

Результаты исследования показали необходимость разработки цикла тренингов, направленных на выработку навыков и умений самостоятельно контролировать и регулировать проявления агрессивных тенденций, обучение способам повышения стрессоустойчивости и эмпатии, содействие личностному росту осужденных женского пола в преодолении эмоциональных, поведенческих и коммуникативных проблем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антонян, Ю.М. Криминология. Избранные лекции. – М. : Логос, 2004. – 385 с.
2. Антонян, Ю.М. Преступление и наказание. Криминологический и психологический анализ : монография / Ю. М. Антонян, В. Е. Эминов. – Москва : ИНФРА-М : Норма, 2014. – 302 с.

REFERENCES

1. Antonyan, Yu.M. (2004), Criminology. Selected lectures, Logos, Moscow.
2. Antonyan, Yu.M. and Eminov, V.E. (2014), Crime and punishment. Criminological and psychological analysis: monography, INFRA-M, Norma, Moscow.

Контактная информация: innalavr@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.09.2016

УДК 796.011.1+159.9

СПОРТИВНЫЕ ТЕЛЕСНЫЕ ПРАКТИКИ И ПРОБЛЕМА ЗАВИСИМОСТЕЙ

*Владимир Анатольевич Пегов, кандидат педагогических наук, доцент,
Людмила Павловна Грибкова, кандидат психологических наук, профессор,
Анна Владимировна Пегова, кандидат педагогических наук,
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ), г. Смоленск*

Аннотация

Результаты исследований, проведённых авторами ранее, с одной стороны, показали негативный вклад традиционного образования в развитии зависимого поведения у подростков и молодых людей. С другой стороны, было выявлено позитивное влияние здорового двигательного опыта на формирование устойчивости к различного рода зависимостям. Но, при этом, остаётся вопрос о месте и роли спортивных телесных практик, имеющих массовый характер, в нарастании аддиктивного поведения у подрастающего поколения. Это особенно актуально в связи с общемировой тенденцией включения всё большего числа детей всё более раннего возраста в сферу спорта высших достижений, а также реализацией идеи «спортизированного физического воспитания» в нашей стране. В работе обращается внимание на исторически и онтологически присущую спорту направленность телесного и психического опыта человека в сторону пороговых (экстремальных) форм проявления, которые схожи с тем, что описывается в научной литературе как аддиктивный опыт.

Ключевые слова: спорт, спортивные телесные практики, аддиктивное поведение, образование, дети, подростки.

SPORT PRACTICES AND ADDICTION PROBLEMS

*Vladimir Anatolyevich Pegov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lyudmila Pavlovna Gribkova, the candidate of psychological sciences, professor,
Anna Vladimirovna Pegova, the candidate of pedagogical sciences,
Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, Smolensk*

Annotation

The results of studies conducted by the authors earlier, on the one hand, showed a negative contribution of traditional education to the development of dependent behavior of the adolescents and young people. On the other hand, it was revealed the positive impact of the healthy motor experiences on the development of resistance to various kinds of dependencies. But the question remains about the place and

role of sporting practices, having mass character, in the growth of addictive behavior among the younger generation. This is especially true in connection with the global trend of incorporating a growing number of children ever earlier ages in the field of high performance sport as well as the realization of the idea of "Sportization of physical education" in our country. The article draws attention to the historically and ontologically inherent to the sport the orientation of bodily and mental experience to the side of the threshold (extreme) forms of expression those similarities with what is described in the scientific literature as an addictive experience.

Keywords: sports, sports bodily practice, addictive behavior, education, children, adolescents.

