

Региональная общественная организация учёных
БАЛТИЙСКАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ

Научный выпуск

*Посвящается 60-летию
кафедры психологии НГУ
им. П.Ф.Лесгафта и 110-летию
со дня рождения её основателя
проф. А.Ц.Пуни*

**ВЕСТНИК
БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
АКАДЕМИИ**

Вып. 86. – 2009 г.

**Поиск национальной идеи в
решении актуальных проблем
образования, воспитания, спорта и
выживания новой Российской
государственности**

**Санкт-Петербург
2009**

Редакционная коллегия выпуска:

Доктор психол. наук, проф. И.П.Волков; доктор пед.наук. проф. В.Ф. Костюченко; доктор психол. наук, проф. А.Н.Николаев; доктор биологич. наук, проф. Д.Н.Давиденко; доктор медиц. наук, проф. Е.А.Гаврилова; канд. пед. наук, проф. В.Д.Тимофеев; канд. пед. наук. проф.И.В.Курис; канд. психол. наук., проф. И.Г. Станиславская:

Ответственный за выпуск – канд. психол. наук,
ст. н. с. О.И.Волков

Главный редактор – проф. И.П.Волков.
Зам. гл.редактора - проф.Д.Н.Давиденко, проф. А.Г.Левицкий.
Уч. секретарь – проф. И.Г.Станиславская.

Адрес редакции:
190121. г.Санкт-Петербург.
Ул.Декабристов. 35. НГУ им. П.Ф,Лесгафта
Кафедра психологии им. проф. А.Ц.Пуни
Тел. 714-6627; Факс: 550-0211

Секция спортивной психологии и акмеологии спорта

E-mail: Volkov_bpa@rambler.ru
WWW.baltacademy.ru

В36 © РООУ БПА.
 © Волков О.И.

- Издаётся на средства авторов статей и взносы членов БПА

=====

«Вестник Балтийской Педагогической Академии»
Научное издание. Сокращенно: «Вестник БПА»
Основано 30.06.1995 г. в г. Санкт-Петербурге.

Международная регистрация (Юнеско, Париж):

ISSN 1818-6467

Подписано к печати 30.01.2009 г. Печать ризографическая. Зак. 02.
Тир.150. Формат бумаги 69х90. Отпечатано в РООУ БПА

СОДЕРЖАНИЕ:

От редакции 5

АКТУАЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ И СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:

<i>Калягин А.Н., Горяев Ю.А.</i> Опыт воспитательной работы в процессе подготовки будущих врачей	6
<i>Бодалёв А.А.</i> Общение как предмет междисциплинарного исследования в педагогических науках	14
<i>Зиганов Н.П.</i> О патриотическом воспитании российской молодежи призывного возраста	18
<i>Лозовая Г.В.</i> Принципы школьной педагогики воспитания личности детей и подростков.....	22
<i>Лукьянова А.И.</i> Лень как русское средство достижения удобства и покоя	27
<i>Данилец Л.П., Кобченко М.Е.</i> К вопросу об осознанном и бессознательном опыте старшеклассников	36
<i>Воскобойников Ф.(США).</i> Взаимопонимание в деловом мире – залог успеха в управленческой деятельности	44
<i>Шихвердиев С.Н.</i> Понятие адаптации человека в психологических науках	54

ЗДОРОВЬЕ НАРОДА, ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЁЖИ, ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ:

<i>Малкина-Пых И.Г.</i> Ритмо-двигательная физическая культура – новое педагогическое средство телопсихической интеграции личности	60
<i>Романенко В.И., Богданов М.В.</i> Профессионально-прикладная направленность подготовки специалистов по автомобильному спорту и безопасности дорожного движения.....	65
<i>Дунаев К.Ш.</i> Индивидуальный стиль учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в спортивной борьбе	69
<i>Станинславская И.Г., Иванов И.Б.</i> Личные проблемы спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры	72
<i>Рыжкин Ю.Е.</i> Социокультурный потенциал физической рекреации в контексте педагогических исследований в спорте...	79
<i>Эльмурзаев М.А.</i> Рекреативная функция переживания ситуаций риска и опасности в спортивной деятельности	82

<i>Гусакова Г.И.</i> Методика «акварелакс» в бассейне с теплой водой для подготовки беременных женщин к родам.....	85
<i>Драгомирецкий А.А.(Чехия).</i> Чем здоровью русских людей может помочь психотерапия сегодняшнего дня	89
<i>Склифосовская Е.А.</i> Особенности смысловой сферы личности молодых людей, занимающихся спортом.....	96
<i>Асильев Н.П.</i> Никогда не читал себя наркоманом	100
<i>Ань Цзинь (КНР).</i> Китайские принципы спортивного воспитания юных теннисистов.....	103

СПОРТИВНОЙ И НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ СЕВЕРО-ЗАПАДА НУЖЕН ДИАЛОГ С ГОСУДАРСТВОМ ПО НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕЕ:

<i>Агеевец В.У.</i> Физическое и духовное здоровье народа – базовая основа устойчивого развития России (к вопросу о национальной идее).....	107
<i>Сафронов Е.Л.</i> Нация на перепутье – либо медленно вымирать, либо возродиться здоровой и процветающей	110
<i>Волков О.И., Минин И.В., Мяконьков Б.В., Павел Д.Н., Тимофеев Ю.Т.</i> К вопросу о национальной идее в аспекте совершенствования правовых основ физической культуры и спорта Российской Федерации	116

РЕЦЕНЗИИ, КРИТИЧЕСКИЕ ОБЗОРЫ :

<i>Волков И.П.</i> Вера и неверие как предмет познания законов внутреннего мира русского человека.....	123
<i>Акопов Ю.А.</i> В поисках утерянной общенациональной идеи возрождения русского народа	127
<i>Зацепин В.И.(Австралия).</i> Садизм раскрывает объятия.....	135

ИНФОРМАЦИЯ О КОНФЕРЕНЦИЯХ:

<i>Курис И.В.</i> VII-ая Всероссийская конференция по трансперсональной Психологии в Санкт_Петербурге	146
<i>Тимофеев В.Д.</i> Региональная конференция: «Состояние и перспективы физкультурно-спортивного движения на Северо-Западе России	147
Сведения об авторах.....	152
Основные научные труды А.Ц.Пуни	155

От редакции

По итогам XXIX Олимпийских игры в Пекине Россия с трудом удержалась в престижной призовой тройке лучших спортивных государств мира. А народный социалистический Китай вновь доказал миру спортивную мощь олимпийских и национальных идеалов массового физического воспитания и спорта китайской молодёжи, свободной (как и мы были свободными в советские времена) от удушающего гнета капиталистической идеологии частной собственности и власти денег. Боги Поднебесной помогли Китаю стать мировой Олимпийской державой, а что же наши Боги? Грядет 2012 и 2014 гг.

Наша научно-педагогическая и спортивная общественность озадачилась, - почему же государственные задачи массового физического воспитания и спорта молодежи в России с её «суверенной демократией» до сих пор не являются приоритетным национальным проектом? В уже принятых национальных проектах «Образование» и «Здоровье» задачи совершенствования физического воспитания детей, учащихся и студентов, развития массового оздоровительного спорта даже не декларированы.

А между тем здоровьем нашей молодежи и нации в целом уже серьезно угрожают массовая наркомания, алкоголизм, курение, сексуальная распущенность, СПИД, экранная и компьютерная зависимости, криминальные наклонности. Не пора ли государству поднять молодежный спорт на должную ему педагогическую высоту. «О спорт – ты преградой встаешь на пути пагубных недугов, извечно угрожающих людям» (Пьер де Кубертен).

Ученые РООУ БПА поддерживают предложения Президента РФ Д.А. Медведева иметь «чёткую и выверенную стратегию развития физкультуры и спорта *до 2020 года*. Её основная цель – указывает Д.А.Медведев, - создать условия для того, чтобы спортом у нас занималась практически хотя бы половина наших граждан и не менее 80% детей. Работа над данной стратегией должна быть открытой, - это не ведомственный, а публичный документ, к его подготовке необходимо привлечь все регионы, спортивную общественность и бизнес-структуру...» (Д.А.Медведев. *Одинцово. Московская область. 14.10.2008 г.*)

Отмечая дату 110-летия со дня рождения основателя отечественной научной спортивной психологии **Авксентия Цезаревича Пуни** (1898-1986), напомним, что ещё в 1959 году в «Очерках психологии спорта» он писал: «Традиция передовой общественной мысли в России нашла своё отражение и в философии, и в естествознании, и в педагогике, и в психологии. Нашла она отражение и в физическом воспитании... В качестве психологических оснований физического воспитания для П.Ф.Лесгафта являлись: единство человеческой личности, выдающаяся роль движения как сенсомоторного единства в формировании личности, безграничные возможности гармонического развития человека путем сознательного овладения движениями и действиями в процессе физического воспитания и обучения» (М.:ФИС, 1959, с.5).

Спортивная научно-педагогическая общественность Санкт-Петербурга и Северо-Западного региона страны уже приступила к конструктивному публичному обсуждению данной проблемы (см. содержание журнала).

АКТУАЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ И СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:

ОПЫТ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ

А.Н Калягин, Ю.А Горяев.

«Искусство воспитания имеет ту особенность, - писал выдающийся русский педагог К.Д. Ушинский,- что почти всем кажется делом знакомым и понятным, а иным даже делом лёгким, и тем легче кажется оно, чем менее человек с ним знаком теоретически или практически». Может быть именно поэтому в России за последние 20 лет по проблеме воспитания студентов не было защищено ни одной докторской диссертации, а сама проблема воспитания нашей учащейся и студенческой молодежи, как основной предмет педагогической науки, оказалась за бортом бурных перестроечных процессов возрождения капитализма и буржуазной морали в нашем обществе и в сфере образования.

Между тем формирование нравственной воспитанности личности будущего врача, как особого состояния его души, проявляющегося в его отношениях к учебе и к будущей профессии врача, в переживаемом со студенческой скамьи чувстве личной ответственности за последствия своих лечебных действий, является важнейшей педагогической задачей профессиональной подготовки молодых специалистов в любом медицинском вузе. Факты позволяют утверждать, что от профессиональной компетентности и воспитанности у выпускников медицинских вузов чувства личной ответственности за последствия своих действий в роли врача зависит уровень здоровья населения страны.

Основной ступенькой в решении задач воспитания профессионально-важных качеств личности студента медицинского вуза является *клиническая кафедра*. Обучение студентов на такой кафедре - один из важнейших этапов профессиональной социализации будущего врача, т.е. закрепления в его избранной профессии.

Кафедра пропедевтики внутренних болезней во всех медицинских ВУЗах России представляет собой начальный этап знакомства студентов с клиникой, именно на ней происходит первый контакт будущего врача с

больными людьми, формируются умения понимать, сопереживать и стремиться помочь больному человеку.

Ниже излагаем наш кафедральный опыт воспитательной работы в профессиональной подготовке студентов ГОУ ВПО «Иркутский государственный медицинский университет Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию»

* * *

Воспитание представляет собой целенаправленное и систематическое педагогическое воздействие на развитие личности человека, предназначенное для формирования важнейших социально-значимых черт личности и жизненных ролей: гражданина, работника и семьянина [1]. Воспитание личности студента в медицинском ВУЗе направлено на формирование ключевых для его будущей трудовой деятельности профессионально-важных качеств, присущих представителям медицинской профессии: ответственного отношения к своему делу, умение помогать, сочувствовать и сопереживать вместе с пониманием душевного состояния больного человека.

Блестящее выражение высшей степени профессионального соответствия качеств личности задачам лечебной деятельности можно найти в работах врача-священника, лауреата Государственной премии по медицине В.Ф. Войно-Ясенецкого, которое, по его мнению, выражается в то, что «для врача не должно быть случая, а только живой страдающий человек» [3].

Постижение психолого-педагогических тонкостей в овладении студентами избранной медицинской специальностью идёт рука об руку с формированием их личности как будущего врача, что требует от него осознания не только профессиональной, но человеческой и гражданской позиции. Многие задачи гуманистического воспитания личности будущего врача могут быть успешно решены на лекциях и практических занятиях в соответствии с учебными планами высшего профессионального образования в курсах медицинской и биологической этики, истории медицины, педагогики и психологии, философии. Однако стоит подчеркнуть, что все эти дисциплины носят для студента младших курсов теоретический характер и воспринимаются абстрактно. Лишь приобщение студента-медика к практической лечебной деятельности позволяет окончательно определить и закрепить профессиональную направленность его взглядов и моральных установок, что создает возможности для прикладного аспекта воспитания личности будущего врача [4].

На кафедре пропедевтики внутренних болезней нашего вуза проходят обучение студенты 2-3 курсов, вступающие на путь практического освоения трудной дороги врачевания. Данный предмет проходят на лечебном, педиатрическом, медико-профилактическом, стоматологическом факультетах и факультете высшего сестринского образования. При организации воспитательной работы сотрудники кафедры пропедевтики внутренних болезней *Иркутского государственного медицинского университета* руководствуются научным подходом к этой работе, т.е.

системой принципов, которые дают возможность правильно организовать воспитательный процесс.

В педагогической науке применительно к медицинской практике выделяется четыре основных механизма воспитания личности студента-медика в учебном процессе: 1) *убеждение* – логически развернутое аргументированное фактами воздействие преподавателя на сферу рационального словесно-логического мышления студентов; 2) *внушение* – логически свёрнутое неаргументированное эмоциональное воздействие преподавателя на сферу иррационального словесно-образного мышления студентов, когда педагог стремится добиться понимания и усвоения студентами сущности обсуждаемого явления посредством своего личного авторитета или ссылками на авторитетное мнение других специалистов; 3) *заражение* – социально-психологический механизм воспитания, основанный на бессознательной восприимчивости студентов учебной информации на фоне групповой атмосферы их согласия с эмоциональным воздействием личности преподавателя в условиях непосредственного с ним контакта; 4) *подражание* – способ сознательного или бессознательного воспроизведения студентами опыта поведения педагога, в частности его манер, стиля общения, мнений и суждений в рамках существующих в медицинской практике традиций поведения врача в больничной палате, его общения с родственниками больного, в публичном обсуждении медицинских проблем со студентами и др.; [4, 9].

В ходе *воспитания через предмет* осуществляется индивидуальная работа с каждым студентом и со студенческим коллективом – учебной группой, курсом, основанная на ключевых принципах: научности, гуманности, демократичности, направленности на положительный результат, сочетании личностных и коллективных интересов, учёте уровня воспитанности студентов, сочетании воспитания и образования.

Важнейшим направлением работы врачей-педагогов является *патриотическое воспитание* студентов, формирование у будущих молодых специалистов культуры межнациональных отношений, что требует от преподавателей в учебных и личных контактах со студентами внимания к национальным особенностям их самосознания. В связи с этим в своей учебной работе и в общении со студентами преподаватель должен учитывать:

- Чувство привязанности студента к месту рождения, к культуре и традициям своего народа, доброжелательное отношение к традициям других национальностей и иностранным студентам;
- Уважительное отношение к достижениям отечественных учёных, а также учёных родного города и ВУЗа в избранной медицинской профессии, знание достижений специалистов других стран и народов;
- Умение показать важнейшие достижения своей страны в медицинской специальности, показать их значимость для мировой науки и практики.

Для проведения воспитательной работы со студентами-медиками нами используется разработанный на кафедре и утверждённый на методическом совете вуза план деятельности преподавателя, который ориентирован на ин-

дивидуальные особенности личности студентов (табл. 1). Основные позиции плана включают: историко-патриотические (история ВУЗа, корифеи медицины), этико-деонтологические, учебные (работа с задолжниками), социальные (помощи в решении социальных вопросов), медицинские (пропаганда здорового образа жизни, борьба с курением, употреблением алкоголя и наркотических препаратов), общекультурные (посещение театров, музеев и выставок, обсуждение книг) и гуманистические принципы.

На первом этапе реализации плана воспитательной работы преподаватель обязательно проводит тщательное выяснение особенностей жизни и быта студентов, их интересы и увлечения, получает сведения для оперативной связи. Обычно это осуществляется путём опросов и анкетирования. В дальнейшем эти данные позволяют более целенаправленно вести профориентационную работу, оперативно решать насущные проблемы студентов.

Воспитание «через предмет» осуществляется сотрудниками кафедры, как на лекциях, так и на практических занятиях. При этом, в первую очередь, демонстрируются биографические факты корифеев медицинской науки (см. табл.1).

Таблица 1

Примерный план мероприятий по воспитательной работе студентов на клинической кафедре медицинского ВУЗа.

№	Мероприятия
1	Провести анкетирование студентов: семейное положение, материально-бытовые условия, адрес, успеваемость (по всем предметам), круг интересов (вопрос профориентации), работа в студенческом научном кружке.
2	Знакомство с историей отечественной терапии, ВУЗа, кафедры. Информация о работе студенческого научного кружка кафедры:
•	М.Я. Мудров и ведение «скорбного листа».
•	Видные учёные-терапевты родного ВУЗа и их вклад в развитие отечественной медицинской науки.
•	Отечественная ревматологическая школа: А.И.Нестеров, М.П. Кончаловский, В.А. Насонова, Е.Л. Насонов, Ю.А. Горяев и др.
•	Отечественные кардиологи: А.Л. Мясников, Ланг, К.Р. Седов и др.
•	Основоположники Киевской терапевтической школы – В.П. Образцов и Н.Д. Стражеско.
•	Основоположник Сибирской терапевтической школы – М.Г. Курлов и методика морфометрии органов.
3	Подробное знакомство с историей кафедры и студенческого научного кружка кафедры, совместный просмотр альбомов.
4	Деонтологическое воспитание и обсуждение вопросов биомедицинской этики
5	Обеспечение студентов необходимыми методическими изданиями, аудио-, видео- и компьютерными материалами.

6	Обсуждение успеваемости студентов по различным предметам со старостой группы, контроль за посещаемостью лекций, работа по борьбе с академической задолженностью.
7	Работа с задолжниками по предмету по индивидуальному плану, организация дополнительных занятий по графику.
8	Пропаганда здорового образа жизни, борьба с вредными привычками:
•	Риск ВИЧ-инфекции.
•	Вред курения.
•	Факторы риска атеросклероза, ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии (питание, малоподвижный образ жизни, курение и т.д.).
•	Вред алкоголя; наркомания и вирусные гепатиты.
9	Беседа о правилах информационного поиска при подготовке к докладам во время практических занятий и при работе в студенческом научном кружке (библиотека, интернет).
10	Организация олимпиад по электрокардиографии в рамках учебной группы и курса.
11	Проведение учебно-исследовательской и научной работы, активное участие научных руководителей студенческих работ в Итоговой научной конференции Студенческого научного общества.
12	Оказание помощи нуждающимся студентам (ходатайствовать перед деканатом, ректоратом, органами студенческого самоуправления и т.д.).

При обсуждении со студентами конкретных случаев из лечебной практики делается акцент на проявлении истинного гуманизма и милосердия, волевых качеств в достижении поставленных целей, умение врача вселять уверенность в выздоровление больного, преодолевать трудности даже в самых непростых ситуациях, умение глубоко и систематично работать с больным, вникая в их личные проблемы, и т.д.

В учебном процессе со студентами нами широко пропагандируется популярная литература о медицине, в частности, написанная врачами-писателями и философами (А.П. Чехов, М.А. Булгаков, В.В. Вересаев и др.). В ходе занятия мы апеллируем к тем или иным проблемам в современной медицине, поднимаемым этими авторами, что, несомненно, заставляет студентов задуматься о высоком и ответственном предназначении профессии врача. Важное внимание уделяется формированию у студентов профессиональных навыков восприятия личных проблем больного, умению общаться и выслушивать мнение больного о самом себе и своем состоянии, образно мыслить о возможных причинах его заболевания, грамотно писать его историю болезни и др.

В этом отношении мы обращаем внимание студентов на демонстративно «сочные» описания заболеваний, имеющиеся в художественной литературе, в частности в произведениях Л.Н. Толстого, И.С. Тургенева, М.А. Булгакова, Н.А. Островского и др. На занятиях со студентами обсуждается

видение личности врача и его этической позиции, представленные в трудах философов, далёких от медицины. Например, видный отечественный философ И.А. Ильин не обходит своим вниманием и медицину, отводя роли и месту этики в профессии врача целую главу в своей работе «Путь к очевидности». Во взглядах И.А.Ильина формируется важное представление об *индивидуальности* не только больного, но и врача, о его профессиональной способности к точному диагнозу [5].

Умение проследить больного и его болезнь во всём многообразии её скрытых или явных причин и проявлений особенно характерно для традиций отечественной медицины, которая использует одни из наиболее детальных и многоуровневых классификаций, пытающихся ответить на множество диагностических, тактических, лечебных и стратегических вопросов по ведению конкретного больного. Используемые на сегодняшний день классификации – это попытка в виде разнообразных стандартных врачебных терминов индивидуализировать больного. «Диагноз осуществляется в живом художественно-любовном созерцании страдающего брата, и врачебная практика есть индивидуально применённое исследование, отыскивающее тот путь, который восстановил бы в нём утраченное им органическое равновесие» [2].

В хрестоматийной художественной литературе, в частности, в произведениях А. Кронина, А.П. Чехова, Л.Н. Толстого, Б.Л. Пастернака, М.А. Булгакова, Ф.Г. Углова и многих других авторитетных ученых и писателей, *образ русского врача* зачастую отображается в ареоле высокой нравственности, хорошего знания им художественной литературы, искусства, широкой образованности, интеллигентности. Долгие годы эти личностные качества были и остаются неотъемлемыми атрибутами врачебной профессии [8]. Несмотря на занятость в учебном процессе, мы стараемся сохранять именно эту личностно ориентированную традицию, уделяем внимание в обсуждениях и в дискуссиях со студентами устоявшимся культурным ценностям, новинкам литературы и искусства, стараемся сформировать у студентов личное избирательное восприятие и критическую оценку на молодёжь безнравственных воздействий современных СМИ и западной массовой культуры.

Большое значение в воспитательной работе отводится наглядным пособиям. Для каждого учебного практикума на кафедре пропедевтики внутренних болезней Иркутского государственного медицинского университета у нас имеются стенды, посвящённые деятельности отечественных учёных-терапевтов (М.Я. Мудрова, С.П. Боткина, Е.М. Тареева и др.), а также поучительные афоризмы, высказанные ими. В кафедральном коридоре располагается стенд, посвящённый вопросам *биоэтики*. Эти наглядные пособия позволяют студентам-будущим врачам сформировать или уточнить нравственные представления о своей профессии. Для лучшего усвоения материала по данной тематике подготовлен комплекс печатных учебных пособий и монографий: «Роль отечественных деятелей науки в развитии ученья о внутренних болезнях»

(автор - Н.С. Болдарева) [10], монография по истории кафедры «Почётный профессор» (автор - А.Н. Калягин) [7], рассказывающие о сотрудниках кафедры за годы её существования и их важнейших достижениях, а также монография «Союз философии и медицины» (авторы – Н.Н. Блохина, А.Н. Калягин) [11], повествующая о корифеях медицины, которые занимались вопросами философии личности и здоровья человека.

Одной из задач учебно-воспитательной работы со студентами является формирование их личных научных интересов с целью вовлечения в деятельность *студенческого научного кружка* пропедевтики внутренних болезней. Кружковая НИРС в медицинском ВУЗе позволяет сформировать у студента определённый навык научных исследований, тем самым приобщить будущего врача к творческому научному мышлению, пробудить и сформировать профессиональный интерес к работе с больными людьми. Этот интерес закрепляется во внеучебное время путем участия студентов в кафедральных научных конференциях и в волонтерских ночных дежурствах в подшефной больнице.

Совместно с преподавателями-кружковцами студентами выполняются научно-исследовательские работы, лучшие из которых представляются на вузовскую «Итоговую конференцию СНО им. И.И. Мечникова», а также на Всероссийские конференции. Из активистов кружковой НИРС в дальнейшем отбираются будущие кандидаты в интерны, клинические ординаторы, аспиранты и преподаватели кафедры. Практически все пришедшие на кафедру педагогические кадры получили перед этим навык работы в рамках студенческого научного кружка.

Большое значение в стенах нашего медицинского ВУЗа уделяется пропаганде *здорового образа жизни*. В соответствии с планом лекций и практических занятий преподавателями ведётся непрерывная демонстрация и критическая оценка негативного воздействия алкоголя, наркотиков и курения на здоровье личности [6]. В частности, в отношении воспитательного противодействия склонности некоторых студентов к курению мы используем следующую тактику наших воспитательных действий:

- На первой лекции, посвящённой написанию истории болезни, обращается внимание на индекс курения, методику его расчёта и практическое значение в определении прогноза болезней органов дыхания. В дальнейшем, на лекции по общему осмотру, демонстрируется внешний облик больных с хроническими обструктивными заболеваниями лёгких («розовые пыхтелки» и «синие отёчники»), при обсуждении методики обследования больных и семиотики заболеваний органов дыхания выделяется негативная роль курения в развитии респираторной патологии. При обследовании больных курящим студентам часто предлагается обследовать курильщиков, страдающих хронической обструктивной болезнью лёгких.
- Особый акцент на курение, как фактор риска делается при рассмотрении кардиологических заболеваний. Подчёркивается, что курение внесено в

классификацию артериальной гипертонии, как один из самых мощных вазоконстрикторов. При посещении больных отделения хирургии сосудов, страдающих атеросклерозом периферических сосудов, артериальной гипертонией и ИБС особое внимание уделяется расспросу продолжительности курения и перспектив отказа от него. Это всегда производит сильное впечатление.

- Во время изучения методики исследования больных с заболеваниями органов пищеварения, опять демонстрируется ассоциативная связь курения с симптомами функциональных заболеваний желудочно-кишечного тракта, с развитием язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, а также с высоким риском развития рака желудка.

Обязательным компонентом кафедральной воспитательной работы является помощь преподавателя в решении насущных бытовых проблем студентов. Это могут быть их проблемы с общежитием, с болезнями родственников, которые нуждаются в осмотре или госпитализации. Примеров такой работы довольно много, она кажется незаметной, но внимание к этим вопросам в целом способствует созданию здоровой психологической атмосферы в среде студентов-медиков и формирует в их среде коллегиальные отношения.

Врачу, особенно молодому, чрезвычайно важно ощущать рядом плечо своего старшего товарища, который может помочь советом, показать или рассказать что-то, оградить от лишних волнений и переживаний, необдуманных поступков. С первых лет существования студенческого коллектива преподаватели нашего вуза стараются приложить усилия к созданию в студенческой среде атмосферы профессиональной солидарности как в учебных группах, так и на курсе в целом т.к. только совместные усилия и доброжелательная сплочённая работа могут послужить на благо больному человеку, а конкуренция, соперничество, нежелание делиться секретами врачебного мастерства - принесут воспитанию будущего врача непоправимый нравственный вред.

Таким образом, воспитательная работа на клинической кафедре должна быть направлена на развития личности будущего врача, формирование в нем качеств гражданина, профессионала и семьянина, который хорошо знает культуру своей страны и уважительно относится к культуре других народов, стремится к коллегиальности, верен традициям и идеалам отечественной медицинской школы, владеет профессиональными знаниями и умениями врачебного дела.

Литература:

1. *Белогурова В.А.* Научная организация учебного процесса. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006. – с. 105-162.
2. *Блохина Н.Н., Калягин А.Н.* Нравственность врача в представлении И.А. Ильина (к 120-летию со дня рождения). // Сибирский медицинский журнал (Иркутск). - 2004. – Т. 43. №2. – с. 95-99.

3. *Войно-Ясенецкий В.Ф.* «Я полюбил страдание...»: Автобиография. – М.: Русский хронограф, 1995. – 208 с.
4. *Горяев Ю.А., Калягин А.Н., Аснер Т.В., Казанцева Н.Ю.* Воспитательная работа на кафедре пропедевтики внутренних болезней // Воспитательная работа в ИГМУ. / Под ред. Ю.А. Горяева, А.В. Щербатых. – Иркутск, 2007. – С. 46-48.
5. *Ильин И.А.* Собрание сочинений: В 10 т. Т. 5. – М.: Русская книга, 1995. – с. 5-30.
6. *Калягин А.Н.* Кафедра пропедевтики внутренних болезней в борьбе с табакокурением. // Воспитательная работа в ИГМУ. / Под ред. Ю.А. Горяева, А.В. Щербатых. – Иркутск, 2007. – с. 124-126.
7. *Калягин А.Н.* Почётный профессор (этюды творческого пути Горяева Юрия Аркадьевича). / Под ред. И.В. Малова. – Иркутск: Оттиск, 2007. – 205 с.
8. *Калягин А.Н., Горяев Ю.А., Казанцева Н.Ю.* Знакомство с памятниками культуры и искусства, как вариант культурно-воспитательной работы преподавателя // Воспитательная работа в ИГМУ. / Под ред. Ю.А. Горяева, А.В. Щербатых. – Иркутск, 2007. – с. 27-29.
9. *Крысько В.Г.* Психология и педагогика: Схемы и комментарии. – М.: Владос-Пресс, 2001. – 368 с.
10. *Роль отечественных деятелей науки* в развитии ученья о внутренних болезнях: Учебное пособие для студентов 3 курсов. / Состав. Н.С. Болдарева. – Иркутск, 2004. – 22 с.
11. *Союз философии и медицины* / Под ред. Н.Н. Блохиной, А.Н. Калягина. – Иркутск, 2008. – 135 с.

ОБЩЕНИЕ КАК ПРЕДМЕТ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУКАХ

А.А.Бодалев

В отечественной психологии за последние полвека стало традицией считать *феномен общения* предметом изучения социальной психологии. Однако наблюдения заставляют утверждать, что общение сложный, многокомпонентный, многоуровневый, многовариантный процесс взаимодействия людей в группах и организациях, что делает его предметом междисциплинарного исследования¹.

Главное, что отличает людей в общении - это их *социальность*, понимаемая как приобретенная в обучении и воспитании способность жить и взаимодействовать с себе подобными в обществе. Свойство *социальности* превалирует в любой форме общения вне зависимости от использова-

¹ Работа выполнена по гранту РГНФ №06-06-00171а

ния технических средств обмена информацией. Степень развития *социальности* участников общения важно учитывать в контексте зависимостей современных людей от их вредных привычек, алкоголя и наркотиков, захваченности их сознания воздействиями современных СМИ, телеметрии, мобильных средств связи и Интернета.

Во взаимодействии людей, находящем форму своего выражения в их *социальности* по параметрам активности и результативности, отдельные люди и их общности участвуют в нем прежде всего как *субъекты*, т.е. как источники и творцы общения. В связи с этим человек в психологической науке изучается в нескольких ипостасях: как *индивид* (сложнейший живой организм), как *личность* (ансамбль отношений, за которыми стоят усваиваемые им ценности жизни и культуры или псевдо ценности) как *субъект*, когда на первый план выходит исследование его способностей, находящихся свое проявление в его знаниях, навыках и умениях, но также и как объект(мишень) воздействия СМИ и влияний других людей в процессе воспитания, обучения, руководства. Интегральное выражение вышеуказанных характеристик человека в процессах творческого общения проявляется в уникальности и неповторимости каждого акта общения. Что в психологии обозначается в понятии *индивидуальность* человека. Однако следует иметь в виду, что *социальность* и *индивидуальность* человека могут находиться как в прямой, так и в обратной взаимозависимости в различных ситуациях общения и совместной деятельности людей в малых и больших социальных группах (Ананьев Б.Г., 1969).

Изучая общение людей в рамках тех или иных профессий и памятуя о вышеуказанных их характеристиках, бытовая психология как бы не замечает. Но социальная психология не может игнорировать закономерности профессионального делового общения, полученные в нейро- и общей физиологии человека, в возрастной, гендерной, дифференциальной, медицинской психологии, в психологии труда и инженерной психологии.

При этом *психические процессы* - ощущения, восприятие, память, воображение, мышление, речь, эмоции и чувства, воля и, конечно, такое качество, как внимание участников общения, актуализируются в процессе общения в соответствии с индивидуальными особенностями и ролевым поведением его участников.

Общение может быть как самостоятельным видом взаимодействия людей, так и элементом, органично входящим в структуру какой-то совместной бытовой или трудовой деятельности - управленческой, артистической, преподавательской, политической, военной деятельности и др. Общение организует и органично вплетется во все виды профессиональной деятельности. Это позволяет изучать закономерности *профессионального общения* с позиций психологии труда и управления, психо-

логии искусства, педагогической, юридической, экономической, политической, военной и спортивной психологии.

Другим важным аспектом кросс-культурного подхода к изучению общения является проблема межнационального и языкового общения. Общающиеся люди могут принадлежать к разным национальностям, религиозным конфессиям, представлять разные этнические общности. Естественно, что эти особенности, если их носители сформировались в лоне их национально-этнической культуры, также накладывают свою печать на их общение. Поэтому социальная психология, объясняя специфические черты в общении людей, не может не учитывать и наработки по данной проблеме, имеющиеся в этнопсихологии, этноэтике, религиозной психологии и др.

Взаимодействие людей в форме общения, как правило, происходит в соответствии с нормами и правилами, сложившимися в том обществе, в котором сформировалась психология данного человека как индивида, личности, субъекта, индивидуальности. Однако, жизнь показывает, что у некоторых членов общества могут наблюдаться большие или меньшие отклонения от соблюдения общепринятых социокультурных норм и правил общения, что в одних случаях выглядит как личностная деформация, а в других приобретает очевидный патологический или криминогенный характер.

И тогда для объяснения феноменологии, закономерностей и механизмов возникновения этих отклонений социальной психологии приходится прибегать к самому тесному сотрудничеству с криминологией, неврологией, патопсихологией, психиатрией, медицинской психологией, устанавливать творческие контакты с научно-практическими реабилитационными центрами, основная цель которых - восстановление способности человека к полноценному общению.

На рубеже XXI века возникла проблема изучения *виртуального* общения людей в информационном пространстве Интернета. Виртуальное общение имеет свою специфику по действию на психологические характеристики и психические состояния как отдельного человека, так и общностей людей. Ныне перед психологами поставлена задача исследовать эту специфику, научиться устранять негативные последствия виртуальных контактов людей со СМИ и с паутиной Интернета, создавать способы продуктивного взаимодействия с ними, которые усиливали бы и обогащали индивидуальный потенциал пользователей современных компьютерных технологий информационного взаимодействия,

Решение этой актуальной задачи возможно лишь при использовании междисциплинарного подхода в организации содружества представителей технических и психологических наук и, конечно, при активном участии специалистов сферы образования.

* * *

Как известно, человек общается не только с другими людьми или с их общностями, но и с самим собой, особенно тогда, когда ему надо совершить поступок или осуществить деяния, которые могут иметь значимые последствия не только для него, но и для других людей – членов семьи, трудового коллектива, государства. Описывая этот вид общения, социальной психологии не обойтись без помощи знаний рефлексии, психологии внутренней речи, психофизиологии, которые изучают типы, свойства и механизмы высшей нервной деятельности.

И в мире, и конкретно в России живет много людей, верящих в бога, хотя и принадлежащих к разным конфессиям. Обращаясь в своих молитвах к святым и богу, верующие люди вступают в процесс религиозного общения с воображаемым существом, что с психологической точки зрения является *процессом самообщения* в рамках их «Я-концепции». К сожалению в отечественной социальной психологии этот вид общения остается неизученным. Чтобы объяснить его особенности психологу необходимо сотрудничать с религиоведением, а конкретно - с богословами, теологами, религиоведами, читать и знать труды отцов церкви..

Особой проблемой современной практической социальной психологии является создание методов для снятия и преодоления трудностей, которые испытывает человек, вступая в общение с другими людьми. Причины их, как известно, могут быть самыми различными. И здесь в дело вступает социальная педагогика, игротехника, конфликтология, социология семьи и др. Для успешного решения этой проблемы социальной психологии постоянно приходится использовать инструментальный и методы индивидуального и группового психотренинга, психодрамы и социодрамы (Морено, Я., 2004).

Все, о чем шла речь выше, дает основание утверждать, что феномен общения настолько сложен по своему содержанию и формам проявления, что его ни-как нельзя считать предметом изучения только для одной социальной психологии. Для полного, всестороннего и по-настоящему научно глубокого раскрытия его общих, особенных и единичных характеристик и обуславливающих их факторов он должен быть предметом междисциплинарного исследования.

И это становится еще более очевидным, когда осуществляется изучение общения конкретного человека, наделенного властью и официальным влиянием, с коллективом. Например, общение тренера с командой спортсменов, руководителя с группой подчиненных, актёра со зрителями и пр. Междисциплинарный подход в изучении общения с позиций различных наук о человеке и обществе является ныне актуальной задачей комплексного человекознания.

Литература:

- *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. Л., Изд. ЛГУ, 1969. – 339 с.

- *Бодалев А.А.* Восприятие и понимание человека человеком. М.:1982. – 160 с.

- *Бодалёв А.А., Васина Н.В.* Познание человека человеком. СПб.: Речь, 2005. - 324 с.

- *Морено Я.* Социометрия: экспериментальный метод в науке об обществе. М.: Академический проект, 2004. - 320 с.

О ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ РОССИЙСКОЙ МОЛОДЁЖИ ПРИЗЫВНОГО ВОЗРАСТА

Н.П.Зиганов

Среди лучших образцов человечности, заложенных в фундаменте истории Отечества, мы почему-то ныне забыли о национальных достижениях советской педагогики и трудового воспитания А.С.Макаренки, о традициях массового патриотического воспитания нашей учащейся молодежи на основе комплексов БГТО и ГТО, о воспитании на примерах защиты Отечества в разные исторических периоды формирования национального самосознания русского народа, и др. Почему-то мы вдруг забыли и о формировании нравственных черт характера личности наших юных граждан не с помощью буржуазной морали и власти денег, ныне навязываемой нам с Запада, а на основе духовных заповедей и опыта выживания наших предков с мутные времена. Слава богу, бизнес и нынешний капитализм в России ещё не отменил Православной веры, но уже явно угрожает нашей молодёжи ослаблением её коллективно-соборных душевных и физических сил.

Почему так произошло? И стоит ли вникать в причины произошедшего? Ведь абсурдно искать виноватых в создании атомного оружия, космических аппаратов, Интернета, современной моды на личную свободу и рынка сексуальных услуг и др. Однако многочисленным творцам и режиссерам безнравственной продукции шоу-бизнеса необходимо напомнить, что хотя научно-технический и социокультурный прогресс ныне имеет общепланетарные масштабы, но *Родина для каждого человека – одна и она единственная, как и его мать.*

Каждый из нас не выбирал себе ни места рождения, ни пола, ни имени и национальности, ни цвета кожи и глаз – всё это нам было дано. Но с *чувством патриотизма* не рождаются, оно формируется вначале в семье, затем воспитывается в школе, осознается и переживается в критические моменты жизни человека как гражданина не столько своей страны, сколько своего Отечества. Эти моменты, например, не требуют пояснений для участников и героев ВОВ, для узников фашистских концлагерей или авганских застенков, для победителей Олимпийских Игр и чемпионов крупных международных спортивных соревнований и др.

