



УДК 159.9.07

## **Жизнеспособность юношеского населения в регионе экологического неблагополучия по показателям психологической адаптации\***

Н. М. Сараева

*Забайкальский государственный университет, г. Чита*

**Аннотация.** Актуальность изучения жизнеспособности человека, постоянно проживающего в регионе экологического неблагополучия, определяется социальным и научным запросом на анализ последствий влияния на человека экологически деформированной жизненной среды. В статье обсуждается вопрос о связи понятий «жизнеспособность» и «адаптация», а также использования адаптационных характеристик человека в качестве показателей его жизнеспособности. Исследуются показатели психологической адаптации старших школьников и студентов колледжей, родившихся и постоянно проживающих в регионе экологического неблагополучия, как индикаторы их жизнеспособности. Установлено снижение показателей психологической адаптации испытуемых на ее психофизиологическом и психическом уровнях. Снижение характеристик психологической адаптации людей на экологически неблагополучных территориях есть проявление ослабления их жизнеспособности.

**Ключевые слова:** регион экологического неблагополучия, жизнеспособность, молодое население, психологическая адаптация, снижение показателей.

### **Введение**

Осложненные природные и социальные условия жизни современного человека требуют от него устойчивости, адаптивности и сверхадаптивности, выносливости, сохранения физического и психологического здоровья – жизнеспособности в целом. Одним из самых опасных для человека и распространенных в России, как и во многих развитых странах, осложнений условий жизни является экологическое неблагополучие многих ее территорий, целых регионов. Понятие «регион экологического неблагополучия» применяется в определении С. И. Григорьева, Л. Д. Деминой: это «особая пространственно-локализованная территория, подвергшаяся сильному воздействию природных и антропогенных факторов <...>, с особым протеканием всех процессов, в том числе и социальных, психологических, с особыми отношениями, с особыми регуляторами» [3, с. 7].

---

\* Работа выполнена при поддержке РФФИ, проект № 17-06-00151 «Изучение жизнеспособности молодежного населения региона экологического неблагополучия (на примере школьников и студентов Забайкальского края)».

Вопросы жизнеспособности населения регионов экологического неблагополучия стоят достаточно остро, поскольку их решение составляет основу экологической и общей безопасности государства.

Междисциплинарное понятие «жизнеспособность» нельзя считать укоренившимся и устоявшимся в психологии. До недавнего времени его психологическое содержание подвергалось сомнению. Продолжающийся рост напряженности жизни человека в последние десятилетия актуализировал интерес к теоретическому анализу проблемы и эмпирическому изучению феноменологии жизнеспособности. Однако, несмотря на то что в отечественной психологической науке к сегодняшнему дню уже проведено сопоставление методологических оснований изучения жизнеспособности, определена самоорганизующаяся ее природа, разработаны теоретические модели, выделены факторы, критерии, даны дефиниции понятия, для конкретных работ проведена его операционализация, получен эмпирический материал [4; 7; 12; 13; 15; 16], некоторые исследователи продолжают считать его (понятие) слишком полимодальным [16].

Анализ психологических исследований жизнеспособности приводит к заключению, что для большей части разработчиков проблемы жизнеспособность – характеристика исключительно социальная по своему генезу и существу. Для современных подходов к изучению жизнеспособности человека в психологии характерно, на наш взгляд, чрезмерное акцентирование социальных по природе (личностных), социально-психологических составляющих в ее структуре, отвлечение от природных, биологических основ жизнеспособности.

Но понятно, что социальное составляет в человеке неразрывное единство с биологическим. С. Д. Максименко со ссылкой на В. Штерна, пишет: «“Внутри” личности биологические и социальные факторы не существуют как отдельные, каждый из них представляет собой инобытие другого. Любая мысль, образ, идея, потребность невозможны вне биологических структур и функций организма» [11, с. 8–9]. Всякая психическая активность, всякая характеристика психики, в том числе и жизнеспособность, вернее более всего она, требуют энергетических затрат. Для энергетического обеспечения жизнеспособности необходимы процессы адекватной средовым воздействиям регуляции биологического обмена и других жизненно важных функций организма. Следовательно, в понятии «жизнеспособность» должна присутствовать биологическая составляющая.

Жизнеспособность – это не только комплекс личностных характеристик, но и необходимая биологическая база их реализации. Биологическую базу жизнеспособности составляют актуальные и потенциальные возможности организма человека, пребывающего в определенных условиях жизненной среды – социальной и природной.

