

Турсунгожинова Г.С.,
Жолдасова М.К.

Оценка уровня социально-психологической напряженности населения в условиях влияния экологически неблагоприятной среды

В данной статье рассмотрены экологические проблемы, которые становятся все более актуальными, приоритетными проблемами общественного развития. Особую важность и необходимость приобретает в связи с этим формирование экологического сознания отдельной личности и социума в целом, что признается всем современным научным сообществом.

Наиболее последовательное и целенаправленное исследование психологических аспектов взаимодействия человека и среды в их единстве можно наблюдать в такой современной отрасли психологического знания, как экологическая психология. Многие ее направления объединяет общий методологический постулат «принятие в качестве исходного основания для анализа любых психических и психологических явлений существование системы «Человек – Среда», или шире – «Человек – Природа» и требование исследовать их только как принадлежащие системе, сквозь призму системы, в единстве и целостности всех ее составляющих. Среди средовых факторов оценки уровня социально-психологической напряженности исследователей в первую очередь интересовала социальная среда во всем ее многообразии. Учет социальных влияний на психическое здоровье, безусловно, важен.

Ключевые слова: социально-психологическая напряженность, экологическое сознание, психическое здоровье, стресс, тревожность, адаптационные механизмы.

Tursungozhinova G.S.,
Zholdassova M.K.

Assessing the level of socio-psychological tension of the population under the influence of the environmentally disadvantaged

This article discusses the environmental issues that are becoming increasingly important, priority issues of social development. Of particular importance, and must be purchased in connection with the formation of the ecological consciousness of the individual and society as a whole recognizes that all modern scientific community.

The most consistent and purposeful study the psychological aspects of interaction between man and the environment in their unity can be seen in a modern branch of psychological knowledge as environmental psychology. Many of its areas share a common methodological postulate: the adoption as a starting basis for the analysis of any mental and psychological phenomena the existence of "Man - Environment", or wider - "Man - Nature" and the requirement to investigate them only as belonging to the system through the prism of the system, unity and integrity of all its components. Among the environmental factors assess the level of socio-psychological tension researchers primarily interested in the social environment in all its diversity. Consideration of social influences on mental health is certainly important. However, establishing a level of mental tension under the influence of ecologically unfavorable environment necessitates a deeper study of the influence of natural conditions, the physical environment, and its knowledge of the regional specifics. We believe that not only public health but also indicators of mental and intellectual development of people can serve as an indicator of the quality of the living environment in a particular region.

Key words: social and psychological tension, environmental awareness, mental health, stress, anxiety, coping mechanisms.

Турсунгожинова Г.С.,
Жолдасова М.К.

Экологиялық қолайсыз ортаның әсері жағдайындағы тұрғындардың әлеуметтік-психологиялық қысым деңгейін бағалау

Бұл мақалада қоғамдық дамудың өзекті, басты проблемалары болып табылатын экологиялық мәселелер қарастырылған. Қазіргі ғылыми қоғамдастықта мақұлданған социум және жеке тұлғаның экологиялық санасының қалыптасуымен байланысты өзінің маңыздылығы мен қажеттілігін көрсетіп отыр.

Адам мен ортаның өзара әрекеті және оның бірлігінің психологиялық аспектілерін біршама жүйелі және мақсатты бағытталған зерттеу психологиялық білімнің қазіргі саласы экологиялық психологиядан байқауымызға болады. Оның көптеген бағыттары жалпы әдіснамалық постулаттарды біріктіреді: «Адам - Орта» немесе «Адам – Табиғат» жүйесіндегі кез келген психикалық және психологиялық құбылыстарды талдау үшін бастапқы негіз сапасын қабылдау және оның барлық құраушыларын жүйе, тұтас және бірлікте зерттеу. Әлеуметтік-психологиялық қысым деңгейлерін бағалау факторларының ортасын зерттеушілерді бірінші кезекте әлеуметтік ортаның көптүрлілігі қызықтырды.

Түйін сөздер: әлеуметтік-психологиялық қысым, экологиялық сана, психикалық денсаулық, стресс, мазасыздану, адаптациялық механизмдер.