Многие политологи и социологи, в т.ч. и за рубежом, считают, что для России, как правопреемника планетарно-имперских функций СССР - международного регулятора миропорядка в XX веке, ныне уже пробил час

для решительных действий, дабы восстановить свое державное влияние в мире в XXI веке и, тем самым, сдерживая натиск американского империализма, обновить патриотические чувства и русского народа. И случай для этого представился – Юго-Осетинский конфликт (август, 2008). Быстро и решительно разрешив этот конфликт традиционным силовым методами, Россия сказала нашим западным «доброжелателям» словами Александра Невского: «Кто с мечом к нам пришел, от меча и погибнет!». Но что же получилось в результате? - Обострение идеологического противостояния России с Западным миром, продолжаются грабежи уцелевших осетинских семей с целью отнятия денежных компенсаций (50 тысяч руб.) за гибель родных и близких от грузинских наемников. И этого нужно было ожидать, ибо есть закон. по которому история повторяется в главном, а не в деталях.

Но на дворе уже не век угрозы атомных бомбежек, а время *психологических войн* на виртуальном поле брани, в Интернете, в информационном поле электронных СМИ и др. И здесь победит тот, кто крепче не только духом, но и телом, - духовно слабые и больные – проиграют. Именно в первой четверти XXI века в *виртуальном информационном поле планеты* решается судьба России, стремящейся вновь возродить и укрепить свою влиятельную позицию в международных делах, вынужденную и готовую вперёд защищать свою государственность и своих граждан от посягательств натовских наемников.

Для меня, как человека в прошлом военного, эта обострившаяся оппозиция новой России старому буржуазному Западу отвечает национальной патриотической идее целостности России. *Патриотическое воспитание* призывной молодежи есть дело общественно-государственное, включает в себя умственное, нравственное и физическое воспитание учащихся и студентов. Массовая физическая культура и спорт – основа патриотического воспитания молодежи. Советская школа и её система физического воспитания молодежи успешно решали задачи *патриотического воспитания молодежи*, что ныне в значительной мере утрачено. Проповедь буржуазной частнособственнической морали, презрение к человеку труда, восхваление достоинств богачей и банкиров, мизерные курамы на смех пенсии, стремление к накопительству только ради выживания, массовый алкоголизм и наркомания среди молодёжи, крах государственной педагогики и неспособность правоохранительной системы защитить своих граждан от бандитов и криминальных авторитетов отравили общественное сознание ядом пессимистического отношения к возможностям государства восстановить утраченные влиятельные позиции в мире и социалистическую справедливость в обществе.

Сегодняшние массовые опросы общественного мнения показывают, что капитализм по американским образцам в России одобряют всего 8-10% взрослого населения, 30-35% опрошенных - за возврат к социалистическим нормам общественного воспитания учащихся и студентов, но 51-55% опрошенных затрудняются ныне в выборе того, что же для них важнее – воспитание за деньги или за совесть? Это – инертная социальная подушка, та

масса населения, патриотические чувства которой либо атрофировались, либо спят в подсознании молодых людей.

Мои наблюдения показывают, что школьная городская молодежь (на примере г.Москвы) призывного возраста в своей массе аполитична и апатриотична. Она загипнотизирована культом денег и западной моды на сексуальную свободу и личностные переживания этой свободы за рулем своего автомобиля, в трансовом состоянии кайфа от очередной банки пива, сигареты, от дозы наркотика, и пр. Состояние и уровень школьного воспитания личности у нас также уже утратил патриотическую направленность. Школьник 9-10 класса часто не может дать себе отчета в том, что значит «быть патриотом»? Для многих молодых людей это понятие просто не существует, ибо современные СМИ учат лишь *казаться* человеком, а *не быть им* по существу. Наше государство с его вынужденным буржуазным либерализмом под давлением СМИ утратило социальный контроль над патриотическим воспитанием призывной молодежи, Госдума снова разрешила пивную рекламу без ограничений на телеэкране для сохранения зарплат её режиссерам. А как же с сохранением здоровья нации?

Конечно, все мы – люди, стараемся жить по принципу «быть собой», а не по принципу «казаться кем-то», т.е. только играть взятую на себя социальную роль (маску) в жизни подобно актеру на сцене театра. Но жизнь сейчас – это гигантский театр, на подмостках которого обеспечить мир и стабильную жизнь неуклонно вымирающего коренного русского населения нашей стране по актерскому принципу «казаться», убийственно для нации и страны. *Быть патриотом* своей Родины – одно, а *казаться им* – совсем другое, ложное, но внешне похожее на первое, а различить это не так-то просто. В сознании идейно инертной массы нашего взрослого населения (51-55%, опрошенных) граница между «быть» или «казаться» стёрта, не осознается, ибо так легче жить по *экзистенциальному принципу* – просто существовать себе как растение или как трава в садике с «госоградой» под названием «русские»..

Отсюда и массовая аполитичность и апатриотичность нашей молодёжи. Успешно заниматься патриотическим воспитанием призывной молодежи ныне возможно лишь на основе общественной заинтересованности в сохранении порочности духовных основ русского этноса. И здесь свое весомое слово уже сказала наша Православная церковь и общественные организации учёных, владеющие знаниями тех изменений в идеалах, ценностных ориентациях и смыслах жизни, которые произошли за последние 15-20 лет в массовом и индивидуальном сознании наших граждан и призывной молодежи.

Но если у нашей призывной молодежи полностью атрофируется *чувство патриотизма*, то о какой любви к своей Родине можно говорить? Всего через два-три поколения *русский этнос* просто выродится, - страна Россия ужмется в своих территориальных границах под давлением с Запада и с Востока. Проблемой *патриотического воспитания* военная психология не занимается, социально-психологических исследований причин неуставных отношений и дедовщины в армии не осуществляется, в прессе и в СМИ эти

проблемы умалчиваются по русской поговорке: «Не выноси сор из избы». А традиционная муштра новобранцев автоматически не делает их патриотами, наоборот, многих превращает в невротиков. Именно с этими симптомами и имеют дело «Комитеты солдатских матерей», а в случаях дезертирства из армии - военная прокуратура, военные суды и пр.

Игнорирование в воспитании нашей молодежи уже хорошо известных социально-психологических закономерностей формирования и проявлений патриотических чувств как *феномена веры в Отечество* (Отечество как символ Бога) ослабляет и без того нравственно деформированный влияниями современных СМИ морально-волевой потенциал будущего защитника Родины. С командирами тоже не легче, они поголовно страдают социально-психологической безграмотностью, не могут отличить убеждение от внушения, чувство страха от чувства героизма, инстинкта от разума и пр. И вряд ли этот провал в педагогической организации патриотического воспитания призывников и новобранцев можно будет быстро и полностью компенсировать. Как я убедился на собственном опыте психологически неграмотный политрук хуже богословски подкованного священника. А вот беседа солдат с убеленным сединами ветераном-героем войны лучше всяких психологов и попов. Но ветераны ВОВ уже почти вымерли, а проблема патриотизма в воспитании новобранцев остается в Вооруженных силах воспитательной задачей номер один.

Атрофирование патриотических чувств у российской молодежи уже наблюдают из-за рубежа и наши бывшие соотечественники, бывшие кадровые офицеры. Так, бывший советский летчик-истребитель, эмигрировавший в Австралию с семьей в 1991 году, ныне доктор философских наук, профессор Мельбурнского университета В.И.Зацепин отмечает: «Одним из характерных признаков нашего времени, проявляющийся по принципу «казаться» - его стриптизный характер: «раздевание», сбрасывание покрывал, камуфляжа с бывших святынь и одевание новых ролевых образов и одежд – всё для создания новых смыслов и мифов о лучшей жизни. Бывшие святыни оскверняются, но те, кто оскверняют, новые святыни не создают по неспособности, но действуют в силу жажды в чём-то отличиться от других, самоутвердиться в дикой жестокости или в особом вычурном виде ложного искусства... Теория и практика общественного воспитания молодежи в России, похоже, скоро сведется только к правовым его формам, к обязанностям следовать законам и решениям судебных органов, а педагогическое творчество, педагогические исследования области воспитания молодёжи, как и необходимость в воспитателях, станет излишней, - их заменят компьютерные няни, телевизоры и Интернет» (В.И.Зацепин, 2007, с.22-23).

Ныне в России утрачен государственный контроль за *патриотическим воспитанием призывной молодежи*, а общественность к этому делу государство привлекать не спешит, - нечем стимулировать, кроме обещаний всё устроить как надо. Школьная и вузовская система образования действуют в этом плане как в басне А.Крылова «Рак, Лебедь и Щука». Упразднение

красного флага с пятиконечной звездой служит иллюстрацией к этой басне. Слава богу, что хоть и советская мелодия Государственного гимна РФ восстановлена. Может быть снова вернуться к проверенным методам воспитания патриотических чувств призывной молодежи средствами физической подготовки и спорта? Полезно обсудить эти проблемы открыто, с привлечением педагогов, психологов, военных специалистов. От этого мы выиграем все - и общество, и государство, и военная педагогика и психология..

Литература:

-*Зацепин В.И.* О нравственном воспитании молодёжи в современных условиях // Вестник БПА, вып.77. – 2007. – с.19-24.

-*Крестьянкин Иоанн (архимандрит).* Размышления о бессмертной душе. Свято-Успенский Псковско-Печерский монастырь, Изд.4-ое. 2006.- 143 с.

-*Подвиг Ленинграда бессмертен*//Труды научно-практической конференции.СПб.: 2004. – 178 с.

- *Фирсов С.Л.* Время в судьбе. СПб.: Изд. Сатись, 2005. – 395 с.

ПРИНЦИПЫ ШКОЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ ВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Г.В. Лозовая

Воспитание в человеке личности (на всех этапах её формирования, но особенно – в *сензитивные периоды* индивидуального развития, к каковым нужно отнести прежде всего *детство*, является поистине бессмертной в плане своей педагогической актуальности темой. Однако, несмотря на многовековую историю педагогики, большое количество трудов не прибавляют ясности в решении проблемы формирования личности в условиях нравственно нестабильной социальной среды, что характерно сейчас для России.

Не претендуя на новизну идей, попытаемся выдвинуть положения, определяющие эффективность воспитательной деятельности школьных учителей в их повседневной практике учебной и педагогической деятельности.

Итак, чтобы быть успешным, воспитательные воздействия должны опираться на ряд педагогических принципов. Самыми главными из них являются:

- *целенаправленность* – осознанный и правильный выбор целей и методов воспитания;

- *естественность* – «воспитание жизнью», через использование реальных жизненных ситуаций для формирования нужных черт характера;

- «*золотая середина*» в формировании черт характера и использовании воспитательный приемов (крайности никогда не бывают хороши);

- *позитивность* – преобладание позитивных средств воздействия

(похвала, одобрение) над негативными (критика, наказание);

- *приоритет воспитания делом* над воспитанием словом (нотации должны быть заменены поступками);

- *включенность воспитания в общение*, делающие воспитательные воздействия незаметными и ненавязчивыми для детей и учащихся;

- *раннее начало воспитания* (чем раньше – тем выше эффект);

- *приоритет профилактики* над коррекцией (изменить нечто уже сформированное – крайне трудно);

- *ответственность воспитателей* за текущий и конечный «продукт» их деятельности (или бездеятельности);

- *ненасилие* – реальное уважение природы, желаний и мнений ребенка;

- *реалистичность* в постановке целей воспитания и требований к ребенку;

- *примат личного примера* – воспитатель сам должен быть образцом всех тех качеств, которые он хочет воспитать у детей;

- *настоящая любовь к детям*, принятие их такими, какие они есть;

- *готовность к отказу от педагогических заблуждений* и неправильных установок;

- *оптимальность дозировки контроля* и меры вмешательства в личную жизнь детей;

- *разумная требовательность* к личности ребенка;

- *отказ от неоправданного облегчения* или режимного «утяжеления» жизни ребенка;

- *активность педагога* в плане самообразования и самокритики;

- *личные качества воспитателя* как модели жизни для ребенка.

Специфика применяемых методов воспитания напрямую зависит как от цели воспитания, так и от особенностей личности воспитуемого и самой ситуации. Но существуют и некие универсальные приемы воспитания. К их числу относятся требования, предъявляемые к детям, а также реакция на их исполнение (или неисполнение) в виде позитивного или негативного подкрепления.

Сперва поговорим о педагогических требованиях в осуществлении задач воспитания личности детей и подростков. Очевидно, что обойтись без требований нельзя, иначе формирование личности будет пущено «на самотек» – а такие истории очень редко имеют счастливый конец. Однако требования тоже могут быть разными. Одни способствуют высокому качеству воспитания, другие же, напротив, ему препятствуют. Иными словами, требовать нужно уметь.

Кстати, под требованием следует понимать не директивное «ценное указание» (или команду), которое должно быть выполнено в любом случае и несмотря ни на что. Педагогическое требование – это способ формирования «правильного» поведения путем направления его в нужное русло, причем – средствами, самыми мягкими из всех возможных. Вернее всего было бы говорить не о требованиях, а о «пожеланиях», которые

должны быть определенного свойства.

1. Они должны быть позитивными – то есть, преподноситься в форме, исключая эмоциональное неприятие со стороны ребенка. Худший вид требований – это команды, «ценные указания» и нотации. Лучший – советы, пожелания и просьбы. Зачастую взрослым очень трудно заставить себя обратиться к ребенку через «пожалуйста» – они считают, что и так вправе требовать всего, чего угодно. В этом проявляется высокомерие взрослых по отношению к детям.

Кроме того, совет, пожелание и просьба обладают гораздо большей эффективностью, так как они не вызывают эмоционального неприятия. Если приказ приводит к таким чувствам, как раздражение, обида и протест, то просьба вызывает чувство собственной значимости и ответственности. Именно поэтому на нее хочется откликнуться и в ее выполнении гораздо труднее отказать.

2. Требования должны исключать насилие. Существует закон, согласно которому «сила действия равна силе противодействия». То есть, чем больше родители будут командовать и наказывать – тем больше дети будут сопротивляться. И это абсолютно нормально – на их месте родители вели бы себя точно так же. Одна из заповедей цивилизованного мира гласит, что «никто никого не может заставить делать что-то против его воли». То есть, конечно, может, но не должен, так как это – проявление насилия над личностью, аморальное по своей сути.

Кроме того, насильственные приемы могут вызвать только одно чувство – ненависть, что опасно уже для самих воспитателей, которым рано или поздно оно «аукнется» либо бегством детей из семьи – физическим или душевным, либо – ответным насилием. Не зря старая мудрая пословица гласит: «Не бей юношу – ведь еще неизвестно, кто из него может вырасти».

«Заставить» любить и уважать себя невозможно. И то, и другое можно только заслужить.

3. Требования должны соответствовать реальным возможностям ребенка, его уровню развития. Требовать от маленького ребенка много так же вредно, как и от большого – мало. По мере взросления детей объем их прав и обязанностей должен возрастать параллельно. Только в таком случае ребенок не будет ощущать семейную дискриминацию и окажется полностью готовым к самостоятельной взрослой жизни.

4. Педагогические требования должны быть предельно конкретными. Их нужно формулировать четко и понятно – ребенок должен понимать, почему нужно поступать так, а не иначе, а не механически осуществлять чей-то приказ. Правил поведения не должно быть слишком много, иначе ребенок окажется в ступоре, постоянно испытывая страх, что он сделает «что-то не так».

5. Требования должны не противоречить друг другу. Очень часто родители почти в одно и то же время требуют от ребенка самостоятельности и послушания. Они ждут от ребенка честности и

искореняют ее, наказывая за неприятную правду. Требуют от него «быть любознательным» и одновременно – «не лезть не в свое дело». И так далее и тому подобное.

6. Требования должны быть постоянными, то есть, не меняться в зависимости от обстоятельств и настроения родителей. Чего нельзя было вчера, не должно быть можно сегодня. Если взрослый постоянно меняет «правила игры», то ребенок сначала ощущает себя полностью дезориентированным и поэтому невротизируется. А потом он привыкает к нестабильности, находит в ней свою логику и начинает манипулировать родителями. Через какой-то период время он понимает, что «законы нужны, чтобы их можно было нарушать» и теряет к ним всякое уважение.

7. Требования должны быть справедливыми – то есть, действовать одинаково в отношении всех членов семьи или, по крайней мере, всех младших членов семьи. Так, например, если от ребенка требуют убрать постель, то и у родителей она должна быть убрана, иначе это выглядит как «чистой воды» диктат.

8. Требования должны быть разумными. Нельзя требовать от ребенка невозможного, например:

- никогда не лгать;
- не злиться на родителей и учителей;
- всегда «быть хорошим», «паинькой».

Также нельзя требовать от детей чувств любви и уважения.

9. Всякое правило должно иметь свои исключения – но для них должны быть достаточно веские основания.

Теперь несколько слов о способах подкрепления поведения ребенка, благодаря которым поступок превращается в привычку. Они бывают двух видов – позитивные и негативные.

Воспитание «через негатив» подразумевает постоянное применение самых разнообразных запретов, тотального контроля, насилия, придирок, окриков, ругани, критики, запугивания, культивирования чувства вины (не говоря уж о тычках, затрещинах и других различных способах «опускания» ребенка). Это воспитание через отрицание личных достижений ребенка и постоянное нахождение его недостатков. На самом деле родителями, применяющими такие методы, чаще всего движет агрессия и раздражение, равнодушие или, в лучшем случае – снисходительная жалость.

Все перечисленные приемы являются надежными и универсальными способами «ломки» любой, пусть даже самой «сильной» личности. Благодаря им легко вырастить человека неуверенного, закомплексованного, неуспешного, инфантильного, пассивного, не блещущего никакими способностями, то есть, «серенькую личность», забитую и жалкую. Скорее всего, в нашей стране таких людей много как раз потому, что они были воспитаны в русле именно такой «педагогики», которая вполне закономерна при любом авторитарном строе.

Воспитание «через позитив», напротив, оперирует другими приемами

– такими, как ласка, поощрение, ободрение, отсутствие сомнений в возможностях ребенка. Поощрение существует в трех разновидностях – позитивная оценка (похвала), разрешение и подарок. Практикующие такие способы воспитания родители скорее предпочтут подождать, чтобы ребенок сделал так, «как надо» и похвалят его за это, чем будут ругать за то, что он сделал что-то «не так». Они чаще разрешают, чем запрещают (не допуская, при этом, вседозволенности), просят, а не заставляют. В общем, о таких родителях мечтают все.

Следует отметить, что воспитание «через позитив», к огромному сожалению, встречается крайне редко. Так, исследователями было выделено только три разновидности положительной оценки поведения ребенка (согласие, ободрение, одобрение) и целых семь разновидностей – негативной (замечание, отрицание, порицание, сарказм, упрек, нотация, угроза). К тому же, даже в присутствии психологов взрослые люди используют негативные оценки гораздо чаще. Что происходит, когда они остаются наедине со своими детьми – остается только догадываться.

«Формула» позитивного воспитания не так уж сложна. Ее слагаемыми являются:

- личный пример (быть таким, каким хочешь видеть своих детей);
- поощрение «хорошего» поведения вместо бичевания «плохого»;
- разумные и грамотные правила поведения, устанавливаемые родителями для ребенка;
- верный и вовремя данный совет вместо приказов и «ценных указаний».

Многие стесняются поощрять своих детей. Однако гораздо легче (и приятнее) для обеих сторон похвалить ребенка за правильное поведение, чем отругать – за неправильное. В результате нескольких позитивных повторений у любого человека образуется условный рефлекс «как нужно поступать, чтобы быть хорошим». Кроме того, если не замечать хороших поступков, то у большинства людей отпадает всякое желание их совершать.

Другое дело, что похвала должна соответствовать уровню достижения ребенка. Не стоит «захваливать» за рядовые, вполне обычные поступки, которые входят в круг его обычных обязанностей. Так, например, не следует хвалить ребенка за то, что помыл посуду, но важно похвалить за саму инициативу, если он не делал этого раньше.

Теперь несколько слов об очень важном. Педагогические позиции родителей и всех, кто кроме них принимает участие в воспитании ребенка, должны быть:

- совпадающими (результат разнонаправленных воспитательных воздействий может быть самым непредсказуемым);
- желательно, научно обоснованными (а не слепо следующими традициям по типу «меня так воспитывали, и ничего...»);
- справедливыми по отношению ко всем участникам процесса (не ущемляющими ничьих прав, в том числе, на уважение и собственное

мнение);

- направленными на достижение главной цели воспитания (формирование психологически зрелой личности).

В заключение в качестве резюме и одновременно основной педагогической парадигмы, вольно перефразируя категорический императив И. Канта, его словами можно сказать: «воспитывайте так, как вам хотелось бы, чтобы в свое время воспитывали вас».

Литература:

- *Джемс У.* Психология в беседах с учителями. СПб.: Питер, 2001. - 160 с.

- *Ивлева В.В.* Семейная психология. Минск.: Изд. «Современная школа», 2006. - 352 с.

- *Лесгафт П.Ф.* Семейное воспитание ребёнка и его значение. М.: Педагогика, 1991. – 176 с.

- *Лесгафт П.Ф.* Психология нравственного и физического воспитания / Избранные психологич. труды. М.: Ин-т практич. психологии, 1998. – 416 с.

- *Макаренко А.С.* Книга для родителей. Лениздат. 1981. – 320 с.

- *Сухомлинский В.А.* О воспитании. М.: Политиздат, 1988. – 270 с.

ЛЕНЬ КАК РУССКОЕ СРЕДСТВО ДОСТИЖЕНИЯ УДОБСТВА И ПОКОЯ

А.И. Лукьянова

В разговоре о *лени* прежде всего необходимо упомянуть, что в 1973 году израильским психологом Нирой Кефиروي впервые была сформулирована теория жизненных приоритетов (целей), которая хорошо объясняет поведение людей. Из основных *жизненных приоритетов*: чувства значимости, желания контролировать, стремления к удобству и спокойствию и желания угодить – приоритет *стремление к удобству и покою*, как показало тестирование 100 человек, занимает второе место по значимости для человека после желания контроля поведения и действий других людей. Данная проблема особо щепетильна в отношении понимания *природы лени* как черты национального характера русского человека.

Сначала давайте определимся в понятиях. *Покой* – это расслабленное состояние организма, а *удобство* – условие для данного состояния. Примерами наглядного выражения стремящихся к удобству и покою людей являются: начиная с Ильи Муромца, пролежавшего на постели 33 года, Емели на печи, продолжившего этот список, ставшего нарицательным героем Илюшеньки Обломова, который, как известно, не утруждал себя особо ничем, и заканчивая любым современным человеком, либо уютно устроившимся на диване перед телевизором, либо нежащимся на каком-нибудь «крутом» курорте на Карибских островах, либо в СПА кабинете, либо в душистой пене в собственной ванне – кому как позволяют финансы.

Существуют еще понятие «удобства» – в смысле приспособляемости, подстройки под обстоятельства и людей, даже если это нас не устраивает. Мы готовы терпеть неприятные для себя вещи, людей, поскольку на данный момент нам это выгодно, нам так удобно. А то, что раздражение от этого со временем накопится и приведет к внутреннему беспокойству, нас пока не волнует. Также имеется еще понятие спокойствие или иначе душевный покой, который, в свою очередь, подразумевает гармонию с собой и предполагает внутреннее принятие этого мира, что возможно только при наличии безусловной любви.

Особым примером стремления к такому покою являются монахи. Но эти примеры мы сейчас рассматривать не будем, так как это предмет другого исследования. Итак, судя по второй строчке рейтинга приоритетов, как любят сейчас выражаться, **стремление к удобству и покою** – один из самых важных жизненных приоритетов. Я считаю, что это единственный из всех приоритетов – врожденный, в отличие от других, которые сформировались в личности под влиянием социума в процессе жизни.

Удобство и покой! Что вы испытываете при звучании или чтении этих магических слов? Каждый что-то свое. Кто-то прикрывает глаза и млеет, кому-то представляется мягкое удобное кресло, а кто-то...далее распространяться не будем. Но, безусловно, для любого из нас это связано с расслаблением, с чем-нибудь очень приятным, иначе вряд ли оно занимало бы в нашей жизни одно из первых мест по значимости.

Чтобы во всем этом разобраться, давайте обратимся к истокам и причинам появления этого приоритета у людей. В ходе исследования этого вопроса и размышлений над ним я пришла к очень любопытным наблюдениям и выводам.

Я не оговорила, сказав, что этот приоритет является врожденным. Как вы думаете, когда мы впервые с ним встретились? Да-да, вы правы. Все мы без исключения, - другого пока природа не придумала, - впервые познали и ощутили *покой и удобство в утробе матери*. Именно там было покойно и уютно, там было тепло и сытно, там нас поили и кормили, о нас заботились, и ни о чем не надо было беспокоиться. Все было стабильно и предсказуемо. За девять месяцев жизни в утробе матери мы настолько свыклись с этим (а к хорошему быстро привыкают), что, когда нас извлекли на этот свет, и лишили покоя и удобства, мы от ужаса и беспомощности закричали. Не случайно в психологии существует понятие «родовая травма». Имеется в виду тот страх, который испытывает каждый человек, сменив привычные покой и удобство на неизвестность. Этот *страх неизвестности*, ожидания опасности от нового, неизведанного, как показывает психологическая практика, остается неотреагированным в подсознании у 80% людей пожизненно, а стремление к удобству и покою становится одной из самых главных целей, к которой стремится человек на протяжении всей жизни.

Следующей причиной стремления человека к удобству и покою является та желанная социальная среда - семья, в которую новорожденный попадает и в которой воспитывается родителями. Чудесно, если малыш после рождения попадает в хорошие условия, где его окружают любовью и заботой, условиями, максимально приближенными по комфорту к тому удобству и покою, в котором он пребывал до рождения в лоне матери. Именно у таких людей этот приоритет не является доминирующим. А сколько таких, кому комфортные условия после рождения не были предоставлены? Вот и приходится им самим всю жизнь к этому стремиться, чтобы создать себе хотя уже в зрелом возрасте условия удобства и покоя. Через это я прошла сама и многие мои клиенты, которых я консультировала:

«Насколько мне известно, я была нежеланным ребенком. Мама еще до моего рождения рассталась с моим отцом. Тяжелое материальное положение, еще один несовершеннолетний ребенок на руках, отсутствие своего жилья... Так что особой радости мое появление на свет ни у кого не вызвало. Сколько себя помню, у нас никогда не было своего жилья. Мама работала на низкооплачиваемых должностях за копейки и место в общежитии. В детстве у меня не было своей кровати, и я спала на стульях, поставленных в ряд в шахматном порядке (надо полагать, чтобы не упасть), застеленных каким-то тряпьем. О каком удобстве могла идти речь?! Все детство в круглосуточном саду, затем в школе-интернате, где, слава богу, у меня была своя чистая постель. Маме некогда было мной заниматься, она работала от зари до зари. Самой заветной моей мечтой в детстве был дом, где бы у меня была своя комната, и где бы я могла отдохнуть. Вот они истоки стремления к удобству и покою!»

Но, как показывает практика, тепличные условия развития человека тоже ведут к тому же стремлению к удобству и покою. Выросший и привыкший к таким условиям человек, вкусивший все радости комфортной жизни, естественно, в течение всей последующей жизни будет к этому стремиться.

Еще одной из причин предпочтения этого приоритета является страх неудачи. Как это происходит? Человек берется за какое-то дело, а оно не получается, берется за другое, опять неудача, потом еще и еще до тех пор, пока не появится страх, что, за что бы ни взялся, все равно будет провал. И вот этот-то страх диктует человеку: «Что стараться, все равно ничего не получится». Действительно, чего напрягаться, если впереди одни неудачи? Тот, у кого были такие проблемы, понимает, о чем я говорю.

«Дмитрий, назовем его так, впервые занявшись незнакомым ему доселе делом, не смог с ним справиться. Не хватило знаний, умений. А в силу своей застенчивости не смог подойти к кому-нибудь попросить совета. В итоге – подвел коллектив, отсюда – чувство вины и обвинение себя в нерадивости. «Но уж следующее задание я обязательно выполню!» - дал он себе слово. И наверняка бы выполнил, если бы не ругал себя за то, что с ним произошло, но это чувство не покидало его: он вставал утром с ним и ложился спать, думая о том, что ему нельзя ничего доверить. Прошло какое-то время, и он вновь получает задание. Но история повторяется – он снова не смог выполнить его. И вновь стыд и страх неудачи. Все – механизм запущен. И он подсознательно будет избегать встречи с этим страхом».

Все наверняка помнят себя маленькими, когда хотелось что-то сделать самому. И всем нам приходилось этому учиться, и не все сразу хорошо получалось. А взрослые, глядя на наши неуклюжие попытки, и как всегда,

куда-то спешащие, вместо того, чтобы помочь, показать, поддержать наше желание, недовольно ворчали, пресекали наши попытки самостоятельности, отбирая у нас возможность получать удовольствие от самостоятельных действий, от создания чего-то своего. Проще говоря, надавали по рукам. За нас услужливо убрали игрушки, постель, до школы одевали и обували, выполняли любую работу, лишь бы мы не занимали их драгоценное время. И постепенно у нас пропадал интерес к самостоятельности. А зачем напрягаться? Чтобы лишний раз услышать, как ты делаешь все не так, как надо? Да лучше поваляться на диване и созерцать, как кто-то очень ловко и умело проделывает за тебя какую-то работу. Вот вам еще один повод для стремления к удобству и покою.

«Моя соседка постоянно жаловалась на своего мужа, который ничего не хочет дома делать. И действительно, каждый раз, когда я была у них дома, то наблюдала одну и ту же картину: она то забивает гвозди в стену, чтобы приделать очередной крючок, то распиливает доску для полки, а муж в это время сидит в кресле и смотрит телепередачу. Однажды, когда я поинтересовалась у него, почему так происходит, он ответил: «Она сказала, что у меня руки растут не из того места, и я ничего не умею делать. Раз у нее все получается хорошо, то пусть и занимается этим». Вполне логичный исход».

Но и как это ни парадоксально, одной из причин стремления к удобству и покою является наличие больших талантов и способностей. Представьте себе одаренного талантами и способностями малыша, у которого, за что бы он ни взялся, все получается просто великолепно, а главное, играючи.

Вариант первый. Счастливые родители, увидев в своем чаде нового гения, стараются всеми правдами и неправдами развить эти таланты, тратя, между прочим, порой огромные деньги, колоссальное количество времени как ребенка, так и своего, на это развитие. Ребенка водят на все мыслимые и немыслимые занятия, от количества которых бедному малышу становится тошно. Где уж тут счастливое детство? И никому из умных родителей не приходит в голову спросить самого ребенка, нужно ли ему это. Понятно, что родителями движет благородное чувство воплотить в будущем ребенка свои собственные мечты. Но возникает вопрос: «Почему они сами не воплотили свои мечты в жизнь?» Конечно, куда как удобнее взвалить это бремя на плечи безропотного малыша! Оправданием их действий звучит, как правило, фраза: «Он мне потом «спасибо» еще скажет!» Ну, насчет потом, это еще бабушка надвое сказала: может, скажет, а может – и нет. А сейчас бедный малыш мечтает только об одном – отдохнуть!

Вариант второй. Одаренному ребенку очень сложно приспособиться к системе образования, рассчитанной на людей со средними способностями. Быстрое усвоение материала, недостаток информации для умственного потенциала приводят к тому, что такому человеку скучно в обычной школе. Осознание того, что мы можем сделать что-то быстрее, чем от нас требуется, приводит к расслаблению, то есть, удобству и покою, которое, как водоворот, затягивает нас, и не успеем оглянуться, как это состояние становится потребностью, к которой мы стремимся. И все наши таланты и способности остаются невостребованными. Этот второй вариант я прошла на собственном опыте. Именно ему я обязана нереализованностью своего потенциала в

молодости, но именно лень сохранила мой творческий потенциал для зрелого периода жизни, когда женщину уже не волнуют проблемы деторождения и воспитания я малолетних детей. В конечном счете лень оказалась моей доброй феей.

И почему ее так не любит большая часть человечества? Умница – она знает про нас все (даже чего мы сами о себе не знаем), - мягкая, и в то же время настойчивая, непредсказуемая, таинственная и изобретательная – одним словом, - *истинная женщина!*

Вы любите удобство и покой? Что за вопрос? Парадоксально! Удобство и покой любят все, а лень – *средство достижения их, почему-то не любят. Понимаю, вы можете сказать*, что есть другие средства достижения этого, а лень приходит без спроса. А что, надо ее заказывать? Давайте организуем Стол заказов Лени. Вот господа предприниматели обрадуются! Представляете, сколько будет желающих заказать такую «подругу»?!! Это же Клондайк! Ладно, шутки в сторону.

В ходе своего маленького исследования на эту интересную тему я провела опрос 100 человек с целью выяснить, кто и как относится к этой «мадам лени». И вот какая картина вырисовывается:

На вопрос: «На ваш взгляд, лень – качество отрицательное или положительное?» 60% опрошенных ответили, что отрицательное, 20%, что положительное. 20% нашли его как положительным, так и отрицательным, причем, как мужчины, так и женщины. Отрицательным качеством считают ее, в основном, люди до 30 лет, то есть когда человек делает карьеру и требуется активность; после 30 лет – лень воспринимают уже несколько иначе - либо положительно, либо отрицательно. Ленивыми себя считают 2/3 опрошенных, мужчины с небольшим перевесом. Остальную треть разделяют еще 2/3 – не ленивых, и 1/3 – и да и нет. В этой остальной 2/3 на каждый ответ приходится поровну мужчин и женщин.

По социальному статусу служащие – самый неленивый народ. Возрастной ценз примерно одинаков для всех лентяев. Ругают себя за лень и борются с ней более половины (70%), иногда жуют 8%, остальные благосклонны к своей слабости, особенно мужчины. Осуждают себя за лень, как правило, до 30 лет, потом успокаиваются, особенно после 50-ти лет. Ну что ж, пора и на заслуженный отдых, - считает пенсионер, пенсия которого позволяет лишь мечтать о путешествиях в магазин за хлебом и обратно.

Многие считают лень отрицательной чертой личности, воспринимают себя ленивыми (ой, как плохо!!!), многие ругают себя за это, пытаются бороться с ленью... А она живет себе и здравствует. И чем больше мы ее отрицаем, тем больше она доставляет нам неудобств и страданий.

Постарайтесь понять и очень хорошо запомнить следующее:

Если лень посетила вас, это говорит о наличии какой-то вашей личной проблемы, которая требует своего разрешения. Понимать нужно эту «даму», а не ругать ее, ибо лень может сильно рассердиться и неожиданно лишит вас воли и личной инициативы в жизни. Все в этом мире имеет свой смысл и

свое предназначение и лень тоже. Для чего вообще существует это состояние удобства и покоя? Для того, наверное, чтобы мы в нашей сумасшедшей гонке по жизни не забывали о своем бренном теле и заботились о нем, давали ему отдохнуть. Организм, хоть он и величайший «компьютер», - организм не машина, а живой механизм, ему не нравится, когда его нещадно эксплуатируют. За это он нам «мстит» болезнями.

Каждый раз, когда мы недомогаем, организм, подчиняясь лени, как бы просит нас остановиться и сделать передышку. Вы помните, как при недомогании вы ничего не хотите делать, - полежать бы, отдохнуть? Это лень пришла к вам, чтобы напомнить о вашем ненормальном состоянии. Она ведь, прежде всего, – страж вашего здоровья. Но мы, вместо того, чтобы поблагодарить ее за заботу, начинаем ругать ее и себя, - о, какие мы ленивые! И стараемся грубо бороться с ленью, - пичкаем организм лекарствами, чтобы организм наш замолчал, а потом, слегка очухавшись, снова вперед – за успехом, за иллюзорным счастьем, за призрачными целями быстро текущей жизни. Мы, народ, уже попробовал рвануть вперед, в «светлое будущее», и что из этого вышло? Всегда найдутся другие люди, которые сумеют воспользоваться вашей активностью и способностями. Пусть лень защитит вас от таких манипуляторов.

Во-первых, если вы плохо себя чувствуете, если на вас навалилась лень, и вы испытываете желание отдохнуть, не противьтесь этому, просто позаботьтесь о себе, не ждите, когда недуг окончательно свалит вас с ног. Болезнь – прекрасное средство для того, чтобы остановиться и подумать, то ли вы делаете, туда ли идете? Не пытайтесь обмануть себя и симулировать болезнь, лень не простит вам этого.

Во-вторых, лень – это индикатор истинности и, если хотите, необходимости наших желаний, целей, и действий. Вы знаете, на собственном опыте, да и на опыте других людей, я пришла к выводу, что эта леди приходит к нам тогда, когда у нас отсутствует истинное желание что-то делать, давать или получать. Что значит истинное? Это когда желание исходит изнутри, когда это не очередной каприз, не престиж или еще что-то в этом роде, а когда нам это действительно нужно, когда нам это во благо. Если желание истинное, она к вам даже не заглянет. Вспомните, когда вы были чем-то увлечены, или вам позарез было что-то нужно. Лень вас посещала? Вот ещё пример:

«Несколько лет тому назад у меня был очень тяжелый период жизни. Я настолько вымоталась, что единственным моим желанием было отдохнуть. Финансовое положение на тот момент было у меня тяжелым, так что думать о каком-либо приличном отдыхе не приходилось. А он мне был очень необходим. И вот однажды, взяв в руки бесплатную газету «Экстра-Балт», которую нам опускали в почтовый ящик, я обратила внимание на крохотное объявление на странице, которую всегда переворачивала, а в этот раз развернула. Там говорилось о конкурсе, главным призом которого была поездка на озеро Балатон. Предлагались вопросы на тему: «Что вы знаете о Венгрии?» Поскольку знания о Венгрии у меня были очень скудные, а вопросов затем было много, мне, чтобы на них ответить, необходимо было идти в библиотеку за информацией. При всей моей лени что-то подняло меня, и я в течение двух недель почти каждый день ходила и собирала

материал. О лени я не вспоминала, да и она, похоже, обо мне забыла. Мало того, я давно не испытывала такого удовольствия от жизни. После собрания всех материалов я, вдохновленная своей мечтой отдохнуть, написала все ответы в стихотворной форме. В итоге – я получила главный приз и совершенно бесплатно провела одни из самых прекрасных дней своей жизни в живописнейшем уголке природы».

А вы говорите – *лень*. Она - женщина неглупая! В таких случаях ей просто нечему вас учить. А если она к вам приходит, значит, у вас есть какие-то сомнения (иногда даже на подсознательном уровне) в том, чем вам предстоит заниматься. Мне понадобились годы, чтобы испытать это на себе и осознать все.