### **Постановка проблемы**

Сказанное выше позволяет изучать вопросы специфики психологической жизнеспособности людей, которые родились и постоянно проживают в не вполне адекватной их гено- и фенотипическим свойствам [6], экологически неблагополучной природной среде как части среды жизненной.

Установлено, что длительные негативные воздействия экологически неблагополучной среды нарушают физическое и психическое здоровье человека [2; 5 и мн. др.]. Более того, и при отсутствии заболеваний выявлено снижение разноуровневых функциональных показателей жизнедеятельности человека, проживающих в регионах экологического неблагополучия [2]. То есть на биологическом уровне жизнеспособность человека здесь ослаблена.

Системный характер организации человека (А. Н. Леонтьев [9]) позволяет предположить, что ослабление жизнеспособности может проявить себя и на более высоких – психофизиологическом, психическом и социальном (личностном) – уровнях этой организации.

Понимая жизнеспособность человека как системное свойство, проявляющееся в системе «человек – среда» (при этом в среду включаются социальные условия и факторы), исследователи, работающие в разных областях научного знания, называют среди основных черт, составляющих жизнеспособность, возможности адаптации [7; 8; 13; 15; 16]. А. И. Лактионова, А. В. Махнач полагают, что личностные, поведенческие характеристики и средовые условия, оказывающие влияние на формирование жизнеспособности детей подросткового возраста, образуют единую систему их социальной адаптации [8]. А. И. Лактионова вообще определяет жизнеспособность как способность человека к социальной адаптации и саморегуляции [7]. Е. А. Рыльская включает способности адаптации в структуру жизнеспособности [16].

Исходя из этого, обозначим, что характеристики адаптации человека могут выступать в качестве важнейших показателей его жизнеспособности. Рассмотрим в контексте проблемы жизнеспособности результаты многолетнего исследования, которое проводится в Забайкальском государственном университете. Первоначально в рамках экопсихологического подхода к развитию психики (В. И. Панов) изучалось состояние психики детского населения, родившегося и постоянно проживающего на экологически неблагополучных территориях Забайкальского края, который относится к регионам экологического неблагополучия [19; 23]. Исследование выявило существование тенденции к общему снижению (в пределах нормы) уровня психической активности детей, дрейф разноуровневых показателей их психической деятельности в диапазоны сниженной нормы [17].

Мы полагаем и полагаем, что обнаруженная тенденция есть проявление особой стратегии психологической адаптации – стратегии минимизирующей адаптации. Поясним понятие: из-за нагрузки, связанной с длительным негативным влиянием экологически неблагополучной среды и напряжением адаптивных систем, люди, родившиеся и постоянно проживающие на соответствующих территориях, по состоянию своего организма и психики находятся ближе к нижнему пределу адаптационной нормы популяции, чем те, кто проживает на экологически благополучных территориях. Они ближе к истощению своих возможностей. Известно, что в этих случаях организм переходит на режим минимизации функций [6]. При превращении любого стресса в хронический энергозатратная стратегия становится весьма расточительной и уступает место энергосберегающей. Это своего рода щадящий

режим, реализованный стратегией минимизирующей адаптации. Можно сказать, что это особая форма адаптации и мера адаптированности человека к условиям длительного экологического неблагополучия с вынужденной высокой ценой за сохранение жизнедеятельности. Организм и психика в результате достигают относительного динамического равновесия с экологически неблагополучной средой, но на более низком уровне функционирования. Дополнительным фактором необходимости минимизирующей адаптации является недостаточный энергогенез, характерный для организма человека, родившегося в осложненных средовых условиях Забайкальского края [19].

Логическим продолжением работы стало изучение особенностей психологической адаптации школьников и студентов, родившихся и проживающих в Забайкальском крае. Специфика заключается в общем (но неодинаковом по выраженности на разных уровнях психологической адаптации) снижении ее показателей.

С системных позиций психологическая адаптация понимается как процесс и результат приспособления человека к средовым условиям на уровне целостной психики в системе «человек – жизненная среда» с целью сохранения ее динамического равновесия. В целостной психологической адаптации выделены связанные отношениями иерархии психофизиологический, психический и социально-психологический уровни.

