
ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ В КОНТЕКСТІ ТЕОРІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СИСТЕМ

УДК 159.923.3 – 504

МУНАСИПОВА-МОТЯШ І.А.

кандидат біологічних наук,
доцент кафедри екологічної психології та
психічного здоров'я Чернігівського
національного педагогічного університету
імені Т.Г. Шевченка, м. Чернігів

В статті розглядається проблема психічної саморегуляції та екопсихологічного реагування як одна з найбільш важливих проблем екологічної психології. Обговорюється модель психічної саморегуляції екологічної свідомості в екстремальних умовах адаптації в світлі теорії функціональних систем.

Ключові слова: саморегуляція, психічна саморегуляція, функціональна система, екологічна свідомість.

ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ В КОНТЕКСТЕ ТЕОРИИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СИСТЕМ

В статье рассматривается проблема психической саморегуляции и экопсихологического реагирования как одна из наиболее важных проблем экологической психологии. Обсуждается модель психической саморегуляции экологического сознания в экстремальных условиях адаптации в свете теории функциональных систем.

Ключевые слова: саморегуляция, психическая саморегуляция, функциональная система, экологическое сознание.

Постановка проблеми.

Проблема психічної саморегуляції та екопсихологічного реагування є однією з найбільш важливих проблем екологічної психології. Потреба в дослідженнях психічної саморегуляції екологічної свідомості обумовлена тим, що актуальне, повсякденне життя людини і «важкі» обставини життєдіяльності, які мають місце, постійно звернені до необхідності адекватної саморегуляції станів.

Поняття «регулювання» тісно пов'язане з основними функціями психічного — відтворенням і регуляцією, що традиційно виділяються в психології. Похідними від поняття «регулювання» є гетеро- і саморегуляція. Виділяючи саморегуляцію як об'єкт нашого дослідження ми спираємося на уявлення не тільки про мимовільну саморегуляцію, а ще й на довільність, усвідомленість цього процесу, метою якого є зміна власної активності суб'єктом, контроль і корекція результатів.

У контексті даних уявлень наше звернення до вивчення саморегуляції екосвідомості обумовлене недостатньою дослідженістю цього процесу, при його очевидній значущості, як в загальній, так і в прикладних галузях психології. У теоретико-методологічному плані в психології до теперішнього часу відсутні теоретично обґрунтовані уявлення, що експериментально опрацювали б системно-функціональні механізми регуляції екологічної свідомості, психічних станів: не вивчені залежності між окремими складовими регуляторного процесу, регуляторними механізмами, з одного боку, і динамічними змінами станів в ході регуляції: формами, напрямками специфікою перебудови, типовими проявами тощо, — з іншого. Недостатньо досліджений вплив екосвідомості на регуляцію станів: роль категоріальних структур, особистісних сенсів, усвідомленості образів станів тощо. Окремий аспект пов'язаний з роллю психічних процесів та індивідуальних особливостей особистості в процесі саморегуляції, наприклад, в ініціації змін психічних станів та ін. Не вивчено становлення, розгортання і розвиток системно-функціональних механізмів саморегуляції, а також їх зміни в ході життєдіяльності.

Особливо актуальна дана проблема для практичних цілей: розробка методик, тренінгів, технологій психологічного супроводу адаптації в екстремальних умовах тощо, край необхідних для гармонізації психічної сфери людини в скрутних і нестійких умовах життя сучасного суспільства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. При взаємодії з навколишнім світом людина безперервно стикається з ситуацією вибору різних способів реалізації своєї активності залежно від поставлених цілей, індивідуальних особливостей, умов оточуючої дійсності, особливостей людей, що взаємодіють з нею. У ситуації вибору зменшення невідзначеності можливе лише завдяки засобів регуляції, а у разі психологічної регуляції — засобів саморегуляції в тому сенсі, що людина сама досліджує ситуацію, програмує свою активність, контролює і корегує результати.