А как быть, если вы здоровы, а она – *лень*, к вам пришла? Мягкая и нежно шепчет вам в ушко: «Ну зачем тебе это нужно?». А действительно, зачем?». Настойчивая, изо дня в день, как по-расписанию, особенно, когда надо чем-нибудь себя занять. Изобретательная, - *лень* заставляет вас находить массу причин, чтобы оправдать свою бездеятельность, не так ли? А теперь давайте вспомним причины стремления к *удобству и покою*, средством достижения которых *лень* является. Именно по ним мы можем узнать, для чего она к нам приходит без вашего ведома и спроса. И как же вам общаться с этой мадам? Первое, что необходимо сделать, это задать себе вопрос: «Для чего? Для чего ты пришла ко мне, *лень*?». Может быть ты пришла по делу, - чтобы спасти меня от усталости, необъяснимой тревоги или страхов?

Начнем со *страха неизвестности*, который внедрен в нас в момент переживания «родовой травмы». Именно он является одной из бессознательных и врожденных причин частого появления у нас *лени*. Она приходит для того, чтобы уберечь нас от этого страха: «Зачем тебе стремиться к чему-то новому, зачем? Чтобы опять испытать тот ужас? Я спасу тебя от этого!», - говорит вам *лень*, укладывая вас на диван просто так. полежать, расслабиться, подремать, ничего не делать.

Точно также действует и желание у алкоголиков и наркоманов принять очередную «дозу» и забыться в состоянии *лени*. Но для психически здорового человека, важно понять, что мир, за редким исключением, - безопасен, и там, за *закрытой дверью в будущем* нас ожидает что-то хорошее, а не плохое. Сразу исчезнет страх неизвестности, а при его отсутствии исчезнет и *лень*. Вдруг вы вспомните о каком-то неотложном деле и тут же вскочите с дивана. Но *лень* начеку, и вы снова в нерешительности.

Например, вам предлагают хорошую работу, а вы все никак не соберетесь на собеседование. Вы находите массу причин, по которым вам туда не попасть, но это всего лишь проделки *лени* до тех пор, пока вы не скажете себе: «Это безопасно для меня, это новые блестящие перспективы в будущем!». И для вящей убедительности нарисуете в воображении это свое будущее в красках, и ощутите вкус новой жизни. *Лень* боится вашего

бесстрашия перед жизнью и тут же уйдет, напутствуя вас на новый путь (но при условии, что это действительно «ваша работа»).

Если у вас прошлые или настоящие социальные условия жизни оставляют желать лучшего и у вас одно лишь стремление «зарыться», закрыться, уйти от реальности в пассивный отдых, то мадам *лень* к вашим услугам: «Что толку пытаться что-то изменить, если заранее уже все определено? И твои родители бились, а чего добились? То же самое ждет и тебя, так что лучше отдохни и ни о чем не думай», - шепчет вам лень, чтобы уберечь от лишних бессмысленных тревог. Чтож, верить ей или не верить – ваш выбор.

И действительно, только нам решать, что будет в нашей жизни? А в жизни всегда можно начать все сначала. Все зависит только от нас – прозябать в тех же условиях или что-то изменить в своей судьбе? У вас все получится, стоит только захотеть. С желанием-то бывает легко, а вот с волевым усилием достижения цели – туговато. Тем не менее, для начала спросим свой *внутренний голос*, что мы хотим? Спросим об этом и свое сердце. Для этого не надо напрягаться. Как только мы поймем свое *истинное желание*, нас не надо будет уговаривать что-то делать. Лень просто отстанет от нас, уйдет за спину, займет свою караульную службу... А вдруг вы отступите от своей цели? Действие - враг лени!

«Когда я, после всех детских и юношеских мытарств решила, что я – не мама, и не могу больше жить так, как жила она и я, первое, что я сделала – это спросила себя, чего я хочу больше всего на свете. Ответ пришел изнутри и сразу – свое жилье – пусть это будет для начала просто отдельная комната. Куда подевалась моя лень? Я бегала, собирала всевозможные справки, потом прошла все прелести нашей бюрократической машины, но в итоге жилье я получила, такое, о каком мечтала».

Если наши настоящие социальные условия настолько хороши, что нас больше ничего не интересует, и остается только стремление почивать на лаврах в удобстве и покое, тогда нет никаких проблем. Но если в таких условиях у нас есть какие-то желания, а мы в силу своего праздного образа жизни подружились с мадам ленью, которая не дает возможности реализовывать эти желания, то сначала выясним, истинные ли это желания, не очередная ли это блажь избалованного благами жизни человека. Если желание истинное, то, думаю, лень сама ретируется. А вот если не истинное – к чему нам лишняя головная боль?

А как быть тем, спросите вы, у кого в прошлом были великолепные социальные условия, да еще настолько, что выросли вы «под ручку» с ленью, но теперь вдруг оказались в совершенно противоположных условиях, а лень стала вашей тенью? Ох, как я вам не завидую! Придется учиться жить заново в новом статусе. И благо, если есть хоть какие-то навыки самостоятельности, и «не надавали в детстве по рукам». А то лень может вас просто съесть.

Кажется, здесь я добралась до самой своей любимой причины дружбы с леди *Лень* – осознание в себе больших талантов и способностей. Здесь я должна сказать особое «спасибо» этой даме, ведь именно она спасла меня в

то время, когда я была не готова к реализации своих талантов и способностей.. Но попробую объяснить.

В самый расцвет человеческих талантов, способностей, то есть в молодости, когда человеку предоставляется наибольшая возможность их реализации, большинство не готовы выдержать искушения плодов реализации своих талантов. Отсюда «звездные болезни», которые, как показывает жизнь, приводят к очень печальным результатам. При той гордыне, которая у меня была в годы юности, я наверняка бы не избежала этого «заболевания». И *лень*, прицепившись ко мне, сыграла со мной «добрую» шутку, которую можно было бы назвать и «злой». Именно лень не дала мне растратить всё то, что у меня уже было тогда накоплено в душе и в способностях, тем самым уберегла меня от гораздо более опасных вещей, способных принести мне несчастье. Конечно, можно было бы, собрав всю силу воли, (а у меня ее хватало), наступить этой даме на горло, но к чему бы это привело? Теперь я мать четверых детей, уже бабушка, по человечески счастлива, работаю практическим психологом-консультантом, моя жизнь наполнена смыслом, я творчески реализую себя не напрягаясь.

Мне думается, что я не одна такая. Кто прошел через это, тот поймет меня. Поэтому, у кого такая же причина, подумайте, готовы ли вы к соблазнам ранней реализации ваших талантов и способностей?

Существует еще одна причина прихода к нам нашей *гостьи лени*. Это повседневность и обыденность тех дел, которыми нам приходится заниматься в течение всей жизни. Это так называемый наш «быт». Ну да, конечно, такие хозяйственные дела как уборка квартиры или походы по магазинам, приготовление пищи, ежедневное кормление детей, мужа и т.д. не вызывают особого энтузиазма, это понятно. Также ясно, что неприятным занятием они стали после того, как это вошло в *обязанности* (это слово на домохозяйку как красная тряпка на быка), и, главное, постоянные обязанности.

Само по себе любое занятие по хозяйству, когда оно не постоянно, не вызывает у женщины негативной реакции. Можно от многих и мужчин услышать, что когда они возвращаются из отпуска, то с удовольствием делают ту работу по дому, от которой до отпуска старались отлынивать. Можно найти массу рецептов в умных книгах, как придумать мотивацию для того, чтобы домашний быт не вызывал отрицательных эмоций у домочадцев. Могу предложить свой, которым я пользуюсь, и при котором *матушка лень* забывает о моем, а я - о ее существовании. Попробуйте просто жить в настоящем, не думая о прошлом и будущем и получая удовольствие от каждого мига, находясь в нем. Помните, как в известной песне: «Есть только миг между прошлым и будущим – именно он называется жизнь!». Научитесь ощущать этот миг, радоваться ему, и лень забудет к вам дорогу, вы будете активны и веселы.

«Я лежу на диване, а на кухне у меня гора немытой посуды (большая семья). При одной мысли о том, что сегодня моя очередь мыть посуду, у меня сводит судорогой

челюсти. И тут я себе говорю: «Стоп! Довольно! Этак можно себя и до паралича довести! Я закрываю глаза и блаженно представляю, как теплая вода струится по моим рукам, а мыльная пена воздушным покрывалом окутывает мои пальцы. Этого ощущения достаточно, чтобы вскочить и прийти на кухню. Я включаю кран и подставляю руки под воду. Она, как будто только и ждала этого, теплым расслабляющим потоком разлилась по моей коже. Беру губку, она послушно прогибается под моей рукой, капля моющего средства – и воздушная пена нежно прикасается к моим пальцам. Я замираю от удовольствия. Затем беру чашку, чувствуя ее скользящую гладкость, и начинаю проводить по ней губкой... *Это состояние называется счастьем.* Моя собственная расшифровка – «сейчас ты есть». У вас еще не возникло желание помыть посуду?»

И так во всем! Удачи вам, женщины!

И в заключение хочу сказать, что все, что есть на нашей планете (в том числе и *мадам ЛЕНЬ*), дано нам во благо, а не во зло, дано для того, чтобы научить нас Любить, начиная с себя и заканчивая всеми и вся, что нас окружает в жизни.

Литература:

- *Адлер А.* «Практика и теория индивидуальной психологии»; пер. с англ. А.Боковой. – М.: Академический проект, 2007. – («Психологические технологии»). - 240 с.

- *Хорнер Г.* По законам Мерфи. Живи не напрягаясь. /Серия «Жизнь удалась. – Ростов н/Д. Феникс. 2004. - 133 с.

- *Мананникова Е.Н.* «Психология личности». Учебное пособие, - М.: Издательско-торговая корпорация Дашков и К°, 2008. – 183 с.

- *Хок, Р.* «40 исследований, которые потрясли психологию» / Роджер Р.Хок. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. 509 (3) - 241 с.

- *Ридлер Б.* «Сила твоего выбора». Измени жизнь к лучшему.– СПб.: ИД «Весь», 2005. - с 92-101.

К ВОПРОСУ ОБ ОСОЗНАННОМ И БЕССОЗНАТЕЛЬНОМ ДУХОВНОМ ОПЫТЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Л.П. Данилец, М.Е. Кобченко

Уникальная особенность человека, выделяющая его среди обитателей Земли, не только в том, что он венчает эволюцию живых существ, представленных на планете в её внешнем мире, но и имеет возможность жить и развиваться во внутреннем мире при условии, что обладает *духовным потенциалом*.

Зачастую духовный потенциал соотносят с культурным опытом, гуманитарным знанием, творческой деятельностью. Духовный потенциал и культурный багаж – совершенно разные понятия. Культурный багаж – объем знаний, умений во всякой сфере человеческой жизнедеятельности. Багаж может быть полезен, но все-таки обременяет. Духовный потенциал

величиной с игольное ушко, а сила и мощь его неизмеримы, и таковы, что, «мужичок с ноготок» и с возом груженным справится, и мир на себе удержит.

Духовный потенциал накапливается усердием души, кропотливой работой совести. Крупицы осознанного опыта передаются из уст в уста, от сердца к сердцу, от старшего поколения младшему – в межличностном общении, начиная с семьи и заканчивая управленческими коллективами и организациями. Младшие приумножают переданные им старшими духовные дары, и таким образом жизнь продвигается, колесо человеческой эволюции вращается благодаря светочу духовному, каковым человек изначально и является.

Традиционная семья из трех поколений всегда выполняла для всего человечества очень важную задачу, может быть не совсем очевидную за повседневными заботами о хлебе насущном, о доме, хозяйстве, детях, – передать подрастающим детям, внукам осознанный опыт жизни, духовный опыт. В традиционной семье младшие учились внутренней работе души – прощать, не обижаться, быть терпеливым, послушным, смирным, уважать старших, заботиться о меньших, не перечить, не прекословить, держать слово, быть честным, трудолюбивым, жизнерадостным, быть искусным в ремесле или домашней работе. Учили каяться в грехах, крепить веру. У семейной школы отца и матери были прочные устои. Это – и многовековой уклад жизни, и взаимная любовь-привязанность стариков и внуков, и сказки-потешки да былины-небыли – кладезь мудрости, и веселье-радость в украшении повседневного бытия, что видно в убранстве избы, росписи утвари, в вышивании, плетенье – что ни дом – загляденье. Без назидания и понуждения, в ежедневных общих трудах, без насилия, в заботах родительских каждый ребенок в своей семье получал осознанный опыт внутренней работы души.

* * *

На наш взгляд, следует различать осознанный и бессознательный духовный опыт личности. Так, в рассказе К.Д.Ушинского «Сливовая косточка» ребенок, услышав рассказ отца, испугался сделанного и раскаялся в поступке. Благодаря мудрости отца малый по возрасту сын, не готовый к сознательной работе над собой, получил опыт, но бессознательный. Андрей Болконский, один из главных героев романа А.Н.Толстого «Война и мир», участвуя в войне, видит и осознает самые основные моменты и вопросы человеческого бытия, таким образом он получает осознанный опыт.

Осознанный духовный опыт личность получает при прохождении жизненных ситуаций в своей судьбе. *Осознанный опыт* – соединение внутреннего видения жизненной ситуации и способа разрешения ситуации через душевное переживание или посредством конкретного физического действия – поступка. Внутреннему видению всегда предшествует сердечное переживание, работа совести как водителя человеческого духа. В кульминационный момент переживания, при напряжении всех сил души возникает видение проблемы как она есть, видение ошибки или греха. Личность вдруг осознает ситуацию и понимает как поступить, какое

конкретное действие или поступок совершить. Если личность подтверждает своим поступком выбор души, то получает индивидуально осознанный духовный опыт. Если же личность сомневается, соблазняется «легким» путем, сливается с толпой, действует стереотипно, по-привычке или по внушению со стороны других, то тогда её поведение строится на коллективном *бессознательном духовном* опыте, а получение индивидуального осознанного опыта будет отсрочено до следующей аналогичной ситуации в жизни.

Бессознательный опыт духовной жизни передается молодежи посредством социокультурного уклада жизни, стереотипного усвоения языковых норм массовидного общения и поведения в толпе, национальных традиций, религиозных догм и др. Новорожденный младенец не выбирает себе сам пола, национальности, имени, родного языка, страну, родителей и место рождения. На начальных этапах своей жизни каждый из нас был вынужден усваивать духовную пищу бессознательно, посредством инсайтов внушаемости, конформности, эмпатии, подражания взрослым и др.

Согласно К.Юнгу формированием бессознательного духовного опыта личности управляют *архетипы* – массовые общечеловеческие коллективные обезличенные представления о жизни, внутри которых свернута пружина *инстинкта выживания* в этом мире. Мы хотим выживать в этом мире и поэтому усваиваем архетипы с молоком матери, бессознательно, автоматически и добровольно в процессах научения и воспитания, либо мы вынуждены их усвоить в результате подавления нашей воли гипнозом, болезнью, по принуждению страхом за свою жизнь или жизнь близких. По мысли К.Юнга, «архетип – это, в сущности, бессознательное содержание, которое изменяется, когда становится *осознанным* и воспринятым, и использует краски индивидуального сознания, в котором оно проявляется» (Юнг К., 1997, с. 174).

Осознанный опыт возникает в результате преобразования воспринятого архетипа в индивидуальное переживание смысла жизни, оно оберегает личность от повторения собственных ошибок и ошибок своих родителей, помогает целенаправленно прокладывать собственный жизненный путь, способствует пробуждению творческих сил души, духовному расцвету личности. Поэтому счастливы те, кого смолоду в семье приучили получать осознанный опыт. Духовно зрелые люди могут чутко понимать других и выстраивать самих себя и собственную жизнь по правде, а не по кривде, т.е. оставаться и быть самими собой в любой ситуации на экзамене по духовному выживанию своей индивидуальности.

Ценность *осознанного опыта* – во внутренней работе, она не сопоставима ни с какими иными ценностями социумной жизни человека, рекламируемой в СМИ. Не ради подвигов, а чтобы стяжать бесценный *опыт внутренней работы* старцы уходили в пустыни, монахи принимали обеты молчания, выбирали физическое и социальное одиночество, тем самым ускоряя получение *опыта внутренней жизни*. В повести Л.Н.Толстого «Отец Сергей» показано, однако, что при определенных жизненных обстоя-

тельствах личной, в т.ч. церковной жизни, индивидуально осознанный духовный опыт монаха может вновь быть подавленным коллективным бессознательным опытом инстинктивной жизни, и человек из святого вновь может превратиться в заурядного обывателя.

Обычный человек в своей жизни бессознательно или интуитивно, реже сознательно, также опирается на внутренний опыт, усваиваемый методом проб и ошибок. Индивидуально *осознанный опыт* внутренней работы является естественным регулятором безошибочного поведения личности в социуме. Известно, что у детей, потерявшихся в лесу и воспитанных в стае зверей, лишенных родительского воспитания и не получивших осознанный опыт внутренней работы, не формируются полноценные поведенческие и коммуникативные навыки.

Осознанный опыт является также защитным механизмом личности. При его отсутствии накапливается субъективный отрицательный груз в виде непрощённых обид, затаенных конфликтов, теряется душевное равновесие, что в дальнейшем облегчает развитие функциональных расстройств и возникает вопрос о здоровье личности, психическом и физическом. Осознанный опыт внутренней работы является единственным условием духовного развития личности и следовательно, единственным условием выживания человека как духовного существа.

В современной России нынешняя семья уже не служит той колыбелью, где взращивался бутон нравственного, внутреннего человека в юной личности. В то же время общественная система образования, модернизированная, реформированная, модифицированная не может заменить труд семьи по воспитанию человечности, потому что очень трудно воссоздать доверительную среду, чтобы – из уст в уста, от сердца к сердцу, именно тогда, когда интенсивно взрослеет иное существо, когда сердце наиболее чувствительно, душа так впечатлительна, ум пластичен.

Однако наше общество, как большая семья народов, всегда поддерживало молодое поколение через свои социально-культурные устои – национальные и обрядовые традиции, религию, эпос, мифы, позже через социалистические и коммунистические идеалы, через образовательную систему - детский сад, школа, ВУЗ. Однако в современной России не только в семье, но и в обществе молодое поколение уже не чувствуют себя уверенно в условиях стремительного нарастания информатизации и глобализации с сопутствующим им расшатыванием моральных устоев семейной целостности и нравственных норм воспитания гражданского самосознания личности. У учителей, воспитателей и педагогов всё чаще в их работе с молодежью всё чаще возникает вопрос о том, на какую педагогику опирается современное школьное образование и воспитание личности? Каковы идеалы, цели, смыслы, жизненные и нравственные ориентации молодёжи? Куда держит путь наше молодое поколение? Каковы функции государства в деле организации образовательного и воспитательного процесса в работе с молодежью? Чтобы ответить на эти вопросы, нужны факты конкретных исследований.

* * *

Санкт-Петербургской общественной организацией: «Центр гуманитарных образовательных инноваций «Преображение», в 2007-2008 гг. были проведено изучение особенностей формирования и выраженности осознанного опыта внутренней работы по духовному саморазвитию в юношеском школьном возрасте. В качестве испытуемых по принципу случайной выборки было опрошено 84 учащихся 9 и 10 классов общеобразовательной школы и школы с профильным образованием. В опроса нами использовался метод *нестандартизованного интервью* со следующими вопросами к учащимся: Что больше всего волнует вас в себе? Что вы думаете о своем будущем после окончания школы? Ваше отношение к миру и событиям в мире? Какие качества в человеке вас привлекают больше всего, а какие больше всего отталкивают? Что значит для вас стать счастливым человеком?

Выявлена следующая картина. Наиболее интенсивно осознанный опыт внутренней духовной работы выражается через такие психологические особенности личности как осмысленность жизни, сопричастное отношение к миру и событиям в мире, приоритетность духовных ценностей над материальными. Опросы выявили в целом осознанную направленность учащихся обеих школ на внешний успех, на будущую карьеру, на материальное благополучие и др. Однако достижение своих целей в жизни большинство учащихся не связывает ни с собственным личностным и духовным развитием, ни со служением людям, государству и обществу в целом. Подавляющую часть опрошенных юношей (93%) проявило явную духовную незрелость и неготовность к трудовой жизни или службе в армии после окончания школы. В то же время более половины опрошенных девушек в общеобразовательной школе проявило зрелое отношение к необходимости создания своей семьи и ожидания семейного счастья наряду с потребностями *личностного роста*, помощи другим людям, но в школе с профильным образованием таких учащихся оказалось гораздо меньше, чем в общеобразовательной школе. (см. табл 1.).

Таблица 1

Направленность личности старшеклассников в общеобразовательной
и в школе с профильным образованием (N = 84; в %)

№ пп	Направленность личности	Общеобразовательная школа		Средняя школа с профильным образованием		
		9 класс	10 класс	9 класс	Фило- логи	Эконо- мисты
					10 класс	10 класс
1.	На внешний облик	60,0	50,0	93,0	69,2	93,3
2.	На проф. карьеру	36,0	25,0	0	23,1	6,7
3.	На духовн.развитие	4,0	31,5	0	7,7	0

По данным наших опросов на границе 9-10 классов у многих школьников происходит своего рода *прорыв* к осознанию необходимости духовного совершенствования, но в церковь регулярно ходить школьники не хотят, никаких молитв они не знают, хотя многие из некрещеных готовы покреститься в угоду традиции. Число же духовно ищущих себя в 10-х классах в общеобразовательной школы, по нашим данным, почти в 8 раз больше, чем в 10-х классах школы с профильным образованием. По-видимому, на завершающей стадии школьного образования урок по основам религиозного воспитания личности выпускника должен стать обязательным в школьной программе обучения вне зависимости от типа школы и причастности семьи к религиозной конфессии. Достижение нравственной зрелости человеком, как гражданином своего Отечества, всегда было и будет результатом своевременного и правильного, начиная с семьи и школы, духовного воспитания детей, вплетённого в их сознание путем индивидуального освоения культуры, истории и религии прежде всего своего народа.

Полученные в опросе данные свидетельствуют о возникновении у школьников выпускных классов *внутриличностного диссонанса* между их стремлениями, одной стороны, к выбору будущей профессии, а с другой – к развитию своего духовного потенциала в потугах личностного самоопределения (см.табл.1.).

Большая часть испытуемых в обеих школах чувствует себя причастной к происходящим событиям в мире. Однако в общеобразовательной школе таких учащихся значимо больше, чем в школе с профильным образованием. Кроме того, в школе с профильным образованием число опрошенных с явной озабоченностью сугубо личными нуждами и потребностями профессионального самоопределения, т.е. эгоцентрически ориентированных, значимо больше, чем в обычной школе (см. табл.2.).

Таблица 2

Отношение школьников к миру (N = 84, %).

№ пп	Отношение к событиям в мире	Общеобразовательная школа		Средняя школа с профильным образованием		
		9 класс	10 класс	9 класс	10-е классы	
					Фило- логи	Эконо- мисты
1.	Сопричастность миру (эмпатия)	60,0	75,0	26,7	53,8	60,0
2.	Непричастность к миру (эгоизм)	8,0	0	20,0	7,7	13,4

По нашим данным у большинства (от 60% до 80%) опрошенных нами выпускников средних школ отмечено *внутриличностное рассогласование* в сфере их ценностных ориентаций между желанием трудиться и быть

полноценным гражданином своей страны или просто весело жить с банкой пива в руке «на родительской шее». Эти наши наблюдения свидетельствуют как об отсутствии у школьников собственного внутреннего духовного опыта, так и об отсутствии педагогического внимания к его получению в семье и в школе.

На вопрос в интервью: «Насколько вы интересуетесь событиями в мире?» опрос выявил 67,5% учащихся 9-10 классов общеобразовательной школы, которые интересуются по информации в СМИ и проявляют сопричастность к важным для них событиям в мире, в то время как среди опрошенных учащихся средней профильной школы таковых оказалось лишь 46,8%, т.е. значительно меньше. Число учащихся, выбравших приоритет материальных ценностей в школе с профильным образованием гораздо больше, чем в обычной общеобразовательной школе (см. табл. 3).

Таблица 3

Соотношение приоритетов духовных и материальных ценностей (N = 84, %).

№ пп	Приоритеты	Общеобразоват. школа		Средняя школа с профильным образованием		
		9 класс	10 класс	9 класс	Фило- логи	Эконо- мисты
					10 класс	10 класс
1.	Духовные ценности	8,0	18,8	13,3	7,7	6,7
2.	Материальные ценности	8,0	6,3	26,6	23,0	6,7
3.	Степень рассогласования	84,0	81,3	60,0	69,2	86,7

В результате сравнительного анализа полученных данных установлено, что более прагматически мыслящие школьники профессионально ориентированной школы переживают меньший, чем их сверстники в общеобразовательной школе *когнитивный диссонанс* в рассогласовании системы их духовных и материальных ценностных ориентаций в связи представлениями будущего после окончания школы.

Лишь малая часть школьного юношества вовлечена во внутреннюю работу с целью получения осознанного духовного опыта. В общеобразовательной школе это касается всего 12-19 % учащихся старших классов, в школе же с профильным образованием показатели ниже - 6,7-13,3% учащихся.

Доминирующая установка на внешний успех у учащихся школы с профильным образованием, наличие субъективного отрицательного опыта «останавливает» процесс расширения и углубления их духовного опыта нравственных переживаний уже раннем юношеском возрасте.

Наибольшее расширение сферы проявления духовного опыта отмечается в 10 классе общеобразовательной школы и в 10 филологическом классе школы с профильным образованием, что обусловлено большей свободой

поведения в образовательном пространстве, отсутствием педагогического насилия в семьях, преобладанием в мышлении школьников ценностных смыслов гуманитарного образования.

Отмечено наличие сдерживающих и нравственно деформирующих факторов личностного нравственного развития у большинства старших школьников в связи с их отрицательным субъективным опытом и «неудачами» в интимных взаимоотношениях со сверстниками противоположного пола (в общеобразовательной школе у 62,5-68% учащихся, в школе с профильным образованием у 84,6-86,7% учащихся), что является следствием отсутствия в школьном образовании учебного курса по *гендерной психологии* полового воспитания учащихся.

Хотя данные получены нами всего в двух школах Санкт-Петербурга, но и они заставляют задуматься о том, что же сейчас происходит с идейным содержанием различных форм воспитания школьников – эстетического, нравственного, религиозного, трудового воспитания? Теперь в России специального государственного министерства, управляющего школьным образованием, нет, как нет теперь и государственной идеологии воспитания подрастающего поколения.

Возрождение церковных и монастырских форм нравственного воспитания учащейся молодежи в последнее десятилетие себя не оправдало. идеологические формы воспитания «наших» на шатких политических доктринах похоже на колосса на глиняных ногах, массовое спортивное воспитание на Олимпийских идеалах лишь возрождается. Нет у нас и общенациональной педагогической идеи воспитания подрастающего поколения, функцию которой в Советский период хорошо выполняла коммунистическая идея «светлого будущего»..

Беспокоит и наличие отрицательного субъективного опыта в виде обид, конфликтов, не разрешенных родителями личностных проблем и ситуаций, которые есть почти у каждого ребенка из числа опрошенных школьников. Наличие отрицательного субъективного опыта в резерве души предполагает его изживание, отработку через внутреннюю работу, иначе развертывание его в условиях активизации личности (специализированное обучение, карьерный рост, служба в армии и др.) может пагубно отразиться на самой индивидуальности личности и ее ближайшем окружении.

Ослабление собственной внутренней работы личности или неполучение осознанного опыта внутренней работы от старшего поколения через механизм передачи (что видно на примере школы с профильным образованием) может иметь серьезные последствия - личность молодого человека лишается уникального регулятора осознанного поведения и механизма «психологической защиты», каковым является осознанный опыт, что провоцирует развитие психофункциональных расстройств и в перспективе ставит вопрос о психическом и физическом о здоровье будущих поколений.

Самое опасное испытание для выпускника школы это *прекращение внутренней духовной работы* над собственной личностью, замещение этой

работы компьютерными играми, пристрастием к вредным привычкам, умственной лени, поиску сексуальных утешений, стремлением поскорее сесть за руль собственного автомобиля и др. Как показали проведенные исследования учащиеся в выделенных группах даже не осознают, что в повседневном бытии каждый из них уже прошел критический момент и совершил свой выбор.

Школьному учителю даже старшего поколения теперь трудно ответить на вопросы о том, какая же у нас система государственного школьного воспитания? Существует ли у нас своя отечественная система школьного воспитания?

Важно также понять, почему же наше школьное образование и воспитание школьников вдруг оказалось в «безыдейном омуте», забыло педагогический опыт известных русских и советских педагогов – Радищева, Новикова, Ушинского, Добролюбова, Макаренко, Сухомлинского, Шаталова и др. А ведь их педагогический опыт давно признан и используется во многих школах западноевропейских стран, например, во Франции? Видимо русские не зря говорят, что «рыба гниет с головы», а гнилая голова думать не способна.

Литература:

- *Власова Т.И.* Духовно ориентированная парадигма воспитания в отечественной педагогике // Педагогика. 2006. № 10. С. 37-42.

- *Ильин И.А.* Русский учитель // Опыты православной педагогики. Москва. 1993. С.196-197.

- *Митрополит Макарий (Невский)* Ныне много знания, но мало воспитания // Опыты православной педагогики. Москва. 1993. С. 138-139.

- *Рачинский С.А.* Школьный поход в Нилову Пустынь // Опыты православной педагогики. Москва. 1993. С. 69-94.

- *Юнг К.Г.* Алхимия снов. Четыре архетипа. СПб.: Изд. "Timothy", 1997.

ВЗАИМОПОНИМАНИЕ В ДЕЛОВОМ МИРЕ – ЗАЛОГ УСПЕХА В УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(Советы психолога руководителям организаций)

Фред Воскобойников (США, г.Сан-Франциско)

Умение контактировать с людьми в процессах межличностного делового общения является существенным фактором в достижении успеха в любой совместной деятельности в группах и организациях. Межличностная коммуникация может проявляться в различных формах. Это и вербальный контакт лицом к лицу, и контакты по стационарному и мобильному телефону, это и электронная почта, письма, факсы, общение вне работы и так далее. Умение слушать также представляет собой одну из форм коммуникации в организациях. Язык мимики и жестов ("*vody language*") — это эффективный способ невербальной коммуникации. В данной статье мы рас-

смотрим различные формы эффективной коммуникации в деловом общении участников совместной деятельности в социальных организациях на примерах американского менеджмента.

Вербальная коммуникация. Исследователи Технологического института в Питтсбурге, штат Пенсильвания, проанализировали дела десяти тысяч работников и пришли к заключению что 15% успеха относится к техническим знаниям специальности и 85% имеет отношение к личностным особенностям, конкретно — к умению успешно контактировать с другими людьми. Бюро профессиональной консультации Гарвардского университета, изучив дела нескольких тысяч уволенных мужчин и женщин, также пришло к аналогичному заключению: на каждого одного уволенного из-за недостаточной квалификации имело место два уволенных из-за неумения успешно контактировать с другими людьми.

В исследовании были проанализированы дела четырёх тысяч человек, уволенных в течении одного года. Было сделано следующее заключение: 10%, то есть всего 400 человек, были уволены потому, что не могли выполнять работу, в то время как 90%, или 3600 из них, потеряли работу потому, что не добились взаимопонимания с коллегами, начальниками и подчиненными, т.е. не проявили достаточного умения контактировать с другими людьми в совместной трудовой деятельности. И наконец, в исследовании социологов Пурдю университета в штате Индиана по изучению дел выпускников инженерного факультета было сделано заключение, что средняя зарплата "отличников" по сравнению со средними студентами была всего на несколько сот долларов выше. В то же время было найдено, что зарплата выпускников, которые продемонстрировали умение успешно контактировать с другими людьми, была на 15% выше чем у "отличников".

В другом исследовании о влиянии тона голоса на словесную реакцию человека, проведенном в одном американском колледже, было экспериментально установлено, что если на человека кричат, то он кричит в ответ даже в том случае, если он не видит другого человека. По ходу эксперимента испытуемым давались словесные команды-вопросы различной степени громкости. Когда вопрос давался в мягкой манере, ответ был мягким. Когда вопрос давался криком, ответ был очень громким. Удивительным фактом было то, что люди попадали под влияние тона голоса экспериментатора не видя его. Несмотря на то, что они старались отвечать в естественной для них манере, они повышали или понижали тон своего голоса в пропорциональной зависимости от тона голоса задающего вопросы-команды. Эти данные говорят о том, что вы можете тоном голоса удерживать другого человека в состоянии спокойствия. Например, перевести сердитого человека в спокойное состояние.

Техника такого метода базируется на двух известных в психологии фактах. Один — это то, что было описано выше — вы можете контролировать тон голоса другого человека своим голосом. Второй выражается в следующем: трудно определить, говорите ли вы громко, потому что

становитесь раздражённым или раздражаетесь, потому что говорите громко. Важно то, что чем громче вы говорите, тем более сердитым и раздражённым вы себя чувствуете. Психологические исследования доказывают, что если вы говорите спокойным мягким тоном голоса, вы гасите свою раздражённость. Зная эти два факта, вы можете успешно контролировать своё состояние и эмоции другого человека. Так что если вы "поймали" себя в ситуации напряжения и раздражённости, искусственно снизьте и смягчите тон и громкость своего голоса. Такой приём "заставит" и вашего оппонента смягчить тон и громкость его голоса и, соответственно, "уведёт" его от состояния раздражённости и злости. Проведите подобный эксперимент, и вы убедитесь в его эффективности.

В связи с вышеописанным очень важно, чтобы на переднем крае деловых контактов с клиентами, заказчиками, поставщиками находились люди с натренированными голосами и чувством ответственности за продуктивность делового взаимодействия и сотрудничества. Особенно это важно, если на другом конце телефонного провода вы слышите голос раздосадованного клиента или просто грубияна. Если вы удачливы и имеете в вашей компании людей, которые обладают умением разговаривать с клиентами, не забывайте их поощрять. Считайте это своего рода *инвестментом* в свой бизнес.

В коммуникации с подчинёнными важно также, чтобы распоряжения и задания, которые вы даёте, были поняты так, как вы это понимаете. Вместо того, чтобы предполагать, что вас правильно поняли, не мешает услышать от подчинённых, как они поняли ваше распоряжение и что вы от них ожидаете. Точно также неправильно понятые условия соглашения с другими организациями или условия заказа могут обернуться большими убытками.

Коммуникативные типы личности. Известно, что не все люди одинаково легко вступают в контакт с другими людьми. В исследовании, проведенном психологами Ленинградского университета ещё в шестидесятых годах, было выявлено четыре достаточно отчётливых типа *коммуникативных* особенностей личности, то есть способностей к межличностному общению: *ведущий (лидирующий), ведомый, обособляющийся, сотрудничающий.*

"*Ведущий*" — к этому типу относятся лица с ярко выраженной ориентировкой на лидерство, личное влияние и власть в группе. Такие личности могут работать продуктивно лишь при условии, если другие члены группы согласны с их влиянием, авторитетом и стремлением к лидерству..

"*Ведомый*" — тип людей с выраженной ориентировкой к ведомости, то есть к добровольному подчинению лидеру. Лица с признаками этого типа могут успешно участвовать в решении групповой задачи лишь при условии контакта с более уверенным, самостоятельным и компетентным членом группы. Такие люди, как правило, хорошие исполнители, любят выполнять работу "от и до". Взаимоотношения ведомого с группой строятся на основе подверженности групповому влиянию, которое в психологии известно как

конформизм. Такие люди способны не конфликтовать с группой, а наоборот, поступать как все. Их удовлетворяет такая позиция, так как им не нужно брать на себя принятие решений, что не всегда является лёгкой задачей.

"*Обособляющийся*" — это тип поведения с ярко выраженной индивидуалистической ориентировкой. Индивиды, относящиеся этому типу, с большим удовольствием трудятся в одиночку, предпочитают не работать в группе, не стремятся к лидерству и сотрудничеству. Человек с характерными чертами такого типа может успешно решать свою часть групповой задачи при условии обособления от группы, в относительном одиночестве. Можно сказать, что группа создаёт дополнительное напряжение для человека такого типа, оказывает негативное влияние.

"*Сотрудничающий*" — такие типы постоянно стремятся к совместному с другими решению задач и следуют за ними в случае разумных решений. Как правило, такие типы хорошие партнёры в бизнесе.

Руководителю необходимо учитывать в своей работе вышеупомянутые различия особенностях коммуникативных типов своих подчинённых. Представьте себе группу, где два её члена относятся к ведущему типу коммуникативного поведения, либо группу, которая состоит из ведомых и обособляющихся. В первом случае будут иметь место конфликты, во втором — неуверенность и растерянность, но в обоих случаях отрицательный эффект на деятельность группы будет очевидным. В связи с этим лиц обособляющего типа целесообразно использовать при выполнении самостоятельных задач при минимальной степени взаимодействия с другими членами группы. Люди ведомого типа будут успешно и эффективно работать, выполняя задания "спущенные" сверху. Лица ведущего типа, соответственно, следует использовать для осуществления организационной деятельности. Лица сотрудничающего типа хороши для совместной деятельности с другими членами производственной группы на равных основаниях, без явного выделения лидирующего положения кого-либо.

Умение слушать. Умение слушать также представляет собой одно из проявлений коммуникативных особенностей. Мэри Кэй, одна из самых успешных женщин в мире бизнеса, глава известной фирмы "Мэри Кэй косметикс", пишет в своей книге о менеджменте: "Бог дал нам два уха и один рот. Мы должны слушать в два раза больше, чем говорить. Когда вы слушаете, вы "убиваете" двух зайцев одним ударом — получаете необходимую информацию и даёте говорящему почувствовать свою значимость".

Знаменитый Дэйл Карнеги в своей книге "Как приобретать друзей и влиять на людей" описывает следующий случай, произошедший с одним из слушателей его курса. Этот человек купил в универмаге костюм и в первые же дни обратил внимание на то, что цвет пиджака переходит на воротник рубашки. Он принёс костюм в магазин, нашёл продавца, который его обслуживал, и попытался рассказать о своей проблеме. Продавец, не дав ему закончить первую фразу, прервал его словами: "Мы продаём тысячи таких костюмов и никто никогда не жаловался". В дополнение, тон его голоса говорил: "Всё это неправда, этого не может быть". В это время вмешался другой продавец: "Все тёмные

костюмы оставляют след на рубашке в первое время. Что вы ожидаете от костюма за такую цену?". "Я был настолько зол,— рассказывал пострадавший,— что хотел швырнуть этот костюм им в лицо и послать их к чёрту, но неожиданно появился менеджер отдела. Он знал своё дело прекрасно и быстро изменил моё состояние полностью, переделал злого человека в удовлетворённого покупателя в минуту".