В данной статье представлены результаты эмпирического исследования психологической адаптации 154 старших школьников и студентов колледжей, родившихся и проживающих на трех экологически неблагополучных, с разными социальными условиями территориях Забайкальского края (в городах Краснокаменске, Балее и Чите). Согласно дизайну работы, территории исследования были ранжированы по градиенту природного фактора (степени экологического загрязнения природной среды) и фактора социального (характеристикам социально-экономического развития – социальному статусу). Районный центр г. Краснокаменск – зона чрезвычайной экологической ситуации; районный центр г. Балей – зона экологического кризиса; как экологически неблагополучная территория характеризуется г. Чита – административный, экономический центр Забайкальского края. По условиям среды социальной (социальному статусу) наиболее благополучной территорией является г. Чита, второе место по характеристикам социальной среды принадлежит г. Краснокаменску, на третьем месте г. Балей.

Средний возраст испытуемых –  $17 \pm 0,2$  года. Все родились и постоянно проживают на территориях исследования. Все практически здоровы.

### **Параметры и методы эмпирического исследования**

Параметром изучения психофизиологического уровня психологической адаптации являлась умственная работоспособность как интегральная характеристика общей активации психической деятельности людей. Основным методом диагностики – тестирование.

Одной из методик определения показателей психофизиологического уровня психологической адаптации служила экспресс-диагностика функци-

онального состояния и работоспособности человека на основе показателей вариационной хронорефлексометрии (динамических характеристик времени простой зрительно-моторной реакции) – методика М. П. Мороз [14]. Исследование проводилось в первой половине учебного года, в начале учебного дня (на 2-м, 3-м уроках), в строго контролируемых условиях.

Психический уровень психологической адаптации анализировался по характеристикам, определяемым с помощью ММРІ, который успешно используется для оценки уровня адаптации [1; 6; 18; 20 и др.]. Выделяют следующие уровни профиля [20]: нормальный, свидетельствующий об отсутствии признаков стресса, эмоциональном равновесии, отсутствии выраженных затруднений в адаптации (значения большинства шкал лежат в диапазоне 40–60 Т-баллов); утопленный, свидетельствующий о сдерживаемом и контролируемом эмоциональном напряжении, на успешную адаптацию требуются значительные затраты сил, направленных на самоконтроль (значения большинства шкал ниже 50 Т-баллов); пограничный, свидетельствующий об эмоциональной напряженности, выраженных затруднениях в адаптации (значения большинства шкал находятся выше 60 Т-баллов, а значительное их количество – выше 70 Т-баллов).

В Лаборатории региональных исследований психики Забайкальского государственного университета выявлен так называемый промежуточный тип профиля, показатели которого являют собой равное соотношение между нормой и пограничным профилем. Промежуточный профиль также может свидетельствовать о снижении адаптационных возможностей человека, дрейфе показателей психологической адаптации к нижним границам нормы.

Параметром изучения социально-психологического уровня психологической адаптации являлись показатели жизнестойкости, определяемые с помощью теста жизнестойкости Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой. Тест представляет собой адаптацию опросника Hardiness Survey, разработанного американским психологом С. Мадди. Опросник состоит из 45 прямых и обратных пунктов-утверждений, включенных в три шкалы опросника («вовлеченность», «контроль» и «принятие риска»), с которыми респондент должен выразить своё согласие или несогласие по 4-балльной шкале Ликкерта. Например: «Непредвиденные трудности порой сильно утомляют меня». Каждому ответу присваиваются от 0 до 3 баллов. Затем суммируются общий балл жизнестойкости и показатели для каждой из трех шкал опросника. В качестве норм представлены средние баллы и отклонения от среднего. Опросник валидизирован на взрослой выборке, в том числе и на студентах. Используется для изучения жизнестойкости подростков [21] и старших школьников [22 и др.]. По мнению разработчиков, «тест жизнестойкости является надежным и валидным инструментом психологической диагностики, результаты которого не зависят от пола, образования и, по всей вероятности, региона проживания человека» [10, с. 54].

Жизнестойкость человека понимается как интегральная установка на выживаемость, включающая в себя комплекс определенных психологических установок личности и реализующего их поведения. В отечественных

исследованиях жизнестойкость рассматривают как способность к адаптации [21 и др.].

Значимость возможных различий данных, полученных в выборках испытуемых, проживающих на территориях с отличающимися условиями жизненной среды, определялась с помощью критерия  $\phi^*$  – углового преобразования Фишера.