«Регулювати», згідно визначенню, даному в «Словнику української мови» [7] означає: 1) впорядковувати що-небудь, керувати чимось, підкоряючи його відповідним правилам, певній системі; 2) досягати нормальної роботи машини, установки, механізму і т. ін., забезпечуючи злагоджену взаємодію складових частин, деталей. Зменшуючи або збільшуючи швидкість, величину і т. ін., досягати потрібної сили, належного ступеня вияву чого-небудь. Ці визначення відобража-

ють різні сторони психічної саморегуляції.

Пошук оптимального рішення відбувається шляхом самоврядування і саморегуляції. Ці два поняття не ідентичні. Самоврядування пов'язане з постановкою цілей самим суб'єктом діяльності і спілкування, з передбаченням відданих результатів. Що стосується саморегуляції, то як пише Г.С. Нікіфоров [5] додавання займенникового прикметника «само» до того або іншого іменника, має цілком певне словотворче значення, сенс якого полягає в позначенні спрямованості дії на того, хто її проводить. Об'єктом регуляції для людини в даному випадку є її власні вчинки і дії, властиві їй психічні явища (процеси, стани, властивості). Саме у останньому випадку, коли людина регулює власну психічну сферу, ми маємо справу з психічною регуляцією.

Саморегуляція має дві форми — довільну і мимовільну. Довільна саморегуляція (усвідомлена) пов'язана з цільовою діяльністю, тоді як мимовільна (неусвідомлена) пов'язана з життєзабезпеченням, не має цілей і здійснюється в організмі на основі еволюційних норм, що склалися. Разом з тим, самоврядування і саморегуляція мають схожість: всі вони направлені на досягнення оптимального рівня життєдіяльності суб'єкта. Досягнення оптимального рівня функціонування суб'єкта є метою, а самоврядування і довільна саморегуляція — механізмами реалізації цієї мети, завдяки якій і відбуваються закономірні зміни елементів всієї системи психічних явищ.

Розглядаючи склад і функцію саморегуляції, ми тим самим піднімаємо питання про його механізм. На думку Є.І. Бойка [5], термін «психологічний механізм» завжди припускає співвідношення його з тим або іншим процесом і нерозривний зв'язок з матеріальним субстратом. Розкрити механізм чого-небудь — це, означає, проникнути в його внутрішній устрій (будову), з'ясувати взаємозв'язок і взаємозалежність частин і елементів цілого та пояснити суть предмету (процесу), його необхідний закономірний хід і його неминуче виникнення в тих або інших умовах [5]. Цілком зрозуміло, що саморегуляція не може здійснюватися без наявності того, що власне регулюється, перевіряється, корегується. З іншого боку, в саморегуляції її складові повинні відповідати еталону. Контрольована і еталонна складові, процес звірення і оцінки ступеня їх збігу формують інформаційний зміст механізму саморегуляції. Канали прямого і зворотного зв'язку, мозкове представництво операції звірення є структурними компонентами механізму саморегуляції.

Механізми саморегуляції мають місце вже на клітинному рівні організації життєдіяльності людини. В основі єдності і цілісності організму людини, як біологічної системи, лежать два взаємозв'язані види саморегуляції: гуморальна або хімічна, і нервова. Через їх взаємодію здійснюється саморегуляція фізіологічних функцій за гомеостатичним принципом, що полягає в підтримці біологічних констант або еталонів організму в необхідних межах. Як приклад таких констант можна назвати рівень концентрації цукру в крові, вміст в ній вуглекислого газу і кисню, температуру тіла, рівень артеріального тиску та ін. Саморегуляція за гомеостатичним принципом полягає в тому, що та або інша контрольована складова безперервно звіряється в механізмі саморегуляції з відповідним біологічним еталоном, і якщо в результаті звірення виробляється сигнал розузгодження, то це є поштовхом до відновлення порушеної рівноваги.

Саморегуляція пронизує всі психічні явища, властиві людині, — саморегуляція окремих психічних процесів: відчуття, сприйняття, мислення і др.; саморегуляція власного стану, або уміння управляти собою, що стало властивістю людини, рисою її характеру в результаті виховання і самовиховання, включаючи саморегуляцію соціальної поведінки суб'єкта [5]. Однією з особливостей саморегуляції є її ієрархічність, пов'язана з рівнями психічного відтворення. На думку К.А. Абульханової-Славської [5] може бути виділена ступінчастість психічної регуляції: регуляція психічних процесів; дій за допомогою цих психічних процесів; обставин життя за допомогою цих дій; управління собою в процесі зміни цих обставин.