Как он это сделал? Тремя простыми приёмами. Во-первых, он выслушал всю историю покупателя от начала до конца, не произнеся ни одного слова. Во-вторых, когда те два продавца пытались вмешаться вновь, менеджер останавливал их, защищая точку зрения покупателя. В добавок он сказал, что ничего не должно продаваться в его магазине, что не даёт полного удовлетворения покупателю. В третьих, он честно заявил, что не знает причины по которой воротник пиджака пачкает воротник рубахи. Затем он произнёс *ключевой* вопрос: "Что бы вы хотели, чтобы я сделал с этим костюмом?". Покупатель спросил, может ли менеджер что-либо посоветовать, временная ли эта проблема и что можно сделать, чтобы её ликвидировать. Менеджер предложил поносить костюм ещё неделю, и если после этого проблема не исчезнет, то он заменит костюм на другой, который не имеет подобной проблемы. "Я вышел из магазина удовлетворённым,— завершил рассказ слушатель курса Карнеги,— а через неделю всё было в порядке, костюм не оставлял никакого следа на рубашке. Не удивительно, что этот человек был заведующим отдела. Что касается тех двух продавцов, то они не только никогда не поднимутся до уровня менеджера, а скорее всего будут переведены в отдел упаковки, где им никогда не придётся контактировать с покупателями".

Проверьте своё умение слушать ответами на следующие вопросы:

- *Вы слушаете или думаете, что слушаете?* Часто мы думаем, что слушаем других людей. На самом деле мы слушаем себя — мы репетируем в уме свои аргументы и бросаемся в заключение, услышав только первый аргумент собеседника. Поэтому, правило первое: отключите свой внутренний голос до тех пор, пока ваш оппонент не закончит свою мысль. Проявите к собеседнику максимум внимания и уважения и вы только выиграете от этого.

- *Подчёркиваете ли вы своё понимание того, о чём говорит собеседник?* Повторяйте периодически своими словами то, что слышите. Например, используйте такие фразы, как "Вы сказали ..." или "Как я вас понял ...". Подобные фразы позволяют вам продемонстрировать, что вы слушаете и понимаете то, что вам говорят. Этим самым вы "убиваете двух зайцев": показываете, что слушаете внимательно и, одновременно, ликвидируете недопонимание "не отходя от кассы".

- *Слушаете ли вы "между строк"?* То, что люди говорят — это только половина того, что они хотят донести до слушателя. Вторая половина — это "body language" /язык жестов и мимики/ — это выражение лица, тон голоса. Введите себе в привычку "читать эту речь", и вы получите информацию о том, что у человека действительно на уме.

Слушая собеседника, будьте нейтральны. Уместны комментарии типа "ага", "это интересно", которые подбадривают вашего собеседника для

продолжения разговора. Подбадривание собеседника один из наиболее трудных приёмов слушания, так как требует концентрации вашего внимания на том, что говорит другой человек, вместо того, чтобы сосредоточиться на том, что вы собираетесь сказать в ответ. Завершая диалог, суммируйте обсуждаемое. Используйте такие фразы: "Теперь я понимаю, как вы видите ситуацию" или "Это ваши ключевые идеи...". И еще. Не старайтесь быть первым в формулировании заключений. Довольно часто, более важно услышать заключение из уст других для вашего собственного заключения о предмете обсуждения.

К сожалению, далеко не все люди хорошие слушатели. В связи с этим предлагаем условную классификацию людей по умению слушать.

- *Первые* — это те, которые делают вид что слушают, но мысли их далеко. Они не в состоянии держать свои уши "открытыми" для восприятия того, что вы говорите. Они слушают, но не слышат. Они отвечают невпопад, так как не слышат, о чём говорит собеседник. Если же оба относятся к этой категории, то может получиться вполне комическая ситуация — собеседники не перебивают друг друга, они говорят по очереди, но каждый не слышит, что говорит другой. Каждый заинтересован лишь в том, что он/она хочет сказать, вместо того, чтобы услышать что скажет оппонент и отреагировать по существу.

- *Вторые* — это те, которые, как спринтеры на старте, ждут когда вы сделаете вдох, чтобы перевести дыхание и продолжить свою мысль. Они не дают вам этого сделать и перебивают вас, чтобы высказать своё. Они, также как и представители первой категории, слушают, но не слышат. Им важно высказать то, что они хотят сказать, а не услышать то, что вы пытаетесь до них донести.

- *Третьи* — они говорят вместе с вами, они задают вопросы и сами на них отвечают, они не дают вам рта раскрыть.

- *Четвёртые*. Они смотрят вам в глаза, они следят за вашей мыслью, они внимательно сосредоточены на том, что вы им говорите и всем своим видом демонстрируют своё участие в разговоре — задают вопросы по ходу вашего рассказа, вникают в вашу проблему, поддакивают в знак согласия, либо отрицают, не соглашаясь с вами. *Они — настоящие слушатели!*

Нередко те, кто не умеют слушать, ничтоже сумняшеся полагают, что другие люди видят вещи также, как и они, либо ещё хуже — думают, что другие люди *должны* видеть вещи как они и поэтому стараются изменить их мнение. Никогда не следует забывать, что большинство людей не только не видят вещи так, как видим их мы, но даже *не могут* их видеть так, как мы. Таким образом, прежде чем переубедить других и склонить их к тому, чтобы изменить их мнение на ваше, которое в ваших глазах единственно правильное, старайтесь подойти к пониманию других с уважением. Не бойтесь изменить своё мнение, этим вы только заслужите уважение. Когда люди видят, что вы стараетесь понять то, как они воспринимают окружающее, они становятся менее агрессивными по отношению к вам, их

аргументация несколько смягчается, они становятся более открыты к компромиссу и к обоюдному согласию.

Стив Браун, автор книги: "13 фатальных ошибок, которые допускают менеджеры и как вы можете их избежать", пишет: "Работая над книгой, я спросил нескольких моих коллег по бизнесу, многие из которых были на уровне президентов и вице-президентов компаний, какие советы они дали бы в книге если бы они её писали. Почти все из них поместили в верхней части списка: *"Учитесь быть хорошим слушателем"*.

Деловые письма как личный контакт. Как известно, древнегреческий философ Сократ никогда ничего не писал. Когда его спросили, почему он не пишет, он ответил: "Потому что лист бумаги стоит дороже того, что на нём написано". В современном обществе мы не можем обходиться без писем, а в мире бизнеса — без деловых писем. Наряду со стремительным развитием средств коммуникации индивидуализированные письма являются своего рода "ключами общения" среди других инструментов успешного бизнеса. Если в маленьких локальных бизнесах можно обойтись личным контактом, то в крупных компаниях с широким спектром производства письма играют роль своего рода заменителей таких контактов.

Любое письмо нужно рассматривать как диалог, как личный контакт между тем, кем оно написано и теми, кто будет его читать. Ведь ваши читатели это не какие-то абстрактные имена, а реальные люди, которые имеют чувства, так же, как и вы. Поэтому прежде чем начать писать деловое письмо, старайтесь представить в своём сознании, что вы как бы перелетаете через пространство, чтобы поговорить с человеком, которому письмо предназначается. Вне зависимости от того, о чём вы собираетесь "говорить" в своём письме, язык должен быть таким же, как если бы вы встретили этого человека на улице, дома или в его офисе. В таком случае ваше письмо будет более эффективным. Особое значение имеет письмо, написанное впервые туда, где вас ещё не знают. Оно имеет такое же значение, как первое впечатление о человеке по внешнему виду и манерам поведения.

Сегодня для нас важен символический смысл сократовского высказывания, а именно, писать надо так, "чтобы не было мучительно больно" за нежелаемые последствия, которые может повлечь за собой плохо написанное письмо. В рамках данной статьи мы ограничимся лишь самыми общими рекомендациями для написания деловых писем. Вот некоторые из них:

- Всегда отдавайте себе отчёт в том что вы *знаете* о чём идёт речь, а читающий ваше письмо *не знает*. Пишите именно с такой позиции.

- Начинайте с главной мысли, которую вы хотите донести, чтобы читающий сразу понял, что вы хотите или что предлагаете.

- Концентрируйтесь на тех, кому вы собираетесь писать, — кто они такие, что важно до них донести. Пишите так, как будто говорите с теми, кому пишете.

- Сначала изложите само содержание, затем корректируйте стилистику. Каждую новую мысль начинайте с нового параграфа.

- Деловое письмо должно быть лаконичным и легко читаемым. Используйте простой язык. Выбрасывайте слова, которые не добавляют ничего нового к основной мысли письма. Два коротких предложения лучше одного длинного.

- Будьте аккуратны с цифрами, датами, именами. Излагайте мысль конкретно. Например, не пишите "несколько человек", а пишите "девять человек". Чётко изложите какого результата вы ожидаете, кто является ответственным и так далее.

- Если вы "застряли" на середине параграфа, пропустите его и идите дальше. Нет необходимости писать письмо в "одном направлении". Вернитесь к неоконченной мысли позже.

- При возможности, отложите написанное на время и вернитесь к тексту позже. Это особенно важно если вы были в состоянии эмоционального возбуждения при написании первоначального варианта.

- Закончив письмо, "пробегите" глазами весь текст, не обращая внимания на стилистические ошибки и другие шероховатости. Цель такого "сканирования" — проследить логику изложения и ясность, того что вы хотите донести.

- Иногда вы можете сидеть и писать без перерыва, но иногда короткие перерывы помогают "разжечь" связи между центрами головного мозга.

- Не всегда ваше рабочее место — лучшее место для писания. Если у вас есть любимые места для писания, используйте их.

Написание деловых писем по определённому формату давно практикуется в Соединённых Штатах. Разберём его составные подробнее.

Первое — это дата, которая помещается вверху слева.

Второе — название организации, её адрес и имя человека, кому письмо предназначено, помещается несколько ниже. Если письмо направляется частному лицу, то пишется имя человека и его адрес. Это необходимо несмотря на то, что эта информация будет на конверте. Это тем более важно, если письмо отправляется по факсу.

Третье — обращение.

Четвёртое — текст самого письма. Первая фраза — отдельным абзацем в две-три строчки — это вступление. Как правило, о чём будет идти речь в письме либо напоминание того, о чём шла речь в предыдущем телефонном разговоре, на совещании и тому подобное. Необходимо разбивать письмо на несколько небольших смысловых параграфов — это облегчает восприятие.

Пятое - подпись. Как правило, люди расписываются неразборчиво, поэтому необходимо ниже подписи указать имя, фамилию и должность человека подписавшего письмо и не перекрывать это печатью предприятия.

Шестое — "копия под копирку" ("с/с" — от английского carbon copy), по-русски можно обозначать как "к/к" или просто "к". Этим указывается

кому отправлена копия письма. Эта пометка помещается несколько ниже подписи.

Седьмое — инициалы человека подготовившего письмо. Если письмо пишется частным лицом, то в этом пункте нет необходимости.

Подобная стандартизация деловых писем с описанными выше элементами создаёт удобство в их восприятии, так как читающий знает, где какая информация в письме расположена. Точно так же человеку, написавшему письмо, нетрудно найти нужную информацию при необходимости вернуться к ранее написанному.

Желательно размещать письмо на одной странице. Если же письмо написано на двух или более страницах, необходимо указывать номер каждой из них и общее количество страниц. Хорошо написанное письмо ликвидирует неопределённость, снижает количество ошибок в процессе производства либо ведении бизнеса и экономит деньги организации. Умение писать хорошие деловые письма представляет собой несомненное преимущество в современном обществе, когда ежедневное деловое общение всё больше и больше происходит посредством компьютеров, факсов и других средств современной технологии.

Всё нарастающая важность деловых писем и растущее понимание того, что они могут либо помогать компаниям в достижении их целей либо вредить их интересам, говорит о том, что индивиды с недостаточным умением в писании деловых писем имеют серьёзный недостаток в построении успешной карьеры. В противоположность, индивиды, владеющие умением "говорить на бумаге", будут представлять собой всё большую ценность для любой компании. Исследования показали, что те, кто пишет хорошо, продвигаются быстрее. В этом смысле менеджеры не являются исключением. Во-первых, не каждый менеджер может позволить себе иметь секретаря, а при современной компьютеризации, даже при наличии секретаря, каждому менеджеру в большей или меньшей степени, приходится самому писать деловые письма. Сегодня компьютер — в каждом офисе, в каждом бизнесе и неумение печатать — это явный недостаток. Умение профессионально печатать повысит вашу продуктивность. Пишите так, чтобы то, что написано в вашем письме "стоило" дороже бумаги, на которой оно написано!

Язык мимики и жестов в деловом общении ("body language") — это способ невербальной коммуникации, это искусство видеть то, что другие люди думают или выражают без слов. И в деловом мире все люди, в большей или меньшей степени, говорят на языке мимики и жестов. Так, мы постукиваем пальцами по столу, проявляя нетерпение,жимаем плечами, подчёркивая нейтралитет, поднимаем брови, выражая удивление, подмигиваем, демонстрируя определённую интимность и тому подобное. Посредством таких движений нашего тела, лица, глаз и прочее, мы передаём информацию о наших реальных чувствах, отношениях, намерениях, которые могут не совпадать с тем, что мы говорим. Точно также мы пытаемся

"читать" эту информацию, наблюдая за другими людьми. "Язык тела" может открыть мысли другого человека точнее, чем осторожно выбранные им слова в разговоре.

В специальных исследованиях, проведенных в ряде университетов Англии, Франции, Америки, России, Австралии и др., было установлено что вербальный компонент при диалоге "лицом к лицу" занимает примерно 35%, а невербальный — 65%. Таким образом, язык жестов и мимики может служить своего рода инструментом для анализа того, насколько вербальная информация совпадает с невербальной. Не случайно специалисты по чтению "языка тела" присутствуют на судебных процессах, наблюдая за малейшими изменениями в выражении лица, позы и других невербальных компонентов в поведении обвиняемых.

Для лучшего понимания "языка тела" начните с себя. Пронаблюдайте за собой в разных эмоциональных состояниях. Задайте себе такие вопросы: О чём моё тело "говорит" моему собеседнику? Где я держу руки? Сцеплены ли мои пальцы? Куда направлен мой взгляд? Мой подбородок приподнят или опущен? Держу ли я голову прямо или она наклонена вбок? И так далее. Наблюдайте за жестами и мимикой других и постарайтесь создать в вашем сознании своего рода словарь сигналов тела, который поможет вам "читать" то, что действительно хотят сказать ваши оппоненты. Учитесь соединять в вашем сознании информацию, которую другие люди пытаются передать словесно одновременно со "словами" их телодвижений. Учитесь также контролировать движения вашего собственного тела с целью посылать только те сигналы, которые вы хотите посылать.

Для проявления таких качеств, как вера в своё дело, смелость, целеустремлённость и другие морально-волевые качества, можно порекомендовать следующее: держитесь прямо, не опускайте голову вниз, когда идёте по предприятию или беседуете с другими; здороваясь, не подавайте расхлябанную руку, а в пределах приличия крепко пожмите руку того, с кем здороваетесь, сопровождая это контактом глазами.

Психология телефонных разговоров. Ныне мобильный телефон является одним из наиболее эффективных инструментов коммуникации в современном деловом мире. Умелое его использование наряду с другими профессиональными умениями неопределимо в бизнесе.

Прежде чем начать телефонный разговор, подбодрите себя, возбудите в себе энергию, интерес, энтузиазм и уверенность. Позитивный тон голоса безусловно помогает.

Многие люди думают лучше и чувствуют себя увереннее, разговаривая стоя. Вставайте, разговаривая по телефону. Если того, кому вы звоните, нет на месте, оставьте чёткое сообщение на автоответчике. Желательно повторить имя и номер своего телефона и сообщить время вашего звонка. Точно так же, приветствие на вашем автоответчике должно быть записано уверенным энергичным голосом.

Совершенство и используя различные методы коммуникации поможет вам добиваться успеха в деятельности.

Литература:

1. *Воскобойников Фред* "Да, ты можешь быть успешным"/Социально-психологический практикум для руководителей/. – СПб.: Изд. Балтийская Педагогическая Академия, 2003.
2. *Carnegie, Dale*: "How to Win Friends and Influence People". – Pocket Books, Inc. New York, 1936.
3. *Frailey, Lester Eugene*: "Handbook of Business Letters". – Prentice Hall. Englewood Cliffs, New Jersey, USA, 1998.
4. *Parkinson, J. Robert*: "How to Get People Do Things Your Way". – NTC Business Books. Lincolnwood, Illinois USA, 1977.

ПОНЯТИЕ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУКАХ

С.Н. Шихвердиев

Проблема адаптации является ключевой во многих науках. в целом комплексе наук Возникнув в недрах биологии, ныне понятие об адаптации относится к числу фундаментальных, оно активно разрабатывается в физиологии, психологии, теории и методике физической культуры и спорта.

Изначально активно разрабатывались биологические аспекты адаптации. Долгий приоритет медико-биологических наук в изучении феномена адаптации привел к тому, что вопросы психологической адаптации изучены не так широко (Беребин М.А., 2003; Гефле О.Ф., 2003).

Однако роль феномена адаптации в психологической науке трудно переоценить. Как отмечает А.Г. Амбрумова, «в психологии почти любую общую теорию можно реконструировать так, что в ее основе будет лежать идея адаптации, понимаемой как приспособление к среде, осуществляемой психикой в целом» (1981, С. 94). Б. Берман (2002) полагает, что изучение практически всех психических феноменов (процессов, состояний и свойств) является частными проблемами адаптации, ибо их целью всегда является исследование, направленное на поиск закономерностей и способов повышения эффективности адаптации субъекта к окружающей среде.

Понятие «адаптация» является очень широким и рассматривается как биологический процесс, охватывающий все важнейшие формы жизнедеятельности живых систем, начиная от простейшей раздражимости до сложнейших реакций в виде безусловных и условных рефлексов и поведения вообще (Андреева Д.А., 1973; Николаев А.Н., 1984).

Тем не менее, качественное изучение феномена адаптации зачастую оказывается затрудненным в силу ряда обстоятельств.

Долгое время термин адаптации понимался крайне узко, как снижение

чувствительности в сфере какого-либо анализатора при непрекращающемся действии раздражителя (Гефле О.Ф., 2003).

Многие авторы по-разному трактуют понятие адаптации. Хотя со времени его возникновения оно однозначно означало «приспособление», все же появилось множество других трактовок, между которыми наблюдается порой значительное разногласие (Берман Б., 2000; Ковалев В.И., 1985).

Кроме того, многие авторы подходят к теории адаптации довольно креативно, создавая множество новых понятий – таких, например, как «адаптациогенез», «адаптационное сознание» (Посохова С.Г., 2003), «интрапсихическая адаптация» (Березин Ф.Б., 1988), «адаптационный буфер» (Михеева А.В., 2003), «адаптационная ниша» (Ганжа С.Ю., 2003), степень научной обоснованности которых вызывает весомые сомнения.

Как одну из проблем (терминологического толка) можно отметить, что некоторые авторы говорят о процессе дезадаптации (Амбрумова А.Г. и др., 1981; Кудашев А.Р., 1999; Чимбеленге К.У., 1996). А.В. Осницкий (1999) рассматривает дезадаптацию как процесс, обратный адаптации. Однако как отмечает Б. Берман, «даже теоретически трудно представить себе процесс «антиприспособления» и его цели» (2002, С. 22).

Существуют и довольно «революционные» подходы к определению сущности адаптации. Так, например, И.А. Баева полагает, что «суть адаптации как социального явления составляет не приспособление, а усвоение, принятие, интериоризация внешних воздействий, активное творческое освоение действительности» (Баева И.А., 1985, с. 9). Однако автор сама себе противоречит. Пассивное усвоение – это одно, а активное усвоение – совсем другое.

К.А. Альбуханова (1973) высказала сомнение в приспособительной функции психики, которая не оспаривается остальными авторами. Тем не менее, абсолютное большинство исследователей определяют адаптацию как процесс приспособления индивида к окружающей среде.

Существуют и более гуманистические трактовки адаптации как процесса, направленного на поиск личностью нужных ей способов самораскрытия, сохранение ее целостности (Посохова С.Г., 2003), развитие личности, соответствующее ее склонностям и особенностям (Гефле О.Ф., 2003). Однако они не вполне обоснованы.

Целью адаптации является обеспечение равновесия между воздействием организма на среду и обратным воздействием среды на организм, восстановление гомеостаза (Амбрумова А.Г., 1981; Забродин Ю.М., 1977; Завьялова П.К., 1998). Адаптация – это динамический процесс, благодаря которому подвижные системы живых организмов, несмотря на изменчивость условий, поддерживают устойчивость, необходимую для существования, развития, продолжения рода, в результате которого должна быть достигнута оптимизация системы «человек – среда» (Березин Ф.Б., 1988).

Спецификой данного психического феномена является то, что адаптация существует во всех фундаментальных психических категориях, поскольку она может рассматриваться как процесс, состояние и свойство

одновременно (Кудашев А.Р., 1999; Николаев А.Н., 1984; Овдей С.В., 1978).

Разные авторы подчеркивают, что адаптация – это сложный по степени охвата интрегартивно-комплексный процесс, охватывающий всё физическое, психическое и социальное в человеке (Берман Б., 2000; Кудашев А.Р., 1999; Яницкий М.С., 1999 г др.).

В процессе общей и ситуативной адаптации можно выделить три периода: адаптационное напряжение, стабилизация и адаптационное утомление (Березин Ф.Б., 1988; Селье Г., 1960). Какие-либо нарушения в процессе адаптации стимулируют усиление поисковой активности, направленной на разрешение или устранение проблемы, нарушающей процесс адаптации.

В научной литературе существует проблема выделения различных видов адаптации. Разные авторы чаще всего выделяют биологическую, физиологическую, социальную, социально-психологическую и психическую адаптацию.

С.В Овдей (1978) выделила биологическую и социальную адаптации, разделив последнюю на профессиональную и социально-психологическую. Однако в данной классификации нет собственно психологической адаптации, благодаря чему создается впечатление «неучастия» психики в процессе адаптации.

Согласно другой классификации, адаптация подразделяется на биологическую, психологическую и социальную адаптацию (Балл Г.А., 1989).

Однако более целесообразно выделение биологической и психической адаптации. Социальная адаптация является следствием психической деятельности (без психики приспособление к социуму невозможно). Таким образом, социальная адаптация является «производной» от адаптации психической. Биологическая адаптация может быть относительно независимой от психической (у примитивных живых существ), хотя психическая адаптация всегда тесно связана с биологической. Таким образом, процесс адаптации существует на двух уровнях: биологическом и психическом.

Психическая адаптация является очень популярным понятием, которое достаточно широко изучается в целом ряде наук (Галыгин В.Ф., 1978). Психическая адаптация – это процесс, затрагивающий все уровни организации человека и состоящий из психофизиологических, психомоторных и психических реакций с целью приспособления личности к непривычным условиям (Николаев А.Н., 1984).

В психической адаптации можно выделить три уровня: психофизиологический, личностный и социально-психологический. В случае неблагоприятного течения процесса адаптации негативные изменения прослеживаются на всех уровнях функционирования индивида – биологическом (психосоматические заболевания), психологическом (негативные личностные изменения) и социальном (неадекватное поведение).

К сожалению, авторы редко дают указания на конкретное наполнение этих трех видов психической адаптации. Рассмотрим те немногочисленные

данные, которые удалось обнаружить.

Психофизиологическая адаптация рассматривается разными авторами по-разному: как выживаемость человека, общий уровень здоровья (Завьялова П.К., 1998); степень реализации его основных потребностей (Березин Ф.Б., 1988); как показатели функционального состояния (Кудашев А.Р., 1999) и т.п.

Согласно мнению Г. Селье (1960), адаптация и стресс – два тесно взаимосвязанных явления. Выраженное протекание стресса свидетельствует о более или менее значительных нарушениях в процессе адаптации. Состояние стресса может проявляться в комплексе признаков – физиологических, психологических, поведенческих. Поскольку стресс отражает качество функционирования организма, его имеет отнести к психофизиологическому уровню адаптации.

Адаптация отражает уровень резервов организма, который, в свою очередь, отражается в состоянии всех ведущих систем организма (сердечно-сосудистой, нервной и др.) и проявляется в уровне их тонуса.

Личностная адаптация проявляется наиболее ярко, хотя само это понятие встречается нечасто (Робалде А.Л., 1986). П.К. Завьялова (1998) полагает, что процесс адаптации проявляется как на уровне состояния человека, так и на уровне личностных свойств. А.Р. Кудашев (1999) отмечает, что качества личности и формируются в процессе и определяют итоговую успешность адаптации.

Среди конкретных характеристик, в которых отражается уровень личностной адаптации, разные авторы указывают: способность к развитию, чувство самоуважения (Завьялова П.К., 1998); степень реализации внутреннего потенциала, эмоциональное самочувствие личности (Жмыриков А.Н., 1989); самовосприятие, внутренний комфорт, эмоциональное самочувствие (Кудашев А.Р., 1999).

Нарушения личностной адаптации проявляются во всевозможных пограничных нервно-психических расстройствах, которые проявляются в дестабилизации эмоциональной, волевой и мотивационной сферах личности, а также в сфере ее самосознания.

Социально-психологическая адаптация является довольно популярным объектом для различных исследований, она подразумевает активное поведение адаптирующегося в сфере межличностных отношений в социуме. К социально-психологической адаптации исследователи относят: нахождение человеком своего места в социально-профессиональной структуре (Завьялова П.К., 1998); активность «для других» (Овдей С.В., 1978); характеристики успешности взаимодействия с социальной средой» (Кудашев А.Р., 1999) и т.д.

Социальная же адаптированность есть мера приспособленности индивида к социальной среде, к требованиям и социальным ожиданиям различных групп, коллективов, организаций. Она проявляется в поступках, действиях, индивидуальном стиле официального и неофициального взаимодействия данного человека с другими людьми, в его отношениях к

социальным, культурным, правовым, религиозным, языковым нормам поведения в совместной деятельности. Подчеркивая ее роль, А.Н. Николаев пишет, что «вся цивилизация является продуктом (объектом) адаптации, где ее субъектом является человечество» (1984, С. 29).

Существуют основания полагать, что все уровни адаптации тесно связаны друг с другом. Исследования свидетельствуют, что психофизиологические состояния тесно связаны с личностными особенностями человека. Так Ф.Б. Березин (1988) прямо указывает, что существует зависимость между особенностями личности, актуальными психическими состояниями и особенностями построения отношений с окружающей средой.

В заключение необходимо отметить, что, в общем и целом, проблема психической адаптации субъектов различных видов деятельности остается недостаточно изученной. Различным исследованиям недостает комплексности и системности, то есть, анализа психической адаптации на всех уровнях адаптации человека с учетом требований каждого уровня (психофизиологического, личностного, социально-психологического и др.).

Литература:

- *Амбрумова, А.Г.* Социально-психологическая дезадаптация личности и профилактика суицида / А.Г. Амбрумова, В.А. Тихоненко, Л.Л. Бергельсон // Вопросы психологии. – 1981. – № 4. – С. 91-102.

- *Андреева, Д.А.* О понятии адаптации. Исследование адаптации студентов к условиям учебы в вузе / Д.А. Андреева // Человек и общество, Вып. XI-II. – Л.: Наука, 1973. – С. 25-27.

- *Балл, Г.А.* Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г.А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92-100.

- *Баева, И.А.* Социально-психологическая адаптация молодых рабочих в производственном коллективе: Автореф. ... дис. канд. психол. наук / И.А. Баева; ЛГУ. – Л., 1985. – 21 с.

- *Беребин, М.А.* Методологические основания системных исследований психической адаптации / М.А. Беребин // Материал 3-го Всероссийского съезда психологов, т. 1. – СПб.: СПб ГУ, 2003. – С. 449-453.

- *Березин, Ф.Б.* Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 270 с.

- *Берман, Б.* Особенности профессиональной адаптации тренеров в зависимости от их волевых качеств: Дис. ... канд. психол. наук. / Б. Берман. – СПб., 2002. – 179 с.

- *Ганжа, С.Ю.* Социально-психологическая адаптированность и ее относительность / С.Ю. Ганжа // Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов, т. 2. – СПб.: СПб ГУ, 2003. – С. 299-295.

- *Гефле, О.Ф.* Социальная адаптация личности в ситуациях неопределенности / Гефле // Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов, т. 2. – СПб.: СПб ГУ, 2003. – С. 319-321.

- *Жмыриков, А.Н.* Диагностика социально-психологической адаптированности личности в новых условиях деятельности и общения: Автореф. ...

- дисс. канд. психол. наук / А.Н. Жмыриков; ЛГУ. -Л., 1989. -15 с.
- *Забродин, Ю.М.* Введение в общую теорию сенсорной чувствительности (адаптивные особенности сенсорных процессов в задачах исследования порогов чувствительности) / Ю.М. Забродин // Психофизиологические исследования. – М.: Наука, 1997. – С. 31-125.
 - *Завьялова, Е.К.* Социально-психологическая адаптация женщин в современных условиях (профессионально-личностный аспект): Автореф. ... дис. докт. психол. наук / Е.К. Завьялова; СПб ГАФК. – СПб., 1998. – 40 с.
 - *Ковалев, В.И.* Мотивы труда и адаптация рабочих / В.И. Ковалев, Н.А. Сырникова // Психологический журнал. – 1985. – № 6. – С. 49-59.
 - *Кудашев, А.Р.* Управленческая адаптация: личностно-ролевой подход: Автореф. ... дисс. докт. психол. наук / А.Р. Кудашев. – СПб., 1999. – 35 с.
 - *Михеева, А.В.* Субкультура как социально-адаптационный буфер / А.В. Михеева // Материал 3-го Всероссийского съезда психологов, т. 5. – СПб.: СПб ГУ, 2003. – С. 460-464.
 - *Николаев, А.Н.* Психическая адаптация человека к усложненным условиям деятельности (на примере адаптации к условиям «чужого поля»): Дисс. канд. психол. наук / А.Н. Николаев. – Л., 1984. – 226 с.
 - *Овдей, С.В.* Проблемы социально-психологической и профессиональной адаптации молодых учителей: Автореф. дис. канд. психол. наук / С.В. Овдей; ЛГУ. – Л., 1978. – 16 с.
 - *Осницкий, А.В.* Психологические проявления дезадаптации личности учителя в педагогической деятельности: Автореф. ... дис. канд. психол. наук / А.В. Осницкий; СПб ГАФК. – СПб., 1999. – 23 с.
 - *Посохова, С.Г.* Психология адаптирующейся личности: субъектный подход / С.Г. Посохова // Материал 3-го Всероссийского съезда психологов, т. 6. – СПб.: СПб ГУ, 2003. – С. 405-409.
 - *Робалде, А.Л.* О личностной адаптации в профессиональной деятельности / А.Л. Робалде // Вестник Ленинградского ун-та, Сер. 6, Вып. 3. – Л.: ЛГУ, 1986. – С. 98-102.
 - *Селье, Г.* Очерки об адаптационном синдроме: Пер. с англ / Г. Селье. – М.: Медицина, 1960. – 254 с.
 - *Чимбеленге, К.У.* Процесс адаптации и реадаптации в структуре профессионализации личности: Автореф. ... дис. канд. психол. наук / К.У. Чимбеленге; ЯГУ. – Ярославль, 1996. – 31 с.
 - *Яницкий, М.С.* Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики: Учебное пособие / М.С. Яницкий. – Кемерово: КГУ, 1999. – 84 с.

ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ, ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЁЖИ, СПОРТ:

РИТМО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА - НОВОЕ ЭФФЕКТИВНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ТЕЛОПСИХИЧЕСКОЙ ИНТЕГРАЦИИ ЛИЧНОСТИ

И.Г.Малкина-Пых

Общепризнано, что человек по своей социопсихической организации – *существо двойное*: с одной стороны – сознание и духовность, с другой – тело и вещество природы. Но инстинкт выживания в этом мире постоянно заставляет нас искать способы и методы интеграции сознания с телом. Ритмо-двигательная оздоровительная физическая культура (РДОФК) - групповая или индивидуальная, и есть этот способ и средство интеграции личности. Используя старую, привычную пластику тела, мы вырабатываем с помощью РДОФК новые формы тела и поведения, и становимся творцами своей жизни [1].

Все методы РДОФК базируются на представлении о том, что существует принципиальная связь между свойствами личности и свойствами тела в его движениях [8]. Методика РДОФК, разработанная мной и уже успешно апробированная и применяемая моими последователями, является синтезом телесно-ориентированной и *танцевальной терапии*, включает в себя подходы к физическому совершенствованию человека с позиций ритмической гимнастики [5-7, 12].

Известно, что *танцевальная терапия* ведет свое начало от сакрального танца, но если в нем чувства выражаются посредством религиозных переживаний слияния с неким воображаемым божеством, то в танцевальной терапии они свободно выражаются в спонтанном движении, в импровизации и стилизации, делающие танец сценическим представлением или видом искусства. Именно поэтому танец является элементом физической культуры народов всего мира, а в художественной гимнастике он возведен в ранг олимпийского вида спорта.

Цели и задачи РДОФК. Как и все направления телесной терапии, ритмо-двигательная ОФК работает с системой “тело-сознание” как единым целым, вовлекая в процесс взаимодействия все или почти все репрезентативные системы клиента. Система “тело-сознание” включает в себя мощные и хорошо развитые механизмы саморегуляции. Причем большинство из этих механизмов можно достаточно быстро реализовать, если знать, как получить к ним “ключи доступа” [7].

Основные понятия:

Ритм. Большинство музыкальных ритмов основывается на естественном фундаменте ритмов человеческого организма. Это, прежде всего ритмы дыхания, сердечных сокращений, ходьбы и бега. Определенную связь с музыкально-ритмической пульсацией звуков можно установить с биотоками мозга. Существует четыре основных биоритма мозга, которые регистрируются (число колебаний в секунду): дельта-ритм - 2–3; тэта-ритм - 4–7; альфа-ритм - 8–12; бета-ритм - 13–30 [11]. Ритмы всех других органов человека всегда соразмерны. Между ритмом движения и ритмом внутренних органов всегда существует определенная связь [10]. *Ритмическое движение – это и прекрасный лекарь.* Оно способствует уменьшению локального мышечного напряжения, снятию т.н. мышечных зажимов». Различные движения, вращения, прыжки заставляют напрягаться мышцы-двигатели и расслаблять мышцы-антагонисты. Одновременно происходит тренировка равновесия и дыхания, улучшаются подвижность и осанка человека. Техника РДОФК учит нас лучше и осознаннее владеть своим телом, помогают скорректировать фигуру и т.п. .

Выделяют следующие основные функции ритма [2]:

- облегчения ритмической координации и кооперации с другими;
- стимуляции спонтанного движения;
- энергизации скелетно-мышечной системы;
- уменьшения тревожности, сопротивления, напряжения и агрессии.

Кинестетический транс. Следование ритму позволяет человеку войти в *кинестетический (телесный) транс* – т.е. в **ИСС** - измененное состояние сознания, для которого характерна фиксация внимания на внутреннем мире и отключение от помех внешнего мира. В транс подсознание человека может произвести ту реорганизацию психики, в которой он нуждается для успешного выживания и самореализации в социуме, т.е. чтобы лучше приспособиться к действительности. Происходящее в транс можно описать с помощью механизма расфокусировки, которая на каждом этапе имеет свои особенности. Расфокусировку можно понимать как изменение соотношений фигуры и фона, как рассредоточение и расширение объема внимания, позволяющие человеку обнаружить на периферии сознания вместо одного - заранее заданного - целый спектр возможных вариантов решения личных проблем.

Основные методы РДОФК.

Техника связывания основана на предпосылке, что реальность порождает наше сознание, которое связывает отдельные феномены воспринимаемой реальности, приписывая этим связям то или иное значение. Суть техники связывания – в установлении ассоциативной подсознательной связи между определенной проблемой и элементами ритмического движения.

Ритмичное движение помогает человеку узнать, что он чувствует, понять, почему он это чувствует, выразить то, что он чувствует, и поступать на основе своих истинных чувств, усиливая чувство благополучия путем установления тесного взаимодействия со своим телом. Распознавание “*посланий*”

собственного тела способствует лучшему пониманию того, что именно человеку необходимо.

Методика РДОФК включает в себя следующие упражнения:

1) **Работа с опорами** или заземление (внутренняя устойчивость). «Чем лучше человек ощущает свой контакт с почвой (реальность), чем прочнее он держится за нее, тем большую нагрузку может выдержать и с тем более сильными чувствами он способен совладать» [4]. Специальный комплекс ритмо-двигательных упражнений позволяет человеку почувствовать, насколько твердо он стоит на ногах, и усилить свое чувство реальности, заземленности.

2) **Работа с границами** (установление границ с окружающим миром, какую важность это имеет для человека). Граница между тем, что находится внутри тела, и внешней средой более или менее четко переживается нами, но эта граница весьма относительна. Установление границ своего «Я», соотносимого с границами тела, является важным условием различных видов поведения и средством их осуществления. Необходимость такого определения границ проистекает из потребности человека в личной идентичности, в психотелесной интегрированности.

3) **Работа с межличностными отношениями** (контакты и коммуникация с другими людьми); Между организацией речи и телодвижений в человеческой коммуникации существует нейрофизиологическая связь [12]. Использование ритма и кинестетических паттернов на занятиях ритмо-двигательной ОФК помогает установить или восстановить межличностную коммуникацию: синхронные движения облегчают процесс общения [3]. Специальный комплекс ритмо-двигательных упражнений позволяет человеку понять – как он взаимодействует с окружающим миром и другими людьми, удастся ли ему представить миру свое истинное лицо.

4) **Работа с избыточным контролем** (как контролировать себя и других людей). Существуют два вида контроля. Один – *контроль извне*: «я нахожусь под контролем других людей, правопорядка, социального окружения» и т. п.; другой – *контроль изнутри (самоконтроль)*, встроенный в нашу личность воспитанием и являющийся базовой основой характера человека. Специальный комплекс ритмо-двигательных упражнений позволяют человеку понять, как он контролирует себя и других, и всегда ли тот или иной вид контроля адекватен текущей деятельности и общения с другими людьми.

5) **Работа с агрессией** (способность справляться с агрессией, неадекватным поведением). В процессе накопления субъективного опыта у человека постепенно формируются внутренние, субъективные представления о себе, об окружающей действительности и других людях. Одной из базовых характеристик объектов субъективного мира может быть враждебность. Представления об окружающем мире как о враждебном формируются с первых дней жизни ребенка под влиянием родовой травмы и целого ряда факторов: наследственных, семейных, социальных. Помимо этого, они могут усиливаться уже в зрелом возрасте вследствие социально-психических травмы и жизненных неудач, т.е. когда личная картина мира претерпевает катастрофические изменения. Специальный комплекс ритмо-двигательных

упражнений позволяет человеку освободиться от накопившейся агрессии социально приемлемыми способами и воспринимать мир более реалистично.