Поскольку выявить изменения в психике вследствие длительного влияния неэкстремально загрязненной природной среды по индивидуальным показателям отдельных людей нельзя, в работе проводился популяционно ориентированный анализ данных.

### Результаты исследования

Проведенное эмпирическое исследование позволило выявить существование тенденции к снижению разноуровневых показателей психологической адаптации испытуемых, которые родились и постоянно проживают на территориях, отличающихся по социальным условиям, но имеющих серьезное экологическое загрязнение природной среды.

Установлено, что снижение адаптации наиболее отчетливо обнаруживается в показателях психофизиологического уровня (табл. 1).

Таблица 1

Количество испытуемых (в %), проживающих на экологически неблагоприятных территориях, с различными показателями умственной работоспособности

Территории обследования Виды состояний работоспособности	Территория чрезвычайной экологической ситуации	Территория кризисной экологической ситуации	Территория значительного экологического загрязнения	Значимость отличий по критерию $\phi$ Фишера
	г. Краснокаменск $n = 42$	г. Балей $n = 50$	г. Чита $n = 62$	
Нормальная	14,3	5,6	15,1	$p < 0,05$ (Краснокаменск – Балей); незначимы (Краснокаменск – Чита, Балей – Чита)
Незначительно сниженная	35,7	59,5	53,8	Незначимы
Сниженная	38,1	27,0	25,7	Незначимы
Существенно сниженная	11,9	7,9	5,4	Незначимы

Согласно данным табл. 1, количество испытуемых с показателями нормальной работоспособности составляет лишь небольшую часть от выборки испытуемых на каждой экологически неблагоприятной территории. В выборке жителей города экологического кризиса Балей – самую малую часть.

В выборке испытуемых, проживающих в городе чрезвычайной экологической ситуации Краснокаменске, половина имеет показатели сниженной и существенно сниженной работоспособности. У 34,9 % испытуемых, про-

живающих в городе экологического кризиса Балее, обнаруживаются различные варианты выраженного снижения работоспособности. В Чите группа с показателями выраженного снижения работоспособности составляет 31,1 % испытуемых.

У большей части испытуемых, проживающих в Балее, Чите, выявляется незначительно сниженная работоспособность, являющаяся нижней границей нормы. Несмотря на то что по социальному статусу территории отличаются (в краевом центре социальные условия значительно лучше), показатели умственной работоспособности испытуемых, на них проживающих, сходны из-за экологической деформации природной составляющей жизненной среды.

Самое большое количество испытуемых с показателем сниженной работоспособности выявлено в Краснокаменске (территории чрезвычайной экологической ситуации). Здесь же самое большое количество испытуемых с показателем существенно сниженной работоспособности.

Таким образом, с увеличением степени экологического загрязнения природной составляющей жизненной среды территории увеличивается число испытуемых в выборке проживающих на ней со сниженной и существенно сниженной работоспособностью.

Испытуемые из экологически неблагоприятных городов «платят», таким образом, большую энергетическую цену за проживание в не вполне адекватных средовых условиях. Реализуется менее энергозатратная стратегия адаптации к ним – минимизирующая адаптация.

Подчеркнем отсутствие значимых отличий практически во всех показателях умственной работоспособности испытуемых, проживающих на экологически загрязненных территориях края, несмотря на то что характеристики социальной среды территорий отличаются. На психофизиологическом уровне психологической адаптации влияние природного фактора достаточно сильно.

Минимизирующая адаптация в виде тенденции к снижению показателей проявляется и на психическом уровне психологической адаптации данной категории людей (табл. 2).

Так, по данным ММРП, на всех обследованных территориях, независимо от условий жизненной среды, большая часть испытуемых составила группы с нормальным профилем, что свидетельствует об отсутствии выраженных затруднений в адаптации (54,8; 56,0 и 48,2% от выборки на каждой указанной выше территории). Но при этом число испытуемых с профилями, свидетельствующими о затруднениях в адаптации (утопленным, пограничным, промежуточным), весьма велико: суммарно 45,2; 44,0 и 51,8% соответственно в выборке проживающих на каждой территории.

На экологически неблагоприятных территориях меньше всего испытуемых с нормальным профилем в краевом центре – Чите. Видимо, влияние экологически неблагоприятной среды суммируется здесь с относительно более напряженной социальной жизнью.