У діяльності, як у фокусі, перетинаються всі психічні явища, і якнайповніше виявляє свою присутність в ній саморегуляція. Мотив розуміється як спонuka до діяльності, пов'язана із задоволенням певних потреб, цілей, намірів [5]. Відмітною особливістю людської діяльності є її цілеспрямований характер. Функція саморегуляції в свідомості людини настільки важлива, що в нормальних умовах ми не можемо собі уявити направленої цільової дії без свідомої регуляції. Будь-яка предметна дія людини складається з окремих рухів, що є способом здійснення дії. Система рухів, що входять в ту або іншу дію, підпорядкована досягненню мети, яка стоїть перед нею. Рухи можуть регулюватися усвідомлено і неусвідомлено. Проте, у міру тренування виконання рухів автоматизується настільки, що спочатку усвідомлений характер їх регуляції стає неусвідомленим. Відповідно до принципу

довільності, як наголошувалося нами вище, слід розрізняти довільний і мимовільний види саморегуляції. Дії називаються довільними, якщо вони доступні самоконтролю.

Розгляд проблеми регуляції психічної діяльності буде недостатнім без аналізу інших, перш за все, біологічних (фізіологічних) концепцій регуляції. Кажучи про біологічну регуляцію, перш за все, розуміється нейрогуморальна регуляція психічної діяльності. Біологічне регулювання психічної діяльності можливе, оскільки сама психіка є функцією центральної нервової системи [1]. Таким чином, природно, що при зміні стану головного мозку, а також хімічного складу крові змінюється психічна діяльність людини.

Величезний внесок у дослідження проблеми біорегулювання зробив Б.Г. Ананьев. Він вважав, що будь-яка біологічна система, зокрема головний мозок людини, є складною організацією контурів регулювання з множинним ланцюгом ланок, що включають об'єкти регулювання, вимірювальні і виконавчі пристрої, механізми зворотного зв'язку, що забезпечують постійність регульованої величини.

М.О. Бернштейн виділив п'ять рівнів побудови руху, а також він розробив схему рефлекторного кільця, в якому є моторні «виходи» (ефектор), сенсорні «входи» (рецептор), робочий об'єкт, та декілька центральних блоків, — блок перешифрування, програма, задаючий прилад і прилад звірення [5]. Уявлення про рефлекторне кільце лягло в основу формування функціональної системи (за П.К. Анохіним). П.К. Анохін [1] запропонував модель організації і регуляції поведінкового акту, в якій є місце для всіх основних психічних процесів і станів. Початкова ланка цієї моделі має назву аферентний синтез. Він включає в себе наступні складові: ситуаційна аферентація, що представлена сукупністю різноманітних дій, яким піддається людина, що опинилася в тій або іншій ситуації. Багато пов'язаних з нею стимулів можуть виявитися неістотними, і лише деякі з них, ймовірно, викличуть інтерес — орієнтовну реакцію. Ці чинники мають назву «пусковий стимул» [1].

Перш ніж викликати поведінкову активність, ситуаційна і пускова аферентація повинні бути сприйняті, тобто суб'єктивно відображені людиною у вигляді відчуттів і сприйнять, взаємодію яких з минулим досвідом (пам'яттю) породжують образ. Сформувавшись, образ сам по собі поведінки не викликає. Він обов'язково повинен бути співвіднесений з мотивацією і тією інформацією, яка зберігається в пам'яті. Порівняння образу з пам'яттю і мотивацією через свідомість

приводить до ухвалення рішення, виникнення в свідомості людини плану і програми поведінки: декількох можливих варіантів дій, які в даній обстановці і за наявності заданого пускового стимулу можуть привести до задоволення наявної потреби. У ЦНС очікуваний підсумок дій представлений у вигляді своєрідної нервової моделі — «акцептора результату дії». Коли він заданий і відома програма дії, починається процес здійснення дії. З самого початку виконання дії в її регуляцію включається воля, і інформація про дію через зворотну аферентацію передається в ЦНС, звіряється там з акцептором дії, породжує певні емоції. Туди ж через деякий час потрапляють і відомості про параметри результату вже виконаної дії.

