ЭКАЛОГІЯ ГУКАВАГА АСЯРОДДЗЯ ЯК СРОДАК МІНІМІЗАЦЫІ СТРЭСАВЫХ НАСТУПСТВАЎ У ПОБЫЦЕ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ

Л.П. Кернажыцкая
Віцебск, УА "ВДУ ім.П.М.Машэрава"

Небяспечнае гукавае асяроддзе сучаснага жыцця чалавека становіцца фактарам стрэсавага ўздзеяння. Асабліва пакутуюць ад моцнага фізічнага і эмацыянальнага гукавага фону дзеці.

Як для жывелы, так і для чалавека, асабліва для дзіця, гук з'яўляецца пэўным сігналам для рэагавання (або ігнаравання) ў той ці іншай сітуацыі жыцця, з якой ен звязаны. Жыццевыя сітуацыі вызначаюць складаную гукавую класіфікацыю на нізкія і высокія, цяжкія і легкія, громкія і ціхія, грубыя і пяшчотныя і іншыя характарыстыкі. Праблема ўзнікнення фактаў стрэса ў працэсе ўздзеяння небяспечнай гукавай крыніцы вывучана недастаткова. Пільнай увагі патрабуе разгляд пытання папулярызацыі сярод бацькоў, педагогаў,грамадскасці вынікаў даследаванняў па дадзенай праблеме з мэтай прафілактыкі стрэсавых наступстваў праз небяспечнае гукавае ўздзеянне сярод дзяцей і моладзі.

Дзеці ранняга і дашкольнага ўзросту з'яўляюцца 1 групай рызыкі , да якой павінны скіроўвацца меры прафілактыкі стрэсавага ўздзеяння небяспечным гукам. Якую гукавую прастору выбіраюць падлеткі і моладзь для псіхічнай абароны ад стрэсаў, як гук становіцца небяспечным ў побытавых сітуацыях, выводзіць з эмацыянальнай раўнавагі і становіцца прычынай стварэння стрэсавых сітуацый, а далей – масавых захворванняў ці то правапарушэнняў школьнікаў, студэнтаў – важныя праблемы, вырашэнне якіх дапаможа вызначыць сродкі мінімізацыі стрэсавых наступстваў у 2 групе рызыкі , якую складаюць школьнікі, вучнёўская моладзь.

Мэтай нашага даследавання з'яўляецца вывучэнне асаблівасцей гукавага асяроддзя выхаваўчага працэсу дзяцей і моладзі, выяўленне прычын стрэсавага гукавага уздзеяння, а таксама вызначэнне мер папярэджвання стрэсавых фактараў у побытавых сітуацыях.

Гукавое асяроддзе асэнсоўваецца як гукавое акружэнне, або гукавы комплекс – сукупнасць прыродных або сацыяльных умоў, у якіх гук вызначаецца як фізічная з'ява.

Гукавое асяроддзе дзіця ўспрымае, з аднаго боку, ў дыферэнцыяцыі гукавых прадметаў, а з другога – у сінкрэтызацыі (непадзельным адзінстве) агульнага гукавага фона.

Праблему вывучэння гукавага асяроддзя сучаснага грамадства актуалізаваў у сваіх даследваннях Р. Меррэй Шэфер. Менавіта яму належыць праект пераўтварэння гукавага асяроддзя сучаснага грамадства з мэтай "паляпшэння аркестроўкі света". Аналізуючы і супастаўляючы адзін з адным гукавыя асяроддзі ўнытрывантробнага жыцця і жыцця пасля нараджэння, натуральных акустычных ландшафтаў прыроды з індустрыяльным асяроддзем, якое ўвайшло ў жыццечалавека ў якасьці "асноўнага тона", ускрываючы факты "шызафрэніі" як агульнага развіцця гукавага асяроддзя пад

Репозиторий ВГУ

уздзеяннем тэхнікі, шумавых сцэн, утвараемых наймагутнейшымі сродкамі ўзмацнення музыкі, спаборніцтва царкоўных званоў і паліцэйскіх сірэн, Р.М. Шэфер прапаноўвае аб'яднаць намаганні музыкантаў, акустыкаў, псіхолагаў, сацыелагаў. Асноўнымі задачамі даследчыкаў, на яго думку, павінны стаць "рэгістрацыя найважнейшых характарыстык гукавага асяроддзя, вывучэнне ўздзеяння разнастайных акустычных умоў на чалавека і яго паводзіны, даследванне магчымасцей голаса і слыха." [2, 201].

У сучасным гарадскім гукавым асяроддзі скрываецца важны фактар стрымлівання развіцця музычнага ўспрымання чалавека, для якога важным з'яўляецца тонкасць успрымання гукавых, эмацыянальна-пачуццевых рухаў. Сацыяльная адаптацыя да шумоў, адаптацыя да прыродных, гарадскіх, бытавых гукаў, і нават да музычных, - праблема вельмі значная. Працэсы ўрбанізацыі, глабалізацыі немагчыма спыніць. Для самазахавання ў чалавека працуюць унутраныя механізмы, якія аберагаюць псіхіку, але стрымліваюць развіцце ўспрымання і актывізуюць працэсы тармажэння. Чалавек слухае і не чуе, не запамінае, не акцэнтуе ўвагу на пэўных гукавых комплексах з-за велізарнага патоку інфармацыі.

