

5. В ході роботи з подолання узалежнень необхідно застосовувати як індивідуальні, так і вікові особливості контингенту узалежнених. Так, у середньому шкільному віці (підлітковий вік), доцільно використовувати терапію поведінкою; старшому шкільному (старшому підлітковому і юнацькому віці) терапію діяльністю; а в дорослому віці – стресову терапію.

6. Формування ЗСЖ – повинно стати основним напрямком протидії узалежненням, а для цього потрібна реалізація відповідних програм, в державних масштабах.

Загалом, необхідно відзначити, що протидія узалежненням не є суто психологічною, педагогічною чи медичною проблемою, їх наявність значною мірою зумовлена сучасними негараздами в нашому суспільстві. Апатія, безвихідь, безнадія, відчуття власної непотрібності, незначущості, безсилля, марності зусиль підштовхує молодь у пастку, якою є узалежнення, і утруднює, а часто і робить неможливим боротьбу з ними. Тобто узалежнення в учнівському середовищі мають глибоке соціальне коріння, тому для ефективної протидії їм потрібні не тільки спільні зусилля педагогів, психологів, лікарів і батьків, а й глибокі позитивні соціальні зміни в нашому суспільстві.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гонеев А.Д., Лифинцева Н.И., Ялаева Н.В. Основы коррекционной педагогики. – М.: Академия, 1999. – 279 с.
2. Капська А.Й. Соціальна робота: деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю. – К.: УДЦССМ, 2001. – 219 с.
3. Келлерман Дж. Руководство для семьи алкоголика / Пер. с англ. – К., 2000. – 21 с.
4. Кирик Ю. Алкоголізм: вихід із зачарованого кола. – Львів: Відродження, 2008.
5. Курляк І.Є. Соціальна педагогіка. – Львів: Вид-во НУ “ЛП”, 2003. – 112 с.
6. Подход жизненных ситуаций к профилактике табачных проблем / Под ред. Т. И. Андреевой и др. – Ч. 1. – К., 2001. – 140 с.
7. Покрасс М. Л. Терапия поведением. – Самара: Издательский дом “Бахрах”, 1997. – 240 с.
8. Психологічний словник / За ред. В.І. Войтка. – К.: “Вища школа”, 1982. – 215 с.
9. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
10. Семиченко В.А. Психические состояния. – К.: “Магістр-S”, 1998. – 208 с.
11. Соціальна педагогіка / За ред. проф. Капської А.Й. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 468 с.
12. Технології соціально-педагогічної роботи / За заг. ред. А.Й. Капської. – К.: УДЦССМ, 2000. – С. 106-129.
13. Моделювання та впровадження програм щодо формування здорового способу життя. Методичні матеріали для тренера // Додаток до журналу “Практична психологія та соціальна робота”. Серія: Благополуччя дітей та молоді; можливості соціальної роботи. – К., 2002. – 56 с.
14. Ярошко М.І. Психологія важковиховуваних підлітків. – Дрогобич: Коло, 2002. – 163 с.

Л.І. КОТИК

РЕАЛІЗАЦІЯ ІДЕЙ ОЗДОРОВЛЕННЯ НАСЕЛЕННЯ В ДАВНІХ ЦИВІЛІЗАЦІЯХ (НА ПРИКЛАДІ КОНСТРУЮВАННЯ ГЕОГРАФІЧНОГО ПРОСТОРУ)

Розглянуто особливості конструювання географічного простору в період давніх цивілізацій.

Рассмотрены особенности конструирования географического пространства в период давних цивилизаций.

Features the construction geographical space in the period of the past civilization was analyzed.

Розвиток та функціонування суспільства зумовлений задоволенням його потреб. Всі потреби останнього можна об'єднати у декілька груп: культурні (потреба в дотичності до прекрасного з одного боку та реалізації творчого потенціалу з іншого); транспортні (потреба в переміщенні), духовні (потреба в усвідомленні самого себе, в спілкуванні з Богом, в знаходженні порозуміння з оточуючими), виробничо-економічні (потреби в енергії, паливі, сировині), торговельно-розподільчі (потреби в збуті продукції чи наданні послуг) і т.д. Для задоволення різноманітного спектру даних

потреб, необхідно розвивати наукові знання в тому числі і конструктивно-суспільно-географічні (КСГ). Їх першоосновою можна вважати напрацювання давніх цивілізацій, як то єгиптян та шумерів, які зробили значний внесок в усі сфери сучасного функціонування людини в тому числі й заклали засади здорового способу життя через планувальну організацію свого щоденного життєвого простору.