6) **Работа с Я-образом** (место человека в мире, поведение, чувства, реакции и т. д.). Понятие Я-образа включает в себя целый ряд аспектов, в том числе то, как человек видит себя в этом мире (как он видит отношения между собой и своими трудностями), способ его отношения к своему телу (как он осознает мышечные напряжения, которые усугубляют его проблемы). Я-образ является описательной составляющей «Я-концепции» – системы представлений человека о самом себе. Очень многие эмоциональные расстройства связаны с нарушением образа тела. Это нарушение связано с тем, что ребенок не получил через телесный контакт с матерью ощущения своего «физического Я». Специальный комплекс ритмо-двигательных упражнений направлен на выявление и совершенствование «образа Я» клиента.

7) **Работа с психофизиологическими блоками**. Когда ребенок сталкивается с непонятным запретом, с которым он не может справиться, он в самом раннем возрасте учится делать движения и принимать позы, которые пресекают негативные эмоции. В результате определенный участок тела "привыкает" блокировать энергию. Например, сосание пальцев и языка, гримасы и т. д. вызывают зажим в нижней челюсти. Со временем возникает целая система зажимов. *Мышечные блоки* соответствует психологической блокировке чувств, эмоций, переживаний. У каждого человека своя конфигурация блоков – чего-то меньше, чего-то больше. Прямая разблокировка зажима ведет к выявлению и осознанию проблем и к избавлению от них.

8) **Структурная телопсихическая интеграция** (преодоление беспорядочности действий и суждений, когда человек *чувствует* одно, *думает* другое, *говорит* третье, а *делает* – четвертое). Внутренние конфликты и конфликты с социальной средой проявляются в нашем теле в той же мере, в какой проявляются они и в психике, и в общении с другими людьми. Азбучным примером служит аллергическая реакция на некоторых партнеров по общению. Личность каждого из нас бессознательно переживает конфликт между рациональными доводами разума и нашей животной природой, между стремлением к доминированию и потребностью в подчинении. Распознавание “*посланий*” собственного тела позволяет лучше понять, что именно человеку необходимо в этой жизни. Ритмическое движение помогает осмыслению жизненных ситуаций, переводя чувства в действия, действия - в понимание, понимание - в саморегуляцию и оптимизацию наших состояний.

Организация занятий по методике РДОФК. Обычно занятие по методике РДОФК состоит из разминки, быстрой (основной ритмической) части и заключительной части. Продолжительность, интенсивность и содержание занятий могут быть разными в зависимости от наличия времени, желания, физической подготовки и поставленных задач. Некоторые упражнения рассчитаны на работу в паре или в группе. Заниматься необходимо в удобной спортивной одежде, обязательно перед зеркалом, чтобы видеть, что и как получается. Перед началом занятий нужно сформулировать проблему, с которой клиент (группа) намерен работать. Занятие продолжается полтора часа,

из которых 30 минут после занятия обязательно посвящаются обсуждению изменений в психотелесной сфере, произошедших у занимающихся, ответам на возникшие вопросы, а также теоретическому введению к следующему у занятию. Исключение составляет самое первое занятие с группой, когда 1 час уходит на знакомство, тестирование с целью первичной диагностики проблем клиентов. Также на первом занятии определяют групповые нормы и ритуалы, определяются цели и задачи предстоящего цикла занятий. Частота занятий в неделю – 2-3, и их общее число определяются с согласия всех членов группы.

Разминка в основном состоит из диагностических упражнений, целью которых является определение проблемы клиента, а в дальнейшем – фиксация достижений в разрешении проблемы.

“Быстрая” часть занятия состоит из ритмических упражнений умеренной сложности - с точки зрения координации, - задачей которых является разогрев мышц и введение клиента в кинестетический транс, с ориентацией в каждом случае на проблему занятия. Набор упражнений должен отвечать следующим требованиям:

1. Скорость выполнения упражнений зависит от физической подготовленности членов группы и может выполняться под музыку с ритмом от 100 до 160 ударов в минуту.

2. Сложность упражнений с точки зрения координации должна быть таковой, чтобы полностью занять внимание участников группы, но не чрезмерной, чтобы движения выполнялись достаточно легко и с удовольствием.

Завершающая часть занятия направлена на углубленную работу с проблемами клиентов, она состоит из специально разработанных комплексов упражнений. На этом этапе также используется техника связывания.

Общая продолжительность работы с группой может варьировать: от минимального цикла из 8 занятий (по одному занятию на каждую проблему) до работы без запланированного срока окончания, где необходимо ориентироваться на прогресс в разрешении проблем, с которыми клиенты пришли на занятия.

Апробация методики РДОФК. Методика прошла успешную апробацию в работе с группами в отделе «Экология человека» Центра междисциплинарных исследований по проблемам окружающей среды ИНЭНКО РАН и в индивидуальной работе с пациентами программы коррекции веса «Возвращение к себе» системы клиник МЕДИ (Санкт-Петербург). Методика опубликована, обсуждена и одобрена специалистами.

Литература:

1. Волков И.П. Телопсихика человека. СПб.:Изд.БПА, 2008.

2. Гельниц Г., Шульц-Вульф Г. Ритмико-музыкальная двигательная терапия, как основа психогигиенического подхода к ребенку. / Психогигиена детей. М.: Медицина, 1985.

3. Лабунская В. А. Введение в психологию невербального поведения (методические указания). Ростов-на-Дону: РГУ, 1994.

4. Лоуэн А. Биоэнергетика. Терапия, которая работает с телом. СПб.: Речь, 2000.
5. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы. Справочник практического психолога. М., Эксмо, 2004.
6. Малкина-Пых И.Г. Климакс – не диагноз! СПб., Питер, 2004.
7. Малкина-Пых И.Г. Физкультура, которая лечит душу // Милюкова И.В., Евдокимова Т.А. Лечебная физкультура. Новейший справочник. СПб.-М., Сова-Эксмо, 2003.
8. Малкина-Пых И.Г. Телесная терапия. М.: Эксмо, 2005.
9. Малкина-Пых И.Г. Теория и практические упражнения ритмо-двигательной оздоровительной физической культуры. Методические рекомендации. СПб.: Изд. БПА, 2007 – 38 с.
10. Осипов А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие для студентов вузов. М.: ТЦ «Сфера», 2000.
11. Петрушин В.И. Музыкальная психология. М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 1997.
12. Фельденкрайз М. Осознавание через движение. М.-СПб.: Университетская книга, 2000.
13. Malkina-Pykh I.G. Rhythmic Movement Psychotherapy. St.-Petersburg: INENCO, 2001.

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО АВТОМОБИЛЬНОМУ СПОРТУ И БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

В.И. Романенко, М.В. Богданов

Автомобильный спорт является техническим видом спорта с более чем вековой историей с 1894 года), имеет широкое развитие в нашей стране и в мире; способствует формированию, развитию и совершенствованию профессионально-важных психофизических качеств человека, необходимых на современном этапе всеобщей автомобилизации. Автоспорт имеет явно выраженную профессио-нально-прикладную направленность, способствует повышению научно-практического и инженерно-технического интеллекта автоспортсменов в процессе их учебно-тренировочных занятий и соревнований.

Традиционно подготовка автоспортсменов в России осуществлялась ДОСААФ через «Федерацию автоспорта СССР». При поддержке ДОСААФ в 1974 году в «Ленинградской лесотехнической академии им. С.М. Кирова» (ЛТА) по инициативе неоднократного чемпиона СССР, заслуженного мастера спорта по авторалли Э.Г. Сингуринди была создана «Лаборатория форсирования двигателей автомобилей» для участия в авторалли. Эта лаборатория в 1979 году была преобразована в отделение автомобильного спорта кафедры физической культуры ЛТА, а в 1983 году в межвузовский

центр ДСО «Буревестник» повышения квалификации тренеров и спортсменов по авторалли вузов Ленинграда и городов Северо-Запада России.

Спортивно-педагогическая практика воспитания и подготовки классных автоспортсменов в СССР, а затем и в России требовала для своего совершенствования научно-методических обоснований, что выразилось в создании методических пособий и учебника по автоспорту. Первый фундаментальный двухтомный учебник по педагогике и психологии автоспорта, определивший дальнейшую историю развития отечественной автотранспортной педагогики, был создан в Ленинграде на базе отделения авто-мобильного спорта ЛТА им. С.М. Кирова заслуженным тренером России по авторалли, доктором педагогических наук, профессором, ныне заслуженным работником физической культуры России **Эдвардом Георгиевичем Сингуринди**. Первая часть учебника была опубликована массовым тиражом в 1982 году издательством ДОСААФ СССР, вторая часть тем же издательством в 1986 году [2, 3].

На основе своего богатого спортивного и педагогического опыта обучения и подготовки высококвалифицированных спортсменов в авторалли Э.Г. Сингуринди удалось дидактически удачно систематизировать принципы и критерии оценки спортивного мастерства молодых автогонщиков, определить цели и методы их спортивного воспитания. Он сформулировал общие принципы, критерии и методы спортивного отбора водителей в автоспорте, указал на специфические для спортсменов психофизиологические особенности в водительской деятельности в условиях тренировки и соревнований.

Данный учебник по автомобильному спорту Э.Г. Сингуринди остается актуальным и в наши дни бурного развития автомобилизма не только для подготовки спортсменов, но и для подготовки водителей массовых категорий автомобильного транспорта. Команда по авторалли «Спортивного клуба СПбЛТА», возглавляемая профессором Э.Г. Сингуринди, была и остается одной из сильнейших в России. В этой команде выросли более 20 мастеров спорта, в том числе 4 мастера спорта международного класса

Очередным вкладом в автотранспортную педагогику явился выход в свет учебника для вузов «Высшая школа водительского мастерства», который подготовил в Москве (РГУФК) доктор педагогических наук, профессор, заслуженный тренер России по автоспорту Эрнест Сергеевич Цыганков. В этом учебнике обобщен многолетний и плодотворный опыт автора по *положительному переносу* научно-методического и педагогического потенциала автоспорта в область профессиональной подготовки и повышения квалификации водителей ТС всех категорий [4].

Велика роль автоспорта в решении глобальной мировой проблемы обеспечения безопасности дорожного движения (БДД), которая является важной частью безопасности жизнедеятельности и касается в той или иной мере каждого человека на земле. Ежегодно в результате дорожно-транспортных происшествий (ДТП) в мире погибает почти 1,2 миллиона

человек. Аварийность на дорогах является главной причиной смерти людей в возрастной категории от 10 до 24 лет [1]. В России в течение последних шести лет ежегодно погибают в ДТП почти 34 тысячи человек.

Одним из партнеров международной группы «Сотрудничество в рамках ООН в области БДД» является Фонд международной автомобильной федерации (ФИА) «Автомобиль и общество». Выступавший с докладом в Санкт-Петербурге на международном конгрессе «Безопасность на дорогах ради безопасности жизни» Президент ФИА Макс Мосли считает, что «ключом» к снижению аварийности на дорогах и повышению культуры дорожного поведения является использование научно-педагогического, методического и практического потенциала автомобильного спорта.

Водительская деятельность в автоспорте, особенно в авторалли, происходит в экстремальных условиях, которых у водителей в обычных дорожных условиях нет, а если и могут возникнуть, то один или считанное число раз в их водительской практике за всю их водительскую практику. Но именно в эти редкие мгновения и решается быть или не быть ДТП, а при неизбежности ДТП мастерством водителя определяется тяжесть его последствий. Реальный спортивный результат в автоспорте приносит максимально возможная, но безопасная скорость движения при оптимальных управляющих действиях спортсмена в каждый конкретный момент соревнований [2].

Главным качеством водителей в автоспорте, которое можно формировать и совершенствовать, является *способность прогнозирования* дорожной, в том числе аварийной, ситуации и создание запаса времени для принятия правильного решения. В процессе соревнований по автоспорту воспитывается психологическая устойчивость, позволяющая выполнить правильные технические действия, адекватные возникающей аварийной ситуации.

Сегодня в большинстве образовательных учреждений, занимающихся обучением водителей АТ, более или менее успешно решается лишь самая простая задача: формирование двигательных умений хорошо управлять автомобилем. Другими же, на наш взгляд, самыми важными задачами этих учреждений должны являться: внедрение в учебный процесс психологического тестирования и дифференцирования учащихся по степени их пригодности к безопасному вождению автомобиля; формирование умения прогнозировать опасность дорожной ситуации и правильно оценивать собственные навыки управления автомобилем в ситуациях риска ДТП; привитие корректного, понятного всем участникам, стиля вождения и умения противопоставить психологическому дорожному стрессу ежесекундному, формировать и тренировать у водителей АТ достаточный запас чувства безопасности и др.

При неуклонно возрастающей плотности автотранспортного потока безопасность автодорожного движения становится все более зависимой от психофизических и психомоторных возможностей человека безаварийно управлять автомобилем. В связи с этим возникает необходимость исполь-

зования методики психологической подготовки в автоспорте в обучении и профессионально-прикладном тренинге водителей массовых автомобильных профессий, что позволит в значительной мере повысить безопасность дорожного движения в нашей стране [3,5].

В связи с вышесказанным в Санкт-Петербургском Национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта положено начало новому направлению педагогической работы по подготовке преподавателей по искусству автовождения с использованием опыта автоспорта. В 2007 году в университете создана «Кафедра теории и методики автомобильного спорта и БДД», главной задачей которой является подготовка специалистов (тренеров, преподавателей, инструкторов) в области теории и практики автоспорта, способных осуществить положительный перенос своих знаний и умений в сферу безопасности дорожного движения и контраварийной подготовки водителей современных автотранспортных средств.

Литература:

1.Повышение безопасности дорожного движения во всем мире / Записка Генерального секретаря ООН, Distr.:General 14 August 2007, Russian, Original English – 19 с.

2.Сингуринди Э.Г. Автомобильный спорт /Учебник для вузов, ч. 1., – М.: ДОСААФ, 1982. – 304 с.

3.Сингуринди Э.Г. Автомобильный спорт /Учебник для вузов, ч. 2., – М.: ДОСААФ, 1986. – 384 с.

4.Цыганков Э.С. Высшая школа водительского мастерства/ Учебник для вузов, – М.: ИКЦ «Академкнига», 2007. - 400 с.

5. Клебельсберг Д. Транспортная психология/ Перевод с немецкого. – М.: Транспорт, 1989. - 366 с.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

К.Ш. Дунаев

В современной практике подготовки высококвалифицированных спортсменов существенное место отводится индивидуализации учебно-тренировочного процесса. Ориентация на индивидуальные особенности спортсменов позволяют выбрать индивидуальный стиль деятельности, оптимальную тактику ведения спортивного поединка, планировать пути и способы достижения конкретного спортивного результата.

В психологической науке под *индивидуальным стилем* деятельности подразумевается оптимальная форма организации собственной деятельности человека в целях достижения ее индивидуальной эффективности и надежности, что обеспечивается использованием индивидуально-психологических свойств, относящихся к различным иерархическим уровням интеграль-

ной организации психики человека (В.С. Мерлин, Е.А. Климов, А.В. Белоус и др.).

Основными задачами проводимых исследований группой пермских психологов по проблеме индивидуального стиля деятельности было доказать:

- возможность успешной адаптации людей к условиям своей жизнедеятельности с различными индивидуально-психологическими особенностями;
- возможность существования разных видов индивидуального стиля деятельности в одних и разных видах деятельности;
- социальную равноценность разных стилей деятельности и отсюда - лиц с разными психологическими особенностями.

В научной литературе по физической культуре и спорту однозначного толкования самого понятия «индивидуальный стиль деятельности», какие компоненты структуры личности спортсмена его определяют, пока не существует.

Проведенный анализ некоторых научных исследований показывает, что в одних случаях на раннем этапе спортивной деятельности выбор того или иного стиля протекает стихийно или предлагается тренером, что не всегда является оправданным и приводит к отсеву занимающихся из спортивной секции. В других случаях индивидуальный стиль деятельности определяется на основании наблюдений за предпочитаемыми спортсменами тех или иных стилей. В третьих случаях в качестве главных компонентов, определяющих выбор того или иного стиля деятельности, выступают типологические свойства нервной системы и свойства темперамента. В некоторых эмпирических исследованиях индивидуальный стиль деятельности спортсменов определяется на основании особенностей их физического развития.

Как психолого-педагогическая проблема *индивидуальный стиль* учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в спортивной борьбе изучена еще недостаточно. В отдельных экспериментальных исследованиях констатируется связь стилей ведения соревновательной борьбы с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы и темперамента, а также с некоторыми показателями физического развития борцов.

В соответствии с индивидуально-типологическими особенностями спортсменов, в спортивной борьбе выделяются следующие стили ведения соревновательной борьбы - атакующий, контратакующий, силовой, темповой, игровой, комбинированный (В.А. Толочек, И.П. Шлее, Л.Н. Радченко и др.). На основании того или иного стиля деятельности планируется построение учебно-тренировочного процесса, определяется выбор и использование адекватных стилю тактико-технических действий.

Выделяемые типологические особенности личности борцов носят устойчивый характер, определяют динамику спортивной деятельности, и

избранный на этом основании индивидуальный стиль спортивной деятельности в процессе спортивной карьеры трудно поддается коррекции.

Актуальной, но недостаточно изученной проблемой индивидуального стиля деятельности является проблема изучения влияния того или иного стиля на эффективность спортивной деятельности. В спортивной психологии проведено ряд научных исследований, в которых доказано, что выделяемые стили спортивной деятельности не всегда обеспечивают её успешность. В исследовании Л.Н. Радченко (3), например, на основании анализа показателей эффективности атакующих и защитных действий показано, что следует говорить о различных уровнях проявления того или иного стиля, и эффективности влияния того или иного уровня на результативность соревновательной деятельности. Результативность в данном случае зависит от многих факторов: вида спортивной борьбы, спортивного мастерства спортсмена, масштаба и цели спортивного соревнования, мотивации и т.д.

В нашем исследовании была поставлена задача выявить взаимосвязь индивидуального стиля деятельности с некоторыми личностными особенностями борцов вольного стиля. Ориентация на личностные свойства спортсменов определяют выбор оптимального стиля деятельности, использование определенных тактико-технических действий, что позволяет сделать учебно-тренировочный процесс педагогически управляемым, вносить коррекции в педагогический процесс по ходу спортивной карьеры спортсмена.

Для решения поставленной задачи была использована разработанная психограмма спортивной борьбы, в которой среди личностных свойств борцов, обуславливающих эффективность и надежность их соревновательной деятельности, выделены следующие свойства: уверенность, толерантность, самооценка, экстраверсия, тревожность, мотивация, дивергентный стиль мышления, ориентация на результат деятельности, инициативность и самостоятельность, настойчивость и упорство (2).

Для диагностики индивидуальных особенностей борцов использовались методики, предложенные коллективом спортивных психологов (1). Индивидуальные стили деятельности определялись на основании наблюдений за соревновательной деятельностью борцов. *Объектами исследования* являлись 36 борцов вольного стиля, среди которых победители и призеры крупных международных соревнований.

В результате исследования взаимосвязи были получены следующие данные (на 0,05% уровне значимости). У борцов атакующего стиля деятельности связано с проявлением таких личностных свойств, как высокая общительность, настойчивость и упорство, смелость и решительность, экстраверсия, низкая тревожность, уверенность в себе, ярко выраженная ориентация на результат спортивной деятельности. У борцов контратакующего стиля деятельности выявлена связь с такими

личностными особенностями, как высокая эмоциональная сензитивность, интровертированность, ригидность, высокая тревожность.

Существенные различия выявлены в технико-тактическом мастерстве борцов, предрасположенных к различным стилям соревновательной борьбы. У борцов атакующего стиля деятельности процент эффективных технических действий в атаке составляет до 80%, в контратаке - 15- 20%. У борцов контратакующего стиля деятельности это соотношение составляет в атаке лишь 10-15%, а в контратаке до 65%.

Выводы:

1. Если спортсменам «навязывают» стиль деятельности, не соответствующий им личностным особенностям, то во время соревнований они произвольно придерживаются того стиля, который соответствует их личностным особенностям.

2. Техничко-тактические действия борцов различного стиля соревновательной деятельности взаимосвязаны с определенными их личностными особенностями, которые необходимо учитывать при построении учебно-тренировочного процесса.

3. Формирование индивидуального стиля соревновательной деятельности с учетом личностных особенностей борцов положительно влияет на рост технико-тактического мастерства борцов

Литература:

1. *Марищук В.Л., Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко, Л.К. Серова.* Методики психодиагностики в спорте. /В. Л. Марищук и др. М.: Просвещение, - 1984.

2. *Плахтиенко В.А.* Проблема надежности в спорте. /В.А. Плахтиенко. Л., ВИФК-1982.

3. *Радченко Л.Н., Шлее И.П.* Взаимосвязь индивидуального стиля деятельности и личностных особенностей дзюдоисток /Л.Н. Радченко, И.П. Шлее. СПб, СПбГАФК, 1993.

ЛИЧНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТСМЕНОВ НА ЭТАПЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

И.Г.Станиславская. И.Б.Иванов

Трудности, с которыми квалифицированные спортсмены сталкиваются на финальном этапе завершения своей спортивной деятельности изучались нами методом опроса с помощью специально разработанной анкеты. В исследовании приняли участие 59 спортсменов, завершающих спортивную карьеру и 54 спортсмена, уже завершивших ее. По половому признаку соотношение мужчин и женщин в выборке было примерно равным (58/55), опрошенные занимались различными видами спорта с уровнем спортивной квалификации не ниже КМС. Всего в опросе приняло участие 113 спортсменов.

Ниже представим обобщенные результаты опроса спортсменов, находящихся на «финише» спортивной карьеры, но еще не завершивших ее.

На вопрос: «Считаете ли вы завершение спортивной карьеры жизненным кризисом?», 75,2% опрошенных ответили положительно, 12,6% – отрицательно и 21,7% затруднились с ответом. Эти данные подтверждают нашу гипотезу о существовании у спортсменов особого «кризиса завершения спортивной карьеры».

На вопрос: «Какого рода эмоциональные переживания у вас возникают в связи с завершением карьеры в спорте?», были получены следующие ответы: «сильные позитивные» – 0%; «слабые позитивные» – 4,2%; «нейтральные» – 28,5%; «слабые негативные» – 51,5%; «сильные негативные» – 15,8%. Таким образом, результаты опроса выявили очевидный «перекос» в сторону доминирования отрицательных эмоциональных переживаний у тех, кто, оканчивает свою спортивную карьеру.

На вопрос: «Какие проблемы у вас возникают на этапе завершения карьеры?», опрошенные спортсмены могли выбирать из нескольких вариантов ответа. Предпочтения в выборе ответа распределились следующим образом: на «ощущение душевного дискомфорта» указало 65,8% опрошенных; «возникают проблемы, чем себя занять» – 5,1%; «трудности с профессиональным самоопределением» – 45,0%. У спортсменов-студентов выпускных курсов НГУ им.П.Ф.Лесгафта наиболее часто встречающимися были ответы: «необходимость получать образование» – 15,7%; «необходимость найти работу» – 10,3%, «возникают сложности со здоровьем или физической формой» – 9,6%.

При ответе на вопрос: «Что для вас сейчас является самым трудным?», спортсмены должны были выбрать один из предложенных вариантов в предыдущем вопросе. Большинство опрошенных ответили, что самой большой проблемой для выпускника физкультурно-спортивного вуза является трудность в профессиональном самоопределении – 58,4%. Также 41,6% опрошенных отметили, что для них основной является проблема эмоционального дискомфорта – 41,6%. Никто из опрошенных не посчитал, что основной является проблема «чем себя занять после спорта?». Это объясняется тем, что спортивная карьера для данной категории опрошенных спортсменов в полном смысле еще не завершена.

В исследовании нас интересовала степень удовлетворенности спортивной карьерой спортсменов, пока ещё не завершивших её, но уже находящиеся на ее «финише». В опросе мы получили следующие данные: «полностью удовлетворен» – 5,6%; «частично удовлетворен» – 12,3%; «удовлетворён и не удовлетворен в равной степени» (неопределенная удовлетворенность) – 30,8%, «частично неудовлетворен» – 42,6%; «совершенно неудовлетворен» – 8,7%. Показательно, что в основном оценки большинства опрошенных спортсменов оказались «смещены» в сторону *неудовлетворенности* спортивной карьерой.

На вопрос: «Хотели бы вы продолжить свою спортивную карьеру?» спортсмены, ещё не завершившие её, но уже находящиеся на начальном

этапе завершения, ответили так: «да» – 75,4%; «нет» – 5,9%, «не знаю» – 18,7%. Таким образом, большинство спортсменов, спортивное «акме» которых уже пройдено, тем не менее, ещё мечтают о спортивных победах, т.е. по существу психологически не готовы к уходу из спорта и началу своей личной жизни после спорта. Они продолжают «цепляться» за свои надежды, строить напрасные планы «реванша» или достижения недостигнутого, что психологически и создает их личную кризисную ситуацию при окончательном расставании со спортивной карьерой. Те из них, кто будет работать тренером, спортивным менеджером или организатором спорта, переживет этот кризис значительно легче по сравнению с теми, у которых отсутствуют представления о профессиональном самоопределении после спорта. Эти данные ставят вопрос о необходимости обучения и психологической подготовке действующих спортсменов к безболезненному выходу из спорта в будущем.

О неготовности спортсменов к завершению спортивной карьеры говорит и тот факт, что большинство из опрошенных - 60,8%, не имеют четких представлений о том, кем бы они хотели стать в будущем, чем они будут заниматься после ухода из спорта, какую профессию они хотят освоить? Достаточно четкое представление о своей дальнейшей профессиональной деятельности имеет меньшинство опрошенных – 20,1%. Затруднились с ответом 19,9% опрошенных, что по существу присоединяет их к большинству не готовых к полноценной личной жизни после спорта.

Из тех же, кто имеет представление о своей дальнейшей профессии, можно выделить следующие варианты. Желание стать тренером изъявили 40,5% спортсменов. Заниматься бизнесом хотят 34,7%, стать менеджером – 42,2%, работать в сфере обслуживания – 15,3%. Некоторые опрошенных назвали сразу несколько желательных сфер деятельности, что свидетельствует об отсутствии у них четких представлений о своем будущем. Более или менее конкретным в приведенных выше данных является желание опрошенных стать тренером. Все остальные профессии отражают типичные предпочтения молодежи на рынке профессий.

Следующий блок вопросов отражает мнение спортсменов о необходимой им помощи на этапе завершения спортивной карьеры.

На вопрос: «Как вы считаете, нужна ли спортсменам помощь при завершении спортивной карьеры?», большинство ответили «да» (73,1%), меньшинство – «нет» (10,5%), некоторая часть придерживается неопределенного мнения – 16,4%. Большая часть спортсменов полагает, что «финиширующим» спортсменам необходима определенная социальная и психологическая помощь.

В отношении конкретных видов помощи были получены следующие оценки (спортсмены могли выбирать несколько вариантов): материальная – 80,2%, психологическая – 75,8%, юридическая – 30,1%, медицинская – 22,7%. *Психологическая помощь* занимает второе место по степени востребованности со стороны спортсменов, находящихся на завершающем этапе спортивной карьеры. При этом в опросе выявилось, что 78,6%,

опрошенных спортсменов нуждаются не только в сочувствии или душевной поддержке друзей и близких, но и в квалифицированной *психологической помощи* специалиста по практической психологии. Не нуждаются в такой помощи 7,0% опрошенных, затруднились с ответом 14,4% респондентов. С профессиональным психологом имели консультационный контакт только 8,6% опрошенных спортсменов. В ходе бесед со спортсменами, участвовавшими в опросе, также удалось выяснить, что их «стеснительность» и нерешительность в обращении к профессиональному психологу за психологической консультацией является следствием низкой информированности о возможности получения ими профессиональной психологической помощи в часы консультационного дежурства преподавателей кафедры психологии НГУ им.П.Ф.Лесгафта, а также отсутствие психологов в большинстве спортивных клубов.

Выявилось также что реально обращались за психологической помощью к неспециалистам 60,2% опрошенных. В ходе бесед со спортсменами-студентами удалось установить, что основной сдерживающей причиной их «стеснительности» в обращении к психологу-специалисту (например, к преподавателю кафедры психологии) является *психологический барьер* «социальной дистанции» во взаимоотношениях преподавателя со студентами и, как следствие, отсутствие надежды на психологическую помощь. За пределами педагогического процесса в вузе такого «барьера» у опрошенных нет, и потому на вопрос: «К кому вы чаще всего обращались за психологической помощью?» (респонденты могли выбирать несколько вариантов) в ответах спортсменов упоминаются: «близкие» – 36,3%, «другие спортсмены» – 22,5%, «друзья» – 20,9%, «тренер» – 18,7%.

На вопрос о предпочтительных видах *психологической помощи* было получено следующее распределение частоты востребованности ее видов: (спортсмены могли выбирать несколько вариантов): «индивидуальное консультирование» – 79,8%, «психологическое просвещение» – 65,4%, «групповой психотренинг» – 33,8%, «психотерапия» – 12,2%. Наиболее востребованными со стороны спортсменов оказалось индивидуальное психологическое консультирование и психологическое просвещение.

Но обратиться за помощью – еще не значит ее получить. На вопрос: «Была ли вам оказана психологическая помощь?», ответы спортсменов, завершающих свою спортивную карьеру, распределились следующим образом: «да, некачественная» – 7,2%, «да, качественная» – 15,3%; «нет» – 18,9%; «верно нечто среднее» – 58,6%. Таким образом, качество оказания *психологической помощи*, по мнению спортсменов, оставляет «желать лучшего».

На вопрос: «Какого рода психологическую помощь вы хотели бы получить?» (спортсмены могли выбирать несколько вариантов ответов), было получено следующее распределение частоты ответов: «в профессиональной ориентации» – 85,7%, «в коррекции переживаний» – 59,6%, «в постановке новых жизненных целей» – 43,6%, «в улучшении отношений с окружающими» – 13,5%. Среди других вариантов ответов можно вычленить такие как:

«повысить уверенность в себе» – 8,8%; «изменить некоторые черты характера» – 6,3%; «помощь в избавлении от вредных пристрастий» – 5,7%.

Рассмотрим результаты опроса спортсменов, завершивших свою спортивную карьеру.

На вопрос: «Считаете ли вы завершение спортивной карьеры жизненным кризисом?», 82,0% бывших спортсменов ответили утвердительно. Затруднились с ответом 13,5% респондентов. Лишь 4,5% опрошенных не сталкивались с личным кризисом после завершения своей спортивной карьеры в то время как подавляющее большинство опрошенных бывших спортсменов считают окончание спортивной карьеры личным кризисом. Это объясняется тем, что бывшие спортсмены уже напрямую столкнулись с трудностями жизни «после спорта».

На вопрос: «Какого рода эмоциональные переживания у вас возникли после завершения карьеры в спорте?», были получены следующие ответы: «сильные позитивные» – 0,7%; «слабые позитивные» – 3,5%; «нейтральные» – 15,4%; «слабые негативные» – 60,3%; «сильные негативные» – 20,1%. «Перекус» в сторону отрицательных эмоциональных переживаний, который был обнаружен и у спортсменов, заканчивающих свою спортивную карьеру, в данной выборке еще более усилился.

В результате опроса выяснилось, что у бывших спортсменов, уже завершивших занятия спортом, необходимость в психологической помощи возрастает и проявляется в ещё большей степени, чем у спортсменов на стадии завершения спортивной карьеры.

На вопрос: «Какие проблемы у вас возникли после завершения спортивной карьеры?» (они могли выбирать несколько вариантов ответов). ответы выглядят следующим образом: «ощущение душевного дискомфорта» – 70,2%; «возникают проблемы, чем себя занять» – 35,7%; «трудности с профессиональным самоопределением» – 40,1%. Обращает на себя внимание то, что частота встречаемости соответствующих проблем также существенно возрастает после завершения спортивной карьеры (особенно – проблемы с занятостью). Из «своих» вариантов наиболее часто встречающимися являются «трудности в нахождении новой компании» – 15,4%, «проблемы с совмещением учебы и работы» – 10,2%, «проблемы со здоровьем» – 6,4%.

На вопрос: «Что из перечисленного в предыдущем вопросе для вас сейчас является самым трудным?», большинство назвали: «проблемы с профессиональным самоопределением» – 50,4%, «дискомфортные эмоциональные переживания» – 35,3%. Существенно возросла значимость проблемы «незнаю, чем себя занять» – 14,3%, что вполне закономерно. Основными направлениями психологической помощи бывшим спортсменам должна стать психокоррекция негативных эмоциональных переживаний и помощь в планировании новой профессиональной карьеры, личной и семейной жизни.

Степень удовлетворенности спортивной карьерой бывшие спортсмены оценили так: «полностью удовлетворен» – 6,3%; «частично удовлетворен» –

15,9%; «удовлетворен в средней степени» (неопределенная удовлетворенность) – 35,8%, «частично неудовлетворен» – 44,0%; « полностью неудовлетворен» – 8,0%. Следовательно, у завершивших свою карьеру спортсменов, как и в предыдущей выборке, наблюдается смещение оценок своих достижений в спорте в сторону неудовлетворенности. Однако в данной выборке больше стало спортсменов со средней удовлетворенностью и удовлетворенностью выше среднего, что объясняется тем, что *проблема спортивной карьеры* волнует их уже в меньшей степени, чем тех. Кто её ещё не завершил.

На вопрос: «Хотели бы вы продолжить свою спортивную карьеру?» спортсмены, завершившие свою спортивную карьеру, разделились во мнении почти наполовину, утвердительно ответили 45,4%. Это показывает, что, даже уйдя из спорта, многие спортсмены продолжают в воображении и в воспоминаниях жить им. Сформировавшаяся за многие годы спортивная направленность личности «тормозит» процесс ресоциализации бывших спортсменов. Это является довольно существенной проблемой, требующей пристального внимания со стороны психологов.

На вопрос: «Чем вы занимаетесь после окончания спортивной карьеры?», ответы распределились следующим образом: «учусь и работаю» – 43,4%; «учусь» – 30,2%; «работаю» – 20,8%; «ничем особенным» – 5,6%. Следовательно, большинство бывших спортсменов уже нашли себе сферу занятости. Однако степень ее соответствия их внутренним потребностям может быть невысокой. Например, многие бывшие спортсмены поступают в физкультурные вузы не потому, что хотят в дальнейшем работать тренерами, а потому, что эта среда для них является более знакомой, привычной, что облегчает доступ к получению высшего образования.

На вопрос: «Как вы считаете, нужна ли спортсменам помощь при завершении спортивной карьеры?», подвляющее большинство бывших спортсменов ответили положительно – 85,2%, отрицательно - 5,3%, затруднились с ответом - 9,5% опрошенных. Следует отметить, что потребность в необходимости психологической помощи после завершения занятий спортом по сравнению с предыдущим этапом «финиша» спортивной карьеры у бывших спортсменов также возросла.

В отношении видов помощи были получены следующие оценки (спортсмены могли выбирать несколько вариантов): материальная – 85,6%, психологическая – 85,8%, юридическая – 36,2%, медицинская – 25,0%. Таким образом, потребность во всех видах помощи существенно возросла. На 10% усилилась потребность бывших спортсменов в психологической помощи.

Этот факт подтверждает и следующий вопрос: «Нужна ли психологическая помощь спортсменам, завершившим свою карьеру?». Выявилось, что 86,1% бывших спортсменов ответили «да», затруднились с ответом 11,7%, не нуждаются в психологической помощи 5,9% опрошенных. Эти данные подтверждают необходимость *психологического сопровождения* спортсменов не только на этапе завершения спортивной карьеры, но и после ее окончания.

На вопрос: «Какие виды психологической помощи вас интересуют больше всего?», был получен следующий их рейтинг (испытуемые могли выбирать несколько вариантов): «индивидуальное консультирование» – 73,9%, «психологическое просвещение» – 67,4%, «психотренинг» – 38,2%, «психотерапия» – 11,5%. Таким образом, показатели степени востребованности различных видов *психологической помощи* и в данной выборке оказалось достаточно высоким.

На вопрос: «Обращались ли вы за психологической помощью по поводу завершения спортивной карьеры?», большинство спортсменов (74,1%) ответили утвердительно. Обращает на себя внимание факт, что количество обратившихся за психологической помощью по сравнению с аналогичными данными по предыдущей выборке существенно возросло. Видимо, к этому их подтолкнуло столкновение с рядом жизненных проблем, возникающих уже после прекращения спортивной карьеры.

Из тех, кто обращался за *психологической помощью*, чаще всего упоминаются (респонденты могли выбирать несколько вариантов): «близкие» – 45,2%, «другие спортсмены» – 32,5%, «друзья» – 33,1%, «тренер» – 10,4%. С профессиональным психологом имели консультационный контакт только 8,2% опрошенных. Следовательно, профессиональную психологическую помощь получили меньшинство из бывших спортсменов.

На вопрос: «Была ли вам оказана психологическая помощь?», ответы спортсменов, завершающих свою спортивную карьеру, распределились следующим образом: «да, некачественная» – 9,7%, «да, качественная» – 17,3%; «нет» – 25,0%; «верно нечто среднее» – 52,0%. Удовлетворенность оказанной психологической помощью у бывших спортсменов была довольно низка, что объясняется её непрофессионализмом и тем, что большинство рекомендаций носили сугубо житейский и поверхностный характер. Тем не менее, часть бывших спортсменов была удовлетворена уже тем, что те, к кому они обращались за психологической поддержкой, хотя бы их выслушали, проявили к ним внимание и сочувствие.

На вопрос: «Какого рода психологическую помощь вы хотели бы получить?» (спортсмены могли выбирать несколько вариантов ответов). было получено следующее распределение частоты вариантов ответов: «в профессиональной ориентации» – 89,1%, «в коррекции переживаний» – 60,4%, «в постановке новых жизненных целей» – 40,8%, «в улучшении отношений с окружающими» – 15,7%. Как видим, потребность в перечисленных видах психологической помощи у спортсменов после спорта слегка возросла по сравнению с этапом завершения спортивной карьеры.

Выводы:

- Результаты изучения мнения спортсменов, завершающих свою спортивную карьеру и уже завершивших ее, показали, что сами спортсмены воспринимают завершение спортивной карьеры как кризис в своей личной жизни. При этом острота проблем после завершения спортивной карьеры является даже более острой, чем на этапе ее «финиша».

- Потребность спортсменов во всех видах помощи (особенно – психологической) является очень высокой. Большинство спортсменов обращаются за психологической помощью, но не к профессиональным психологам, чем и вызвана относительно низкая степень ее эффективности. Спортсмены наиболее заинтересованы в таких видах помощи, как индивидуальное консультирование и психологическое просвещение.