**ОЦЕНКА УРОВНЯ
СОЦИАЛЬНО-ПСИХО-
ЛОГИЧЕСКОЙ
НАПРЯЖЕННОСТИ
НАСЕЛЕНИЯ
В УСЛОВИЯХ
ВЛИЯНИЯ
ЭКОЛОГИЧЕСКИ
НЕБЛАГОПОЛУЧНОЙ
СРЕДЫ**

Исторически содержание социально-психологической напряженности осмысливалось и развивалось в социологической, психологической, социально-психологической и конфликтологической литературе в связи с их отражающими явлениями, как: социальная дезинтеграция или отсутствие солидарности взаимодействующих личностей и групп, девиация (в отношениях стабильного общества), аномия (в отношениях нестабильного общества), утрата социальной идентичности, депривация и фрустрация основных потребностей личности, группы, общности, классовая борьба, межнациональные столкновения и другое [1].

Обычно термином «напряжение» обозначают уровень активности психических и физиологических процессов, адекватный условиям деятельности человека и не выходящий за пределы линейности ответа (Маришук В.Л.). Под напряженностью понимается такое состояние, когда эта линейность нарушена и механизмы, обеспечивающие данный уровень активности, близки к срыву. Однако не все авторы придерживаются такого разделения понятий и обычно используют эти термины как синонимы.

Понятие социально-психологической напряженности, как и понятие конфликта, уже давно стало объектом внимания не только психологов, но и физиологов, философов и представителей других наук о человеке. Особое внимание этому состоянию уделяет социальная конфликтология [2]. Однако в последнее время термины «психологическая» или «физиологическая» и даже «социальная напряженность» чаще заменяются термином «стресс», хотя остались и приверженцы старого термина. Так, Наенко Н.Г., Овчинникова О.В., Маришук В.Л. предпочитают термин «напряженность», Бодров В.А. считает эти термины синонимами, но пользуется термином «стресс». Некоторые авторы определяют понятие стресса как особого психического состояния, возникшего как форма отражения субъектом сложной экстремальной ситуации. С таким определением можно было бы согласиться, если бы понятие экстремальности не определялось как условие, вызывающее стресс, – получается логическое несоответствие, из которого выйти невозможно [3].

Состояние социально-психологической напряженности следует понимать как явление, порождающее фрустрацию, а затем и нервный срыв.

Социально-психологическая напряженность – это острая противопоставленность личностных и межгрупповых интересов. Социально-психологическая напряженность проявляется [4]:

- в состоянии «строго недовольства обстоятельствами жизни»;
- под влиянием экологически нездоровой среды;
- в атмосфере психического беспокойства и тревоги;
- в сильной степени эмоционального возбуждения;
- в учащении агрессивно-враждебных столкновений в рамках межличностных отношений;
- в усилении отклоняющегося или криминального поведения;
- в преобладании деструктивного состояния психики над конструктивным.

Если экстремальные ситуации – это факторы внешней среды с пролонгированным эффектом (последствием), оказывающие сильнейшее воздействие на человека, способные повлечь за собой личностную катастрофу, то ситуация социально-психологической напряженности – это факторы среды, сравнительно слабо воздействующие на человека, однако способные породить психическую или психологическую травму.

К ситуациям социальной напряженности можно отнести:

- длительное психическое напряжение, вызвавшее усталость системы адаптации человека. Это ситуации, когда например, долго сохраняют темп работы и жизни;
- повышенную ответственность с постепенно развивающимся ощущением внутренней тревожности;
- ситуации с преобладающим пониженным настроением, вызывающие у человека чувство острого недовольства собой;
- ситуации, когда систематически не удовлетворяются базовые жизненные потребности (в пище, одежде, жилище и др.), а также потребности более высокого порядка;
- острую агрессивно-враждебную направленность межличностного взаимодействия и взаимоотношений.

Внутриличностные источники социально-психологической напряженности:

- негативные акцентуации характера;
- некомпетентные коммуникации.

Ситуации социально-психологической напряженности могут отличаться длительностью психологического воздействия на человека [5].

Быстропреходящая ситуация характеризуется внезапным возникновением (фактор внезапности) и относительно кратким воздействием. От субъекта требуется оперативно воспринимать и осмысливать обстановку, принимать решения в условиях, когда она быстро изменяется.

В напряженной ситуации выраженной неопределенности субъект поставлен в условия, когда он должен выбирать одно из нескольких и нередко более или менее равнозначных решений. Это также ситуации с определенным риском.