ВВЕДЕНИЕ

Общая оценка спорта и спортивных практик в том, что касается его применимости по отношению к повседневной жизни людей, в общем, и к сфере образования, в частности, в подавляющем большинстве случаев является позитивной. Для её формирования используются следующие расхожие клише, сопровождаемые спортивными слоганами и девизами: укрепление здоровья подрастающего и, в меньшей степени, стареющего поколения («Со спортом дружить – здоровым быть», «Спорт – это жизнь», «Спорт – это здоровье»); профилактика вредных привычек («Спорт против наркотиков»); воспитание моральных качеств (например, патриотизма – «Вперёд Россия! Давай, давай!»); воспитание социальных качеств («Спорт объединяет», «Папа, мама и я – спортивная семья»); социальный статус и престиж («Спорт – это круто»); глобализация и международное сотрудничество («One world. One dream (Один мир. Одна мечта)»); прогресс и развитие («Gateway to the Future (Ворота в будущее)»; «Creating history together (Творим историю вместе)»). Перечисление можно было бы продолжить и дальше, но в этом перечислении, на самом деле, легко узнаётся «Ода спорту» П. де Кубертена (взятая в оригинале, а не в вольном переводе). То, что патетически звучало в начале XX в. накануне Первой Мировой войны, до всех разрушительных социальных потрясений, с которыми человечество ещё не сталкивалось, до глобальности и грандиозности последних Олимпийских игр в Сочи и Рио-да-Жанейро, по сравнению с которыми Олимпиада 1912 г. в Стокгольме выглядит среднего масштаба «party», по уму уже должно было быть не раз заново осмыслено. Нельзя сказать, что этого осмысления не происходило, но общий тренд всё тот же – патетический. В прошлом патетика была внутренне оправданной и органичной – идеализация наступающего XX в. была импульсирована пробуждающейся новой духовностью у молодого поколения, давшая жизнь оригинальным течениям в научной, религиозной и художественной областях. Потому начинающееся столетие было названо «Веком мира», «Веком детства». Сейчас знание трагической истории XX и начала XXI века не позволяет быть таким же автоматически позитивным по отношению к спорту, как был по отношению к нему П. де Кубертен, создавая свою идеализированную оду. Потому важно понять, что пробуждает нас из этого идеализированного, но дремлющего сознания, и какие основания для этого существуют сейчас.

ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ТРАДИЦИОННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ, ДВИГАТЕЛЬНЫЙ ОПЫТ: РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Проведённые ранее исследования [3, 4] позволили выявить два значимых момента, касающихся формирования у молодого поколения аддиктивного поведения, а также условий, способствующих укреплению резистентности к различным видам зависимостей. Во-первых, было показано, что традиционное образование (по сравнению, например, с инновационной педагогикой) в недостаточной степени формирует у подростков и молодых людей те способности (самостоятельно мыслить, гибко реагировать на меняющиеся условия, ответственно относиться к своему здоровью и др.), которые как раз усиливают резистентность к аддиктивному поведению [3]. Во-вторых, отчётливо проявилось позитивное значение здорового двигательного опыта для развития устойчивости, как к старым видам зависимостей, так и к новым («технологическим») [4]. Всё это в целом гово-

рит о том, что педагогическое решение проблемы зависимостей заключается не в отдельных мероприятиях и особых специалистах, а в созидании действительно современного образования, где телесный аспект воспитания человека занимает не придаточное к «главным» учебным предметам положение, а является тем базисом, на котором выстраивается вся работа школы. Исходя из этого, должна быть критически рассмотрена идея интенсивного введения в общеобразовательное пространство спортивных практик (тех или иных видов спорта).

АДДИКЦИИ И СПОРТ: КРИТИЧЕСКОЕ РАССМОТРЕНИЕ

Выше уже отмечалось, что отношение к спорту в связи с образованием носит преобладающе позитивный характер. Для того чтобы позитивность была обоснованной, некогда была придумана терминологическая «золотая середина» между понятиями «физическая культура» и «спорт». Речь идёт о так называемом «массовом спорте» («спорт для всех»). Соответственно, возникли и другие уточняющие понятия – «спорт высших достижений», «большой спорт» или «профессиональный спорт». Другая понятийная особенность – объединять соединительным союзом «и» физическую культуру и спорт, подразумеваемая под этим некую, безусловно, положительную двигательную активность. Но требование точности понятий в науке – это не прихоть, а существенный признак приближения к пониманию исследуемого феномена. Если, например, посмотреть на определение «спорта» Международного конвента «Спорт-Аккорд» (более сотни спортивных федераций), применяемого для вынесения решения о соответствии статуса спортивной организации, то оно содержит пять ключевых характеристик: 1. Конкуренция. 2. Элемент «удачи» не должен быть интегрированной составляющей данного вида спорта. 3. Отсутствие опасности и вреда для здоровья участников состязаний. 4. Отсутствие вреда для любого живого существа. 5. Не должно быть оборудования, которое поставляет только один производитель. Очевидно, что только первая характеристика выражает онтологическую и историческую сущность спорта, а остальные – лишь желаемое. Поэтому можно сказать, что если есть физическая деятельность, где люди состязаются друг с другом, то в наше время это с большой степенью вероятности означает, что речь идёт о каком-то виде спорта. Важно сделать ещё одно уточнение для идентификации спорта – это стремление и необходимость показывать максимальный результат, связанный с максимальным (экстремальным) напряжением «физических сил» ради победы в конкурентной борьбе.