Основне правило саморегуляції, сформульоване П.К. Анохіним, полягає в запуску системи коректувань при виробленні акцептором результату дії сигналу розузгодження між тим, що повинно бути і тим, що вийшло. Якщо параметри виконаної дії не відповідають акцептору дії (поставленій меті), то виникає негативний емоційний стан, що створює додаткову мотивацію до продовження дії, її повторення за скоректованою програмою до тих пір, доки отриманий результат не співпаде з поставленою метою (акцептором дії). Якщо ж цей збіг відбувся з першої спроби виконання дії, то виникає позитивна емоція, що припиняє дію.

Розглядаючи психологічні концепції регуляції психічної діяльності людини, як носія вищих форм психіки, який сам приймає цілі своїх виконавчих дій, і сам же реалізує їх доступними і прийнятними для нього засобами, які також у ряді випадків визначає сам, можна говорити про усвідомлену саморегуляцію. Під усвідомленою саморегуляцією О.О. Конопкіним розуміється системно-організований процес внутрішньої психічної активності людини по ініціації, побудові, підтримці і управлінню різними видами та формами довільної активності, що безпосередньо реалізує досягнення мети, що приймається людиною [2; 3].

Довільна усвідомлена активність є однією з найбільш загальних і істотних форм прояву суб'єктивності людини, яка забезпечує досягнення поставленої мети. У понятті «суб'єкт» в даному випадку акцентується, в першу чергу, активний, діяльнісний початок людини, реалізуючи який, вона здійснює свої реальні взаємини з навколишнім світом. О.О. Конопкін вважає, що системно-функціональний підхід до аналізу структури регуляторних процесів є найбільш адекватним для побудови загальної концептуальної моделі

процесу усвідомленої саморегуляції. Це означає, що процес усвідомленої саморегуляції повинен бути відображений як цілісна, замкнута по структурі, але інформаційно відкрита система, що реалізовується взаємодією функціональних ланок, підставою для виділення яких є властиві їм специфічні регуляторні функції, системну «співпрацю» яких реалізує цілісний процес регуляції, що забезпечує досягнення прийнятої суб'єктом мети [2; 3].

При всій різноманітності проявів саморегуляція має наступну структуру: прийнята суб'єктом мета діяльності, суб'єктивна модель значущих умов, програма виконавчих дій, система суб'єктивних критеріїв досягнення мети, контроль і оцінка реальних результатів, рішення про корекцію системи саморегулювання. Всі ланки регуляторного процесу, будучи інформаційними утвореннями, системно взаємопов'язані і отримують свою змістовну та функціональну визначеність лише в структурі цілісного процесу саморегуляції.

У контексті вивчення особистісної саморегуляції Ю.А. Міславський [4] включає до складу структурно-функціональних компонентів системи саморегуляції особистості наступні складові: цінності і цілі, ідеали і образ «Я», а також рівень домагань і самооцінювання (самооцінку). Ці компоненти, на думку автора, зіставимі з моделлю усвідомленої регуляції О.О. Конопкіна і є процесуальною, динамічною формою існування цих компонентів, як системи, що детермінує активність особистості.

На думку Б.В. Зейгарник А.Б. Холмогорової та Є.С. Мазур [5], запропонована О.О. Конопкіним модель усвідомленої саморегуляції може бути віднесена до моделі першого рівня саморегуляції — операціонально-технічного (пов'язаного з свідомою організацією дії за допомогою засобів, направлених на її оптимізацію). Автори пропонують виділити другий рівень саморегуляції — мотиваційний, пов'язаний з організацією загальної спрямованості діяльності за допомогою свідомого управління своєю мотиваційно-потребовою сферою. До нього вони включають дві форми: саморегуляцію як вольову поведінку і саморегуляцію як одну зі складових переживання. Специфіка другої форми саморегуляції, її основна відмінність від волі, що також виконує функцію управління мотиваційною сферою, полягає в спрямованості на гармонізацію останньої, усунення конфліктів і суперечностей на основі свідомої перебудови і породження сенсів, в той час, як воля спрямована, перш за все, на подолання перешкод на шляху досягнення мети. До складу цього рівня входять рефлексія і сенсоутворен-