Межиріччя (Дворіччя, Месопотамія) – це історична область, як розташована між річками Тигр та Євфрат і на думку істориків була першою світовою державою в сучасному розумінні цього слова. В історії її розвитку можна виокремити такі КСГ-напрацювання:

- закладання осілих поселень – міст з врахуванням особливостей довколишнього рельєфу, географічного розташування, гідрографічної мережі. Так міста: Ур, Урук, Лагаш були побудовані на високих терасах, які їх захищали від паводків, м. Ашшур (VIII–VI ст. до н.е.) на природному піднятті узбережжя р. Тигр;

- розробка системи оборонних споруд навколо поселень та транспортних артерій. У ролі оборонних споруд виступали як фортечні мури: Вавилон оточували чотири кільця стін, Ніневію – одне, але висотою 20 м., так й іригаційні канали чи самі русла рік: р. Євфрат текла попри самий оборонний мур м. Ур і наповнювала канал, який утворював еліпс, велика вісь якого дорівнює приблизно одному кілометру¹;

- побудова іригаційних споруд з врахуванням специфіки розливу річок. Наприклад, розливи р. Євфрат є дуже сильними, але бувають рідко тому котловани, які заповнювали водою під час паводку і слугували джерелом води в час засухи, викопували якомога глибшими і більшими;

- переважання на перших порах компактної кругоподібної планувальної форми поселень, з метою створення оптимальних умов для їх оборони – міста Ур, Ашшур, та її поступова трансформація в прямокутну схему – Дур-Шаррукін, Ніевія (VIII–VI ст. до н.е.), Вавилон;

- проектування поселення виходячи з прерогативи розташування культових споруд та будівель правлячої еліти (*цитадель*). Так, при кругоподібній планувальній формі святилище розташовувалося в центрі поселення або в північно-західній його частині на горбі чи штучній високій терасі. В поселенні також переважала нерегулярна система вулиць, були відсутні великі міські площі, а навколо внутрішніх дворів групувалися житлові та інші приміщення (*див рис. 2*). При прямокутній планувальній формі поселення, фортечні мури були орієнтовані по сторонам світу, а цитадель була розташована не в середині міста, а біля його зовнішніх стін. Це давало можливість швидко перекинути війська до палацу по широких стінах фортеці в разі нападу ворогів та швидко отримати допомогу ззовні у випадку виступу населення проти правителя;

- будівництво монументальних споруд (храмів, палаців) на високих насипних платформах (*терасах*) через нестійкість місцевого прирічкового ґрунту. Так, висота платформи палацу Саргона (VIII ст. до н.е.) сягала 14 м., храму бога Ана – володаря небес й покровителя м. Урук – 14 м. Варто зазначити, що шумерські храми будувалися на вершині особливої ступінчастої вежі (*зіккурат*) й часто називалися Храми-гори;

- збільшення поверховості житлової забудови відповідно із ростом кількості мешканців поселення. Перші поселення, які виникли в Межиріччі в IV тис. до н.е. були малочисельними й характеризувалися одноповерховою житловою забудовою (будівельним матеріалом в основному був очерет). Людність м. Ур (близько 2100 р. до н.е.) сягала 40–50 тис. осіб й в ньому переважала двох-трьох поверхова житлова забудова. Остання була характерна й м. Вавилон (VII–V ст. до н.е.);

- будівництво спеціальних громадських споруд, як то храмів, шкіл, бібліотек, які об'єднують мешканців поселення. Наприклад, в шумерів, як заклади освіти існували *едуби* (доми табличок), де вивчали клинописне шумерське письмо, що було тогочасною дипломатичною мовою спілкування;

- проектування транспортних артерій, як для сполучення між окремими поселеннями так і в середині самого поселення, виходячи з потреб гарантування безпеки комунікаційних зв'язків та зручності проведення святкових дійств. Наприклад, в Ніневії (столиця Ассирії в часи правління Сінахериба (704–681 рр. до н.е.)) ширина головної вулиці, по якій проходив шлях царської процесії сягала 26 м; у Вавилоні головна вулиця поселення носила назву Дорога Процесій й мала ширину 24 м, була забрукована кам'яними плитами й обведена стінами висотою 7 м²;

- розробка прирічкової транспортної інфраструктури виходячи з специфіки паводків на річках та оборонних потреб довколишніх поселень. Так, м. Ур мало два порти: на р. Євфрат та на каналі;

¹ Основні досягнення культури Стародавньої Месопотамії // http://www.diereo.com/index.php?Itemid=66&id=2925&option=com_content&task=view.