- Основными психологическими проблемами, которые «финиширующие» и бывшие спортсмены хотели бы решить – это профессиональное самоопределение и избавление от дискомфортных эмоциональных переживаний, на что и должна быть направлена психологическая помощь консультирующих психологов-специалистов.

Литература:

1. *Стамбулова Н.Б.* Психология спортивной карьеры: Учеб. пособие. СПб.: Издательство «Центр карьеры», 1999. – 368 с.

2. *Давлеткалиев Д.К.* Особенности социальной адаптации спортсменов-профессионалов после ухода из большого спорта: Монография. М.: Информационно-внедренческий центр «Маркетинг», 2002. – 100 с.

3. *Шихвердиев С.Н.* Актуальные проблемы постспортивной социальной адаптации бывших профессиональных спортсменов // Вестник БПА, вып.77, 2007, с.100-106. -----

СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ В КОНТЕКСТЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ В СПОРТЕ

Ю.Е. Рыжкин

В последнее время предприняты успешные попытки исследования физической культуры как сложного общественного явления (В.М. Выдрин, И.М. Быховская, Ю.М. Николаев и др.). Общепринятым становится признание физической культуры видом культуры и видом человеческой деятельности. Любой вид общественно полезной деятельности, к которой, несомненно, относится и физкультурная деятельность, является культурным, она невозможна без использования ценностей культуры. В то же время сама культура имеет деятельный характер, деятельность - способ существования культуры. Раскрывая *социокультурную сущность физической культуры*, работы обществоведческого цикла в немалой степени способствуют дальнейшему развитию и социокультурной теории, логическим компонентом которой они сами в большинстве случаев и являются.

Сущность физической культуры, как феномена культуры, не может быть сведена к физическим качествам человека, его организму и биологическим механизмам жизнеобеспечения. Понять многообразие форм и средств физической культуры, сложную динамику появления множества нетрадиционных оздоровительных систем можно только в рамках культуры.

Однако в отечественной науке отсутствует целостная концепция физической культуры, как вида социокультурной деятельности человека, недостаточно разработаны её основные понятия, базовые и сопутствующие категории, закономерности функционирования в различных сферах социальной жизнедеятельности человека.

Принципиальным положением развиваемой В.М. Выдриным социокультурной концепции физической культуры служит положение, согласно которому *физическая культура - лишь название познаваемого общественного явления, его термин, она функционирует не сама собой, а посредством своих конкретных видов - физического воспитания, спорта, двигательной реабилитации и физической рекреации*. Не обсуждая все имеющиеся воззрения на тот или иной вид физической культуры, остановимся на физической рекреации, в которой, по нашему мнению, наиболее полно отражен социокультурный смысл физической культуры.

Физическая рекреация – это любые формы двигательной деятельности человека, добровольно принятые и доступные, направленные на оптимизацию здоровья, саморазвитие и самореализацию, освоение ценностей культуры и культу-ротворчество. Физическая рекреация – это цель, способ, процесс и результат преобразования природно-заданной и социально-психологической сущности человека (4).

Однако физическая рекреация как социокультурный феномен еще не обрела четких смысловых границ. Во многих работах утверждается мысль о том, что теория физической рекреации наиболее разработана в недрах педагогической науки и связана с оздоровительной функцией организма индивидов, формированием физического здоровья. Это утверждение, однако, справедливо лишь отчасти и требует специального анализа.

Социокультурный смысл физической рекреации, по нашему мнению, проявляется в двух аспектах:

Во-первых, физическая культура и общая рекреация как метасистемы физической рекреации, в свою очередь, являются подсистемами более широкой, более высокого уровня и имеющей всеобщей характер социокультурной системы. Следовательно, проблема физической рекреации не может быть всесторонне исследована вне контекста той социокультурной системы, в которой она функционирует.

Во-вторых, любое понятие должно получать дополнительное описание через раскрытие контекста ситуации, где оно применяются, и какую функцию выполняет в данной ситуации. В ситуации, где есть взаимодействие людей, обязательно представлена взаимосвязь социального и культурного аспектов человеческого поведения, иначе такое взаимодействие невозможно. По критерию социокультурной ситуации можно сказать, что физическая рекреация наиболее ярко функционирует в сфере досуга человека. Культурное проведение досуга становится способом реального социокультурного развития личности через практическую двигательную деятельность, что по существу и составляет здоровый образ жизни.

Социокультурные условия досуга – наиболее адекватные условия для самореализации личностью своего социокультурного потенциала. Социокультурные условия досуга выступают фактором, структурирующим и выстраивающим процесс становления социокультурной идентичности – личной, - другим подобным и социокультурной, - Я – человек культуры (2).

Но физическая рекреация сама способствует развитию социокультурной системы за счет появления новых, нетрадиционных форм, привнесенных в отечественную практику из зарубежного опыта и базирующиеся преимущественно на философско-культурологических концепциях.

Однако реализация социокультурного потенциала физической рекреации сопряжено с рядом трудностей. Характерная особенность современного досуга заключается в том, что входящие в его совокупность социокультурные идеи, символы, ценности в значительной мере превышают реальные потребности человека и составляют определенный резерв. Но этот резерв используется человеком далеко не в полной мере, и главная причина заключается в отсутствии у индивидов культуры проведения досуга, использования в этом плане богатейших возможностей физической рекреации.

Физическая рекреация относится к материальной культуре, так как характеризует культуру отношений человека к своему телу, физическому здоровью. Но будучи видом материальной культуры, она густо насыщена элементами духовной культуры, более того, ядро образуют не материальные, а духовные процессы (5). Тело как биологический механизм подчиняется целому ряду природных законов, но эти законы существуют только для тела, как организма. Тело объективируется во внешней среде не в чисто биологическом виде, а в виде телесности, выражающей индивидуально-психологическую и социокультурную составляющие уникального человеческого существа.

Под понятием «телесность» подразумевается не естественно-природное, а в дополнении к нему в следствие социокультурного бытия человека (1). Человеческая телесность не имеет ничего общего с физическим телом человека. Телесная красота для древних греков – это не красота физическая и не физическое совершенство, а красота и совершенство ЧЕЛОВЕКА как такового.

В данном контексте меняется взгляд на роль и место физической рекреации в социокультурном пространстве человека. Она приобретает свойство не столько как средства воспроизводства и сохранения физического здоровья, но и способом овладения ценностями культуры, социализации, реализации своей самобытности, неординарности, уникальности. Синтез духовного и телесного предполагает умение человека обращаться со своим телом, не препоручая его целиком пластическим хирургам, косметологам, диетологам, ещё научно недоказанным возможностям многочисленных фитнес-клубов, которые по понятным причинам доступны вполне определенной и крайне незначительной части населения (3).

Степень реализации социокультурного потенциала физической рекреации в сфере досуга выражается в формировании оптимального

социального самочувствия личности – отражении в сознании социального благополучия и удовлетворенностью жизнью – важнейших социально-психологических характеристик личности.

Социокультурная концепция физической рекреации – формирующаяся область научных исследований. Она является развивающейся системой, постоянно пополняется новыми знаниями и опытом практики и требует глубокого теоретического анализа. Истолкование физической рекреации и тесно связанное с ней аналитическое расчленение системы на социальные и культурные аспекты, дает возможность: *Во-первых*, расширить существующие представления о физической рекреации, дополнив их социокультурными знаниями. *Во-вторых*, наметить пути реализации потенциала физической рекреации в социокультурном пространстве жизнедеятельности человека, формировании культуры отношений к своему здоровью как важнейшей общечеловеческой ценности. *В-третьих*, поскольку взаимодействие культуры и социума носит универсальный характер, то представляется эвристическим полезным экстраполировать социокультурные аспекты физической рекреации на другие сферы жизнедеятельности людей.

Литература:

1. *Быховская И.М.* «Человек телесный» в социокультурном пространстве и времени. /И.М. Быховская. М., ФОН. - 1997 - 209 с.
2. *Гусельцева М.Г.* Культура как психологическая реальность. /М.Г. Гусельцева //Вопросы психологии. - 2007. - № 5 – с. 13-25.
3. *Маничев С.А.* Кросс-культурные различия как геополитический фактор /С.А. Маничев. //Россия. Планетарные процессы. – СПб.: Издательство С. - Петербургского университета. 2002. – С.61-147.
4. *Рыжкин Ю.Е.* Социально-психологические проблемы физической рекреации.: монография. /Ю.Е. Рыжкин. – СПб.: «Нестор», 2005 - 165 с.
5. *Шустерман Р.* Мыслить через тело: гуманитарное образование /Ричард Шустерман. //Вопросы философии. 2006 - № 6 – С. 52-57.

РЕКРЕАТИВНАЯ ФУНКЦИЯ ПЕРЕЖИВАНИЯ СИТУАЦИЙ РИСКА И ОПАСНОСТИ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

М.А.Эльмурзаев

Традиционно сложилось мнение, что человеку свойственно избегать ситуации риска и опасности, так как она может повлечь за собой угрозу личному благополучию, здоровью и даже жизни. Потребность в безопасности в иерархической структуре потребностей человека А. Маслоу занимает ведущее место. Ситуация опасности возникает тогда, когда нет полной ясности и определенности в складывающейся обстановке, но в силу специфических особенностей деятельности требуется принятие срочного решения. В силу действия указанных факторов человек не готов к

преодолению экстремальной ситуации, у него возникает чувство страха и тревожности и, как результат, может быть уход от данной ситуации или человек принимает неадекватное подчас рискованное решение по её разрешению.

Существуют два вида ситуации опасности: как реально существующая независимая от субъекта деятельности и ситуация, воспринимаемая субъектом как для него опасная. Отсутствие необходимых знаний, практического опыта действий в экстремальных условиях воспринимается субъектом как ситуация опасная, но она может и не соответствовать реальной опасности. Только ярко выраженные объективные причины, вызывающие ситуацию опасности, осознаются субъектом, и он разрабатывает пути её преодоления. Объективная и субъективно воспринимаемая ситуации опасности могут стимулировать человека к принятию рискованного решения по её преодолению.

Следует отметить, что возникающие психические состояния в ситуации опасности могут становиться привычными, устойчивыми, формируют толерантность к ситуации опасности и становятся доминирующими мотивами, побуждающие индивида к постоянному риску. Активность человека в ситуации опасности и готовности к риску мотивируется как объективными факторами – экстремальными условиями жизнедеятельности человека, так и индивидуально-психологическими особенностями субъекта. В исследовании D. Cartwright установлено, что некоторые индивиды склонны осознанно выбирать экстремальные виды деятельности, связанные с ситуациями опасности и требующие определенного риска по их преодолению [4].

Активность человека в ситуации опасности направлена на сохранение целостности, мобилизацию психофизических сил путем приспособления к среде обитания. Эти причины объясняются влиянием биологических подсистем человеческого организма и направлены на поддержания гомеостаза организма и среды [2].

Краткий анализ ситуации риска и опасности позволяет рассмотреть проявление указанных феноменов в экстремальных условиях спортивной деятельности, где такие ситуации, как правило, являются типичными.

Существуют виды спорта, в которых ситуация реальной опасности является необходимым их атрибутом (автомобильный, парашютный спорт, альпинизм и др.). Экстремальные виды спорта протекают в условиях сенсорной ограниченности, жестких временных интервалах, непривычных погодных условиях и требуют максимальной мобилизации психических и физических сил.

Без наличия опасности нет необходимости и рисковать. Отличие мотивированного риска от немотивированного заключается в направленности активности субъекта. В первом случае риск выступает как средство попытки противодействия опасности, во втором – адаптации, приспособления к ситуации.

Склонность спортсменов к опасности, немотивированному риску, преодолению опасности как формы, отличной от агрессии или избегания ситуации, использование резервных возможностей человеческого организма

рассматривается как модель социального поведения в экстремальных жизненных ситуациях.

Разумеется, главная цель спортивной деятельности заключается в достижении высокого спортивного результата. Однако участие в экстремальных видах спорта, связанные с ситуацией опасности и риска выполняют и важную рекреационную функцию. Как показывают исследования канадских спортивных психологов, по своему нагрузочному эффекту, затрате психофизиологического ресурса экстремальные виды спорта несомненно относятся к напряженным видам, но, тем не менее, выполняют важную рекреационную функцию.

Создаваемая во время занятий «опасными» видами спорта максимально-субъективная нагрузка – эмоциональная и физическая – позволяет индивидам реализовать не востребованную в реальной жизни потребность в риске, преодолении чувства страха и тревожности, позволяет раскрыть своих резервных способностей, повышает уверенность в своих возможностях [3].

Рекреационная функция ситуации риска и опасности в спорте заключается в ценностной, социально ориентированной активности, стремлении спортсмена реализовать себя как личность, преодолении ограниченности своего индивидуального «Я», компенсации тех потребностей, которые не получили своей реализации в обыденной жизни: потребностей в двигательной активности, позитивных эмоциях, возможностей саморегуляции, самопознания, самовыражения в непривычных экстремальных условиях и связанных с ситуацией опасности.

Рекреативная функция групповой спортивной деятельности в ситуации опасности заключается в том, что она восполняет дефицит равноправного партнерского общения, формирует групповую сплоченность, повышает взаимосвязь, взаимответственность за совместно выполняемую деятельность. Группа склонна принимать более рискованное решение, нежели один из её членов, и приняв решение, действует более решительно.

В ситуации риска и опасности наиболее эффективным лидером в группе становится не тот спортсмен, обладающий высоким уровнем профессионально-спортивной подготовкой, а тот, который в экстремальной ситуации способен координировать действия членов группы и взять на себя ответственность за успешность совместной деятельности.

Склонность к риску и опасности особенно характерна для подросткового возраста. Возможность самопознания, самоутверждения в реальной жизни – центральные психологические новообразования у подростков. Они становятся ведущими мотивами их жизнедеятельности и предполагают наличие таких внешних условий, которые позволяли бы реализовать эти мотивы. В данном случае ориентация подростков на ситуацию опасности и риска носит четко выраженный мотивированный, осознанный характер, служит стимулом к саморазвитию, самосовершенствованию [1].

Привлечение подростков к занятиям видами спорта, где непривычные экстремальные условия деятельности и связаны с ситуацией риска и

опасности служат эффективным средством реализации психолого-возрастных особенностей их развития, удовлетворения потребностей в двигательной активности, организации досуга, коррекции неадекватных форм социального поведения.

Литература:

1. *Зубок, Ю.А.* Риск в социальном развитии молодежи. /Ю.А. Зубок. //Социально-гуманитарные знания. - 2003.- №1. - С.147-162.
 2. *Китаев-Смык, М.А.* Проблемы интеграции психологии и медицины. /М.А. Китаев-Смык. //Психол. журнал - 1988. - Т.9. - №5. – С. 85-96.
 3. Canadian Catalogue of Leisure Research completed in 1978-1986. Edmonton. Canada.
 4. *Cartwright, D.* Determinants of scientific progress the case of research on risky shift – Amer. Psychologist – 1973. V. 28. - P. 199-211.
-

МЕТОДИКА “АКВАРЕЛАКС“ В БАССЕЙНЕ С ТЕПЛОЙ ВОДОЙ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН К РОДАМ

Г.И. Гусакова

Беременность женщины – сложное психологически и функционально многогранное состояние, оно предшествует рождаемости будущего гражданина нашей страны. Поэтому забота о беременных женщинах есть забота об увеличении рождаемости и воспитании психически и физически полноценного поколения граждан страны. Охрана здоровья матери и ребенка по-прежнему остается одной из наиболее приоритетных задач нашего государства, в связи с чем актуальным является научно-обоснованное создание условий и факторов подготовки беременных женщин к нормальным родам с целью сохранения их здоровья матерей и новорожденных.

Беременность считается физиологическим процессом, развивающемся в организме женщины на границе нормы с патологией. Роды, хотя и считаются нормальной естественной функцией для организма женщины, но в то же время являются тяжелым испытанием для ее психики и организма. В нашей практике подготовки беременных женщин к родам уже несколько лет отработывается методика применения дыхательных психопрактик в бассейне с теплой водой, получившая название «акварелакс».

Основная направленность работы при занятиях с беременными женщинами по методике акварелакса состоит в решении следующих задач: 1) обучение Рзанимающихся биосенсорному контакту со своими эмоциями и ощущениями физического тела; 2)обучение беременных женщин психоэмоциональному контакту с плодом и наблюдению за его реакциями и движениями в матке; 3)обучение занимающихся самонаблюдению, самоконтролю и психической саморегуляции своих состояний в процессе выполнения упражнений в воде по определенной программе.

Для работы с беременными женщинами по методике акварелакса лучше всего подходит бассейн с мелкой частью с теплой водой (32-36°C). При подготовке беременных по нашей методике учитывается, что в воде увеличивается нагрузка на мышцы тела, участвующих в движениях рук и ног для поддержания тела наплаву, но при этом используются чудесные свойства плавучести расслаблять и снимать ощущения веса тела. Занятия проводятся опытным тренером-инструктором 1-2 раза в неделю. Каждая тренировка длительностью 30-40 мин. включает упражнения в усиленном для занимающихся двигательном режиме. В начальной стадии обучения практикуются упражнения как в статике - с опорой на дно бассейна, так и в динамике – в плавучем состоянии.

Программа занятий учитывает индивидуальные возможности беременных женщин в их функциональной адаптации к движениям в водной среде с определенной температурой. Усложнение упражнений осуществляется постепенно и индивидуально. В групповых занятиях на начальном этапе обучения одновременно участвует 4-5 женщин, что дает тренеру больше возможностей для осуществления индивидуального подхода к занимающимся. В начальном цикле обучения из 8-и занятий основное внимание уделяется постановке навыков дыхания и расслабления в воде. Во втором цикле занятий женщинам предлагается перейти в группы с большей численностью и с более прохладной водой, что увеличивает тренирующий и закрепляет оздоровительный эффект от занятий акварелаксом.

На всем протяжении занятий по методике акварелакс тренер-инструктор особое внимание уделяет обучению и тренировке способности женщин к концентрации произвольного внимания, так и его распределению при отслеживании ощущений и состояний от реакций и движений плода. В результате у беременной женщины – будущей матери, формируется тонкий биосенсорный контакт с её будущим ребенком, формируется устойчивое состояние уверенности в себе, хорошее самочувствие и мажорное настроение.

Важным методическим элементом обучения акварелаксу является регулярный опрос занимающихся об их самочувствии, ощущениях и эмоциях, т.е. формирование *обратной психологической связи* от занимающихся к тренеру-инструктору. Начиная с первого занятия, мы изучаем показатели самочувствия занимающихся методами интервью и анкетным опросом по схеме: «до – в процессе – после обучения». В дополнение к опросным методикам выборочно используем психологические и функциональные тесты – **САН** (самочувствие, настроение, активность), **ЧСС** (частота сердечных сокращений). В ходе занятий по методике акварелакс, начиная с первого этапа обучения, мы накапливаем на каждую беременную женщину банк эмпирических данных, позволяющих осуществлять личностно-ориентированный индивидуальный подход в целях оперативной психокоррекции самочувствия и состояний беременных женщин, занимающихся с 2-3 месяцев беременности по нашей методике подготовки к родам. В результате данная методика совершенствуется, что позволяет

готовить и привлекать к работе с беременными женщинами других тренеров-инструкторов. К настоящему времени уже сложилась определенная этапная система оздоровительных тренировочных занятий в работе с беременными женщинами.

Первый этап - женщине дается возможность привыкнуть к движениям и ощущениям в воде и к пространству бассейна. На этом этапе, длящемся до 8 занятий, у беременной женщины формируется биосенсорный образ своего будущего ребенка, происходит коррекция самооценки и «Я-образа» как будущей матери, готовящейся к нормальным родам. Возникает более глубокое и телесно прочувствованное осознание заботы о своем здоровье как условия нормальных родов и здоровье своего будущего ребенка.

Второй этап – беременных обучают дыханию с погружением с головой и расслаблению с опорой на дно бассейна. Осваиваются упражнения с выполнением выдохов с погружением с головой под воду в определенном режиме. Рекомендуются одевать специальные очки для плавания, либо выполнять упражнения без них с открытыми глазами. В зависимости от поставленных задач выдох может быть интенсивным, протяжным или коротким. Главное, на что обращается внимание занимающихся на этом этапе - это полная гипервентиляция лёгких, освобождение его полостей и бронхов от застоявшегося CO_2 . Выдох должен быть законченным и полным. Тренер-инструктор контролирует, чтобы занимающиеся, погружаясь с головой под воду, по-возможности выдыхали из легких весь объем воздуха. В момент выдыхания женщинам дается инструкция не напрягаться, отслеживать свои ощущения и эмоциональное состояние.

Упражнение в ритмичных выдохах под водой выполняется от 10 до 30 раз в произвольном темпе. Обучение выдоху под водой женщины проходят с разной индивидуальной скоростью, что обусловлено их состояниями, усвоенными стереотипами естественного дыхания и другими психологическими проблемами. Наблюдения и опросы показывают, что у многих новичков, начинающих обучаться по методике акварелакс, на первых занятиях дыхание поверхностное, нет стыковки его ритма и циклов с движениями тела, неразвита способность к произвольному управлению своим дыханием. Другая категория занимающихся – это беременные женщины, боящиеся воды и привыкшие бороться с водой. При обучении таких беременных на данном этапе важно добиться осознания самой женщиной, что вода может быть её союзником, ведь и её ребенок в моменты упражнений плавает в воде в её утробе, и нет смысла бояться и бороться с водой. Практика показывает, что достаточно 2-5 занятий, чтобы беременная женщина подружилась с водой, а вместе с этим создала комфортные телопсихические условия для нормального развития своего ребенка в материнской утробе.

Третий этап. Обучение дыхательным упражнениям с задержками: когда женщина, выдыхая полный объем воздуха из легких, остается на задержке дыхания под водой с порой на дно или на плаву. В этот момент происходит активная мобилизация кровонаполнительных функций плаценты,

питающих организм ребенка. Чем легче ощущается задержка дыхания с одновременным мышечным расслаблением тела беременной, тем выше эффект кровенаполнения организма ребенка. На 5-ом месяце беременности это упражнение дает возможность будущей матери установить более тесный биосенсорный контакт с ребенком, чутко реагировать на его движения и состояния, наладить общение с ним посредством внутренней речи, т.е. сознательно контролировать состояние симбиоза с ребенком. Направленность внутреннего внимания на ощущения и эмоции при нахождении женщины в среднем слое воды при совершении плавательных движений, вращений тела, кувырков в воде позволяет задействовать механизмы психомоторной ориентации и сконцентрироваться на пластике движений. Чувство невесомости в воде позволяет тренировать вестибулярный аппарат свой и ребенка, лучше понять свое состояние и состояние ребенка.

Четвертый этап. Усвоенные на предыдущих этапах обучения умения и навыки расслабления, дыхания и движения в воде позволяют в дальнейшем обучении использовать более сложные индивидуальные упражнения, направленных на решение определенных личных проблем женщины – биосенсорная проработка мышечных зажимов, подавленных обид и негативных эмоций, формирования реалистичных картин и представлений о своем будущем и будущем своего и др. ребенка, будущем

В результате прохождения обучающего курса занятий по нашей методике *акварелакс* отмечены следующие изменения в состояниях и сознании занимающихся по данным медико-психологического обследования: стабилизация психического состояния с доминированием позитивных чувств и эмоций; укрепление всех групп мышц тела и потребность в контроле веса тела; улучшение венозного кровотока и нормализация артериального давления; улучшение венозного плацентарного кровообращения; увеличение дыхательного и резервного объема легких; способность к произвольной регуляции функций пищеварения и работы кишечника; нахождение своего суточного ритма жизни и двигательной активности в сочетании с ритмом глубокого дыхания; уменьшение тревожности, разрядка подавленных эмоций; дородовое сознательное взаимодействие с ребенком; отсутствие у беременной женщины страха перед родами и тревоги за свое здоровье и здоровье ребёнка;

Опрос матерей (катемнез), родивших после прохождения курса обучения по методике *акварелакс*, показывает, что процесс родов проходил у них без особых осложнений, их новорожденные дети, как правило, характеризовались нормальной психомоторной активностью и сенсорной чувствительностью, не имели послеродовой патологии. После выхода из декретного отпуска многие матери из наших клиенток пожелали продолжать занятия *акварелаксом* в бассейне совместно со своим ребенком.

При дальнейших наблюдениях за молодыми матерями с их детьми при занятиях *акварелаксом* в том же бассейне отмечено, что даже 3-5 месячные грудные дети способны свободно плавать в теплой воде бассейна под контролем матери и тренера-инструктора, воспринимают воду как родную

стихию, могут свободно задерживать дыхание и плавать под водой, способны свободно держаться наплаву в расслабленном состоянии на длительной задержке дыхания, как правило дети не болеют, задержек психического развития не отмечено.

Литература:

- *Захаревич А.С.* Дыхание, сознание, здоровье человека. СПб.: Изд. БПА, 2003.- 182 с.

- *Бурачевский Л. И.* «Гомо-дельфинукс», - мягкое рождение и водное развитие ребенка. М.:Изд.«Кросно-Лекс», 1998. – 160 с.

- *Тонков В.В.* Беседы о сверхсознательном. СПб.: Институт биосенсорной психологии, 2003.-310 с.

- *Хломов К.Д.* Психоэмоциональные проявления беременных с угрозой прерывания // Автореф.дисс. канд. психол. наук.- РГПУ им.А.И.Герцена, 2008. – 23 с.

4. *Чарковский И.Б., Бурачевский Л.И.* Водные предки человека или переплывёт ли дитя Черное море. М.:2007. – 88 с.

**ЧЕМ ВАМ, РУССКИМ ЛЮДЯМ, МОЖЕТ ПОМОЧЬ
ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ
СЕГОДНЯШНЕГО ДНЯ**

А.А Драгомирецкий (Чехия)

Уже три года назад, как я опубликовал мою «теорию личности» в Праге² и в «Вестнике Балтийской Педагогической Академии»³, и сейчас мне дается возможность сделать обзор и обобщение достигнутого. Эта возможность для меня интересна и радостна, ибо я признаюсь, что чувствую удовлетворение от возможности снова опубликовать свою статью в «Вестнике БПА». Что же касалось ранее опубликованной «теории личности», то там было главной целью наиболее точно сформулировать определенные постулаты, - это была более или менее техническая проблема. Теперь же дело в том, что автор хотел бы достичь их большего понимания у русского читателя. Но при этом, если всё резюмировать, то получается, что в традиционном мыслительном ключе моя теория личности звучит как-то «революционно», нетрадиционно, необычно и неприемлимо с позиций академической психологии. А консервативно мыслящие психологи старшего поколения, бывшие советские граждане даже с высшим образованием, могут сказать, что моя теория это не наука, а мистика, т.е. «лженаука», - ну чтож,

² См.: **Dragomirecký A.**: Teorie osobnosti. - Издано на чешском языке в Чешской республике. Прага, 2005.- Изд. STRATOS. ISBN 80-85962-21-7 (142 с., А5).

³ См.: **Драгомирецкий А.** (Чехия). Новая духовно ориентированная концепция личности человека // Вестник БПА, вып.70, 2006, с.16-28.

да и пусть себе говорят. Тут русские правы: «Собака лает, ветер носит». Но для того, чтобы понять и принять то, о чем я знаю, с чем я работаю как психолог-психотерапевт, надо-бы самому лично видеть результаты моей работы на практике. Однако попробую рассказать об этом ниже подробнее.

* * *

Моя психотерапевтическая практика в полной мере подтверждает то, что изложено в моей «Теории личности» относительно мышления и памяти людей. Бывшая советская и академическая психология и психофизиология утверждает, что человек мыслит своим мозгом, но это всего лишь научное заблуждение. Припомним, что если будем предполагать у Духа те качества, о которых говорится в выше упомянутой «Теории личности», то из этого вытекает, что человек не мыслит своим мозгом, а мыслит своими «тонкими телами» - эфирным, астральным, ментальным. Индивидуальная память каждого человека не локализована только в его индивидуальном мозгу, а локализована или дублирована, как это утверждает ученик З.Фрейда швейцарец К.Г.Юнг, ещё и в *коллективном бессознательно.*, Где она точно локализована в мозгу К.Юнг не знает, как об этом не знают и психофизиологи. Я то же не знаю. Если просмотреть медицинскую литературу, касающуюся происхождения нервных и мозговых болезней, то выявится, что для большинства заболеваний их происхождение современной психиатрии неизвестно.

Психиатрия в большинстве случаев занимается не лечением болезней мозга (в том смысле, чтобы после принятия нужного лекарства болезнь исчезет), но скорее подавлением признаков или симптомов болезни. Когда у нас, например, начинает болеть голова, врач-невропатолог рекомендует нам лекарство против головной боли, которое действительно расслабит нас и подавит головную боль. Но как только действие лекарства пройдет, голова снова может начать болеть. Следовательно, «лекарство от головной боли», которое мы прияли, никак не устраняет самую причину головной боли, но лишь подавляет неприятные нам ощущения. Современная лекарственная медицина не убирает причин болезней, а только гасит симптомы, сопровождающие те или иные расстройства здоровья людей.

Глубинный психологический анализ таких случаев показывает, что причины многих душевных расстройств современных людей лежат в душевных травмах их ближайших предков – отцов, матерей, бабушек и дедушек, и пр. А это означает, что истинные причины нервно-психических заболеваний людей нужно искать там, где их современный академически воспитанный врач-психотерапевт или медицинский психолог ни в коем случае искать не будет!

* * *

Что касается душевных расстройств, то всё выглядит немного проще, чем мы думаем. Известно, что после смерти душа уходит из тела, но она не умирает, а лишь освобождается от власти вещества трупа и в течении девяти дней после кончины данного человека, продолжая жить в *волновом* или

эфирном теле умершего. В этот период душа духовно очищается от всего самого плохого, что было в жизни данного человека.

Согласно «Тибетской книге мертвых», также как и согласно «Египетской книге мертвых», в ритуальный период девятидневных молений родственников по умершему и в процессе его погребения душа умершего очищается от aberrаций жизни подобно встряхиванию шкуры животного, – например, кошки и собаки очищают свою шкуру от брызг дождя, от насекомых и пыли посредством встряхивания всем телом.

Но если человек знает как общаться со своей душой уже при земной жизни, умеет обмениваться с ней информацией, то такой человек в течение своей *индивидуальной жизни* был хорошо психологически защищен и *менее ментально аберирован*. И когда душа покидает его тело в момент смерти, эти его оставшиеся в душе aberrации исчезают как пар, а его душа дефрагментируется, приобретает исходную цельность, продолжая свою жизнь в загробном мире по неизвестным нам законам. Вышесказанное – прописные истины для восточных психологов, но не принимаются в западной научной психологии, а зря. Зачем упираться рогом в стену, когда её можно обойти или перелезть через неё.

Из личной психотерапевтической практики мне хорошо известно, что подобно тому, как Дух, находясь одновременно и в психике клиента, и вне её, может определённым психотерапевтическим образом избавлять душу данного клиента от aberrаций, точно также, не имея своего тела, этот же Дух может избавлять нас и от aberrаций, внушенных нам другими людьми. Для этого достаточно искренней молитвой привлечь к себе *Духа-защитника*, чтобы защититься от злых сил Сатаны. Но многие из моих клиентов не знают молитв, хотя иногда заходят в церковь. Но это вовсе не означает, что все души, покинувшие тела умерших людей, пользуются вышеуказанной возможностью помощи Духа для «отряхивания» души от пыли aberrаций или от грехов земной жизни. Если человек не обучен взаимодействовать с *Духом-защитником* и с его слугами-ангелами, то и душа его будет беззащитна против воздействий сил зла и падших ангелов. А они действуют как на Этом, так и на Том свете.

Если душа умершего вновь присоединяется к кому-нибудь или вселяется в новое тело, то я говорю о душе «подселенной». Причины, почему души умерших часто подселяются в души живущих, а не людей, могут быть самыми разнообразными. Начиная, например, с того, что у кого-нибудь душа умершего продолжает ещё любить или хочет отомстить за измену в любви, и этим сделать ещё живущего человека либо счастливым, либо несчастным. Это не колдовство, как считал Торквемадо – основатель средневековой инквизиции, а реальные процессы в астральном волновом мире Того света.

Люди часто думают, что ни с какими «подселенными» душами они не встречаются и никогда не встретятся, что это – какой-то там оккультизм, мистика, сказки и только. Чтож, пусть они так и думают. Но моя личная психотерапевтическая практика и религиозный опыт моих предков, к

сожалению, свидетельствует об обратном. Среди живущих в мире людей сравнительно мало тех, у которых нет и не было в жизни никакой «подселенной» души. Такие люди, - а это в основном дети или это взрослые с детской чистой душой. До поры до времени они не знают, что такое *страшное сновидение*. Но те из них, кто сознательно живет в сновидениях, имел контакты с душами умерших, могут рассказать об этом при воспоминании своих снов. Бес, подселившийся в душу ребенка во сне, может превратить его в невротика. Психотерапевты лечат таких испуганных во сне детей с помощью внушения и гипноза.

И это тоже не колдовство, а хорошо изученная психопрактика. Методами внушения пользуются как священники (метод *экзерцизма* – изгнание священником бесов из души покаявшегося грешника, так и врачи-психотерапевты. Этими приёмами пользуюсь и я. Сейчас психологами разработано много и других способов душевного очищения, - например, дыхательные психотехники – *ребёфинг* или техника свободного дыхания.

Подселению чужой души в свою психику клиент часто способствовал сам, ибо сам этого неосознанно хотел, он ждал и позволил ей подселиться. Но бывают случаи, когда человек осознает, что не хочет этого, но не зная ни молитвы, ни техники медитации находится в незащищенном состоянии, что опять-таки дает возможность *бесовским душам* умерших тайно подселиться в его психику в обход сознания и без ведома его «Я». Эти вещи хорошо известны священникам, образованным врачам-гипнологам, но также и эстрадным экстрасенсам, шаманам, цыганкам-гадалкам и пр. «Дверь в чужую душу» всегда открыта, когда уставший человек спит, когда он загипнотизирован, когда находится в состоянии алкогольного опьянения, ослаблен болезнью, переживает страх или душевно подавлен последствиями психологической травмы и др. Эти зависимости хорошо объяснены в современной русской психиатрической литературе (См. М.Северов, 2001; А.С.Николаев, 2004; В.В. Шабалина, 2004; А.Ю.Акопов. 2008, и др.).

Причиной ослабления психической защиты от нежелательных «подселений» может быть и несчастный случай, испуг, сглаз, наркотики, принуждение под приткой и пр. Бывшим советским психологам в России было бы полезно знать, что если человек находится под влиянием алкоголя, или любого наркотика (скажем марихуаны), то тем самым этот человек позволяет, чтобы в его подсознание подсеялись любые души, ищущие себе временный «дом». Много людей сегодня думают, что потребление марихуаны им ничем не угрожает. Однако в такой самоуспокоенности таится угроза утраты своего «Я» и замены его «чужим Я» без ведома данного человека. Примерами служат больные психиатрических клиник с самыми разнообразными и порой причудливыми деформациями их самосознания,

Доказано, что алкоголики и наркоманы с диагнозом шизофрения страдают от синдрома «множественности Я», находятся под влиянием *подселившихся душ* - «субличности» в понимании итальянского психиатра Асанжолли. Алкоголик или наркоман перестаёт быть «господином в своем

собственном доме» - в своём теле, в мозге и в психике. И если мне удастся эти «чужие» души выселить из его психики, то шизофреник вдруг вылечивается от своей «болезни» и телом, и мозгом, и душой. Это уже не раз проверил на практике. Но такое выздоровление может быть временным. Трезвость есть гарантия от нападения бесов, но лишь при осознании этого.

От экстрасенсов мы также узнаём почти юмористические факты о том, что в кабаках, где люди любят пьянствовать, уже заранее собираются души бывших умерших алкоголиков, которые там терпеливо ждут, когда кто-нибудь станет настолько пьяным, чтобы к нему можно было незаметно подселиться и разделять с ним в его теле алкогольный дурман. В пьяном состоянии этот человек уже не похож на себя, может совершить преступление, а когда они протрезвеет, то ничего не помнит и не считает себя виновным содеянным. И такое состояние «невменяемости» учитывается в судебной медицине и может послужить его оправданию на суде.

* * *

В психотерапевтической практике я встречался со следствиями многих душевных травм, пережитых клиентами в прошлом. И практически нет разницы в избавлении от психических последствий травмы, если *рестимулируется событие*, которое произошло, скажем, 5, 10, даже 100 лет тому назад с предками данного клиента. Я имел случай, когда рестимулировал у клиента травмирующее его душу событие 1000-летней давности, абберация от которой в обход сознания незаметно передавалась в ряду поколений по его родословной. Под гипнозом выяснилось, что предки данного клиента неоднократно меняли свое вероисповедание, гражданство и будучи из торгового сословия не заботились о душевной чистоте.

Другим источником психических болезней и душевных расстройств разного рода могут являться травмы, которые человеку причиняет другая чужеродная подселившаяся душа. И опять, часто оказывается, что почти безразлично, есть ли у *вредоносной души*, которая причиняет проблемы в настоящем времени, физическое тело или нет. Если у нее тело есть, то обыкновенно это какой-то конкретный человек из ближайшего окружения моего клиента, но не всегда. Если же у *вредоносной души* в настоящем времени человеческого тела нет, то для нее выгода в том, что она действует как невидимка, - ее жертва часто не соображает, кто ее атакует во сне, почему она часто спотыкается, часто болеет, беспричинно раздражается, злоупотребляет курением и алкоголем и пр. И точно так же вдруг этот человек не с того не сего ссорится друзьями или близкими людьми. Этим, как правило, страдают *аффективные личности*, которых мы видим и среди известных политиков. Души умерших блуждают вокруг нас, они живут в виртуальном мире мифов и сказок, их смысловая вселенная ныне поддреживается электронными СМИ – аудио-видеопродукция, компьютерные сети, Интернет. Не имея биологического плотного тела, а лишь *волновой носитель*, они могут вдруг причинять человеку беду даже не хотя и не зная сами об этом.

Мы вошли в эпоху *информационных джунглей*, законов выживания в

котором мы ещё не знаем, но это нужно уже изучать. Академическая наука на это не способна, значит надо пользоваться нетрадиционными методами познания психики. *Психиатрия* – это практическая область данных явлений, сумасшедших среди нас много и часто их трудно понять.

Но *подселенные души* могут быть и благом, могут спасти жизнь человеку в казалась бы безнадежной ситуации. Но я по долгу службы имею дело со случаями причинения человеку подселившимся душами разных душевных трудностей, начиная почти с незначительных, когда человек, скажем, не способен однозначно сказать, которая из двух возможностей ему лучше подходит или, скажем, муж, который тайно от жены мечется между своими любовницами и не знает, кто для него важнее и любимее. Но ведь русские не зря говорят, что «шила в мешке не утаишь».