Если мы преодолеваем устоявшуюся привычку употреблять предикат «физический» по отношению к человеческому телу и его двигательной активности, то ситуация со спортом перестаёт быть абстрактно нейтральной для массового сознания в рамках деятельности масс-медиа и государственной пропаганды здорового образа жизни. Пока всё остаётся «физическим», различимость качественно разных социальных явлений осуществляется с большим трудом. Наоборот, при аккуратном и корректном использовании понятий всё становится на свои места в соответствии со своей сущностью. Так применяя понятие «человеческое тело», что означает «живое, одушевлённое и индивидуализированное», мы получаем основание для формирования научно корректных суждений.

Феномен и понятие «спорт» выкристаллизовываются исторически как раз в ином направлении. В масштабном исследовании «История тела» авторы обращают внимание на то, что в конце XIX в. образ «спортсмена» (культивируемый в Англии) побеждает образ «гимнаста» (созданный в Пруссии и первоначально поддерживаемый во Франции), так как первый подразумевает энергетическую концепцию тела (можно сказать, динамическую или силовую) в отличие от механической [1]. Но, хотя энергетический уровень, безусловно, выше механического, тем не менее, существенным остаётся вопрос, о какой энергии (силе) идёт речь. Этимологически русское слово «сила» было связано со значениями «дух, душа, чувство». Иначе говоря, у силы всегда подразумевался живой и индивидуализированный носитель, сила-энергия не была абстрактной. Но именно таковой она

становится в момент расцвета материализма во второй половине XIX в. В современном словаре эпитетов первое, что указывается относительно силы – «Физическая (мышечная) энергия человека». Потому силовое и энергетическое в полной мере вписаны в механическую картину мира, пусть и подвижную. Такое понимание человеческого тела и его энергии глубоко вошло в сознание современных людей за прошедшие 150 лет истории тела как машины, заправляемой энергией, подобно загружаемому углём паровому двигателю. «Механическая работа постепенно берёт верх над работой искусной, физика – над ловкостью, измерение – над чувством меры» [1, Т.2, С.269]. Сейчас профессиональные спортсмены и «любители» обвешаны датчиками, которые подсчитывают расход энергии, а специальные таблицы показывают энергетическую стоимость продуктов питания. Вполне в духе П. де Кубертена, предлагавшего «санаторий для здоровых людей», в котором должна приобретаться «физическая прибыль».

Но, если тело – механизм для обеспечения высокого результата, в который необходимо загружать энергоёмкое топливо, то бездушная и бездуховная сила-энергия находится вне морали. Поэтому вопрос «энергоносителей» в спорте при таком подходе к человеку всегда будет оставаться морально открытым. Поэтому применение допинга находится в релятивистском пространстве – «нельзя, но если очень хочется, то можно». Более того, человеческий организм устроен так, что при высоких нагрузках и в условиях экстремальной состязательности он вырабатывает вещества, которые, если они принимаются – внешним образом, отнесены к допингам и наркотикам. Самое известное вещество – эндорфин, относящийся к группе опиатов. Если посмотреть при каких условиях он выделяется в человеческом организме – прослушивание нравящейся музыки, занятия спортом, новые позитивные впечатления, поедание шоколада, занятие сексом, – то мы получаем картину приятного времяпровождения очень многих современных людей. Другое вещество – адреналин, «гормон действия». И хотя понятия «адреналиновая зависимость» официально в науке пока нет, тем не менее, очевидно, что адреналиновый раж по своей симптоматике находится рядом с аддиктивной симптоматикой, и некоторые психологи всё-таки такую зависимость распознают в своей практической работе. Есть исследования, которые говорят о том, что некоторые спортсмены после окончания спортивной карьеры уходят в криминальную среду именно по причине нехватки острых ощущений, получаемых во время борьбы. Только здесь уже борьба идёт не на спортивной арене, а с полицейскими. То, что сейчас происходит со степенью пробуждения сознания к «внутренним» и «внешним» допингам в спорте, не является чем-то новым в истории Запада. Так К. Калверт пишет о XIX в.: «Опасаясь доверяться слугам и прекратив использовать пеленание и манеж, многие матери обратились к алкоголю, опиуму и другим наркотическим средствам, чтобы успокаивать неугомонного ребёнка. Веками европейцы и американцы считали, что потребление алкоголя идёт на пользу людям всех возрастов... Отнимая детей от груди, родители давали им пиво или вино, чтобы одновременно и укрепить их, и успокоить» [2, С.114]. В «Истории тела» то же самое читаем о спорте XIX в.: «Концепция любительского спорта основывалась на идее естественного равновесия тела, то есть баланс между разнообразными движениями и режимом питания. Пить пиво и курить считалось нормальным» [1, Т.2, С.285]. Примечательно, что с лета 2012 года у нас в стране действовал закон, запрещающий рекламу алкогольных напитков (в том числе, пива) в СМИ в радиусе 100 метров от спортивных сооружений. Но уже через два года Госдума сняла запрет на рекламу пива во время спортивных соревнований. По одной «простой» причине – в 2018 г. в России должен пройти чемпионат мира по футболу. Другими словами, экономический императив оказался важнее декларируемого оздоровительного. Чёткую взаимосвязь развития современной экономики и современного спорта можно было проследить уже в XIX веке на примере английского футбола. Когда в конце века благосостояние рабочих в Англии улучшилось, и рабочий день в субботу сократился, то у них появилась возможность ходить на футбол, а победа или поражение любимой коман-