² Основні досягнення культури Стародавньої Месопотамії // http://www.diereo.com/index.php?Itemid=66&id=2925&option=com_content&task=view.

м. Ашшур – один на річці Тигр, але він був спроектований так, що в ньому круглорічно могли розвантажуватися торговельні судна; м. Вавилон мало таку спроектовану систему каналів та водочерпальних пристроїв, яка в разі військової небезпеки давала змогу залити водою рівнину, що оточувала місто й тим самим не давала ворогам швидко його завоювати;

Древняя Месопотамия (Джурович, 2000) до н.е.

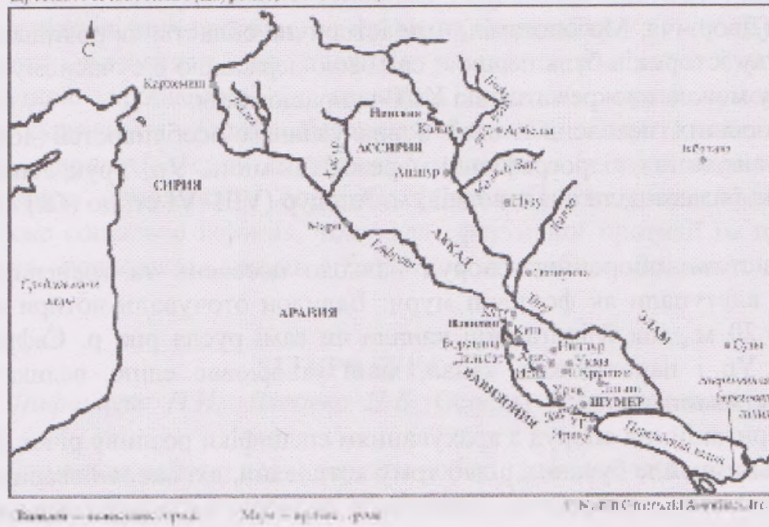


Рис. 1. Давня Месопотамія³



Рис. 2. Схематичний план м. Ур⁴

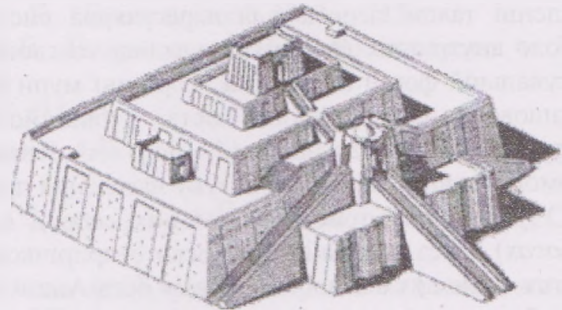


Рис. 3. Храмова вежа (зіккурат) в м. Ур (III тис. до н.е.)⁵

– започаткування озеленення міст: “вісячі сади” цариці Семіраміди у Вавилоні. За легендою Навуходоносор II збудував сади для своєї дружини Амітіди. Вони були закладені на склепіннях, які спиралися на стовпи і мурів з кам’яних брил. На цих склепіннях розташовувалися тераси, що були вкриті камінням та асфальтом (природний будівельний матеріал на території Межиріччя оскільки ліси тут відсутні), вистелені випаленою глиною та оливковим листям (щоб вода не просочувалася на нижні поверхи) та насипані зверху товстим шаром родючого ґрунту. Вода на тераси подавалася за допомогою спеціальних водочерпальних пристроїв – лопатевих водогінів⁶;

– створення цілорічно функціонуючого сільського господарства – землеробства. Земельні наділи надавалися у власність заможним громадянам поселення, а також воїнам. Вони розміщувалися навколо оборонних мурів та оброблялися рабами, а вода до них подавалася за допомогою розгалуженої системи каналів. В той же час розширення площі земельних наділів відбувалося за рахунок осушення боліт, які утворилися в заплаві річок;

– започаткування поділу суцільної території держави (Ассирії) на окремі територіальні одиниці

³ <http://planetolog.com/map-history.php?type=83>

⁴ <http://ancient.gerodot.ru/topics/data/akkad/akkad01.htm>

⁵ Там само.

