

Савельева Ольга Владимировна

канд. психол. наук, заведующий методическим отделом

МБУ ДО «Центр детского творчества»

г. Киселёвск, Кемеровская область

ЭКОПСИХОЛОГИЯ: ПОНЯТИЕ, ПРИНЦИПЫ, РОЛЬ В ОБЩЕСТВЕ И ОБРАЗОВАНИИ

***Аннотация:** статья посвящена роли экологической психологии в понимании связи человека с природой и значении природных особенностей каждого индивида для поддержания психического и физического здоровья. Рассматриваются факторы современного мира, негативно влияющие на гармоничное развитие личности, особенно детей. Подчеркивается важность учета индивидуальных особенностей организма и необходимость разработки адаптированных методик поддержки психического состояния. Автор вводит понятие экопсихологии как междисциплинарной науки. Описывается история возникновения дисциплины от древнегреческих мыслителей до современных ученых, внесших значительный вклад в разработку концепции взаимодействия человека и природной среды. Подчеркивается потенциал экопсихологии в создании решений, способствующих улучшению общественного благополучия и пониманию внутренних механизмов различных социальных групп.*

***Ключевые слова:** экопсихология, педагоги, метод, психическое здоровье, образование.*

Каждый человек родился как часть природы, и лучшее лекарство – это понимание природы и ее естественных ресурсов, которые есть в самом человеке – его уме (когнитивных процессах), психике (Душе) и теле.

Резкое изменение информационного поля, СМИ-информирование, шоу-программы, стереотипы так называемого «модного образования», нагнетающие обстановку, разрушающие заложенное природой стремление к объединению и сози-

данию, – стали одним из мощных факторов, воздействующих на человека. Неискренность, несовпадение слова и дела, недоверие – потенциальная опасность для адекватного психического и социального развития, особенно для детей.

На сегодняшний день существует большое количество методов, практик, которые реально помогают и те, которые способны усугубить состояние психического здоровья. Не всегда виноват метод или люди, его использующие. Просто не существует универсального метода, который способен помочь всем одинаково. Важно учитывать природные особенности каждого. Но каждый организм уникален, со своими врожденными и приобретенными особенностями (как отпечатки пальцев) [3, с. 18]. Как учесть именно природу каждого? На помощь приходит экологическая психология.

Экопсихология – относительно молодая область психологии, изучающая взаимосвязь между человеком и окружающей средой. Это интегральное (целостное) знание о человеке из области философии, психологии, экологии, педагогики, психотерапии, медицины для объяснения условий и принципов формирования экологически чистого сознания и здорового на психическом и социальном плане человека [1, с. 42].

Первоначально эта дисциплина возникла на пересечении экологии и психологии, исследуя влияние природы на психологическое состояние человека и наоборот – воздействие человеческого поведения на экологию планеты. По своей сути экопсихология стремится расширить и исправить эмоциональную связь между людьми и природой, леча людей психологически, приближая их духовно к природе.

Экологическая психология ориентирована на проблему. А путем выявления проблем из полученных исследований возникают решения. Решения же могут помочь в улучшении функционирования общества в целом и создании богатства знаний о внутренней работе обществ.

Несмотря на то, что экопсихология достаточно молодая наука, первые идеи, близкие к современной экопсихологии, появились ещё в античные времена.

Древнегреческие философы утверждали, что человек является частью природы и тесно взаимодействует с окружающим миром.

Так, Чарльз Дарвин указал на роль окружающей среды в формировании эволюции. Эта идея была быстро применена к взаимодействию человека с окружающей средой.

Однако систематически изучать связь человека и среды начали лишь в XX веке. Например, известный всему миру Зигмунд Фрейд в своей книге 1929 года «Цивилизация и её недовольства» обсуждал основные противоречия между цивилизацией и индивидуумом. Он признавал взаимосвязь между внутренним миром человеческого разума и внешним миром окружающей среды [2, с. 72].

В начале 1960-х годов американский учёный-исследователь Роберт Гринуэй начал исследовать и разрабатывать концепцию, которую он описал как «брак» между психологией и экологией. Он предположил, что «разум – это природа, а природа – разум», и назвал свое исследование психоэкологией. Свое первое эссе на эту тему Гринуэй опубликовал в 1963 году. А уже в 1969 году он начал преподавать этот предмет в Университете штата Сонома [2, с. 91].

Ещё один американский психолог Теодор Роззак считал, что психология должна учитывать отношения индивида с природой, поскольку окружающий мир оказывает значительное влияние на восприятие реальности, эмоции и поведение. Его концепция привлекла внимание многих исследователей в конце 70-х годов прошлого века. И вскоре были сформулированы ключевые принципы новой науки.

1. Человек как часть экосистемы. Согласно экопсихологическому подходу, каждый человек неразрывно связан с природной средой обитания. Окружающие ландшафты, климатические и антропогенные условия, флора и фауна влияют на развитие личности, формирование мировоззрения и даже ментальное здоровье. Психологи отмечают положительное воздействие природы на эмоциональное благополучие человека: прогулки среди деревьев снижают уровень стресса, улучшают настроение и повышают концентрацию внимания.

2. Ещё один важный аспект – экоидентичность. Это чувство принадлежности к природе, осознание себя частью живой системы Земли. Чем сильнее развита экоидентичность, тем ответственнее человек относится к окружающей среде. Люди с высокой степенью идентификации с природой чаще участвуют в экологически значимых инициативах, стремятся сохранить природные ресурсы и минимизировать своё негативное воздействие на природу [2, с. 114].