Длительная ситуация социально-психологической напряженности оказывает изматывающее, изнуряющее воздействие на индивида, ослабляет мотивацию к сопротивлению, рождает состояние безысходности.

Особый вид напряженности в экологическом сознании возникает тогда, когда человек не имеет возможности вмешиваться в происходящее на его глазах действие по отношению к природе, которое он расценивает как запрещенное. Такая независимость вообще характерна для нелинейных систем, которые могут менять свое состояние под влиянием случайных малых воздействий.

Экологическое сознание, как и сознание, вообще, характеризуется тем, что оно сливает в единый образ прошлое, настоящее и прогнозируемое будущее. Поэтому, вероятно, более правильно говорить не об угрозе как реальности, хотя это, конечно, тоже имеет место, а о той или иной степени вероятности появления угрозы.

Каковы же причины появления социально-психологической напряженности в экологическом сознании, ее структура и динамика развития?

Анализ литературы, а также собственные данные авторов, связанные с изучением экологического сознания у групп людей, находящихся в тяжелых экстремальных условиях, позволяют выделить три основные причины появления напряженности [6].

В зависимости от того, какая из этих трех причин сформировалась в сознании человека, меняется не только выраженность напряженности, но и ее направленность, т. е. вид и способ действий, предпринимаемых для снятия напряженности.

У человека на основе предыдущего опыта и некоторых генетически заданных характеристик формируется образ среды, рассматриваемый как оптимальный. Этот образ, который можно определить как комфортность, словно накладывается на более общий образ «я в среде». Образ

«я в среде» не является стабильным, он может меняться в процессе адаптации, но происходит постоянное сличение этих образов, а когда их

расхождение достигает определенной величины, индивидуальной для каждого человека, возникает напряженность [7].

Таблица 1 – Причины появления напряженности у людей, находящихся в экологически неблагоприятной среде

Основные причины появления напряженности у людей, находящихся в экологически неблагоприятной среде	
1 причина	Наличие состояния угрозы для жизни и деятельности человека, например воздействие низкой или высокой температуры, гипоксии и др., т.е. угрозы в результате неблагоприятных изменений среды обитания
2 причина	Невозможность выполнить желание или необходимость удовлетворения какой-либо потребности, т.е. наличие ситуации, обусловленной косвенной угрозой (например, голод, жажда) или «экологическим эгоизмом». В последнем случае возникает ситуация, когда непосредственной угрозы для жизни человека или его деятельности нет, но появляется фрустрация, вызванная расхождением желаемого и действительного
3 причина	Конфликт мотивов или интересов в сознании человека. Здесь следует остановиться на одной тенденции, роль и значение которой в последнее время все больше возрастает

Степень напряженности зависит от семантической значимости вызвавшей ее причины, а также от некоторых факторов, характеризующих внешние и внутренние условия, связанные с особенностями человека. К внешним условиям относятся наличие потенциальной возможности устранения угрозы как проблемной ситуации, степень неожиданности ее появления и скорость нарастания величины угрозы. К внутренним условиям относятся наличие адекватной установки сознания на решение проблемы, предпочитаемый субъектом тип регулирования – агрессивный, пассивный или активно-защитный, степень знакомства с возникшей ситуацией, т.е. наличие в той или иной мере сформированной программы действий по устранению угрозы, в том числе и таких, как уход и, конечно, уровень тревожности как свойства человека [8].

Потенциальная возможность устранения угрозы – это субъективное представление о наличии способа устранения, представление о конечной цели предпринимаемых для этого действий, о средствах, имеющихся у человека, и их силе, определение субъективной цены психических и физиологических условий по ликвидации угрозы с учетом личной и социальной значимости конечного результата.

При отсутствии потенциальных возможностей устранения угрозы или при недостаточности этих возможностей, сомнениях в правильности выбранного пути возникает особое состояние напряженности, которое характеризуется понятием беспомощности. В психологии обычно

используют это понятие как когнитивно-мотивационный дефицит, являющийся следствием сомнительного, непредсказуемого, но неизбежного наказания. Другими словами, беспомощность – это отсутствие возможности избежать наказания или, точнее, избежать неблагоприятных последствий, которые могут препятствовать осуществлению необходимой активности [9]. В принципе, мы можем принять такое объяснение термина, помня, что под наказанием мы понимаем и нарушение чувства комфорта, и невозможность исполнения желаемого.