⁶ Там само.

– *сапранії*, що дає змогу більш ефективно проводити тогочасну соціально-економічну політику;

- усвідомлення значення наукових конструктивно-географічних досягнень для розвитку людства. Під час розкопок була знайдена статуя жерця, правителя шумерського міста Лагаша на ім'я Гудеа, що жив у XXI ст. до н.е. із планом майбутнього храму в руках. Останнє є свідченням важливості проектувальних містобудівних робіт того часу.

Єгипет.

Конструктивно-географічні ідеї Межиріччя знайшли своє продовження в історії містобудування і містопроєктування Єгипту. Зокрема, серед них основними були:

- використання при проектуванні поселень *елементів* регулярного прямокутного планування. Наприклад, так було побудоване поселення рабів-будівничих Кахун та аналогічне поселення в м. Ахет-Атон⁷ (столиця Єгипетського царства в часи правління фараона-реформатора Ехтанона (прагнув запровадити в царстві монотеїзм – поклоніння всемогутньому сонячному диску – богу Атону), середина-кінець II тис. до н. е.);

- орієнтація житлових кварталів поселення за сторонами світу та їх перебудова в слід за переміщенням резиденції фараонів. Згідно із віруваннями єгиптян місце розташування столиці царства (резиденції фараонів) завжди символізувало східну сторону світу;

- відсутність у поселенні чіткого, цілісного, компактного плану прямокутної забудови, що було зумовлено частою перебудовою житлових кварталів міст;

- розробка системи транспортних артерій (сучасною термінологією – це транспортні артерії загальнодержавного значення), які пов'язували копальні на півночі та комплекси пірамід на півдні;

- спорудження на берегах р. Ніл серії портів, які слугували для перевезення вантажів з центральних районів Єгипту до Середземного моря;

- побудова значних за розмірами та інженерною конструкцією іригаційних споруд – дамб на р. Ніл, серії каналів, які використовувалися для зрошення полів тощо;

- перехід до високопродуктивного рослинництва і тваринництва на базі використання потенціалу складної іригаційної системи;

- концентрація уваги на спорудження об'єктів монументальної архітектури у вигляді поховальних споруд (пірамід, гробниць) і храмів. Першою поховальною спорудою, для якої камінь став основним будівельним матеріалом, була ступінчаста піраміда фараона Джосера (Давнє царство, III тис. до н. е.), зведена під керівництвом Імхотепа. Під пірамідою вирубана скельна гробниця неймовірно складного планування (11 паралельних коридорів з додатковими приміщеннями). Тут на увагу заслуговує вміння орієнтуватися каменоломів в середині скелі;

- перехід в проектуванні від ступінчастих пірамід (Давнє царство, III тис. до н. е.) до геометрично правильних пірамід (піраміди Хеопса, Хефрена, Мікеріна (район Гізи біля сучасного Каїра) Середнє царство, кінець III – середина II тис. до н. е.) та скельних гробниць в “Долині мертвих” (Нове царство, середина-кінець II тис. до н. е.);

- зведення цілісних храмових комплексів. Найвідоміший з них: Амона-Ра в Канакасі і Луксорі, недалеко від Фів. Його характерною ознакою є сполучення між собою двох міст двоохкілометровою дорогою – алеєю сфінксів; скельний храм фараона Рамзеса II в Абу-Сімбеле – прославився тим, що храм в середині немає штучного освітлення, а один раз в рік, в день приходу Рамзеса II на престол, сонячне проміння досягає головного святилища і освітлює обличчя статуї Рамзеса;

- створення завершених заупокійних комплексів складовими яких виступали піраміди та храми. Наприклад, в комплекс Хефрена крім пірамід і храмів входить фігура Сфінкса. Є припущення, що при побудові даних комплексів навколо них створювалися тимчасові (на 5-10 р.) поселення будівничих, оскільки іноді в будівництві приймала участь до половини працездатного населення царства⁸;

- розробка системи мотивацій та залучення великих мас людей до будівництва храмових та поховальних споруд, а також іригаційних систем;

- закладання споруд соціальної інфраструктури: навчальних комплексів – “будинків життя”, що діяли при храмах і в яких відбувалося навчання писарів. Одне з головних їх повчань звучало як : “Зверни ж серце твоє до книг ... немає нічого вищого за книгу”⁹.