Гукавыя інфармацыйныя перагрузкі аказваюць моцнае ўздзеянне на запавольванне працэсу развіцця не толькі музычнага ўспрымання, а ўспрымання ў цэлым. Таму вельмі важна асэнсоўваць праблему ўздзяння гука, пэўных гукавых комплексаў на слыхавое ўспрыманне ўвогуле і на развіцце музычнага ўспрымання, як працэса больш адчувальных слыхавых рэакцый, у прыватнасці.

Напачатку XXI стагоддзя чалавецтва рэальна асэнсоўвае небяспеку акустычнага забруджвання ў паступовым зніжэнні ўзроўню слыхавага ўспрымання. Шум з'яўляецца найважнейшым стрэсавым фактарам, які пагаршае жыццевае асяроддзе ў гарадскіх умовах. Вытворчасць нараджае шум працай тэхналагічнага абарудавання, транспартных сродкаў. Вуліцы горада напаўняюцца шумам гарадскога транспарта і вулічнага натоўпу. У хатніх умовах адзначаюць шум, які нараджаецца побытавымі электрапрыборамі, а таксама радые-, тэле- і аудыаапаратурай і інш. У сукупнасці гэтыя крыніцы ствараюць пастаянны гукавы фон, які суправаджае чалавека напрацягу ўсяго яго жыцця. Гэты шум неперыядычны: яго ўзровень то павялічваецца, то спадае, ен узнікае знянацку ці паступова нарастае, мае розную працягласць. [1, 53].

Ігнараванне вырашэння праблемы забруджвання гукавага асяроддзя вядзе за сабой адаптацыю да шума. Гэта зніжае тонкасць слыхавых працэсаў, тонкасць слыхавага ўспрымання і канкрэтна, тонкасці ўспрымання.

Напачатку XIX ст. французскі псіхіатр Эскероль даказваў, што моцная музыка выклікае адчуванне болю. Аднак падлеткі і моладзь выкарыстоўваюць громкі гук як сродак наймацнейшы ў стварэнні раўнавагі і абароны ад стрэсавых наступстваў ў пэўных сацыяльных абставінах і сітуацыях.

Правядзенне эксперыментальнай работы па праблеме выяўлення фактаў стрэсавых наступстваў праз небяспечнасць гукавага асяроддзя звязана з даследаваннем асаблівасцей успрымання прадстаўнікоў 1 і 2 груп рызыкі пад час стрэсавых наступстваў .

Репозиторий ВГУ

У ходзе анкетавання і інтэрв'юіравання рэспандэнтаў вызначыліся факты сварэння экалагічнага гукавага асяроддзя.

Даволі шмат фактаў эмацыянальнага задавальнення ад адчування гукавага асяроддзя прыроды: спеваў птушак, гукаў жывёл, шапацення лісця. І наадварот, адмоўнага ўздзеяння тэхнагеннага гукавага асяроддзя.

У гутарках з бацькамі і ў даследваннях па вызначанай праблеме асаблівую ўвагу мы надавалі збіранню фактычнага матэрыялу да вызначэння гукавага асяроддзя ў момант падрыхтоўкі да засынання і ў час сна дзяцей дашкольнага узросту. Пэўныя факты сучаснасці сведчаць аб важнасці і актуальнасці дадзенай праблемы. Усё менш у практыцы сямейнага выхавання гучыць традыцыйная калыханка, замова. Факт засынання пад манатоннае гучанне побытавай тэхнікі станоўча ўспрымаліся асобнымі бацькамі, але з'яўляліся стрэсавымі для іх дзяцей.

У асэнсаванні спецыфічных гукавых комплексаў гукавага асяроддзя з жыццёвага вопыту рэспандэнтаў выяўляецца, што менавіта станоўчы эмацыянальны фон зносін, размовы, спевы, музыка, гукі прыроды выступаюць асноўнымі складаючымі экалагічнага гукавага асяроддзя.

У выніку даследаванняў было адзначана неабходнасць актывізацыі ўвагі бацькоў, выхавацеляў, педагогаў, грамадскасці на стварэнне экалагічнага гукавага асяроддзя як сродка мінімізацыі стрэсавых наступстваў.

Спіс літаратуры

1. Орлова Э.А. Современная городская культура и человек. – М.: «Наука», 1987.
2. Ибуко М. После трех уже поздно. М,, 1991.
3. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. М.: Музыка, 1988.
4. Назайкинский Е.Н. О психологии музыкального восприятия. - М., Музыка, 1972.
5. Селье Г. Стресс без дистресса. - Рига: Виеда, 1992.

ИЗМЕНЕНИЯ ТИПА РЕАГИРОВАНИЯ НА СТРЕССОРНУЮ СИТУАЦИЮ, ВЫЗВАННУЮ ПСИХОСАМАТИЧЕСКОЙ ПАТОЛОГИЕЙ У БОЛЬНЫХ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ В УСЛОВИЯХ «АСТМА-ШКОЛЫ» И КУРСА РЕАБИЛИТАЦИИ ПУТЕМ АДАПТАЦИИ К ГИПОБАРИЧЕСКОЙ ГИПОКСИИ

Т.Ю. Крестьянинова, О.Н. Малах
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»

Человеческий организм формируется в условиях неразрывного взаимодействия с окружающей средой. Бронхиальная астма значительно влияет на жизненную активность и качество жизни пациента. Тревогу, страх, низкую самооценку нельзя выразить в денежных единицах, но необходимо учитывать при выборе программ лечения [1].

Целью настоящего исследования являлась оценка эффективности обучения в «астма-школе» как фактора реабилитации больных бронхиальной астмой. Одной из задач исследования является оценка изменения типа реа-

Репозиторий ВГУ