Возвращаясь к рассмотрению внутренних причин напряженности, мы должны остановиться на факторе прямых или косвенных признаков, по которым можно было бы прогнозировать появление экологического кризиса. В случае, если возникшая ситуация знакома, уровень напряженности будет значительно меньше, чем при ее первом появлении. Интересно, что при этом может возникнуть так называемая отсроченная напряженность, т.е. появление ее через некоторое время после того, как возникла или даже уже закончилась конфликтная ситуация угрозы [10]. Причины такого явления весьма разнообразны. В одних случаях это следствие необходимости иметь достаточно времени для формирования образа угрозы, в других – следствие глубокого торможения протекания психических функций, нечто вроде того, что описывается как помрачение сознания. Однако объяснить все подобные случаи глубоким торможением психической деятельности мозга удастся не всегда. Так, труд-

но объяснить с этих позиций наблюдения нами появления очень сильной психической напряженности, вплоть до патологических состояний, у некоторых рабочих рудниковых месторождений после возвращения домой и длительного нахождения (2 месяца) в неблагоприятной среде, хотя они прекрасно перенесли все трудности работы в этих тяжелых условиях. Механизм такой «расплаты» за деятельность в тяжелых условиях еще не очень ясен. В некоторых случаях это можно объяснить тем, что резкая напряженность во время зимовки компенсировалась некоторыми нервными процессами, которые, в свою очередь, оказались сорванными уже в более поздний период. Нам кажется возможным предполагать, что механизм вторичного переживания в воспоминании перенесенных тягот в некоторых случаях может быть сильнее реального, экологического воздействия, компенсированного адаптационными механизмами, которые исчезли после возвращения с рудника [11]. В некоторых, правда единичных, случаях такое состояние можно было объяснить тем, что у субъекта возникла фрустрация ожидания, т. е. неисполнение тех планов, которые он хотел реализовать или получить как награду за перенесенные тяготы, например, купить дом, автомобиль, наладить семейные отношения, «подняться по служебной лестнице». Очевидно, что одной, единственной причины появления таких отсроченных реакций нет.

Очень большое значение среди внешних факторов имеет скорость нарастания угрозы. Здесь возможны два крайних варианта. Один – это очень медленное, постепенное изменение экологической ситуации, влияние которой долгое время не сказывается на ощущении и не вызывает должных адаптационных реакций. Этот период отсутствия напряженности, в течение которого происходит то, что называется привыканием, сменяется, когда эти незаметные изменения достигли определенного порога, какого-то предельного значения, «взрывным» состоянием напряженности в ярко выраженной форме, так как у организма не оказывается выработанных и готовых программ ответа на действие этого ранее «не замеченного» адаптационными механизмами фактора [12].

В другом крайнем варианте изменения происходят так быстро, что организм человека просто не успевает адекватно ответить на воздействие и возникает срыв физиологических и психологических функций. Большое значение имеет результативность предпринимаемых действий: чем ниже результативность, тем выше напряженность.

Остановимся на некоторых внутренних условиях, где большой опыт практических исследований заставляет нас считать, что наиболее важную роль в развитии напряженности играет уровень тревожности человека.

Тревожность – это свойство психики адекватно оценивать по критерию опасности для организма или для его связей с внешней средой значимость и другие характеристики какой-либо ситуации и особенности ее воздействия на состояние человека и его деятельность, оценивать возможности обеспечения адекватного реагирования, т. е. организации возможных мер защиты от ситуации или ее перевода в другую, менее угрожающую, или ухода от нее.

Низкий уровень тревожности характеризуется адекватной оценкой ситуации или даже некоторой тенденцией к ее недооценке (если этот уровень тревожности сочетается с высоким уровнем самоуверенности), а высокий уровень – переоценкой значимости угрозы и недооценкой своей способности к противостоянию или противодействию, постоянным сомнением в правильности выработанных решений. При высокой тревожности возникает крайне выраженная степень психической напряженности. Использование современных методов исследования показывает, что напряженность постоянно присутствует у таких людей даже в условиях полного комфорта.

При очень низкой и очень высокой тревожности, как правило, отсутствует возможность формирования определенного плана поведения, так как нет рационально построенной программы действий, даже такой простейшей, как реализация преферендума места и времени, т.е. ухода с места, где действует угроза, или, при циклическом действии угрозы, выбора такого времени контакта с угрозой, когда ее выраженность минимизирована. При низкой – потому что нет ощущения угрозы, при высокой – из-за чувства беспомощности перед ней.