ня. Рефлексія дозволяє людині зайняти зовнішню позицію по відношенню до себе і своїх дій, а сенсоутворення призводить до формування нової смислової системи через устанавлення зв'язку між ціннісною сферою особистості і нейтральним змістом певних переживань в емоційно заряджений сенс.

Важливим внеском у розробку проблеми регуляції саморегуляції є узагальнена модель регуляції психічної діяльності Ю.Я. Голікова і А.Н. Костіна. Методологічною основою моделі являється поєднання системного і міжсистемного підходів, що відображає, на думку авторів [5], як цілісність, так і нестійкість, нерегульованість процесів регуляції. Модель психічної активності розділяється на три типи: поточна, ситуативна і довгострокова. Поточна активність ініціалізується необхідністю забезпечення безпосереднього реагування на події, ситуативна — пошуком виходу з деякої ситуації, довгострокова — формуванням загальної стратегії поведінки. Ці джерела психічної активності лежать в трьох різних сферах, які якісно відрізняються між собою і не можуть бути зведені один до одного. Тому психічна регуляція в цілому включає три самостійні системи: поточну, ситуативну і довготривалу регуляції.

У кожній з систем виділяється по три рівні регуляції. У системі поточної регуляції це рівні активаційно-енергетичної стабілізації, безпосередньої взаємодії і опосередкованої координації, в системі ситуативної регуляції — рівні ситуативного реагування, емоційного оволодіння і тілесної спрямованості, в системі довгострокової регуляції — рівні програмно-цільової організації, особистісно-нормативних змін і світоглядних корекцій.

Ініціюючим чинником процесів регуляції, розглядається невідповідність між об'єктивною дійсністю і суб'єктивним, «внутрішнім світом» людини, що виникає внаслідок суб'єктивно значущих змін в них. Людина прагне оцінити і зрозуміти зміни, що відбуваються, тобто подолати вказану невідповідність, що і направляє, організовує її подальшу активність. Ступінь невідповідності визначає як тип психічної активності (поточну, ситуативну, довгострокову), так і клас проблемності (або різні форми невідповідності — невизначеності, неоднозначності, утруднення): проблемні моменти (коли відмічається незначний ступінь невідповідності), проблемні ситуації (з достатньо істотним ступенем невідповідності) і проблеми (з найбільш серйозним ступенем невідповідності). Дані класи проблемностей є засобом змістовного аналізу особливостей психічної активності і регуляції.

Говорячи про психологічні концепції регуляції поведінки та діяльності людини, не можна обійти увагою теоретичну модель функціональної системи психічної регуляції поведінки та діяльності Н.І. Чуприкової [8]. Система, запропонована авторкою, характеризує психіку сучасної дорослої людини. Вона ґрунтується на наступних основних принципах:

1. Відображення наочної об'єктивної дійсності, що існує в даний момент часу в даному просторі.
2. Антиципація подій, що можуть відбутися в майбутньому або що мають місце за межами наявної в даний момент ситуації.
3. Відображення потреб організму, потреби людини як біосоціальної істоти і особистості.
4. Відображення значення для організму і особистості (позитивне або негативне) тих або інших зовнішніх чинників, власних внутрішніх станів, а також результатів взаємодії суб'єкта з світом, результатів його поведінки і діяльності.
5. Наявність відомостей про психіку інших людей, про те, що і як знаходить відтворення в їх психіці, відомостей про їх цілі і наміри, а також повідомлень їх про зміст своєї власної психіки.
6. Використання відомостей про результати відтворення дійсності, про процеси і результати поведінки і діяльності, що мали місце в минулому досвіді.