Если дело касается, например, молодого парня, которому нравится девушка и у которого в подсознании находится *подселенная душа* его умершей матери, то может очень случится, что он женится на этой девушке, которая ему нравится и которую он любит. Но душа его матери, подселившаяся в него сразу после её кончины, этого не хочет, и она живет внутри психики сына как отдельная *субличность* и шепчет, и подсказывает ему даже во сне, что это не та невеста, которая ему *суждена свыше*, что лучше ему было бы пожениться на другой, которая ему и ей тоже знакома, что ему просто кажется, что он влюбился в другую. И результатом всего этого являются состояния нерешительности, душевного смятения. Молодой человек порой не знает, что ему делать, – то ли жениться на той, которую он любит, или на той, что указывает ему *внутренний голос метриш*? То есть по русской поговорке: «И хочется, и можется, да мама не велит!».

Много браков распадается по этой причине, т.е. в результате активизации в душевном мире у брачных партнеров *субличностей*, не согласных с данным браком. Но спасти брак можно, если брачные партнеры поймут, кто сбивает их с истинного пути. Священник скажет – это бесы, и он недалек от истины. Одни «мятущиеся души» приходят на консультацию ко мне. Другие – к священнику на исповедь – «каждому своё».

Очень часто незаметно *подселившаяся душа* рестимулирует в нас какое-нибудь старое давно забытое *травматическое событие*. Например, это может быть и событие из прошлой жизни, и человек внезапно заболевает или даже умирает, не успев осознать, что же в действительности с ним произошло. Врачи быстренько ставят *стандартный диагноз*, выписывают рецепты, делают уколы и пр. Но часто скорая помощь тут не поможет и лекарства тоже, но может помочь психиатр, психолог, священник, шаман или бабка-повитуха, знающая народные приговоры и заговоры от болезней и пр..

Интересным был у меня случай с одной девушкой, которая страдала булимией. В ходе психотерапии оказалось, что причиной булимии была подселенная душа. Как только эта душа ушла, булимия сразу у клиентки исчезла, она повеселела и расцвела прямо на моих глазах. И вся эта терапия длилась приблизительно полчаса. Происходило это в 2006 году. Через два

года, согласно *правилам катамнеза*, я позвонил этой клиентке и спросил её, страдала ли она булимией вновь хоть в слабой степени? Клиентка ответила, что даже мысль об этом ей не приходила.

Что же касается ленивых учеников и студентов, не способных сосредотачиваться на занятиях, быть прилежными и дисциплинированными в учении, то автор настоящего текста, когда преподавал в медицинском вузе, многократно избавлял своих студентов этого недуга, и лень проходила. А лень – это опять же влияние подселенной души, не желающей уже ничего, кроме удобства, покоя, сна и созерцания картин жизни наяву и в дремотном состоянии. У многих студентов это бывает даже на занятиях в вузе, они дремлют за партами в аудитории и у преподавателей тоже это бывает. Иногда школьники, отвечая урок, начинают заикаться перед классом, - это подселенная душа сбивает его ответ.

Иногда и у лекторов, и даже у спортсменов появляются тревожные переживания и предчувствия неудачи, волнительные ощущения, когда они, например, должны выступать перед аудиторией или перед массово зрителей. И от этого тоже можно легко избавиться, если осознать, что в тревогах наших повинны не столько мы сами, сколько влияния подселившихся или намеренно подселенных в нас посредством внушения через общение или в контактах со СМИ душ ещё живых или уже умерших людей.

В таких случаях терапия выводит наружу эти души, клиент осознает, что в прошлом произошло с ним или с его предками, и с помощью это психотерапии клиент овладевает своим сознанием и волей, становится душевно цельным и собранным.

Все, как видите, очень просто. Так же, как сказать, что «Земля, вращается вокруг Солнца». Но попробовали бы вы это здесь сказать всего двадцать лет тому назад! Что бы было с автором этой статьи в Чехословакии в советское время?

Литература:

- *Акопов А.Ю.* Свобода от зависимости. Социальные болезни личности. СПб.: Изд.Речь, 2008. – 224 с.

- *Драгомирецкий А.А.* Абреакция в глубинной абреактивной психотерапии // Социальный психолог. Вып.2 (6), 2003, с. 41-43.

- *Драгомирецкий А.А.* Родовая травма // Социальный психолог. Вып.2(8), 2004, с.81-84.

- *Драгомирецкий А.А.* Новая духовно-ориентированная концепция личности человека // Вестник БПА, вып.70, 2006, с.16-28.

- *Николаева А.С.* Футбольный хулиганизм и причины его возникновения // Агрессия, СПб.: Изд. Хамелеон, 2004. – с 212-214.

- *Северов М.* Компьютерная белая горячка // АиФ.2001, № 17.

- *Шабалина В.В.* Психология зависимого поведения. На примерер наркоманов. СПб.: Изд. СПбГУ, 2004. - 336 с.

ОСОБЕННОСТИ СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ

Е.А.Склифософская

В настоящее время и духовная, и спортивная жизни в России втянута в поток непрерывных социальных изменений и правовых инноваций в целях реорганизации и адаптации социума к новым мировым реалиям XXI века. Наша учащаяся и студенческая молодежь находится в «поиске себя». Спорт помогает молодым людям избавиться от *чувства потерянности* и ощущения бессмысленности своей личной жизни, помогает обрести новые *личные смыслы* общественной жизни. Научное познание обретения смыслов жизни в спорте является *актуальнейшей проблемой* современной российской спортивной педагогики и социальной психологии спорта.

Постановка проблемы. Спортивное *воспитание* и спортивная *социализация* молодых людей, занимающихся избранным видом спорта, это, в известной мере, разнопорядковые социокультурные явления, однако имеющие общую цель – *формирование личности* молодого человека как члена общества. *Воспитание* выражается в стремлении общества сформировать в молодых людях личность определенного социокультурного типа, а *социализация* – выражается в индивидуальном стремлении человека избирательно усвоить предлагаемые обществом и его воспитательными воздействиями свойства личности, не теряя при этом собственной индивидуальности. Следовательно, у этих явлений – *воспитания и социализации* – общая цель: формирование личности молодого человека как полноценного члена своего социума и государства. Спортивное воспитание и спортивная социализация служат именно этой цели.

При этом психологи различных научных школ ныне сходятся во мнении, что взаимосвязь и внутриличностная интеграция *воспитательных и социализирующих* воздействий на сознание и самосознание человека осуществляется посредством *переживания ценностей и смыслов* своей общественной и индивидуальной жизни.

Смыслы жизни, облаченные в форму потребностей, намерений, мотивов и целей жизнедеятельности конкретного человека выполняют главным образом психорегулирующую функцию, управляя произвольным вниманием в ситуациях общения и совместной деятельности в группах и организациях. А поскольку личность в своей основе представляет целостную *систему смысловой регуляции собственной жизнедеятельности*, то реализующиеся через «*Я - концепцию*», отдельные смысловые структуры и мотивационные процессы, ранее усвоенные личностью, способствуют формированию её *истинного «Я»* (в отличии от множества ролевых, неистинных, актерских, комуфляжных и ложных «Я»).

Задача исследования заключалась в изучение ценностно-смысловой структуры личности *спортсменов* в сравнении с *неспортсменами*, проведенное в 2005-2007 гг., в Ростовском государственном университете.

Гипотезой исследования являлось предположение, что спортивная деятельность влияет на уровень осмысленности жизни, на иерархию ценностей, что определяет индивидуальные смысловые стратегии само-актуализации личности.

Теоретический анализ литературы, посвященной проблеме влияния занятий спортом на формирование личности, изучение психологических особенностей спортивной деятельности позволили выделить в смысловой сфере личности те компоненты его «Я-концепции», которые выражают базовые характеристики его личности, проявляющиеся в мотивах и целях его спортивной деятельности.

Методиками исследования явились:

- Тест смысло-жизненных ориентации (СЖО);
- Методика исследования ценностных ориентации Рокича;
- Стандартизованный анкетный опрос;

Выборка испытуемых состояла из 80 респондентов (студенты ВУЗов г.Ростова –на – Дону); В структуру данной выборки входили 2 группы испытуемых. *Первая группа – экспериментальная*, состояла из 40 квалифицированных спортсменов-легкоатлетов, юношей и девушек от 17 до 27 лет, которые регулярно занимались спортом и выступали в соревнованиях. *Вторая группа – контрольная*, состояла из 40 студентов обоего пола, в возрасте 18 до 26 лет, незанимающиеся спортом (неспорт-сменов). Полученные в результате исследования данные подвергались качественному и количественному анализу с использованием компьютерных методов статистической обработки данных. При сравнении выборок достоверность групповых различий определялась с помощью коэффициента t -Стьюдента.

Результаты исследования:

Респонденты *экспериментальной группы* спортсменов демонстрируют бо-лее высокие показатели общей осмысленности жизни, удовлетворенности само-реализацией, интернальный «локус контроля» – «В моей жизни я сам кузнец своего счастья», в то время как представители *контрольной группы* демонс-трируют по преимуществу экстернальный «локус контроля» - «В моей жизни чему быть, тому не миновать». Иными словами, у спортсменов выявлены более ясные, более конкретные цели жизни, которые придают ей большую осмысленность и целенаправленность в учебной и спортивной деятельности..

По сравнению с *незанимающимися спортом* пройденный отрезок жизни воспринимается *спортсменами* как более продуктивный и более осмысленный, ориентированный в будущее, в то время как у *неспортсменов* превалирует ориентация на прошлый период жизни или настоящий её момент. Однако эмоциональная удовлетворенность настоящим моментом жизни у спортсменов ниже, чем у *неспортсменов*, что свидетельствует о

более высоком уровне жизненных притязаний спортсменов в ориентации на будущее, чем у не спортсменов.

Таблица 1

Показатели теста смысложизненных ориентаций (СЖО, в %).

	• Измеренный показатель	Эксперимент. группа	Контрольн. группа	P (t)
1.	Общий показатель СЖО	121,66	99,45	0,05
2.	Субшкала «цели»	126,79	98,37	0,05
3.	Субшкала «процесс»	120,42	101,84	0,05
4.	Субшкала «результат»	126,61	107,21	0,05
5.	Субшкала «ЛК – Я»	128,47	101,72	0,05
6.	Субшкала «ЛК – жизнь»	122,65	98,71	0,05

• за 100% принимаются нормативные данные соответственно каждой шкале

Возможно, это является признаком *неудовлетворенности своей жизнью в прошлом* и выраженная её нацеленность на будущее. Отклонения от среднего значения в сторону выраженности изучаемого свойства обнаружены при анализе субшкал «Цели в жизни» (26,79%), «Результативность жизни» (26,61%), «Локус контроля – я» (28,47% - максимально выражено) и «Управляемость жизни» (22,65%), что значимо отличается от показателей контрольной группы (незначительные отклонения от среднего значения в сторону не выраженности изучаемых свойств; отклонения в сторону выраженности – до 7,21%) / см. таблицу 1/ .

Анализ ранжирования респондентами *терминальных ценностей* по методике Рокича показал общую высокую ценность здоровья для обеих групп респондентов. Можно отметить, что проблема здоровья является актуальной для всех респондентов, несмотря на их молодой возраст.

Однако у респондентов *экспериментальной группы* (спортсмены) утверждение о значимости здоровья заняло при ранжировании первый ранг (первое место - «Здоровье») в то время как в *контрольной группе* неспортсменов – третий ранг (третье место).

Таблица 2

Ранговая структура смысловой значимости терминальных ценностей у испытуемых(по Рокичу)

Ранг	Контрольная группа	Экспериментальная группа
1.	Любовь	Здоровье
2.	Материально обеспеченная жизнь	Любовь
3.	Здоровье	Счастливая семейная жизнь
4.	Свобода поступков и действий	Материально обеспеченная жизнь
5.	Уверенность в себе	Уверенность в себе
6.	Наличие верных и хороших друзей	Интересная работа
7.	Счастливая семейная жизнь	Активная, деятельная жизнь
8.	Познание, интеллект. развитие	Наличие верных и хороших друзей
9.	Интересная работа	Получение удовольствий
10.	Независимость суждений и оценок	Свобода поступков и действий
11.	Активная, деятельная жизнь	Спокойствие в стране, мир
12.	Получение удовольствий	Общественное признание
13.	Творческая деятельность	Жизненная мудрость
14.	Общественное признание	Познание, интеллект. развитие
15.	Спокойствие в стране, мир	Независимость суждений и оценок
16.	Жизненная мудрость	Равенство (в возможностях)
17.	Равенство (в возможностях)	Творческая деятельность
18.	Красота природы и искусства	Красота природы и искусства

Таким образом, анализ полученных нами данных показал, что истинными ценностями для молодых людей, занимающихся спортом, являются: трудолюбие и исполнительность, продуктивность и дисциплинированность в избранном деле, воспитанность, твердая воля и целеустремленность - умение настоять на своем и не отступать перед трудностями. Эти качества оцениваются спортсменами как наиболее значимые.

Таблица 3

Ранговая структура смысловой значимости инструментальных ценностей у испытуемых(по Рокичу)

Ранг	Контрольная группа	Экспериментальная группа
1.	Жизнерадостность	Трудолюбие
2.	Независимость	Ответственность
3.	Ответственность	Честность
4.	Образованность	Жизнерадостность
5.	Честность	Воспитанность
6.	Самоконтроль	Твердая воля
7.	Трудолюбие	Независимость
8.	Смелость в отстаивании своего мнения	Образованность
9.	Воспитанность	Самоконтроль
10.	Рационализм	Рационализм

11.	Твердая воля	Смелость в отстаивании своего мнения
12.	Широта взглядов	Аккуратность
13.	Аккуратность	Исполнительность
14.	Чуткость	Широта взглядов
15.	Исполнительность	Терпимость к мнениям других
16.	Терпимость к мнениям других	Чуткость
17.	Высокие запросы	Высокие запросы
18.	Непримиримость к своим и чужим недостаткам	Непримиримость к своим и чужим недостаткам

Обсуждение результатов, выводы:

- Молодые люди, занимающиеся спортивной деятельностью, в большей мере, чем представители контрольной группы не занимающихся спортом, обладают устойчивой позитивной «Я-концепцией», служащей источником *жизненаправляющих смыслов* деятельности, адекватной самооценки. спортсмены обладают более напряженной внутренней спонтанностью мотивов деятельности, вытекающей из уверенности в себе и большего доверия к окружающему миру.

- Спортсмены по сравнению с неспортсменами обладают большей межличностной *контактностью*, т.е. способностью быстро и легко устанавливать доброжелательные неформальные отношения с окружающими. Неспортсмены также предрасположены к взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми, но в меньшей степени, чем спортсмены, проявляют естественную симпатию и доверие к людям.

Литература:

1. *Абакумова И.В.* Обучение и смысл: смыслообразование в учебном процессе. (Психолого-дидактический подход). – Ростов н/Д: Изд-во Рост. ун-та, 2003. 480с.

2. *Абакумова И.В., Крутелева Л.Ю.* Диагностика индивидуальных особенностей смысловой сферы студента // Методические указания для студентов фа-культета психологии, Ростов н /Д, 2005.

3. *Анциаури Л.Ш.* Спорт как социальное явление и фактор социализации личности // Теория и практика физ. культуры. 2003. №1.

4. *Братусь Б.С.* К изучению смысловой сферы личности // Вестник МГУ, Вып. №2, 1981

НИКОГДА НЕ СЧИТАЛ СЕБЯ НАРКОМАНОМ...

(Актуальное интервью со студентом на злободневную тему: «Спорт против наркотиков»)⁴

Н.П.Асильев

⁴ Текст интервью. Записан со слов автора статьи. Отредактирован О.И Волковым.

Я никогда не считал себя наркоманом, хотя впервые попробовал наркотики ещё в школе с друзьями в туалете ради любопытства. Покурив травку убедился, - возникает некое приятное состояние душевного подъёма, веселого настроения, - хочется общаться, танцевать, петь и пр. Некоторые из членов моей семьи, узнавшие об этом от классного руководителя, - особенно отец и моя бабушка по отцу, - видимо, очень обеспокоились, что я стану *наркоманом*. Они учинили за мной строгий досмотр, проверяли карманы и портфель. Но, слава богу! Хроническим и неизлечимым наркоманом я не стал... Теперь я благодарю своих родителей.

Сейчас я нормально учусь в университете уже на втором курсе. Получаю стипендию, хочу по окончании поступить в аспирантуру, стать кандидатом наук. Ещё в школе я увлекался музыкой – был диджеем на вечерах, но также играл и в баскетбол в школьной команде. Теперь музыка отошла на второй план, но я её не забываю. Мне хочется попасть состав сборной университетской баскетбольной команды университета, я хожу на тренировки. Однако по субботам я продолжаю подрабатывать диджеем на школьных и студенческих вечерах. Сознаюсь, что время от времени именно на этих вечерах, встречаясь со своими старыми школьными друзьями, мы «покуривали» в туалете, но это бывало редко, и к этому меня уже внутренне сейчас не тянет. Однако, все же иногда бывает грех...

Знаю, - привыкнуть к «травке» легко, а вот отвыкнуть – сложно. Это - слова моей матери и они глубоко запали мне в душу. Теперь на это «курево» денег жалко, хотя мать, отец, а иногда и бабуля подкидывают на карманные расходы. Стипендия хоть и маленькая, но я стараюсь учиться, чтоб её не потерять. Летом подрабатывал на овощебазе в Юкках. Конечно, деньги нужны, но не на курево, а посидеть в кафе с друзьями или сходить в кино. Есть девушка, которая мне симпатизирует, мы дружим.

Как-то недавно зашел в Никольский собор. Да, я крещёный, и по имени Николай, но не я религиозный ханжа или фанатик. Признаю, что где-то «там» Бог есть и на нас влияет. Поэтому-то иногда захожу в церковь. Библия есть у бабушки, но напечатана она мелким шрифтом, читать её скучно, лучше какой-нибудь роман или видеофильм посмотреть. Молитв не знаю, хотя бабушка твердит, что *молитва спасает*, учи! Она внушила мне, что наркотик это *власть дьявола*. «За сладостное переживание наркотического транса люди продают душу дьяволу», - утверждает бабушка. Может быть она и права, но своих итоварищей «по куреву» в дьяволы я записать не могу. Вообще-то нормальные ребята, кроме жажды иногда сообща покурить и поболтать о жизни.

Знаю также, что спорт и учеба для меня сейчас главное. Цель - окончить университет. Конечно, в состоянии наркотического транса взгляд на мир становится другим, как бы расширенным, «космическим», возможно даже более добрым, более оптимистичным, более радостным, наполненным ожиданиями какого-то счастья, скрытых желаний в жизни. Но разве бывает счастье в человеческой жизни, обретенное без всякого на то размышления, без умственного труда и волевых усилий, - «раз два и в

дамках», т.е. как в сказке про Ивана-дурочка. Сказки любят не только дети, но и взрослые. Включишь вечером TV и тут же тебе рекламные сказки. Значит и TV действует как наркотик, превращая взрослых в детей, жаждущих жить мечтами и *экранными сказками*. Теперь я стал понимать, что *экранная зависимость* даже сильнее наркотической.

Но, как говорят, русские, «без труда не вынешь и рыбку из пруда». Отказаться от наркотика – это тяжелый, но благодарный труд души человеческой. Если есть душа, значит есть и кому трудиться на блага жизни человека и его чистоты душевной. Я лично знаком с наркоманами со стажем, которые уже потеряли свои души. Один мой школьный товарищ умер 19-и лет, трое других состоят на учете в наркологическом диспансере и нигде не работают, тянут деньги из родителей, - без наркотка жить не мгут. А чем лучше пьяницы. Которые не могут жить дня без рюмк (стакана) водки? – Одна поля ягода! А один мой бывший товарищ «по куреву» после лечения в наркодиспансере, как мне сказали его родители, ушел в монастырь и живет на Валааме.

Расскажу о гашише. По личным впечатлениям - после курения «гашиша» повышается настроение...так сказать «на всё смотришь проще». Появляется «скрытый» смысл обычных вещей, который не замечен в обычном состоянии. Улавливаешь ранее не слышимые звуки и глубже понимаешь музыку, еда кажется вкуснее, появляется желание заняться каким-нибудь творческим делом и куча других необычных ощущений. Но, увы...Когда эффект гашиша заканчивается, появляется какая-то непонятная усталость и тупость, координация движений может нарушаться, появляется желание лечь и спать и всё вышесказанное «исчезает». Я «завязал» с гашишем после того, как побаловавшись им перед игрой на первенство университета, получил во время игры вывих тазобедренного сустава и травму голеностопа в результате падения. После этого долго выздоравливал, ковылял с палочкой. Сказал себе: «Всё, с курением кончено!».

Гашиш (hashish). Классификация по действию - психоделик. Название наркотика «гашиш» соответствует арабскому слову «трава». *Гашиш* - эссенция КОНОПЛИ, экстрагированная и спрессованная в блоки. Основным активным ингредиентом является тетрагидроканнабинол. Гашиш может быть от светло-зелёного до тёмно-коричневого или даже чёрного цвета. Гашиш не следует путать с марихуаной, которая получается из конопли более простым путём. От слова «гашиш» произошло также название мусульманского ордена *хашашинов* (араб. «*курящие гашиш*»), члены которого известны у европейцев как *ассасины* (франц. *assasiner* - «убивать»). Орден ассасинов возник в XI веке в Иране из членов мусульманской секты *исмаилитов*, выступивших как противники ортодоксального ислама еще в VIII веке. Основателем ордена был Хасан ибн Саббах, часто называемый Горным Стариком, обосновавшимся в 1090 году в Аламутской крепости на одной из высоких скал в горах хребта Эльбурс (т.н. «Орлиное гнездо»). Горный Старик, его преемники и рядовые члены секты, так называемые мулиды и фадаи (араб. «мулид» -- «убивающий по заданию», «фадай» - «жертвующий собой»), наводили ужас на весь мусульманский мир. Предполагается, что *ассасин* хотя бы однократно был опьянен гашишем, который навсегда оставлял у него представление о райском саде,

который ждет его после совершения убийства, закончившегося даже его смертью (такая трактовка приведена у Марко Поло). Во всяком случае *фадай*, совершив убийство, не скрывался и часто сознательно шел на смерть.

Расскажу об амфетамине. Амфетамин был получен в 1932 году как средство, подавляющее аппетит. Амфетамины нашли сначала военное применение, а затем вошли в мировую психотерапевтическую практику и приобрели массовую популярность. Сила амфетамина заключается в повышении активности и бодрости, снижении утомляемости, приподнятом настроении, увеличении способности концентрировать внимание, понижении аппетита и снижении потребности во сне. Поведение отличается постоянным стремлением к деятельности и движению ("куда-то тянет"), невозможностью усидеть на одном месте. Люди под его действием становятся многоречивыми, а речь - эмоционально насыщенной, особенно с гневно-раздраженными интонациями. Мимика утрирована, но соответствует содержанию высказываний. Отмечается склонность к размашистым жестам. Проявляют ко всему чрезмерное любопытство и весёлость. После 12 часов «эффект радости» заканчивается. Появляется вялость, наваливается чувство усталости, затем может возникнуть депрессия и душевная некомфортность, чувство одиночества, брошенности и пр.

Амфетамин (amphetamine). Фармакологический препарат d,l-1-Фенил-2-аминопропана сульфат. Классификация по действию - *психостимулятор*. Основание амфетамина - бесцветная, подвижная, слаболетучая жидкость. Амфетамин обладает свойством стереоизомерии. Два его стереоизомера - **L** и **D** имеют различную фармакологическую активность -- D-изомер более активен как стимулятор. Поглощает CO₂ из воздуха и переходит в летучую соль - карбонат. Наиболее часто применяется в виде солей: амфетамина сульфата, фосфата или гидрохлорида. Эти соли представляют собой белые кристаллические порошки, в разной степени растворимые в воде и спиртах. Не растворимы в хлороформе или эфире. Амфетамины -- наиболее близкие синтетические аналоги всемирно известного психостимулятора кокаина. От кокаина амфетамины отличаются меньшей эйфорией и более сильным стимулирующим действием.

Баскетбол всегда отрезвляет меня и я понимаю, что физическое усилие, тренировочные нагрузки, чувство локтя и сыгранность с товарищами по команде, помогают мне быть самим собой, а не рабом гашиша. Кинуть в рот *таблетку амфетомина* тоже легко, если она у тебя есть. А вот когда у тебя мяч в руках, то попасть им в прыжке в кольцо на щите во время игры - значительно труднее. Даже, когда моя команда проигрывает, надежда на будущий реванш мотивирует, и снова и снова ходишь на тренировки. А это и есть реальная жизнь без наркотических иллюзий о несбыточном.

Спорт помогает мне и в учёбе, спорт дисциплинирует мой ум и распорядок дня, пробуждает волевое усилие, поддерживает мое здоровье. Понимаю, что *смысл жизни* – не в наркотическом трансе, а в выживании, в

преодолении трудностей жизни, в достижении поставленной цели, - хочу приобрести профессию, иметь свою квартиру, потом жениться, иметь семью и детей. Надеюсь что мне повезет в этом.

Но и тяга к наркотику – тоже мощная сила, преодолеть которую без моральной поддержки матери и членов моей семьи мне было бы не возможно, не удалось бы. Но я, например, не жалею, что попробовал когда-то наркотики и теперь знаю, что это такое. Но хорошо и то, что вовремя остановился...*законтировался*. И теперь я пользуюсь этим знанием о «скрытых творческих возможностях», ощутить которые можно в себе и без наркотиков. Жизнь и общение в движении, в спортзале, научили меня входить в транс и без *амфетамина*. Спортигра порождает азарт, он в чем-то сходен с ощущением наркотика. Но вот игра кончилась и ты свободен от этой игровой зависимости.

В свободное время пытаюсь писать музыку, иногда что-то получается... Раз в неделю я хожу в сауну с товарищем по учёбе и команде, - потение и окунание в холодный бассейн хорошо очищает кровь, снимает усталость, дает бодрость на целую неделю. После сауны пьем русский квас.

В нашем обществе и в СМИ очень слабая антинаркотическая пропаганда, нет антинаркотического физического воспитания в семье и в школе. Видимо кому-то невыгодно оздоравливать нашу молодежь, - пусть дескать спиваются и наркотизируются, а ведь *спорт – это самый простой и действенный выход из наркотического рабства молодежи*. Человек спокойно может бросить употребление, если этого он **САМ** же и захочет и начнет регулярно заниматься физкультурой, ходить в сауну и пр.

Всего-лишь нужно захотеть...не класть в рот эту «гадость», и только. Это вообще-то не трудно, не класть в рот,если представить, что это... «говно», - оно воняет и невкусно, тошнотворно, блевать хочется. Ну, первую недельку придется терпеть «ломку», испытывать свою волю «жрать говно или не жрать?», - сбивается привычный режим жизни, но потом становится «отлично». Главное - не жрать это... «Г», заменить его движением, мышечной усталостью, музыкой, чтением, учением, общением, любовью и пр.

Вообще-то, наркотики, которые растительного происхождения или, так сказать – «живые», конечно же, менее вредны, чем *синтетические*. Но и они вызывают *сильную зависимость*, после чего организму трудно пережить те самые «ломки», если от наркотика вдруг отказаться.

Литература:

- *Акопов А.Ю.* Свобода от зависимости. Социальные болезни личности. – СПб.: Речь, 2008. – 224 с.

- *Морозов В.И.* Особенности национального алкоголизма.СПб.:2002. - 165 с.

КИТАЙСКИЕ ПРИНЦИПЫ СПОРТИВНОГО

ВОСПИТАНИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ⁵

Ань Цзин (КНР)

Целеустремленность, настойчивость и терпение—эти качества считаются у спортсменов всех народов мира проявлением их сильной воли. Но как считают спортивные специалисты и руководители спорта в Китае победа сборной Национальной Олимпийской команды Китая на XXIX Олимпиаде в Пекине это успех не столько качеств личности отдельных выдающихся спортсменов, сколько результат *духовной сплоченности* всех граждан Китая, возносивших свои просьбы к Небу и Земле в успехе своих спортсменов. Без народной сплоченности, без национального единодушия народа Китая и его руководителей, без веры каждого спортсмена в Великий Китай не было бы и победы нашей страны на Олимпиаде в Пекине. И мы дальше будем «ковать» (как говорят русские) свои победы в спорте коллективно и сплоченно, с чувствами национального единодушия, и с непоколебимой верой в правильный курс наших руководителей.

Я много интересовалась из газет и книг успехами и психологией советских спортсменов, побеждавших на Олимпийских играх, и теперь думаю, что они были достойны своих спортивных побед, как и наши спортсмены КНР на XXX-х Олимпийских Играх. в 2008 году в Пекине. Ведь ещё со времен Мао Дзедуна мы учились тренироваться вместе с советскими спортсменами. И вот мы научились этому у Советских спортсменов – искусству побеждать, и благодарим Советский спорт за это.

Теперь Россия стала капиталистической страной и мы хотели бы снова учиться у русских делать деньги и бизнес для народного социалистического Китая, строящего коммунистическое общество. Деньги нужны и при коммунизме и нужно учиться их делать как русские. И мы будем надеется, что это послужит дружбе наших народов и победам на XXX Олимпиаде в Лондоне.

Теперь я приехала в Россию и хочу учиться спортивной психологии у профессора Игоря Волкова на кафедре психологии в НГУ им. П.Ф.Лесгафта. Ректор НГУ профессор Владимир Таймазов и учёные этой кафедры хорошо известны в Китае. Мы будем у них учиться русской психологии спортивных игр и готовы учить русских китайской психологии единоборств.

Указанные выше три базовых волевых качества личности - *целеустремленность, настойчивость и терпение* - в процессе их спортивного воспитания с раннего детства постепенно обостряют и укрепляют пытливый ум ребенка, что существенно важно для его нравственного и физического воспитания в школе и спортивного обучения боевым искусствам и спортивным единоборствам. Китайские принципы спортивного воспитания здесь просты, - если вы знаете, *как пользоваться своим умом* во время спортивной тренировки, то вы можете достичь более глубокого понимания самого себя и своих возможностей не только

⁵ Текст статьи аспиранта НГУ им. П.Ф.Лесгафта Ань Цзин представлен в электронном виде, уточнен и отредактирован проф. И.П.Волковым в интервью с автором статьи в декабре 2008 г.

в спорте, но и в учебе, в личной жизни, в труде, в бизнесе, в управлении другими людьми пр. А если вы способны проявлять эти качества постоянно, устойчиво, убежденно – т.е. с пониманием цели действий, то достигните успеха в решении многих жизненно важных и трудных задач.

Ниже я привожу основные педагогические принципы спортивного воспитания, используемые тренерами в работе с юными спортсменами:

Принцип опоры на незыблительную национальную традицию. Воспитывая у молодежи с помощью педагогических и народных традиций уже с раннего детства вышеупомянутые три качества – целеустремленность, настойчивость и терпение китайское общество как бы создает себе невидимую «китайскую стену» *социально-психологической защиты* от многих негативных влияний западной культуры, от социальных болезней, которыми поражено население многих слаборазвитых африканских и западных стран, в т.ч. современной России, - это пагубные для здоровья вредные привычки двигательного образа жизни, массовая алкоголизация взрослых и пожилых людей, наркотизация детей и подростков, эротическое развращение нравственности через СМИ, снижение рождаемости и рост смертности населения и т.п. Китайское общество готовится достойно встретить *30-ые Олимпийские Игры* в Лондоне летом 2012 года и продемонстрировать западному миру определенные преимущества национальных форм спортивного воспитания олимпийцев - членов сборных команд КНР.

Принцип действия по образцу. В воспитании воли юных спортсменов в Китае у многих тренеров боевых единоборств очень популярен *метод рассказывания* историй о детстве, жизни и достижениях знаменитых китайских атлетов, представителей боевых искусств. С помощью этого метода юный спортсмен может формировать свой образец или *идеал личности*. Я знаю, что в России этот *метод рассказывания*, или как у вас его называют *метод аналогии*, не очень-то популярен. Русские тренеры в ДЮСШ приступают обучать детей спортивной технике, без рассказов об истории вида спорта, без опоры на интересные и поучительные биографические подробности выдающихся спортсменов. Да и в русских институтах физкультуры история спорта преподается сухо и слишком рационально, а о выдающихся спортсменах напоминают лишь надписи их фамилий на памятных настенных досках.

Принцип подчинения авторитету учителя. Другим важным принципом спортивного воспитания молодежи в Китае является *бесприкословное подчинение* ученика авторитету учителя-тренера. Этот педагогический принцип основывается на традиционном китайском менталитете почитания старших, что характерно и для народов Кавказа, Кореи, Японии и др. Но в постсоветской России, как мне известно, этот принцип теперь действует извращенно, особенно в воспитании новобранцев в армии. Нам известны факты насилия старослужащих над новобранцами в армии РФ, скандалы об избиениях рядовых и о неуставных отношениях. Что вынудило русское общество контролировать действия младшего и среднего командного состава в армейском воспитании новобранцев родительскими комитетами. В российском же детско-юношеском

спорте, как мне известно, этот принцип тоже не популярен, ибо родители реагируют жалобы детей, часто вмешиваются в «жесткие» действия тренеров.

Принцип единства физического, трудового, патриотического и религиозного воспитания. Как известно спортивное воспитание в современной России, как и в большинстве западных стран, отделено от трудового, так и от религиозного воспитания. Хотя, как я знаю, многие российские спортсмены носят нательные кресты, но не расчленяют в своем сознании понятий об их Родине (патриотизм) и государстве (гражданство). В Китае же патриотическое и религиозное воспитание органично взаимосвязаны, спорт рассматривается как труд, западный профессиональный спорт в Китае не популярен. Коммунистическая идеология в Китае не препятствует проявлениям религиозности спортсменов, власти не преследуют верующих спортсменов, использующих различные буддийские психотехники для своей психологической подготовки к соревнованиям. Такая комплиментарность методов китайского физического воспитания учащейся и студенческой молодежи формирует целостное состояние спортивной воспитанности личности, обучает юных спортсменов быть полноценными членами как своей семьи, так и команды, общества и государства. Буддийские методы медитации, используемые в психологической подготовке спортсменов, тренируют способность к концентрации внимания на цели соревнования, способствуя поддержанию у юных спортсменов состояний спортивной формы.

Принцип научного заимствования с Запада. Этот принцип больше относится к заимствованию специалистами Китая не столько воспитательных методов, которые сохраняют свой национальный характер даже в китайском районе Лос Анжелеса в США, сколько новейших научных знаний и методов спортивной тренировки и психологической подготовки к соревнованиям, разработанных и апробированных в спортивными специалистами Западных стран, в т.ч. в США, СССР, Германии и др. Западные методы психологической подготовки рациональны, а восточные – иррациональны. Если их уметь сочетать, то в работе с юными спортсменами, то можно достичь лучших результатов, нежели применяя их по отдельности. Современные информационные технологии, мобильная электронная связь, спутниковое телевидение и Интернет позволяют осуществлять спортивным специалистам интенсивный обмен информацией о научных достижениях в области воспитания, образования, культуры и спорта, что доступно теперь всем технически развитым странам мира. Мы, китайцы, как и русские специалисты, всегда готовы к взаимному обмену научной информацией, в т.ч. и в спорте.

Литература:

- Воронов И.А. Психотехника восточных единоборств. Под ред А.Е.Тараса. Мн.: Харвест,2005. – 432 с.
- Долин А.А. Кэмпо – традиция воинских искусств. 3-е издание. Г.В.Попов/ М.: Наука, 1991. – 429 с.
- Ляо Шоулюй. Эмейская школа Багуа-чжан: теория и практика. Ян. / Пер.с англ. – К.:София, 1997. – 400 с.

- *Пуни А.Ц.* Волевая подготовка в спорте / Методич. указ Л.: Изд ГДОИФК им. П.Ф.Лесгафта, 1971. – 25с.

- *Цин Цзен.* Принципы спортивного воспитания китайской учащейся Студенческой молодёжи // Вестник Балтийской педагогической академии. Вып. 77, 2007, с.93-96.

- *Barioli C.* Kung-fu, l'art chinois du combat. Paris, 1976.- 187 p.

НУЖЕН ДИАЛОГ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ С ГОСУДАРСТВОМ ПО НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕЕ:

ФИЗИЧЕСКОЕ И ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ – - БАЗОВАЯ ОСНОВА УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ РОССИИ (К вопросу о национальной идее)

В.У.Агеевец

На протяжении уже многих лет в нашей стране ведутся дискуссии по поиску т.н. **национальной идеи** – общенародного представления о смысле жизни, общего понятия о служения обществу и государству, о смысле общественной жизни, выражающего общенародную идеологию, родовую цель существования и развития нашего общества с новым государственным строем. В советский период функцию *национальной идеи* для России выполняла марксистско-ленинская идеология с её коммунистическим лозунгом: «Всё для блага человека!». Чем окончились эти «блага» для здоровья нации мы теперь хорошо знаем. Но вот вопрос так и остался открытым, и теперь обращен не к политикам, которые часто меняют свои взгляды и идеи, а к психологам. – что за *тип личности тех людей*, которые будучи нашими вождями, довели СССР до краха и в одночасье сломали Советскую власть. Почему-то китайцы, корейцы, вьетнамцы, кубинцы не отказались от социализма и развивают свою рыночную экономику в народном ключе. Но теперь поздно сожалеть об уже произошедшем. Нужно принимать социальную реальность как она есть и делать всё, чтобы молодежь России крепла духовно и физически. Уже явно назрела необходимость новой идеологии новой России и она нынче явно заявляет о себе в **идее о здоровье нации**. Перфразируя известный афоризм Сократа я бы уточнил его так: «Здоровье человека для общества – это не всё, но человек без здоровья для общества – ничто!»

Возрожденная ныне в России Православная церковь в качестве *национальной идеи* предлагает обществу т.н. «русскую доктрину», т.е. веру в помощь Свыше и в счастье на Том свете. К сожалению Православная *национальная идея* не оправдывает наших педагогических надежд, церковь не спасает общество от болезней, от СПИДа, от наркомании, преступности, а государство – не спасает нас от бюрократизма и коррупции чиновников, от кризисов в экономике, от бедности подавляющей массы трудящихся. Но если человек, как член общества, здоров, то легко переживет лихолетье и сделает для общества то, что бы оно выжило вместе с ним. Общества нет без людей, - вместе с духовными и физическими болезнями людей гибнет и общественный строй, что в России уже подтверждено 1917-ым и 1991-ым

годами. Теперь мы перед выбором – либо здоровье людей и общества, либо снова гибель. Но известно, что *жизнь – это движение*. Поэтому нам нужно искать спасение в движении, в возрождении массовой физической культуры и спорта в России.