ды затем обсуждались за кружкой пива в барах. Пиво сейчас в сознании подростков, благодаря сопутствующей футбольным матчам рекламе, намертво срослось с процессом «боления». «Пиво и футбол – дружба навек» – это то, что в действительности должны произносить телевизионные комментаторы, а уж никак не избитую и мало уместную тут фразу «в здоровом теле – здоровый дух». «Пивной дух» не только не оздоравливает тело подростков, но здесь мы обоснованно можем говорить, как и в случае с наркотиками, о «подсаживании» на пиво. Применительно к футбольным болельщикам осуществление намерения «спорт – альтернатива наркотикам» в действительности означает «пиво – альтернатива наркотикам». Вполне закономерно, что в разных городах отмечается тенденция смены увлечения подростков: от наркотиков к пиву. Кто-то этому радуется, считая пиво меньшим злом, но здесь взрослые люди просто отдают предпочтение в конкурентно-спортивной борьбе между наркотической и пивоваренной промышленностью последней.

В социальной рекламе – очередной государственной инициативе – все 2000-е гг. наши олимпийские чемпионы убеждали подростков и молодёжь, что спорт – это гораздо лучше наркотиков. Но если опять-таки вслушаться в то, какими словами описывалось состояние спортсмена во время тренировок и соревнований, то подростки могли услышать знакомые «кайф, драйв, адреналин, круто», после чего, по словам олимпийской чемпионки по спортивной гимнастике С. Хоркиной, «хочется ещё и ещё». Экстаз и упоение спортивной борьбы не есть только красивая поэтическая метафора, но это также и описание экстатического аддиктивного опыта многих молодых людей.

Когда 20 лет назад Ю.Т. Черкесов названием своей статьи поставил вопрос «Как обезвредить спорт?», то верно указав причину проблемы – состязательность спорта, – он в качестве решения указал «нагрузочный» уровень, а не сущностный. Как видно уже из предварительного критического рассмотрения спорт не только приводит к проблемам здоровья из-за экстремальных нагрузок, но само по себе получение экстремальных нагрузок может провоцировать формирование аддиктивных привычек. Особенно, когда это подкрепляется конкретными экономическими интересами (например, производителей алкоголя). Поэтому идея спортизации школьного физического воспитания выглядит изначально и сущностно проблематичной.

ЛИТЕРАТУРА

1. История тела. В 3 т. – Т. 2. От Великой французской революции до Первой мировой войны / Под ред. А. Корбена, Ж.-Ж. Куртина, Ж. Вигарелло. – М. : Новое литературное обозрение, 2014. – 374 с.
2. Калверт, К. Дети в доме. Материальная культура раннего детства. 1600-1900 / К. Калверт. – М. : Новое литературное обозрение, 2009. – 288 с.
3. Пегов, В. А. Представления студентов физкультурного вуза о наркоманах в связи с оценкой ими школьного образования (в сравнении с выпускниками вальдорфских школ США) / В.А. Пегов, А.В. Мальчиков // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2009. – № 4 (50). – С. 78-81.
4. Пегова, А. В. Двигательный опыт студентов вуза физической культуры в контексте характеристик современного молодого поколения / А.В. Пегова, Л.П. Грибкова, В.А. Пегов // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 11. – С. 56-58.
5. Черкесов, Ю.Т. Как обезвредить спорт / Ю.Т. Черкесов // Теория и практика физической культуры. – 1996. – №3. – С. 44-45.