Н.І Чуприкова зазначає, що під пункти 1 і 2 підпадають пізнавальні процеси (включаючи процеси уяви), під пункт 3 — потреби, потяги, мотивації, під пункт 4 — емоції і відчуття, під пункт 5 — мова і процеси невербальної комунікації, під пункт 6 — пам'ять. Запропонована авторкою система є функціональною і тому ієрархічною. У ній воля не рядоположна з іншими психічними процесами, вона займає місце центру, до якого всі вони сходяться, в якому формуються цілі і програми поведінки та діяльності, що адресуються до виконавчих органів, а також зворотні впливи, що управляють, роботою всіх інших каналів відтворення.

Так, зокрема, під впливом центрального контуру управління пізнавальної активності суб'єкта в фокусі може опинитися самий різний наочний зміст з реально наявного оточення. Це процеси уваги. Схема даної функціональної системи не є результатом емпіричного узагальнення. Вона виведена теоретично і в цьому сенсі є ідеальною концептуальною моделлю психічної регуляції поведінки і діяльності. Разом з тим, за своїм змістом, принципами та ієрархічною будовою

вона в цілому концептуально співпадає із запропонованою П.К. Анохіним фізіологічною схемою функціональної системи поведінкового акту і може розглядатися як її ускладнений і модифікований варіант стосовно психіки людини. Вирішуючи питання розірваності в сучасній психологічній науці двох областей знань – «психології особистості» та психології, що вивчає психічні процеси, Н.І Чуприкова пропонує здібності віднести до характеристики стійких особливостей (переважно пізнавальних і мовних процесів), а творчі здібності — до характерних особливостей антиципаційних процесів; характер і вольові якості особистості — до проявів стійких особливостей регуляції поведінки і діяльності; стійкі особливості емоцій, потреб і мотивів — до характерних стійких рис емоційної і потребово-мотиваційної сфер особистості. Правда, у запропонованій функціональній системі немає такої підструктури, як темперамент. Роль властивостей темпераменту у поведінці і діяльності дуже значна. Вони опосередковують протікання всіх без виключення психічних процесів та впливають на індивідуальні стійкі особливості всіх підструктур особистості. Тому у запропонованій моделі, на відміну від традиційного емпіричного уявлення, підструктура темпераменту не рядоположна іншим підструктурам особистості, а виступає цілісним та глибинним фізіологічним рівнем її ієрархічної організації, загальним для решти всіх підструктур.

Результати теоретичного аналізу.

Розглядаючи проблему саморегуляції в контексті екологічної психології, відмічаємо, що подолання зазначеної вище проблеми детермінації способу людського буття і суто людських видів довільної активності через свідомість і особистість, вирішується приналежністю регуляторики свідомості суб'єктові та її зв'язком з суб'єктною активністю особистості, що в понятійному апараті екологічної психології реалізується категорією ставлення «я» до дійсності. На думку В.О. Скребця категорія свідомості, ставлення «я» до дійсності детермінована [6]:

- а) психічними станами суб'єкта, котрі обумовлені єдністю всіх психічних процесів (емоцій, волі, уяви, мислення, пам'яті тощо);
- б) реальним станом об'єктивної дійсності (екології). Цим самим свідомість екологічно інтенційована, тобто спрямована в екологічну площину. Сюди ж належать і конкретні знання щодо довкілля, емпіричні та наукові уявлення, оцінки, норми, моделі, прогнози тощо;

- в) соціальним, культурним, моральним усім життєвим досвідом (звичайно, у складі індивідуальної чи (і) суспільної життєдіяльності);
- г) співвідношенням і змістом виразливо рефлексованих (усвідомлюваних) і тих, що невиразно відчуваються (підсвідомих) суб'єктивно значущих цінностей;
- д) характером мовно-мисленневих, логіко-семантичних операцій переробки і психологічної інтерпретації усіх шойно позначених детермінант. Від цієї складової залежить глибина, рівні узагальнень, ступінь інтегрованості, адаптивна доцільність екологічної свідомості, що індикативно проявляється тією чи іншою об'єктивованістю суб'єктивної картини світу.

