

проблемы будут казаться не такими уж не разрешенными.

— Неразумно копаться в своем прошлом и жалеть о том, что мы сделали и чего не сделали.

— Рациональное питание существенно влияет на эмоции и помогает справиться с трудностями жизни, предотвращает развитие болезней сердца, ожирения, сахарного диабета и других заболеваний.

— Важную роль в преодолении стрессов и поддержании здоровья играет полноценный сон, для большинства людей он должен длиться 7—8 часов в сутки.

— Как бы ни были велики неприятности, надо избавляться от гнета тяжелых мыслей.

— Человек с чрезмерными требованиями к окружающим постоянно испытывает раздражение. Каждый человек имеет право на индивидуальность, и надо принимать его таким, каким он есть или вообще не иметь с ним дела. Лучше всего видеть в окружающих достоинства и в общении опираться на эти качества.

— Не будьте капризными, прислушивайтесь к точке зрения оппонента и самокритично относитесь к своему мнению, нужно уметь уступать, так как это полезно для дела и профилактики стресса, а также уважения окружающих.

**Т.Н. Микулич,**  
*доцент*

## **АДАПТАЦИЯ В ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЭТНИЧЕСКИХ ОБЩНОСТЕЙ**

Тысячелетняя история существования народов дает богатый материал для всестороннего исследования проблемы этнической эволюции. Опираясь на письменные источники, данные археологии, лингвистики и некоторых других наук, этнологи могут проследить пространственно-

временные изменения в культуре конкретных народов, их демографические характеристики на разных этапах истории, изменения этнической территории, этнического самосознания и других признаков, определяющих этнические общности. Но факты сами по себе не в состоянии дать ответ на основной вопрос, стоящий перед исследователями этногенеза и этнической истории: что является причиной формирования этнических общностей и их последующих изменений?

Следует отметить, что размежевание этногенеза и этнической истории достаточно условно. Этническое развитие есть единый непрерывный процесс, протекающий в рамках человечества, в ходе которого на разных этапах идентифицируются конкретные этнические общности. При таком подходе коренной проблемой этнического развития становится поиск первопричины этнообразования, что связано с определением сущности этнического феномена как такового.

Выбор методологии исследования, особенно при решении теоретических проблем, в значительной степени определяет успех исследования. Как нам представляется, сегодня наиболее продуктивен в этнологии системный подход. Согласно данному подходу, любой объект (явление, процесс) рассматривается как целостность, образованная рядом взаимосвязанных элементов. Взаимодействие элементов системы порождает такие свойства, которые отсутствовали у отдельных элементов. Взаимодействие же системы с внешней средой определяет ее функции. Сложно организованные системы, к которым, безусловно, относятся и этнические общности, характеризуются многими функциями. Принципиальным является то, что любой объект можно рассматривать одновременно и как систему, и как элемент, входящий в более широкую системную целостность. Это связано с системно-иерархической организацией мира, представляющего глобальную целостность.

Сложные высокоорганизованные системы характеризуются иерархичностью строения, наличием централизованного управления, целей функционирования и оптимизации жизнедеятельности системы, а также внутренней противоречивостью из-за наличия множества целей, характерных системе в целом и ее подсистемам. Любую сложную систему можно рассматривать и в статике, и в динамике. Динамическое состояние системы проявляется через ее функционирование и развитие.

Важной характеристикой сложной системы является ее стабильность или нестабильность. Стабильные системы находятся в состоянии динамического равновесия. Нестабильные системы находятся в переходном состоянии, грозящем трансформацией целостности. К потере устойчивости системы приводят измененные отношения со средой. Нестабильное состояние системы преодолевается посредством ее преобразования ( трансформации ) в соответствии с новыми условиями функционирования.

Для понимания диалектики устойчивости и изменчивости системы необходимо обратиться к борьбе формы и содержания. Форма характеризует систему с точки зрения ее стабильности, а содержание проявляет склонность к изменениям, реагируя на меняющиеся условия среды. Формальный параметр системы – это ее структура (совокупность связей между элементами системы), а элементы составляют ее содержание. Изменения в системной целостности начинаются с накопления новых элементов, появляющихся в результате новых внешних условий. Это, в свою очередь ведет к появлению новых отношений внутри системы и со средой. Образуется новая структура, что означает возникновение нового варианта системы. Вариантность системы может развиваться в сторону все большего отличия от первоначальной целостности.