Большое значение имеет установка человека на вид и форму угрозы и на организацию поведения при ее действии. Она определяет знак оценки экологической ситуации в момент ее появления или даже до нее, степень мобилизации внутренних возможностей человека, его инициативность и настойчивость. В принципе можно говорить о существовании такого вида зависимости напряженности от установки, как: чем сильнее и точнее установка, тем большая зависимость наблюдается между напряженностью и степенью реализации действий, предпринимаемых человеком.

Высока зависимость степени напряженности в экологическом сознании от таких характеристик, как свойственный субъекту или выбираемый им тип поведения – агрессивный, пассивный или активно-защитный. Сложна для анализа связь напряженности с агрессивным типом реагирования, так как не всегда удается выяснить, что лежит в основе такой связи: возникла ли агрессивность как результат высокой напряженности, или же, наоборот, исходный, свойственный субъекту агрессивный тип поведения является причиной высокой напряженности.

В то же время можно рассматривать агрессию как форму проявления катарсиса, снимающего напряженность.

При пассивном или активно-защитном типе реагирования вероятность появления напряженности, если нет никаких других приводящих условий, мала, здесь чаще наблюдается реакция адекватного напряжения и, наоборот, при низкой напряженности чаще возникает пассивный или активно-защитный тип поведения [13].

Напряженность как состояние зависит от того, каков уровень рассмотрения сознанием экологической ситуации: являются ли процессы в экологическом сознании отражением реально действующей в текущий момент ситуации, представляющей угрозу для человека или популяции, или же она отражается в сознании в виде абстрактной проблемы, решение которой может быть реализовано при появлении конкретной прогнозируемой ситуации. Прямое соотношение напряженности с ее поведенческими и физиологическими проявлениями основывается на предположении о том, что напряженность детерминирована непосредственно внешними стимулами [14].

Однако экспериментальный материал свидетельствует о неоднозначной зависимости между стимулами и поведением в сложных условиях. Относящиеся сюда факты – большая вариативность в реагировании на один и тот же стрессор, специфические для каждого субъекта проявления напряженности, их относительная независимость от характера стимуляции, своеобразие способов преодоления стрессогенных ситуаций и т. д. – заставили исследователей считать, что извне наблюдаемые проявления напряженности опосредствуются внутренними – психологическими – условиями. Тем самым они поставили под сомнение исходную формулу стимул – ответная реакция, на которой в этом случае по существу базируется изучение психической напряженности и которая оказывается, таким образом,

либо недостаточной, либо неадекватной. При непосредственном действии угрозы состояния напряженности характеризуется особенностями протекания двух процессов – эмоций и двигательной активности.

Мы уже указывали, что состояние напряженности (в отличие от состояния напряжения) характеризуется отсутствием или слабой выраженностью адекватности ответа (качественной и количественной). При изучении этих состояний возникает существенная трудность определения, по какому из этих двух путей пойдет реакция. Это отражает характеристику экологического сознания как сложной нелинейной системы, для которой механизм запуска является случайным. На такую особенность напряженности в экологическом сознании обычно обращают мало внимания, хотя именно в этом, по нашему мнению, и лежит разгадка многих конфликтов, имеющих в своей основе экологическую проблему, но со смещенным объектом конфликта.

Однако при построении кибернетической модели стресса исследователи пришли к выводу о недостаточной объяснительной ценности понятия адаптация. Дело в том, что большинство определений, основанных на этом понятии, требуют психофизиологического подхода, при котором физиологические переменные выступают в качестве показателей состояния активации организма. Поскольку эти переменные могут возникать и в отсутствие стрессогенных условий, то, по мнению авторов, необходимо распространить понятие стресса на все случаи активации организма. «Пока понятие стресса, – пишут они, – не будет расширено настолько, чтобы включать все случаи увеличения возбуждения, одних адаптивных механизмов будет недостаточно для того, чтобы определить наличие стресса» (там же). Такое расширительное толкование стресса представляет собой шаг назад по сравнению с положением о необходимости различения психологического и физиологического аспектов стресса [15].