Таким чином, за визначенням В.О. Скребця, свідомість являє собою психологічну єдність ряду взаємопов'язаних структур: психічного відтворення природного і штучно створеного людиною зовнішнього середовища; психічного виділення власного «я» у цьому світі, тобто чітке виокремлення суб'єкта і об'єкта життєдіяльності («я» і «не-я» сутності); саморефлексії та саморегуляції, завдяки яким утворюється відчуття причетності, формується ставлення «я» до дійсності [6].

В екологічній свідомості виділено дві складові — психічне відтворення середовища і психічне виділення із нього власного «я», що потребує для організації життєдіяльності третьої складової — саморефлексії і саморегуляції екологічної «я-сутності» [6]. Застосувавши принципи теорії функціональних систем до саморегуляції екологічної свідомості, у першому наближенні отримуємо теоретичну модель її саморегуляції, подібну до запропонованої Н.І. Чуприковою.

Нагадаємо, що схема П.К. Анохіна ієрархічна, вона має своїм центром блок ухвалення рішення. У ньому інтегрується інформація з боку ситуаційної і пускової аферентації, домінуючої мотивації і інформація, що надходить з пам'яті. У блоці ухвалення рішення формуються команди до виконавчих органів, а також апарат акцептора дії, який можна розглядати як представленість в психіці мети поведінкового акту. Провідним системоутворюючим чинником кожної функціональної системи поведінкового акту, за П.К. Анохіним, є досягнення системою кінцевого пристосувального результату, представленого в апараті відповідного блоку – акцептора результату дії. Якщо такий результат не досягається, система перебудовується, здійснює новий синтез доступної нею інформації [1].

Отже, при певних змінах у навколишньому середовищі, виникає потреба в адаптації до екстремальних умов (наприклад, екологічна катастрофа), яка викликає негативний суб'єктивний психоемоційний стан та запускає стадію аферентного синтезу. Аферентний синтез у цьому випадку, на нашу думку, забезпечується перцептивною (ситуаційна і пускова аферентація) та інтелектуально-мнестичною діяльністю психіки (зворотний зв'язок). Цей зв'язок забезпечується значимими переживаннями та очікуваннями, суб'єктивним образом світу, в компонентах якого відображений індивідуальний, етнічний, суспільний та науковий досвід. Сукупно вони складають підґрунтя для переходу системи до рівнів саморегуляції екологічної свідомості. Стадія аферентного синтезу завершується переходом на стадію прийняття рішення та формування апарату акцептора результатів дії, який важливий не тільки для корегування діяльності (формування мети поведінкового акту), а й забезпечення компліцитності екологічної свідомості. Компліцитність визначається як залученість, особистісна участь, уособленість переживання щодо того, що сприймається з довілля об'єктивно й реально чи впливає з уяви. Компліцитність екологічної свідомості забезпечується суб'єктивною значущістю того, що є у складі імпліцитно-експліцитного змісту світосприйняття й формує основу щодо екологічної дійсності для прийняття рішень, вчинків, окремих дій та діяльності в цілому. Якщо екологічні цінності та особистісна причетність до сприйняття довілля увійдуть до апарату акцептора результатів дії, то буденна свідомість набуває екологічного сенсу.

Центральний блок функціональної системи – ухвалення рішення забезпечується, на нашу думку, «Я»- концепцією особистості і спрямовується її ціннісними орієнтаціями, екологічними диспозиціями, ціннісними ставленнями, на основі яких будується програма власне виконавчих дії (стадія еферентного синтезу). За наявності рішення відбувається еферентний синтез, що мобілізує ресурси пам'яті, інтелектуально-мнестичної діяльності, а також вже існуючі та нові рухові програми. На основі еферентного синтезу будується конкретна програма дій, направлених на досягнення корисного пристосувального результату. Паралельно з програмою дії продовжує формуватися акцептор результату дії, який є апаратом прогнозування параметрів майбутнього результату адаптивної дії. Створюється уявлення про те, якими повинні бути відчуття, у разі досягнення бажаного результату дії. Для втілення програми дії в конкретну активність (дія або