REFERENCES

1. Ed. Corbin, A., Curtin, J.-J. and Vigarello, J. (2014), *Body history*. In 3 t. – Т. 2. *From the Great French revolution before World War I*, New literary review, Moscow.
2. Calvert, K. (2009), *Children in the home. The material culture of the early childhood. 1600-1900*, New literary review, Moscow.
3. Pegov, V.A. and Malchikov, A.V. (2009), “Conceptions of the students of academy of physical training about drug addicts in connection with their true value of school education (compared with the

USA Waldorf school graduates)”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 50, No. 4, pp. 78-81.

4. Pegova, A. V., Gribkova, L. P. and Pegov, V. A. (2014), “Motor experience of the students of the institute of physical culture in the context of characteristics modern younger generation”, *The theory and practice of physical culture*, No. 11, pp. 56-58.

5. Cherkesov, Yu.T. (1996), “As a sport neutralize”, *The theory and practice of physical culture*, No 3, pp. 44-45.

Контактная информация: pegwlad@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 28.09.2016

УДК 159.9

МЕХАНИЗМЫ ТРАНСФОРМАЦИИ КРИЗИСНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ В ИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕГРАТИВНЫХ ПСИХОТЕХНОЛОГИЯХ

Виталий Алексеевич Южаков, преподаватель,

Северный государственный медицинский университет» (СГМУ), г. Архангельск

Аннотация

Статья посвящена одной из самых актуальных и трудных вопросов современной психологии – проблеме идентичности. Идентичность рассматривается как интегральное, эмоционально переживаемое отождествление с устойчивыми генерализациями прошлого опыта, которые воспринимаются как части себя и выступают в качестве регулятора поведения и деятельности. В статье рассматриваются возможные причины развития кризисных состояний, а также представлены теоретические обоснования позитивной трансформации идентичности в интегративной психологии. Отмечается, что для реализации этой цели важно разотождествление с идентичностями, которые не способствуют позитивному развитию личности. Выделены ведущие механизмы трансформации базовых структур идентичности: процессы осознания, рефлексии и интеграции. Обозначена специфика интенсивных интегративных психотехнологий, широко применяющих индивидуальные и групповые феномены расширенных состояний сознания для работы с кризисными состояниями личности.

Ключевые слова: идентичность, механизмы трансформации идентичности, интенсивные интегративные психотехнологии, интегративная психология, рефлексия, осознание, интеграция.

MECHANISMS OF TRANSFORMATION OF CRISIS IDENTITY IN THE INTENSIVE INTEGRATIVE PSYCHOTECHNOLOGIES

Vitaly Alekseevich Yuzhakov, the lecturer,

Northern State Medical University, Arkhangelsk

Annotation

The article is devoted to one of the most urgent and difficult problems of modern psychology – identity problem. Identity is seen as integral, emotional identification with experienced steady generalization of the past experiences, which are perceived as a part of you and act as a regulator of behavior and activity. The article considers the possible causes of the crisis states, as well as it provides the theoretical justification of the positive transformation of the identity in the Integrative Psychology. It has been noted that for the realization of this goal it is important to stop to identify you with the identities that do not contribute to the positive development of the personality. Leading mechanisms of transformation of the basic structure of identity have been obtained: the processes of understanding, reflection and integration. The article noted the specificity of intensive integrative psychological techniques, which widely used the individual and group phenomena of the expanded states of consciousness to work with the crisis conditions of the person.

Keywords: identity, mechanisms of transformation of identity, integrative psychology, processes of understanding, reflection, integration, intensive integrative psychotechnology.

К настоящему времени проблеме идентичности посвящено множество исследований в рамках различных теоретических подходов, представленных как зарубежными (Э. Эриксон, Дж. Марсиа, Дж. Мид, Г. Тэджфел, Дж. Тэрнер и др.), так и отечественными учеными (В.С. Агеев, Г.М. Андреева, Н.В. Антонова, Д.Н. Завалишина, М.В. Заковорот-