Теоретические усилия, предпринятые в последние два десятилетия, имели большое значение для понимания психологической природы состояний напряженности. В наиболее систематизированном и обобщенном виде научные достижения в этой области представлены в концепции психологического стресса Лазаруса Р.

Лазарус Р. подчеркивает специфику психологического стресса в отличие от его биологических и физиологических форм. «При объяснении психологического стресса, говорит он, необхо-

димо использовать адекватные понятия: Психологические механизмы должны иметь отличный характер от физиологических, относясь к психологическим, а не к физиологическим процессам. Мы можем искать формальные параллели и взаимосвязи, но процессы не являются тождественными, и мы не можем объяснить зависимость в одной системе, используя понятия, изобретенные в другой».

Процессы оценки угрозы, связанные с анализом значения ситуации и отношением к ней, имеют сложный характер: они включают не только относительно простые перцептивные функции, но и процессы памяти, способность к абстрактному мышлению, элементы прошлого опыта субъекта, его обучение и т.д. Они не всегда им осознаются и, как правило, протекают одновременно, с большой быстротой. Понятие угрозы является основным в концепции Лазаруса Р. Оно позволяет объединить разнородные формы стрессорных состояний и выполняет важную эвристическую роль. С его помощью автор описывает установленный в эмпирических исследованиях сложный комплекс явлений, связанных с поведением человека в трудных условиях. Так, по его мнению, угроза порождает защитную деятельность, или защитные импульсы, обладающие теми же характеристиками, которые обычно приписываются эмоциональным состояниям [16]. Они направлены на устранение или уменьшение предполагаемых опасных воз-

действий и выражаются в различном отношении к последним, например в отрицании, преодолении ситуации или принятии ее. Природа защитных механизма зависит как от ситуационных (характер стимула, его локализация, временные характеристики и т. д.), так и личностных факторов (интеллектуальные возможности субъекта, мотивация, прошлый опыт, предпочтение тех или иных защитных реакций, убеждения, удерживающие от некоторых решений, и т. д.).

С этой точки зрения исследователями приводится значительный эмпирический и теоретический материал, свидетельствующий об активной роли психики в реализации стрессорных состояний. Эта активность, выражающаяся, например, в процессах интерпретации человеком ситуаций, дифференциации нейтральных ситуаций от опасных, выборе им из репертуара имеющихся возможностей субъективно наиболее оптимального варианта по преодолению стресса и др., действительно имеет место и нуждается в объяснении. Истоки психической активности авторы ищут внутри субъекта, а не в деятельности, опосредствующей его связи с действительностью. Психическое рассматривается, в сущности, как замкнутый в себе мир, сводящийся к простой сумме различных психических явлений (интеллектуальных, перцептивных, мнемических и других процессов, диспозиционных характеристик личности и т. д.), которые находят свое выражение в результатах внешнего поведения.

Литература

- 1 Короленко Ц.П. Психофизиология человека в экстремальных условиях. – Л.: Медицина, 1978. – 272 с.
- 2 Барклянский Ю.А. Экологическая ситуация в представлениях жителей радиационно загрязненных территорий// Урал атомный: наука промышленность, жизнь: тез. докл. – Екатеринбург, 1995. – С. 47-49.
- 3 Березин Ф.Б. Эмоциональный стресс и психосоматические расстройства. Подходы к терапии // *MateriaMedica*. – 1996. – № 1(9). – С. 29-56.
- 4 Ганзен В.А. Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека // *Экспериментальная и прикладная психология*. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1981. – Вып. 10. – С. 5-16.
- 5 Наенко Н.И. Психическая напряжённость. – М.: Изд-во МГУ, 1976. – 226 с.
- 6 Румянцева Г.М., Лебедева М.О. Посттравматическое стрессовое расстройство // Прогнозируемые нарушения психического здоровья после ядерной катастрофы в Чернобыле: тез. докл. междунар. конф. – Киев, 1995. – С. 118.
- 7 Саппа Н.Н., Пахомова Н.В., Лихолет Т.В. Экологическая напряженность в регионах эксплуатации АЭС: социальные аспекты // *Социологические исследования*. –1992. – № 2. – С. 17-19.
- 8 Соколова Е.Д., Березин Ф.Б., Барлас Т.В. Эмоциональный стресс: психологические механизмы, клинические проявления, терапия // *MateriaMedica*. – 1996. – № 1(9). – С. 5-28.
- 9 Столяренко. М. Социальная психология: учеб. пособие для вузов. – М.: А.М. ЮНИТИ-ДАНА, 2001. – 543 с.
- 10 Судаков К.В. Системные механизмы эмоционального стресса /М., 1981.-230 с.
- 11 Яницкий О.Н. Социология риска. – М.: Изд-во LVS, 2003. – 254 с.
- 12 Панов В.И. Эколого-психологические проблемы качества жизни: региональные Экопсихологические аспекты развития индивидуальности: коллективная монография. – Чита: Изд-во ЗабГПУ, 2004. – 159 с. – М.: Психологический институт РАО, 1997. –147 с.
- 13 Taylor В. Prevention of pediatric pulmonary problems: the importance of maternal smoking. – Lung, 1990.
- 14 Левочкина А.М. Основы экологической психологии (на укр. яз.). – Киев: МАУП, 2004.