вчинок) певно потрібна мобілізація волі та вольових якості особистості і залучення її екоціннісних диспозицій. Як зазначалося вище, основне правило саморегуляції, сформульоване П.К. Анохіним, полягає у порівнянні параметрів виконаної дії з акцептором дії (поставленою метою) – стадія зворотної аферентації, в якій представлені оцінки (зміст екологічних дій та вчинків). При розузгодженні відповідних параметрів (як це буває у екстремальних умовах адаптації) виникає негативний емоційний стан (у термінах екопсихології – суб'єктивний психоемоційний стан), що створює додаткову мотивацію до продовження дії. Якщо ж цей збіг відбувся з першої спроби виконання дії, то виникає позитивна емоція, що припиняє її. У такому разі поведінка суб'єкта спрямовується на реалізацію наступної домінуючої потреби, а в результаті досягається екоатрибутивність поведінки і діяльності. Запропонована нами теоретична модель, звичайно, не є повним відображенням процесів саморегуляції екологічної свідомості в екстремальних умовах адаптації, а лише спробою розглянути це надзвичайно складне і багатогранне явище у світлі теорії функціональних систем та системних аспектів психічної діяльності. Поза сумнівом, заслуговують на увагу етапи психічної адаптації, як вони подаються В.О. Скребцем у віддалених наслідках екопсихогенної катастрофи. Проте це буде предметом окремого аналізу.

Висновки. Отже, застосувавши принципи теорії функціональних систем до саморегуляції екологічної свідомості, у першому наближенні отримуємо теоретичну модель її саморегуляції в екстремальних умовах адаптації. Відповідно до розглянутої моделі аферентний синтез забезпечується перцептивною (ситуаційна і пускова аферентації) та інтелектуально-мнестичною діяльністю психіки (зворотний зв'язок). Стадія аферентного синтезу завершується переходом на стадію ухвалення рішення та формування апарату акцептора результатів дії, який важливий не лише для корегування діяльності, а й забезпечення компліцитності екологічної свідомості. Якщо екологічні цінності та особистісна причетність до сприйняття довіклля увійдуть до апарату акцептора результатів дії, то буденна свідомість набуває екологічного сенсу. Центральний блок функціональної системи – ухвалення рішення забезпечується «Я»-концепцією особистості і спрямовується її ціннісними орієнтаціями, екологічними диспозиціями, ціннісними ставленнями, на основі яких будується програма власне виконавчих дії (стадія еферентного синтезу). За наявності рішення відбувається еферентний синтез,

що мобілізує ресурси пам'яті, інтелектуально-мнестичної діяльності, а також вже існуючі та нові рухові програми. Для втілення програми дії в конкретну активність (дія або вчинок) певно потрібна мобілізація волі та вольових якості особистості і залучення її екоціннісних диспозицій.

Література

1. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем / Анохин П.К. – М.: Медицина, 1975 – 347 с
2. Конопкин О.А. Функциональная структура саморегуляции деятельности и поведения // Психология личности в социалистическом обществе: активность и развитие личности / Конопкин О.А. – М.: Наука, 1989. – С. 56 – 79.
3. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) / Конопкин О.А. // Вопросы психологии. – 1995.– № 1. – С. 5 – 12.
4. Миславский Ю.А. Саморегуляция и творческая активность личности / Миславский Ю.А. //Вопросы психологии. – 1988. – № 3. – С.71— 78.
5. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности / Прохоров А.О. – М: ПЕР СЭ, 2005 – 352 с.
6. Скребець В.О. Екологічна психологія у віддалених наслідках екотехногенної катастрофи. К.: Видавничий дім «Слово», 2004. – 440 с.
7. Словник української мови: в 11 томах. — Том 8, 1977. — С. 480.
8. Чуприкова Н.И. Система понятий общей психологии и функциональная система психической регуляции поведения и деятельности Чуприкова Н.И. // Вопр. психол. – 2007. – № 2. – С. 4 – 16.

The problem of psychical self-regulation and psychical reacting as one of the most essential problems of ecological psychology is examined in the article. The model of psychical self-regulation of ecological consciousness in the extreme terms of adaptation in the light of theory of the functional systems is given.

Keywords: *self-regulation, psychical self-regulation, functional system, ecological consciousness*