Таблица 2

Количество испытуемых (в %) с разными типами профилей по ММРІ\* на экологически неблагополучных территориях

Территории обследования Уровни профилей по ММРІ	Территория чрезвычайной экологической ситуации	Территория кризисной экологической ситуации	Территория значительного экологического загрязнения	Значимость отличий по критерию $\phi$ Фишера
	Краснокаменск $n = 42$	Балей $n = 50$	Чита $n = 62$	
Нормальный	54,8	56,0	48,2	Незначимы
Утопленный	4,8	2,9	14,5	$p < 0,05$ (Балей – Чита); незначимы (Краснокаменск – Чита)
Пограничный	26,2	29,1	23,9	Незначимы
Промежуточный	14,2	12,0	13,4	Незначимы

\*Названия профилей даны по [20].

На оставшихся двух экологически неблагополучных территориях меньше испытуемых с нормальным профилем в выборке проживающих в городе чрезвычайной экологической ситуации Краснокаменске, чем выборке жителей Балей. При этом условия социальной среды в Краснокаменске лучше, чем в Балее.

Больше всего испытуемых с показателями утопленного профиля, свидетельствующего о повышении степени выраженности стресса, снижении устойчивости к нему, обнаружено в выборке испытуемых Читы. Это, на наш взгляд, связано с суммарным влиянием экологического загрязнения и относительно более сильного социального напряжения, характерного для краевого центра.

Сравнительно немного испытуемых с показателями утопленного профиля в выборке проживающих на других экологически неблагополучных территориях – в Краснокаменске и Балее. Но значительно больше здесь испытуемых с профилями пограничным и промежуточным.

Таким образом, по результатам сравнительного исследования с помощью ММРІ показателей психического уровня психологической адаптации испытуемых, родившихся и проживающих на экологически неблагополучных территориях, также можно сделать вывод о существовании тенденции к снижению их адаптационных свойств.

И вновь отметим отсутствие значимых различий, прежде всего в количестве испытуемых с профилями, свидетельствующими о снижении адаптационных показателей в выборках испытуемых, проживающих в Краснокаменске и Балее. Краснокаменск – самый благоустроенный районный город края с достаточно высокими показателями социально-экономического развития. Но степень экологического загрязнения природной среды здесь вы-



ше, чем на других территориях, что и определяет снижение адаптационных показателей испытуемых из этого города.

Показатели социально-психологического уровня адаптации испытуемых, определяемые по параметру их жизнестойкости, представлены в табл. 3.

Таблица 3

Количество испытуемых (в %) по общему показателю жизнестойкости на экологически неблагоприятных территориях

Территории обследования  Уровень	Территория чрезвычайной экологической ситуации	Территория кризисной экологической ситуации	Территория значительного экологического загрязнения
	г. Краснокаменск <i>n</i> = 42	г. Балей <i>n</i> = 50	г. Чита <i>n</i> = 62
Ниже среднего	9,5	18,0	16,1
Средние значения	69,1	52,0	59,7
Выше среднего	21,4	30,0	24,2

Результаты диагностики позволяют констатировать: и общий показатель, и показатели всех параметров жизнестойкости большей части испытуемых, независимо от условий жизненной среды территорий их проживания, входят в границы средних значений. Отличия в показателях незначимы.

Количество испытуемых с показателями ниже среднего уровня жизнестойкости составляет меньшую часть выборки на каждой территории. По нашему мнению, возможно следующее объяснение этим фактам:

1) выравнивание показателей социально-психологического уровня психологической адаптации испытуемых происходит вследствие действия механизмов внутреннего межуровневого взаимодействия: высший уровень выравнивает показатели за счет снижения их на нижележащих уровнях [1; 24];

2) адаптивной нормой человека является среда социальная. Ее воздействия способны компенсировать негативные последствия даже длительного влияния на его психику экологически неблагоприятной природной (физической) среды. Механизмы социальной компенсации выравнивают показатели социально-психологического уровня психологической адаптации испытуемых, проживающих на территориях с отличающимися условиями жизненной среды.

О каких-то закономерностях в проявлениях жизнестойкости испытуемых, связанных с экологическими условиями их проживания, говорить нельзя. Исследования необходимо продолжать.

Таким образом, положение о том, что существует тенденция к общему (но неодинаковому по выраженности на разных уровнях) снижению показателей психологической адаптации молодого населения, родившегося и постоянно проживающего на загрязненных территориях региона экологического неблагоприятия, находит свое эмпирическое подтверждение. Эти изменения носят характер популяционного стигмата и обнаруживаются только на уровне населения, а не индивидов.