Вопрос о системообразовании напрямую связан с проблемой фактора, дающего толчок появлению новой

системы. Таким фактором является взаимодействие с внешней средой, вызывающее появление новых элементов, образование новых связей и отношений (новой структуры), новой функции системы, а значит, и нового системного объекта. Характер взаимодействия системы со средой зависит от способностей обеих реагировать на новые условия. Степень жесткости структуры является и степенью ее адаптивности. Адаптивность структурных параметров определяет адаптивность системы в целом [ 1 ].

То, что касается теории вопроса о возникновении и развитии системы, т.е. ее генезиса, представляет особый интерес при исследовании этногенеза и этнической истории. Генетический анализ направлен на изучение предыстории возникновения этноса как отдельной системы, последующего изменения по причине взаимодействия со средой и трансформации его в новую системную целостность (новый этнос ).

Всесторонний анализ этнических общностей, в том числе с точки зрения пространственно-временных изменений, может быть очень продуктивен в рамках единого системного подхода, объединяющего компонентный, структурный, функциональный, генетический (исторический) анализы. В определенной степени этот подход уже получил признание в этнологической науке [ 2; 3 ].

Системная организация этнического мира позволяет рассматривать этнические общности с позиции адаптивности – свойства, присущего любой структуре. Адаптация может быть определена как процесс и результат приспособления системы к условиям окружающей среды.

Адаптивные процессы всегда направлены на приобретение нового качества, способного обеспечить данному образованию (организму) реально возможное существование в рамках определенного окружения. Следующие за этими новоприобретениями качественные изменения в структуре системы и являются результатом ее адаптации к окружающей среде.

Этнические общности реагируют на изменение внешних условий выработкой прежде всего новых культурных элементов. Именно с помощью культуры этнические общности активно приспосабливаются к условиям среды. Под внешней средой, с которой взаимодействует этнос, следует понимать и природную, и социальную среду. А адаптивный закон, действующий на уровне этнической системы (этнического объекта), приобретает характер этнической адаптации.

Этническая адаптация – это процесс приспособления этнического объекта (этническая общность, этнофор) к новым ландшафтным, этническим, государственно-политическим, социально-экономическим и другим условиям жизнедеятельности через эволюцию его элементов (язык, духовная культура, материальная культура, этническое самосознание и другие). При этом, если посмотреть на этническую систему в статике, ее элементы являются одновременно и результатом адаптации.

Этнические общности представляют собой очень сложные системы группового приспособления человека к условиям среды, включающие в себя элементы географического, антропологического, социально-экономического, культурного, психологического характера. Оттого и этническая адаптация в широком смысле слова предусматривает географическую, антропологическую, социально-экономическую, культурную адаптацию населения, объединенного на определенной территории в качестве самовоспроизводящейся общности.

Механизм этнической адаптации лежит в сфере традиций. Традиции – это своеобразный генофонд этничности, который поддерживает определенный облик этноса. Двойственная функция этнической адаптации заключается в сохранении опыта, который позволяет этносу нормально существовать в конкретной пространственно-временной ситуации, а также в накоплении нового опыта, нового качества в постоянно

меняющихся условиях внешней среды. Таким образом происходит постоянная потеря традиционности из-за неизбежных новаций. Изменения в этнической системе, приводящие к появлению вариантной системы (а в конечном итоге и нового этноса), есть плата за сохранение системной целостности в новых условиях.

Адаптивный подход к проблеме этнической эволюции свидетельствует о неправомерности взгляда на этнические общности как непреходящие в практическом смысле ценности. Искусственная консервация этнических особенностей противоречит их функциональной природе, связанной с условиями существования. Нарушение естественного механизма сохранения старых и формирования новых традиций ведет к потере этнической системой адаптивных способностей, а значит, и снижению жизнеспособности этноса как социального коллектива, освоившего определенную среду.