- 15 Руденская Е.В. Социальная психология. – Новосибирск, 1996. – С. 135.
- 16 Агаджанян З.Б., Торшин В.И. Экология человека. – М.: Крук, 1994. – С. 202.

References

- 1 Korolenko C.P. Psihofiziologija cheloveka v jekstremal'nyh uslovijah. – L.: Medicina. 1978. – 272 s.
- 2 Barkljanskij Ju.A. Jekologicheskaja situacija v predstavlenijah zhitelej radiacionno zagraznennyh territorij// Ural atomnyj: nauka promyshlennost', zhizn': tez. dokl. – Ekaterinburg, 1995. – S. 47-49.
- 3 Berezin F.B. Jemocional'nyj stress i psihosomaticheskie rasstrojstva. Podhody k terapii // MateriaMedica. – 1996. – № 1(9). – S. 29-56.
- 4 Ganzen V.A. Sistemnyj podhod k analizu, opisaniju i jeksperimental'nomu issledovaniju psihicheskikh sostojanij cheloveka // Jeksperimental'naja i prikladnaja psihologija. – L.: Izd-vo Leningr. un-ta, 1981. – Vyp. 10. – S. 5-16.
- 5 Naenko N.I. Psihicheskaja naprjazhjonost'. – M.: Izd-vo MGU, 1976. – 226 s.
- 6 Rumjanceva G.M., Lebedeva M.O. Posttravmaticheskoe stressovoe rasstrojstvo // Prognoziruemye narushenija psihicheskogo zdorov'ja posle jadernoju katastrofy v Chernobyle: tez. dokl. mezhdunar. konf. – Kiev, 1995. – S. 118.
- 7 Sappa N.N., Pahomova N.V., Liholejt T.V. Jekologicheskaja naprjazhennost' v regionah jekspluatacii AJeS: social'nye aspekty // Sociologicheskije issledovanija. –1992. – № 2. – S. 17-19.
- 8 Sokolova E.D., Berezin F.B., Barlas T.V. Jemocional'nyj stress: psihologicheskije mehanizmy, klinicheskie projavlenija, terapija // MateriaMedica. – 1996. – № 1(9). – S. 5-28.
- 9 Stoljarenko. M. Social'naja psihologija: ucheb. posobie dlja vuzov. – M.: A.M. JuNITI-DANA, 2001. – 543 s.
- 10 Sudakov K.V. Sistemnye mehanizmy jemocional'nogo stressa /M., 1981.-230 s.
- 11 Janickij O.N. Sociologija riska. – M.: Izd-vo LVS, 2003. – 254 s.
- 12 Panov V.I. Jekologo-psihologicheskije problemy kachestva zhizni: regional'nye Jekopsihologicheskije aspekty razvitija individual'nosti: kollektivnaja monografija. – Chita: Izd-vo ZabGPU, 2004. – 159 s. – M.: Psihologicheskij institut RAO, 1997. –147 s.
- 13 Taylor B. Prevention of pediatric pulmonary problems: the importance of maternal smoking. – Lung, 1990.
- 14 Levochkina A.M. Osnovy jekologicheskij psihologii (na ukr. jaz.). – Kiev: MAUP, 2004.
- 15 Rudenskaja E.V. Social'naja psihologija. – Novosibirsk, 1996. – S. 135.
- 16 Agadzhanjan Z.B., Torshin V.I. Jekologija cheloveka. – M.: Kruk, 1994. – S. 202.