Рассматривая адаптационные характеристики как показатели жизнеспособности человека, думается, можно квалифицировать снижение психо-

логической адаптации людей, родившихся и постоянно проживающих в регионе экологического неблагополучия, как проявление ослабления их жизнеспособности. Экологическая деформация жизненной среды является, таким образом, серьезным фактором риска ослабления жизнеспособности человека, что требует самостоятельного тщательного изучения.

### **Выводы**

Актуальная в современных социальных и экологических условиях проблема жизнеспособности активно разрабатывается в отечественной психологии в рамках разных подходов, на разных методологических основаниях. При этом сущность жизнеспособности чаще всего сводится исследователями к комплексу личностных свойств. И даже называя жизнеспособность системным свойством, исследователи имеют в виду систему «человек – социальная (социокультурная) среда». Однако содержание понятия представляется более широким. Жизнеспособность, как все в психике, имеет биологические основания. Последнее определяет возможность изучения жизнеспособности в контексте ее связей не только с социальной, но и с природной средой, в том числе экологически неблагополучной. Такое исследование, часть результатов которого представлена в статье, проводится, согласно методологическим положениям экпсихологического подхода к развитию психики, через анализ системы «человек – жизненная среда, природная и социальная».

Понимая жизнеспособность человека как системное свойство системы «человек – среда», исследователи, работающие в разных областях научного знания, называют среди основных черт, составляющих жизнеспособность, возможности адаптации или прямо определяют жизнеспособность через понятие «адаптация». Характеристики адаптации человека могут выступать в качестве важнейших показателей его жизнеспособности. Показатели, по которым определяется жизнеспособность испытуемых в данной работе, – показатели их психологической адаптации.

В эмпирическом исследовании обнаружено общее (но неодинаковое по выраженности на разных уровнях) снижение показателей психологической адаптации юношеского населения, родившегося и постоянно проживающего на загрязненных территориях Забайкальского края – региона экологического неблагополучия. Выявлен дрейф показателей в диапазоны сниженной нормы.

Это наиболее отчетливо проявляется в показателях психофизиологического уровня психологической адаптации старших школьников и студентов, проживающих на загрязненных территориях региона экологического неблагополучия. Но тенденция к снижению показателей проявляется и на психическом уровне психологической адаптации данной категории людей.

В силу действия механизмов перераспределения энергии и, главное, механизмов социальной компенсации на социально-психологическом уровне показатели испытуемых, независимо от территории их проживания, выравниваются, т. е. на этом уровне возможно достижение оптимальных (средних) значений психологической адаптации, но с высокой общей ее энергетической ценой.

Установленное снижение психологической адаптации испытуемых, родившихся и постоянно проживающих в регионе экологического неблагополучия, рассматривается в данной работе как проявление ослабления их жизнеспособности. Экологическая деформация жизненной среды является, таким образом, серьезным фактором риска для сохранения жизнеспособности человека, что требует самостоятельного тщательного изучения.