Роли природного окружения как условия формирования этносов особое внимание уделял в своих работах Л.Н.Гумилев [4]. Среди современных определений этноса все чаще можно встретить определения типа: “Этнос – это локализованная большая общность людей, консолидированная как форма активной их адаптации к региональным условиям природной среды посредством выработанного уникального способа деятельности – культуры” [5]. Но при таком подходе не учитываются те признаки, которые приобретает этнос в процессе приспособления к условиям социальной среды при взаимодействии с другими общностями людей.

Что же происходит с этническими общностями, в которых наблюдаются пространственно-временные изменения? В них идет процесс накопления новых явлений, которые изменяют весь облик этнических общностей. По изменениям в языке, культуре, этническом самосознании можно наблюдать постепенную эволюцию этноса. Посредством фиксации

изменений в характеристиках этнических общностей этническая история, если можно так сказать, объективируется, реально ощущается. И если условием этнических изменений является меняющаяся внешняя среда, то фактором, обуславливающим этническую реакцию на эту среду, служит способность этноса как высокоорганизованной динамичной системы к адаптации.

Этническая адаптация как всеобщий закон развития этнических организмов имеет свои средства (явления культуры, с помощью которых осуществляется взаимодействие со средой), способы (характер конкретного взаимодействия со средой), механизмы (знания, умения, навыки, ведущие к преобразованиям в самих организмах и внешнем мире), результаты (новые этнические признаки, способствующие появлению новых вариантов этнических общностей).

Этническая история, таким образом, есть история эволюции адаптивных механизмов и накопления адаптивного опыта, развития средств адаптации и результат реально возможных в каждой конкретной ситуации проявлений процесса адаптации. Этническая история — это постоянная борьба этноса (неосознанная и сознательная) за сохранение своей этнической специфики и одновременно постоянное отрицание ее.

Вариативные этнические общности, возникающие на отдельных этапах истории этносов, являются следствием процесса этнической адаптации. И не удивительно, что первоначальный этнос не может быть таким, как его последующие варианты. Значительные изменения внешней среды радикально трансформируют этнические общности, приводя к появлению качественно новых общностей, что отражается и на этническом самосознании их представителей, которое с наибольшей достоверностью свидетельствует о появлении нового народа.

1. *Маркарян Э.С.* Вопросы системного исследования общества. – М., 1972.

2. *Пименов В.В.* Системный подход к этносу (к постановке проблемы) // Расы и народы. — М., 1986. — Вып.16. — С. 12—30.

3. *Мікуліч Т.М.* Сістэмна-гістарычны падыход у этналагічных даследаваннях // Весці НАН Беларусі. Сер. гуманітарных навук. — 1998. — № 2. — С. 103—108.

4. *Гумилев Л.Н.* Этногенез и биосфера Земли. — Л., 1990.

5. *Алексеева В.А.* Этнос // Современный философский словарь / Под ред. В.Е.Кемерова. — М.; Бишкек; Екатеринбург, 1996. — С. 594.

**А.А.Нечай,**  
*преподаватель*

## **ДУХОВНАЯ ХОРОВАЯ МУЗЫКА И ЕЕ РОЛЬ В ВОСПИТАНИИ НРАВСТВЕННЫХ ОСНОВ ЛИЧНОСТИ УЧАСТНИКА ДЕТСКОГО ХОРОВОГО КОЛЛЕКТИВА**

В последние десятилетия XX ст. в исполнительскую практику академических хоровых коллективов прочно вошла духовная музыка. Это один из богатейших пластов музыкальной культуры, имеющий многовековые традиции.

Духовная хоровая музыка является частью православной культуры и выражает высокие нравственные ценности, которые исповедует христианство. Она наполнена любовью к миру, человеку, повествует об истории жизни и подвиге Христа, проникнута идеями служения добру и красоте.

Исполнение духовной музыки, необычайно выразительной и мелодичной, производит не только сильное эстетическое впечатление, но и заставляет задуматься о