Звичайно, що від часів розвитку та функціонування давніх цивілізацій пройшло багато часу, проте деякі з їх ідей є доцільними й в нас час для покращення зурбанізованого та естетично

⁷ Гутнов А., Глызычев В. Мир архитектуры. – М.: Молодая гвардия. 1990.

⁸ Даньоегипетська культура // http://www.djerelo.com/index.php?Itemid=66&id=2925&option=com_content&task=view

⁹ Там само.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гутнов А., Глызычев В. Мир архитектуры. – М.: Молодая гвардия, 1990. – 352 с. // <http://architecture.artvx.ru/books/item/f00/s00/z0000003/index.shtml>
2. Дида І.А. Українська архітектура і природа. Роль і місце природи в українській архітектурі: Навч. посібник. – Львів: Вид-во Нац. ун-ту “Львівська політехніка”, 2007.
3. Посацький Б.С. Простір міста і міська культура (на зламі ХХ–ХХІ ст.): Монографія. – Львів: Вид-во Нац. ун-ту “Львівська політехніка”, 2007.
4. Топчієв О.Г. Суспільно-географічні дослідження: методологія, методи, методика: Навч. посібник. – Одеса: Астропринт, 2005.
5. Шаблій О.І. Основи загальної суспільної географії. – Львів: Вид-ий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2003.

О. З. КУЛЯС

ЗДОРОВ'Я ТА ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ СПІЛКУВАННЯ

Стаття розповідає про актуальні проблеми спілкування між чоловіками та жінками.

Статья рассказывает об актуальных проблемах общения между мужчинами и женщинами.

The article tells about the issues of the day of communication between men and women.

За останні декілька років у науковій літературі соціального, психолого-педагогічного, культурологічного спрямування багато уваги приділяється гендерним питанням. Почали порушуватись питання гендерної рівності та гендерної рівноправності, руйнування старих стереотипів. Хоча на сьогоднішній день ще й досі існує ворожнеча між двома половинами людства, але це є хорошим початком до гармонізації стосунків між ними. На жаль, не зважаючи на зусилля науковців неможливо раптово змінити ставлення однієї частини людства до іншої, оскільки залишаються стереотипи, переконання. Це призводить до неадекватності сприйняття протилежної статті.

Дуже часто неправильне розуміння протилежними статтями один одного призводить до непорозумінь, які потім переростають у сварки, що завдають емоційних травм одному або двом партнерам і негативно впливають психологічне здоров'я. Багато подружніх пар розлучаються саме через такі непорозуміння і конфлікти, які виникли внаслідок неправильного розуміння і сприйняття протилежної статті, а від цього страждають як ворогуючі сторони, так і зовнішнє оточення (діти та близькі). Відповідно зростає кількість людей з емоційними травмами, які погіршують здоров'я, як психологічне, так фізичне.

Традиційно ставлення до протилежної статті є стереотипним. Але, на нашу думку має бути навпаки: нам потрібно зрозуміти наскільки ми різні, оцінювати переваги і недоліки кожної статті, тобто вчитися гармонізувати наші взаємовідносини. Існують суттєві відмінності між чоловіками та жінками, але мало хто може їх перелічити хоча би головні. Насправді ж вони живуть у «різних світах», у них різні цінності, вони діють за різними правилами, я б навіть сказала, що вони розмовляють «на різних мовах». Чоловіки і жінки відрізняються один від одного, але вони не є гіршими чи кращими один за одного, вони просто – різні. Розуміння відмінностей допоможе уникнути багатьох конфліктів та розчарувань.

На мою думку, спілкування є тією сферою суспільного життя, яка викликає у чоловіків і жінок найбільше проблем, конфліктів і непорозумінь. Успішність спілкування проявляється в досягненні і збереженні психологічного контакту з партнером в цілях стабілізації міжособистісних відносин на стадії їх розвитку через досягнення згоди, взаємного пристосування і задоволення [4, с.415]. На поведінку і спілкування жінок і чоловіків впливають дві речі: психофізіологічні особливості і соціальні або гендерні стереотипи. Причому, як свідчать дані досліджень цієї сфери, вплив стереотипів є набагато сильнішим [4, с.438]. Стереотип допомагає людині орієнтуватися в тих обставинах, які не вимагають від неї роздумів чи рішень. Отже, діяти стереотипно набагато легше, ніж починати аналізувати, думати: «Як вчинити у тій чи іншій ситуації?», «Що, коли і як сказати?». Але саме стереотипи і установки дуже часто заважають нам у наших стосунках, не дозволяють