#### Список литературы

1. *Березин Ф. Б.* Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. – Л. : Наука, 1988. – 270 с.
2. *Голобородько Е. А.* Физиологическая оценка адаптивных возможностей организма школьников, проживающих в зоне экологического неблагополучия : дис. ... канд. биол. наук : 03.03.01 / Е. А. Голобородько. – Караганда, 2011. – 183 с.
3. *Григорьев С. И.* Профессиональный психолог в регионе экологического неблагополучия / С. И. Григорьев, Л. Д. Демина. – Барнаул : Изд-во АГУ, 1995. – 288 с.
4. Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / отв. ред.: А. В. Махнач, Л. Г. Дикая. – М. : Ин-т психологии РАН, 2016. – 509 с.
5. *Исаева Р. Б.* Особенности сочетанной хронической патологии у детей в экологически неблагополучных регионах Приаралья : дис. ... д-ра мед. наук : 14.00.09 / Р. Б. Исаева. – М., 2007. – 260 с.
6. *Казначеев В. П.* Современные аспекты адаптации / В. П. Казначеев. – Новосибирск : Наука, 1980. – 192 с.
7. *Лактионова А. И.* Взаимосвязь жизнеспособности и социальной адаптации подростков : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / А. И. Лактионова. – М., 2010. – 184 с.
8. *Лактионова А. И.* Факторы жизнеспособности девиантных подростков / А. И. Лактионова, А. В. Махнач // Психол. журн. – 2008. – Т. 29, № 6. – С. 39–47.
9. *Леонтьев А. Н.* Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1977. – 304 с.
10. *Леонтьев Д. А.* Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
11. *Максименко С. Д.* Атрибутивные параметры жизненной энергии человека / С. Д. Максименко // Харьковская школа психологии: наследие и современная наука / отв. ред: Т. Б. Хомуленко, М. А. Кузнецов. – Х. : Изд-во ХНПУ им. Г. С. Сковороды, 2012. – С. 7–21.
12. *Махнач А. В.* Социокультурный экологический подход в исследовании жизнеспособности человека и семьи / А. В. Махнач // Соц. и гуманитар. науки на Дальнем Востоке. – 2014. – № 3 (43). – С. 67–75.
13. *Махнач А. В.* Жизнеспособность подростка: понятие и концепция / А. В. Махнач, А. И. Лактионова // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред.: Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. – М. : Ин-т психологии РАН, 2007. – С. 290–312.
14. *Мороз М. П.* Экспресс-диагностика работоспособности и функционального состояния человека : метод. рук. / М. П. Мороз. – СПб. : ИМАТОН, 2007. – 40 с.
15. *Нестерова А. А.* Социально-психологическая концепция жизнеспособности молодежи в ситуации потери работы : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.05 / А. А. Нестерова. – М., 2011. – 525 с.
16. *Рыльская Е. А.* Психология жизнеспособности человека : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Е. А. Рыльская. – Ярославль, 2014. – 446 с.

17. Сараева Н. М. Интеллектуальные и эмоциональные характеристики психики человека, проживающего на экологически неблагоприятной территории : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Н. М. Сараева. – М., 2010. – 431 с.
18. Семенович А. В. Введение в нейропсихологию детского возраста : учеб. пособие / А. В. Семенович. – М. : Генезис, 2005. – 319 с.
19. Сердцев М. И. Экология Забайкалья и здоровье человека / М. И. Сердцев. – Чита : Изд-во ЗабГПУ, 2001. – 68 с.
20. Соломин И. Л. Личностный опросник ММРП : метод. рук. / И. Л. Соломин. – СПб. : ИМАТОН, 2001. – 80 с.
21. Циринг Д. А. Исследование жизнестойкости у беспомощных и самостоятельных подростков / Д. А. Циринг // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2009. – № 323. – С. 336–342.
22. Шварева Е. В. Психологические особенности образа смерти у старших школьников с разным уровнем жизнестойкости : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Е. В. Шварева. – Екатеринбург, 2012. – 183 с.
23. Экологическая карта РФ. Неблагоприятные регионы [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.stihi.ru/2013/11/02/4686>
24. Яницкий М. С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики : учеб. пособие / М. С. Яницкий. – Кемерово : Кемер. гос. ун-т, 1999. – 84 с.

## Vitality of Teen-Age Population in the Area with Ecological Problems by Psychological Adaptation Measures

N. M. Sarayeva

*Transbaikal State University, Chita*

**Abstract.** Urgency of the study of vitality of a person being a resident in a place with bad ecology is specified by social and scientific need for the analysis of effects of ecologically deformed environment on man. The relation between the concepts «vitality» and «adaptation» is discussed, as well as the use of adaptive characteristics of a person as vitality indicators. Measures of psychological adaptation of senior high-school and college students born and being residents of the territory with ecological problems are considered as vitality indicators. Measures of psychological adaptation of the human subjects are proved to decrease at psychophysiological and psychic level. The decrease of psychological adaptation characteristics of people living in places with bad ecology is the manifestation of their vitality decay.

**Keywords:** territory with bad ecology, vitality, teen-age population, psychological adaptation, characteristics decrease.

*Сараева Надежда Михайловна  
доктор психологических наук, доцент,  
профессор кафедры теоретической  
и прикладной психологии  
Забайкальский государственный  
университет  
672039 г. Чита, ул. Александро-  
Заводская, 30  
e-mail: saraiewa@mail.ru*

*Sarayeva Nadezhda Mikhaylovna  
Doctor of Sciences (Psychology), Associate  
Professor, Professor of Theoretical  
and Applied Psychology Department  
Transbaikal State University  
30, Aleksandro-Zavodskaya st., Chita,  
672039  
e-mail: saraiewa@mail.ru*