По словам американского учёного и романиста Теодора Рошака, некоторые принципы экопсихологии таковы [2, с. 99].

1. «Существует синергетическое взаимодействие между планетарным и личным благополучием».

2. «Ядро разума – экологическое бессознательное».

3. «Цель экопсихологии – пробудить врожденное чувство экологической взаимности, заложенное в экологическом бессознательном».

4. «Содержание экологического бессознательного представляет собой... живую летопись эволюции».

5. «Важнейшим этапом развития является жизнь ребенка».

6. «Экологическое эго развивается в направлении чувства этической ответственности за планету».

7. «Все, что способствует развитию малых социальных форм и расширению личных прав и возможностей, питает экологическое эго».

Отечественная наука всерьез начала заниматься изучением экологической психологии лишь в 90-е годы XX века. Причиной тому послужили нарастающие экологические кризисы, для предотвращения и минимизации которых требовалась перестройка общественного сознания. В качестве предмета экологической психологии как раз выступает экологическое сознание – индивидуальное или общественное. Одним из ведущих специалистов в области экологической психологии в России на данный момент является Виктор Иванович Панов. По его мнению, психологическая экология занимается изучением влияния физических, химических, радиационных и других психогенных факторов внешней физической

среды на психическое и психологическое здоровье человека, на развитие психических функций и поведение [2, с. 183]. Наиболее известным примером являются исследования, посвященные так называемому «Чернобыльскому следу».

Несмотря на то, что в России данное психологическое направление пока не имеет общепринятого понимания, с 1996 г. регулярно проводятся Российские конференции по экологической психологии, где широко обсуждаются её значимость и проблематика в условиях современного общества.

Обратимся к современным нормативным документам в области российского образования, в частности к «Закону «Об образовании». В нём декларируется, что образовательная организация должна создавать стабильные условия и использовать технологии, которые содержат минимальный риск по нанесению вреда личности, создавать условия для раскрытия и развития личностного потенциала. Вместе с тем экология образовательной среды далека от благополучия. К факторам риска, которые негативно сказываются на развитии и здоровье учащихся, можно отнести следующие [3, с. 77]:

- макрофакторы (социальная нестабильность и криминализация общества, социальное расслоение, обострение социально-экономической и социальнополитической подсистем общества);

- специфику функционирования социальных институтов (агрессивность информационной среды, девальвация духовно-нравственных ценностей и лояльность общества по отношению к асоциальному поведению);

- факторы социального риска образовательной среды (дегуманизация и рост насилия в образовательной среде, интенсификация учебного процесса, педагогическая тактика, провоцирующая возникновение стресса у учащихся);

- групповые факторы, обусловленные пребыванием учащегося в группе социального риска (неформальные молодежные группировки, деструктивные религиозные организации);

- негативные поведенческие особенности детей и молодежи (девиантное, аддиктивное, виктимное, асоциальное поведение и пр.), вследствие усвоенных в

процессе социализации асоциальных норм, ценностей и мировоззренческих установок.

В связи с этим всё больше возрастает роль воспитания и образования в формировании положительного взаимодействия детей и молодёжи с природой. Родители, педагоги и общественные организации могут формировать осознанность и ответственность подрастающего поколения по отношению к природе и самому себе с раннего возраста.

Целесообразность применения экопсихологического подхода к проектированию образовательной среды объясняется следующими причинами.

Во-первых, образовательная организация не может оградить детей и молодёжь от негативных влияний социальной среды, но в состоянии включить их деятельность по противодействию социальным угрозам личности и обществу.

Во-вторых, совершенствование внутренней среды образовательной организации является действенным фактором сохранения и укрепления здоровья учащихся, подготовки их к безопасной жизни в социуме.

Таким образом, видим, что экопсихологические исследования имеют большое значение для решения современных проблем человечества. Понимание механизмов воздействия природных факторов на человеческое сознание помогает создавать эффективные программы защиты природы, разрабатывать стратегии устойчивого развития городов и проводить профилактику стрессов и депрессий, связанных с городской жизнью. То есть экопсихология представляет собой перспективное направление психологической науки, способствующее гармоничному сосуществованию человека и природы. Продолжение исследований в данной области позволит создать благоприятные условия для сохранения здоровья населения и устойчивости биосферы нашей планеты.

Список литературы

1. Кисляков П.А. Экопсихология образовательной среды: подходы к проектированию и мониторингу / П.А. Кисляков // Экология человека. – 2017. – Т. 24. №4. – С. 42–50 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://hum-ecol.ru/1728-0869/article/view/16815/ru_RU (дата обращения: 12.04.2025). DOI 10.33396/1728-0869-2017-4-42-50. EDN YJBVMJ
2. Панюкова Ю.Г. Отечественная экопсихология: направления исследований и методический инструментарий / Ю.Г. Панюкова. – СПб.: Нестор-История, 2020. – 312 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3MTkvx> (дата обращения: 12.04.2025).
3. Шмелева И.А. Экопсихология: научные основы и духовные истоки / И.А. Шмелева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Международные отношения. – 2005. – №1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/ekopsihologiya-nauchnye-osnovy-i-duhovnye-istoki> (дата обращения: 03.04.2025).