому матеріалі, зрозуміло, що екологічні проблеми не можуть бути вирішені, якщо не вирішена проблема виховання людини, що має базове почуття гідності, любові і співчуття до себе, з яких починається любов і співчуття до навколишнього світу.

В цілому за результатами проведеного дослідження можна виділити такі особливості еколого-психологічного дослідження способу життя особистості:

Об'єктивною передумовою еколого-психологічного дослідження способу життя виступає сучасна суспільна тенденція підвищення ролі особистості у формуванні свого власного способу життя. Така тенденція має бути врахована при вивченні шляхів екологізації способу життя, оскільки сучасна екологічна криза сама по собі не є безпосереднім чинником змін у звичному способі життя людських спільнот. Еколого-психологічний підхід наголошує на необхідності вивчення внутрішніх механізмів освоєння особистістю середовищних умов свого життя в спосіб, який забезпечує їй переживання єдності з дійсністю на всіх рівнях існування – біологічному, соціальному, духовному.

Виділяються мотиваційні та операціональні механізми здійснення особистістю екологічно орієнтованого способу життя. Мотивація його здійснення зумовлена розвиненою самоідентичністю (самістю) людини, яка змістовно

характеризується як глибинне відчуття свого права просто бути в цьому світі, претендувати на любов і повагу без усяких «якщо умов». В якості операціонального механізму здійснення такого способу життя виступає здатність вирішувати життєві протиріччя.

Література

1. Абульханова К.А. Мировоззренческий смысл и научное значение категории субъекта / Абульханова К.А. // Российский менталитет: вопросы психологической теории и практики. – М.: Ин-т психологии РАН, 1997. – С. 56-75.
2. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / Абульханова-Славская К.А. – М.: Мысль, 1991. – 300с.
3. Абульханова К.А. С.Л. Рубинштейн – ретроспектива и перспектива / Абульханова К.А. // Проблема субъекта в психологической науке. – М.: Академический проект, 2000. – С. 13-26.
4. Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. Философско-психологическая концепция С.Л.Рубинштейна. / Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. – М.: Наука, 1989. – 221с.
5. Анциферова Л.И. Психологическое содержание феномена субъект и границы субъектно-деятельностного похода / Анциферова Л.И. // Проблема субъекта в психологической науке. – М.: Академический проект, 2000. – С. 27-42.
6. Краткий словарь по социологии / Под общ. ред. Д.М.Гвишиани, Н.И.Лапина. – М., 1989. – 479 с.
7. Зимбардо Ф., Ляйше М. Социальное влияние / Зимбардо Ф., Ляйше М. – М. – СПб., 2001. – 448 с.
8. Маслоу А. Психология бытия / Маслоу А. – М.: Рефл-бук, Ваклер, 1997 – 300 с.
9. Сергиенко Е.А. Раннее когнитивное развитие. Новый взгляд / Сергиенко Е.А. – М.: Ин-т психологии РАН, 2006. – 463 с.
10. Ядов В.А. Взаимосвязь социологического и социально-психологического подходов к исследованию образа жизни / Ядов В.А. // Психология личности и образ жизни – М.: Наука, 1987. – С. 89 – 92.

Ecological-psychological study of lifestyle is to identify the psychological processes that allow the individual to experience unity with the environment at all levels of existence - biological, social, spiritual.

Keywords: *lifestyle, psychological characteristics of a vital activity, self-identity, life's contradictions.*