Занятия физкультурой и спортом дают человеку ощущение здоровья, а оно – *высшее благо*. Однако в рыночном обществе каждому взрослому гражданину России теперь приходится думать о личных возможностях выживания по русской поговорке: «На бога надейся, а сам не плошай». Более десяти лет назад, творчески обсуждая эту же самую проблему со своими коллегами-учёными, членами только что созданной в Санкт-Петербурге «Балтийской Педагогической Академии», мне уже было ясно, что знаменателем всех этих дискуссий по определению *русской национальной идеи*, в конце концов, будет общепризнанное стремление всех слоев нашего общества к обретению утраченного в последнем столетии крепкого в прежние века *физического и духовного здоровья русских людей, трудящегося человека из народа*.

Для нынешнего состояния здоровья русского народа не прошли бесследно царские перевороты и расстрел царской семьи, революции, периоды голода, бесчинства большевиков и геноцид, братоубийственные гражданские войны, жестокая схватка с фашизмом, политические репрессии, Горбачевская перестройка, смена государственного самодержавия на не состоявшийся социализм и затем снова смена социализма на дикий капитализм, затем «прихватизация» народного добра кучкой олигархов и вот теперь мы снова вынужденно возвращаемся к так и неосуществленной *национальной идее* социализма – к *идее здоровья нации*, но теперь уже в условиях рыночной экономики.

Но несмотря на смутные времена и вновь надвигающийся глобальный экономический кризис наше Российское общество продолжает развиваться, государство крепнет и учёные должны изучать и помогать политикам и руководителям государства направлять этот процесс. Но, к сожалению, социальный заказ учёным на эту помощь в сфере физической культуры и спорта отсутствует. Может быть трудно разобраться, кто же теперь прежде всего должен заботиться о *здоровье нации*, а конкретнее о *физическом и духовном здоровье молодежи*? – Кто по отдельности или все сразу? - министерства, ведомства, Госдума, городские или муниципальные власти, частные или общественные ФСО? Нет четкости, нет ясности, все тянут одеяло только на себя. И кто ближе к государственной кормушке, у того и кусок жирнее. Новый Закон РФ по физической культуре и спорту несовершенен, слабо отражает социокультурную и спортивную реальность и ожидаемую перспективу до 2020 года, чем уже пользуются дельцы от спорта.

Обобщая вышесказанное констатирую, что в России нам теперь, по всей видимости, не до массовой физической культуры и спорта, ибо приходится расплачиваться морально и здоровьем народа за вековые соци-

ально-политические шатания, за варварские церковные и политические реформы, за бездумное подражание заморским модам, за импульсивные революционные большевистские перевороты, за детскую веру в «светлое будущее», за ожидания лучших правителей, за принятие лучшей Конституции, за завоевание в мире главной имперской позиции, за внушение народу коммунистических мифов и пр., и пр. Но всё «лучшее», в конечном итоге, сводится к потребности людей в здоровье и в нормальной общественной и семейной жизни каждого и всех вместе.

В одном из своих публичных выступлений на годичной научной сессии Балтийской Педагогической Академии в июне 1995 года в Санкт-Петербургском «Доме учёных» я говорил, что «допуская педагогический брак, безответственность и несерьезность в системе формирования и подготовки юного гражданина к предстоящей жизнедеятельности, нация обрекает себя на болезни и страдания в настоящем и будущем. **Здоровье и процветание нации!** – вот идеологическая задача нашей работы» (В.У.Агеевец, 1996. с.35).

С тех пор прошло 12 лет, уже много воды утекло, а воз и поныне там. Государство пытается «накачивать мускулы», восстанавливая нашу армию и экономику страны на рыночных основах, но пока всё ещё упускается главное – физическое и нравственное детей, воспитание учащейся и студенческой молодежи. Конечно, жизнь налаживается, горожане остро не нуждаются в еде, питье, тепле, одежде, в жилье, в личном транспорте (улицы городов теперь страдают от автомобильных пробок), но жители мегаполисов стали всё острее нуждаться в *индивидуальном здоровье* и в *семейном благополучии*, а проблема физического и духовного здоровья молодёжи по-прежнему так и остается не решаемой.

Сложности в формулировке и обосновании *национальной идеи* **возникают** прежде всего из-за её многоаспектности. Но потребность в объединяющей всех и каждого *национальной идее* с каждым годом в России неуклонно возрастает. Раньше, в советские времена это была идея «светлого коммунистического будущего», а сейчас более реалистична другая – идея физического и духовного *оздоровления нации*. И процесс вызревания этой национальной идеи уже совершается. Идея обретения нашим народом физического и нравственного здоровья, долголетия и благосостояния граждан пронизана мечтами о счастье, она отражена в русском народном фольклоре, в художественной литературе и искусстве, она переживается в творческой деятельности, в двигательной активности и общении, в преодолении трудностей жизни и достижении поставленной цели.

И хотим мы того или не хотим, в умах и сердцах оптимистически настроенных граждан России – руководителей и менеджеров, учителей, домохозяек, священников, рабочих, ученых, военнослужащих и т.д., постепенно вызревает общая и понятная для всех идея о том, что *быть физически и духовно здоровым человеком есть высшее благо*, стремление к которому поощряется нашими инстинктами, волей к жизни, силами Неба и Земли.

Не нужно доказывать, что *сущность национальной идеи*, её смысл и языковое клише, должны соответствовать смыслу тех принципов, которые

официально провозглашаются «сверху» нашими лидерами и политиками с высоких государственных и думских трибун, что со всей очевидностью отразилось в содержании ежегодного послания президента РФ В.Д. Медведева Госдуме РФ в ноябре 2008 года. Но, с другой стороны, т.е. «снизу», национальная идея должна выражать глубинные, ежедневно и без слов душевные переживания гражданами родовых смыслов их собственной («Я») и общественной («мы») жизни. Но каждый знает, что где-то существуют «они», думающие иначе и, возможно, желающие нам несчастья, гибели. Осетино-Грузинский конфликт 2008 года доказал это со всей очевидностью. О том же напоминает нам и история Государства Российского. Вот почему так важна национальная идея, сплывающая нас вне зависимости на различия в родном языке, профессии, вероисповедании, в имущественном цензе.

Предполагая и другие формулировки *национальной идеи* для современной России, считаю возможным, а по существу и объективно необходимым, рассматривать в её следующий вариант: **«Физическое и духовное здоровье граждан России есть базовая основа устойчивого развития российского общества и укрепления государства!»**. Мне думается, что потребуется как минимум сто лет, т.е. 3-4 поколения россиян для того, чтобы в борьбе за лучшую экологию труда и жизни народы России, в особенности горожане, вновь обрели крепкое здоровье, которым всегда славились наши предки.

Литература:

- *Агеевец В.У.* Путь к здоровью и процветанию нации лежит через образование, физическую культуру и спорт // Вестник Балтийской педагогической Академии. Вып.6, 1996.- с.33-37.

- *Агеевец В.У.* От курсов П.Ф.Лесгафта до Академии физической культуры им. П.Ф.Лесгафта. СПб.: Изд. Олимп-СПб, 2004.- 224 с.

- *Туркин В.Ф.* Дорогами мужества. СПб.: Олимп-СПб, 2005. – 108 с.

РОССИЯ НА ПЕРЕПУТЬЕ – ЛИБО МЕДЛЕННО ВЫМИРАТЬ, ЛИБО ВОЗРОЖДАТЬ ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ

Е.Л. Сафронов

На дворе двадцать первый век. Пришла пора бить тревогу государству по сохранению здоровья подрастающего поколения, не на словах, а на деле проявлять заботу об укреплении здоровья нации. Если пустить беду, которая уже заявила о себе и ждет своей полной победы, придется горько пожалеть. А симптомы уже налицо – сообщения в новостях по центральным каналам радио и TV, как правило, начинаются с информации не о созидательных и заряжающих народ радостью событий о строительстве новой России, о созидательном труде её народов, а с

траурных событий – с жертв автокатастроф, с пожаров, с криминальной хроники, с сообщений о надвигающемся финансовом кризисе, с жертв стихийных бедствий и террористических актов, с сообщений о числе погибших в военных конфликтах в горячих точках и пр.

Да, негативная информация о событиях в стране и в мире по каналам СМИ важна, но не в таких глобальных объемах и не в первую очередь, как это имеет сейчас место в России. Явное преобладание негативной информации по каналам СМИ формирует минорный социально-психологический климат в обществе, провоцирующий людей на совершение ошибок в общении и совместной деятельности, что порождает «снежный ком» негативных поступков и действий, способствует нарастанию массового психического напряжения у воспринимающей информацию СМИ аудитории респондентов. Неужели руководители радио и теленовостей этого не понимают? В организме негативное не должно подавлять позитивное, иначе – тревога, невроз, болезнь, смерть. Руководителям наших СМИ пора бы уже определиться, что для них главнее в выборе: «Стакан на половину пуст или стакан наполовину полон?». Если им трудно определиться, пусть представят, что речь идет о французском *коньяке в стакане*, и тогда они сразу поймут, какова должна быть психологически оздоравливающая нацию стратегия принятия решений по управлению СМИ.

Если для вас «стакан наполовину пуст», то это означает некрофильскую установку на дальнейшее снижение социально-психологического потенциала выживаемости, а если «наполовину полон» - установку на повышение потенциала выживаемости. По-видимому, настало время существенно минимизировать объем негативной информации в СМИ о человеческих несчастьях, убийствах, похищениях детей, о всевозможных трагических событиях, - коллективная психика народа уже напичкана этой разлагающей нас изнутри социальной информацией.

Наоборот, чтобы нейтрализовать пессимизм народа пора перевернуть эти «песочные часы» СМИ и «сыпать» информацию наоборот, чтобы горка оптимизма народа с верой в будущее России и в счастье каждого гражданина возросла. Нужны государственные решения по максимизации объемов оптимистической информации в СМИ о достижениях в строительстве нового общества, о победах на трудовом фронте, об изобретательстве и творческих достижениях наших конструкторов и учёных, о трудовых подвигах крестьян и бизнесменов, об успехах в спорте, о надеждах на счастье молодоженов, о беззаботных играх наших детей, о радостях ветеранов ВОВ и труда, об уверенности пенсионеров в спокойной старости наших бабушек и дедушек и пр.

Настало время государству определиться и выбрать между перспективой вымирания и перспективой **возрождения здоровья нации**. Массовая физическая культура и спорт – вот то, что способно реально возродить в народе русское здоровье, восстановить мировой спортивный престиж России на Олимпийской арене. Однако итоги 29-х Олимпийских

игр в Пекине заставляют серьезно задуматься о том, что же ждет Россию на XXX Олимпийских играх в Лондоне в 2012 году?

Даже у оптимиста, который прочтет эту статью, вероятно, возникнут сомнения в перспективности изложенных здесь идей, он подумает о том, что очередной автор сгущает темные краски и наводит «тень на плетень». Но богатые наш журнал не читают (они читают глянцевого), своим коллегам по педагогическому корпусу посмею заметить, что сам являюсь оптимистом и именно это мое качество заставляет признать реальное положение вещей не в розовых очках, а как оно есть на самом деле.

В 2007 году коэффициент естественного прироста населения в РФ на 1000 человек составил: – 5,1. Из тысячи родившихся детей 11, 1 умерли. Больше миллиона мужчины нашей страны ежегодно спиваются, не доживая до пенсионного возраста, а женщины покидают нас, едва успев выйти на заслуженный отдых. Инфаркт миокарда, в последнее десятилетие «прилип» уже к 28-35-летним гражданам. Ежегодно сердечно-сосудистые заболевания уносят жизни более одного миллиона человек. Онкологические заболевания в нашей стране - второй по жестокости «палач», лишаящий жизни граждан. У нас более 5 миллионов наркоманов, около миллиона бездомных подростков, более миллиона граждан сидит в тюрьмах, стабильность семейной жизни явно нарушена.

По данным на 2007 год население нашей Великой России составляет 141377, 7 человек. По прогнозам к 2015 году нас останется уже 136009, 9, а к 2050 году всего-то 109187, 3 человека! Европа с НАТО наезжают на нас с Запада, а со спины с Востока скоро будет наезжать Китай. Не веселая перспектива, не правда ли? Пора разбираться в причинах и следствиях серьезно, а не по-актёрски в СМИ. На позолоченных стульях и трибунах правды нет, что было хорошо известно Остапу Бендеру.

Жизнь с небывалой легкостью подталкивает нас к пассивному *ленивому поведению*, а пассивность есть причина неудач в жизни и в карьере. Пассивность блокирует понимание того, что от многих недугов каждого из нас могут спасти только сознательные и активные действия, движения нашего ума и тела. К сожалению, с одной стороны мы стремимся ко все большему комфорту, к уюту и материальным благам бытия, но с другой, в результате этого, - утрачиваем естественные способности к выживанию, к активной борьбе за жизнь и личное самоутверждение в этой жизни. Однако именно спорт и физическая культура не дают нам забыть о том, что *жизнь – это движение*.

Уже на заре пещерного существования человеку, для того, чтобы выжить, было необходимо осуществлять множество действий, связанных с физическими нагрузками и необходимостью противостоять экстриму природных стихий первобытной эпохи. Нынешняя утрата потребностей людей к активному движению ради выживания эквивалентна умиранию и смерти. Теперь наши «пещеры» защищены от сюрпризов природы и

бесцеремонного вторжения недруга. Добывать огонь для обогрева жилья и приготовления пищи первобытным способом не нужно. Вместо того чтобы отправиться на охоту за зверем, или поработать в поисках пропитания палкой – копалкой, ходим в магазин, вечерами сидим под абажуром с электролампой. Несмотря на то, что отдельные категории граждан застряли в периоде промискуитета, как правило, люди для жизни выбирают единственного постоянного партнера, отношения с которым, если повезет, становятся гармоничными, размеренными и спокойными.

Двадцатый и двадцать первый век подарили нам множество войн, но и приятных открытий, облегчающих жизнь. Наши прадеды, в свое время даже не могли мечтать о том, что можем позволить себе мы. Среди подобных привилегий – *экранный зависимость* от современного телевизионного вещания и компьютеризации образования, управления, сферы развлечений и досуга. Расстояния, еще недавно казавшиеся огромными, мы преодолеваем теперь за считанные часы. Наши прадеды не могли даже вообразить, как при желании и возможностях в выходной можно слетать из Санкт-Петербурга в Москву на ужин и вернуться обратно (правда это только для тех, кто любит мусорить деньгами).

А деньги? Ныне они заменили почти все качества личности, - всё продается и покупается кроме одной вещи – *истиной любви и веры*. А они – эти истинные состояния нашей личности, все больше и больше сжимаются как шагреновая кожа в известном романе Бальзака, и все больше и больше прячутся вглубь нашей души. Семья, школа, церковь, бизнес, государство, - слишком много в жизни каждого из нас претендентов на душевные отклики нашей личности. Как же нужно воспитывать личность, что бы иметь ключ доступа к душе человека? Хоть кто-нибудь вразумительно ответил бы на этот вопрос из нынешних педагогов-профессоров с докторскими степенями? Государственные учёные мужи – тоже не знают, а Алексей-II уже помер, его уже не спросишь об этом.

А что делает с душой человека все более узкая профессиональная специализация? Для того чтобы быть полезным обществу и обеспечить себя необходимыми материальными средствами для жизни, человеку теперь достаточно стать лишь специалистом своей узкой профессии, скажем, менеджером по продажам или стрелочником на ЖД. Идея всестороннего и гармоничного развития личности, столь популярная в нашей стране в 50-70е годы, теперь уже ушла в прошлое, а учёные-энциклопедисты, вроде В.И.Вернадского, тоже уже вымерли. Многосторонняя научная компетентность человека перестала быть актуальной еще в середине двадцатого века. Все больше воплощается в жизнь разделение и узкая специализация труда. В этой связи, мы овладеваем, по большому счету, только теми знаниями и навыками, которые гарантируют нам возможность надлежащего исполнения своих профессиональных обязанностей ради выживания. В связи с компьютеризацией это особенно характерно для работников умственного труда, делающих их «думающим придатком» компьютера. Разве *наша*

национальная идея может поощрять такое состояние нашего социального бытия?

Стремясь быть высококвалифицированным представителем профессии, связанной с умственным трудом, современный гражданин все больше времени проводит у компьютера, сидит как паук в паутине Интернета, читает только литературу по специальности, забывает о движении и спорте и не заметно для себя старится, превращаясь в биоробота с человекообразным телом и умом. Необходимость развиваться и совершенствоваться физически уже не является для человека информационного общества столь очевидной, как раньше, а желание заняться физическими упражнениями и спортом посещает далеко не каждого молодого представителя какой-либо интеллектуальной профессии. Зато у молодежи активировалась компенсационная потребность «встряхнуться» пивком, джи-ном, покурить гашиша, глотнуть или вколоть что-нибудь более «радостное». Все это грозит нам «ленивыми» болезнями, преждевременным снижением умственно-познавательной активности, потерей работоспособности.

Еще *Петр Францевич Лесгафт* в конце XIX века писал: «Несоответствие слабого тела и развитой умственной деятельности неизбежно окажет отрицательное влияние на человека. Такое нарушение гармонии в постройке организма не останется безнаказанным. Оно неизбежно повлечет за собой бессилие внешних проявлений. Мысль и понимание могут быть, но не будет надлежащей энергии для последовательной проверки идей и настойчивого проведения и применения их на практике». Но все же? Может быть наше национальное спасение в возрождении массовой физкультуры и спорта? Сейчас многие учёные склоняются к этой версии.

И всё же есть еще у нас надежда на новый Олимпийский виток в развитии ФКС в стране и обретение утраченного *здоровья русской нации* (русские являются доминирующей нацией в России (более 70% граждан)). Руководители нашей страны уже стали осознавать остроту данной проблемы и уже осуществляют политику по поддержке *физкультурной активности населения*, что не может не радовать. Однако для того, чтобы такая политика дала свои ощутимые результаты необходимо осуществлять претворение ее в жизнь комплексно на нескольких уровнях: государственном, межгосударственном, внутринародном, т.е. общественном, на муниципальном и коммерческом уровнях, т.е. на местах. А чиновник от спорта думает только об одном – как не прогадать и «снять пенку» с *нацгоспроектов* по развитию ФКС и строительству новых спортсооружений.

Другими словами, кроме декларирования в прессе и с высоких трибун о нацпроектах по развитию ФКС в стране, необходимо предвидеть и заранее предупредить чиновничьи манипуляции по «снятию пенки» с госсредств на реализацию этих нацпроектов. А для этого нужно, чтобы общественные инициативы по развитию ФКС в стране также учитывались. Необходим народный публичный контроль госчиновников от спорта,

распоряжающихся кредитами на реализацию нацпроектов по спорту. И это должно быть прерогативой законодательства по ФКС в нашем государстве. Почему *общественные спортивные организации* в нашей стране не признаются по законам РФ в новом Законе РФ по ФКС равными в правовых отношениях с частными, муниципальными и государственными ФСО? Получается, что крах СССР нарушил в России не только связь поколений, но и право представителей молодого поколения на равные возможности физического совершенствования не зависимо от организационно-правовой формы ФСО, от экономического статуса родителей детей, занимающихся в секциях ФСО. Получилось теперь так, что ребенок бедных родителей обречен на физическое недоразвитие в сфере ФКС по сравнению с ребенком богатых родителей.

Получилось теперь, что у богатых родителей – одни права и возможности в создании условий для физического развития их детей, а у бедных гражданские права формально по конституции РФ вроде бы те же, что и у богатых, а реальных средств для их реализации в физическом воспитании ребенка средствами ФКС нет. Вот вам и *социальная справедливость* в нынешней России в сфере ФКС по сравнению с Советской Россией. Получается не российский социализм, а «адамо-смитовский капитализм» (см.: К.Маркс. Капитал М.: Политиздат, 1954). В СССР такой социальной несправедливости не было, - у граждан были равные права и равные возможности всех родителей для занятий их детей спортом, в т. ч. бесплатные профсоюзные путевки для детей малообеспеченных семей в летние пионерские и спортивные лагеря. В Советскую эпоху не на бумаге, не на экране TV, а реально на деле процветала массовая физкультура и массовый спорт для молодёжи и населения, о чем ныне остались воспоминания. Если крах СССР случился из-за прогнившей политики КПСС вместе с мозгами её лидеров. то народная физкультура и спорт не имеют к этому гниению власти никакого отношения. Наоборот, *национальная физическая культура и спорт всегда были и поныне остаются оплотом и базисной основой физического и духовного здоровья нации.*

При отсутствии в государстве надлежащего социального режима физической двигательной активности граждан – а это дает прежде всего ФКС, при недооценке обществом и государством *национальной идеи о здоровье нации*, системно реализуемой средствами физической культуры и спорта, неминуемо фенотипическое *ослабление* и генотипическое *вырождение* народов страны. Однако, необходимо не столько индивидуальное *воздействие* средств ФКС, а их комплексное массовое воздействие на различные социальные и возрастные группы населения. Исходя из данной позиции мы и выделяем три этапа решения вышеуказанной задачи.

Первый этап должен ознаменоваться повышением статуса и имиджа специалиста физической культурой и спортом в нашем обществе. Сейчас

этот статус и престиж специалиста ФКС очень низок, прославляют в основном политиков, банкиров, артистов, т.е. *потребителей здоровья нации*.

Второй этап должен стать периодом конструктивной модернизации системы образования в секторе физического воспитания с целью расширенного воспроизводства здорового поколения россиян.

Третий этап станет этапом разработки и реализации индивидуально ориентированных методик физического воспитания для граждан всех слоев населения. Это означает, что каждый человек, или, по крайней мере, каждая социально однородная группа людей, сможет беспрепятственно заниматься физической культурой индивидуально или коллективно по современным научно-обоснованным методикам.

Убежден, что такая стратегия в реализации оздоровительного потенциала физической культуры и спорта будет способствовать становлению России в качестве страны с *богатым генофондом* здоровых поколений её граждан.

Литература:

- *Киселев Ю.Я.* Победы: размышления и советы психолога спорта. М.: Изд. Спорт-Академия-Пресс, 2002. – 328 с.

- *Медведев А.Д.* Стенографический отчет о совместном заседании Президиума Госсовета и Совета при президенте РФ по развитию физической культуры и спорта. 14 октября 2008 года. Московская область. Одинцово. Интернет = ресурс.

- *Пешков А.И.* Философия спорта \ Хрестоматия. СПб.б 2Олимп-СПб». 2005. – 234 с.

Федеральный закон РФ от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

К ВОПРОСУ О НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕЕ В АСПЕКТЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРАВОВЫХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ⁶

О.И.Волков, И.В.Минин, Б.В.Мяконьков, Д.Н.Павел, Ю.Т.Тимофеев

В социально-экономическом плане сейчас в России больше всего бедствуют детские тренеры, работающие в физкультурно-спортивных организациях (ФСО) с *общественной формой собственности*. Существующая сейчас в стране несовершенная система оплаты педагогического и организационно-управленческого труда спортивных специалистов в системе детско-юношеских спортивных школ и училищ олимпийского резерва морально блокирует позитивную профессиональную мотивацию тренерского труда, что так или иначе ослабляет спортивный потенциал страны,

⁶ *Федеральный закон РФ* от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (*Интернет-ресурс*).

способствуя и ослаблению физического и духовного здоровья нашей молодежи.

Руководители *общественных ФСО*, в которых основой формой спортивно-воспитательной работы являются секционные занятия с детьми, вынуждены сейчас выкладывать за аренду школьного спортивного зала львиную часть своих доходов от платных услуг специалистов. Директора общеобразовательных школ, как в сказке А.С.Пушкина «о золотой рыбке», неуклонно повышают арендную плату школьных спортзалов. Общественные ФСО вынуждены платить за аренду спортивного зала секционных занятий детей и подростков львиную долю из своего скромного бюджета. На зарплату тренерам-общественникам остаётся минимум, но они работают, что называется «не за деньги, а за совесть». Новый *Федеральный закон по ФКС*, вступивший в силу с 01 января 2009 не обеспечивает должной социальной защиты детских тренеров общественных ФСО, не уравнивает их в своих правах с тренерами, работающими в государственных, частных и муниципальных ФСО (ФЗ РФ от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ).

Авторам данной статьи не раз приходилось слышать в личных беседах с руководителями государственных спорторганизаций, что *общественные ФСО «это для нас ничто», «они хотят лишь одного – прорваться к бюджетным деньгам!»*. А разве это противоестественное желание ради выживания в условиях несовершенного законодательства по ФКС в РФ?

И действительно, в **Конституции РФ** (от 12.12.1993г.) в статье 9 указывается на правомочность лишь частной, государственной, муниципальной и «иных форм собственности», а общественная форма собственности даже не упоминается в качестве правомочной, но возможно подразумевается под словами «иных форм собственности». При этом **частная собственность** в тексте статьи приоритетно ставится на первое место по отношению к государственной и иным формам собственности. А если это так, то для нас, работников общественных ФКС, это означает, что мы имеем дело с капиталистическим государством, которому мало дела до развития массовой ФКС, до возрождения здоровья трудящихся и охране здоровья подрастающего поколения средствами ФКС. В таком случае ни о какой **национальной идее** о здоровье нации и мечтать не приходится, но мы продолжаем не только мечтать, но работать на эту идею. Однако несовершенство правовой базы ФКС бьёт прежде всего по нашим детям, затрудняя их доступ к занятиям спортом в наиболее массовых в стране общественных ФСО.

Но *общественная форма собственности* в России законно существует. Значит и «*общественник*» в спорте имеет равные права по Конституции РФ с «*государственниками*», «*частниками*» и «*муниципалами*» в сфере организации ФКС в стране. Только вот незадача – *общественники* добывают свой хлеб и средства сами, а *государственные ФСО* содержатся на госбюджете. В дополнение к этому руководители госспортсооружений, как правило, имеют «навар» от аренды спортзалов своих государственных ФСО, а *общественники*, не имея своих

спортсооружений, вынуждены платить им «арендный оброк» как с крепостных крестьян за землю при Николае I. В связи с этим психологически закономерным и понятным является «господская позиция» руководителей государственных ФСО по отношению к руководителям общественных ФСО, вынужденных им кланяться из-за проблем аренды как *царским помещикам*.

Такое положение дел наносит не только моральный, но и существенный педагогический ущерб в решении задач нравственного воспитания нашей молодежи средствами физической культуры и спорта. Уже назрела необходимость в реальном, а не формальном (ля «думской галочки», как это сейчас наблюдается), совершенствовании законодательства по ФКС в стране.

В новом Законе по ФКС (гл.1., ст. 4.1) указывается, что законодательство о физической культуре и спорте В Российской Федерации основывается на *Конституции РФ*, но о *правовых формах собственности в РФ*, на нормативной основе которых организуется, осуществляется, управляется и контролируется государством деятельность ФСО, в данном Федеральном Законе не упоминается. Но поскольку сейчас в стране начал активно обсуждаться вопрос о разработке действенной стратегии развития ФКС на перспективу до 2020 года, то встает и вопрос о признании правомочной *общественно-государственной формы* ФСО наряду с государственной, частной и муниципальной формами ФСО. Если уравнивать их в правах, то тогда может решиться и вопрос о законной поддержке государством общественных ФСО. Сейчас же общественные ФСО в государстве – на правах Золушки. Получается, что армия спортивных тренеров-общественников для государства это специалисты второго сорта, а специалисты государственных ФСО – первого сорта. Ну а «частники» и «муниципалы» какого сорта? Законы в РФ на то и создаются, чтобы все граждане и специалисты были в своих правах равны перед ним.

При дальнейшем размышлении над вышеупомянутой статьей Закона РФ по ФКС возникают и другие вопросы. Например, о каком *реальном*, а не о *виртуальном*, т.е. только прописанном в статье 4.1, *свободном доступе к занятиям ФКС для всех категорий граждан и групп населения РФ?*, идет речь в этом законе, если *игнорируется даже упоминание о различных правовых формах собственности*, на основе которых формируются, финансируются, функционируют, развиваются, управляются все ФСО в стране? Опять упираемся в тот же «пенёк» - госчиновники ФСО – люди белые. А руководители общественных ФСО – люди с темной кожей. Дискриминация – налицо! Американцы, не говоря уже о китайцах, видимо, намного умнее нас - новый американский президент явно не белокожий.

Между тем в нашем государстве законодательно регламентированы в организации деятельности ФСО, как и любых других юридических лиц – четыре формы собственности: **общественная, муниципальная, частная и государственная** формы собственности. В **статье 3** (гл.1, п. 3.1): «Основные принципы законодательства о физической культуре», по тексту статьи

законодательно определяется (без слова «гарантируется»), что наше государство осуществляет:

«1) **обеспечение права каждого на свободный доступ к физической культуре и спорту** как к необходимым условиям развития физических, интеллектуальных и нравственных способностей личности, права на занятия физической культурой и спортом для всех категорий граждан и групп населения».

Бесспорно, что **ФКС** - *есть жизненно необходимое условие развития физических и интеллектуальных способностей и нравственных качеств личности занимающихся спортом*. Но в тексте данной ключевой статьи нет ни слова о *воспитательных функциях спорта*, что актуально прежде всего для воспитательного воздействия ФКС на нашу молодежь – будущее России. Понятие же о **физическом воспитании** внесено лишь в терминологический аппарат Закона (гл.1, ст.1,25), т.е. подвешено к «потолку комнаты закона» как лампочка без абажур, - свети себе свети!

Есть претензии к Закону и в связи с некорректным использованием термина и понятия о ФСО как «*коммерческой организации*». Согласно «Большому толковому словарю русского языка», термин «**коммерция**» (*коммерческая сделка*) - *торговля, торговые операции*» (С.И.Ожегов, Н.Ю.Шведова, 1995, с.281), использован в качестве ключевого в одной из основных статей Закона. Видимо автор текста данной статьи Закона решил, что в сфере ФКС *торговцами* являются все тренеры и руководители команд без исключения, все они, в т.ч. и детские тренеры в общественных ФСО, торгуют как юными спортсменами, так и своими собственными педагогическими услугами для осуществления этой торговли.

Если исходить из данной посылки, то нужен не один, а несколько подзаконов о ФКС: один - для *любительского и рекреационного спорта*, другой для *профессионального*. Но если они уже свалены в одну кучу, объединены в один Закон, то нужно было бы дифференцировать понятие о *спорте как игре* от понятия о *спорте как особом виде труда*. Тогда и вопросов к *законотворцам* было бы меньше. И тот факт, что теперь на Олимпийских играх оба вида спортивной деятельности - *любительский и профессиональный спорт* - объединяются в понятии «участник соревнований», не снимает их различий в правовом отношении, что, однако, не является основанием их противопоставления я или недооценки в новом ФЗ РФ о ФКС. [А.А.Крылов, 1998, с.48].

Коммерческий подход в решении задач организации физического воспитания и спорта подрастающего поколения и населения страны *педагогически неперспективен*, хотя и обоснован действующим в нашем государстве законодательством РФ по предпринимательской деятельности. Ни с морально-нравственных, ни с позиций общественно-воспитательных функций спорта данный новый закон не выдерживает критики. Если его авторы будут и далее настаивать на *приоритете коммерческого принципа* государственной организации, например, детско-юношеского спорта. то это будет лишать его моральной и общественной – педагогической поддержки. А

о каком полноценном физическом и нравственном воспитании подрастающего поколения можно говорить, если оно будет осуществляться на коммерческой основе, а если и не на *некоммерческой основе* (как сказано в законе), то это должно подкрепляться равенством всех правовых форм организации ФСО перед Законом. Если спорт воспитывает в личности юного спортсмена *патриотизм*, как проявление любви к Отечеству, то любовь-то ведь не покупается и не продается, что делает термины «коммерческие – некоммерческие ФСО» нелегитимными. Государственные законы принимаются юристами к не из любви к законам, а на основе объективных требований в правилах и нормах управления обществом. Следовательно, когда в Законе утверждается, что физическое, интеллектуальное, нравственное и духовное воспитание подрастающего поколения осуществляется средствами физической культуры и спорта, *коммерческие цели организации спорта* должны отступать на второй план по отношению к педагогическим, воспитательным, оздоровительным задачам ФКС.

Ставя торговые, коммерческие интересы в спорте выше нравственных, эстетических, патриотических интересов спортсменов и их тренеров, мы с помощью такой «законной позиции» будем воспитывать из спортивно ориентированной молодёжи не спортсменов, а обычных обывателей-потребителей услуг спортивных специалистов. С таким *потребительским подходом* к организации спорта в стране не видать нам даже третьего места в неофициальном зачете на XXX-ой Олимпиаде в Лондоне, а ведь ещё грядет и зимняя Олимпиада в 2014 году в Сочи. Что ждет наших спортсменов в родном г. Сочи? Но, как говорят русские: «В родном доме и стены греют».

Ориентируясь на прошлый опыт массового народного и олимпийского Советского спорта и надеясь на перспективу повторения этого успеха в будущем, следует, по нашему мнению, возродить в стране общественно-государственный подход к организации массового спорта в стране по советским моделям. Ныне общественное и государственное в спорте разделено каменной стеной бюджетного финансирования только государственных ФСО.

Ибо как можно формировать высокие нравственные и духовные идеалы юных спортсменов – допустим юных *российских олимпийцев*, оценивая педагогические и воспитательные усилия тренеров и достигнутые юными спортсменами-учащимися УОРов результаты в соревнованиях только в рублях, долларах или ЕВРО, т.е. на *коммерческой основе*? Коммерческий подход адекватен для сферы профессионального спорта, тут уместно и особое трудовое законодательство в рамках гражданского права. Но сейчас же, в новом законе РФ по ФКС, все эти аспекты перемешаны и перепутаны, и разобраться трудно где что лежит и что к чему относиться?

Новый Закон РФ о ФКС (2008 г.) не ориентирован на перспективу, в нем отсутствует *мотивационный потенциал* стратегии перспективного развития нашей национальной системы физического воспитания и спорта,

ориентированный прежде всего на наше подрастающее поколение, да и о стариках, о ветеранах спорта этот закон РФ тоже забыл. А если память обрезана, то и будущего у человека нет.

Автор проекта данного Закона РФ о ФКС видимо не различает, а наоборот, отождествляет *коммерческие ценности профессионального* и *некоммерческие ценности любительского спорта*, поэтому и понятий «спортсмен-любитель» и «спортсмен-профессионал» в терминологическом обеспечении нового Закона о ФКС тоже нет. Нет и определения понятий «спорт как игра», «спорт как труд» и пр.

Согласно статье 10.1 закона (См.: глава 2 ФЗ о ФКС от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ) все виды ФСО в нашем государстве могут быть либо *коммерческими (частными. общественными)*, либо *некоммерческими* (например, *государственными, муниципальными* формами ФСО) и никаких смешанных или средних (например. общественно-государственных), т.е. переходных вариантов в организации ФСО закон РФ не предусматривает и это печально. Прimitивный торговый подход в организации ФКС, поощряющий однако процветание именно в государственных некоммерческих ФСО слабого госконтроля *реализации коммерческого подхода* в деятельности ФСО. - например, организация платных спортивных секций для детей и взрослых, сдача в аренду госспортсооружений, которые, как правило, малодоступны из-за высокой стоимости аренды для общественных ФСО, практикующих секционные занятия спортом с детьми и подростками и т.п. - , подрывает в глазах спортивной общественности авторитет государства как хранителя национальных традиций и престижа ценностей отечественного олимпийского движения.

С позиций государственного подхода - всегда ответственного перед страной и её будущностью – здоровьем подрастающего поколения граждан России, - ставить во главу угла в качестве главного принципа организации ФКС (ст.10.1) *коммерческий подход*, означает не только приземлять, но и отрицать возможность реализации *национальной идеи* о будущем процветании спортивной России.. К сожалению новый закон РФ по ФКС ставить под сомнение необходимость в нашей стране общественного физического воспитания личности средствами физической культуры и спорта, задачи которого, по мнению автора данного закона могут быть успешно решены государством на коммерческой или на некоммерческой основе, о чем автор закона упомянул в ст.10.1 раз (гл.2.) шесть раз. Используя аббревиатуру **ФСО**, привожу данную статью закона ниже дословно,

«Физкультурно-спортивные организации (ФСО) могут быть коммерческими организациями, некоммерческими организациями и создаваться в различных организационно-правовых формах, предусмотренных законодательством Российской Федерации для коммерческих и некоммерческих организаций. Создание, деятельность, реорганизация и ликвидация коммерческих и некоммерческих ФСО осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации, регули-

рующим порядок создания, деятельности, реорганизации и ликвидации коммерческих и некоммерческих организаций, а также в соответствии с учредительскими документами ФСО». Судите сами, на чем делает акцент данная статья закона РФ о ФКС?

Можно было бы и дальше продолжать наш критический анализ этого явно неудачного Закона РФ, но пора и честь знать. Однако невозможно пройти мимо определения в данном Законе ключевого понятия «тренер» (гл.1.,ст.1.24):

«Тренер – физическое лицо, имеющее соответствующее среднее профессиональное образование или высшее профессиональное образование и осуществляющий проведение со спортсменами учебно-тренировочных мероприятий, а также осуществляющей руководство их соревновательной деятельностью для достижения спортивных результатов».

Во-первых, нужно было уточнить, что в законе идет речь о *спортивном тренере* Уже с 80-х годов прошлого века в России стал популярным т.н *социально-психологический тренинг*, руководит которым психотренер (в т.ч. для руководителей организаций и квалифицированных спортсменов -Е.С.Кузьмин, М.Форверг, Н.Хрящева, Ю.Емельянов, В.Снетков и др.), На эту тему в России защищена уже не одна диссертация. Поэтому в законе важно было точно формулировать, какой тренинг (тренировка) имеется в виду - здесь ключевой термин *«спортивная тренировка»*.

Во-вторых, в статье 1.24 закона почему-то неоправданно жестко ограничен *образовательный ценз спортивного тренера*. Согласно принятому Закону спортивный тренер обязательно должен иметь среднее или высшее профессиональное образование, но профессиональное образование по какой специальности - не уточняется?

В-третьих, в образовательном цензе спортивных тренеров в тексте статьи проигнорирована их подготовка по государственной форме дополнительного профессионального образования, практикующегося в РФ с 1994 года.

В-четвёртых, - а разве мастера спорта, а тем паче МСМК или ЗМС даже без специального среднего или без высшего профессионального образования не имеют права на тренерскую деятельность в том виде спорта, в котором их спортивные достижения и профессиональное мастерство официально признано обществом?

Литература:

- *Конституция РФ*: Изд.ООО «Полиграф-услуги», 2006. – 48 с.
- *Крылов А.А.* Некоторые проблемы психологии спорта в современном мире//Вестник Балтийской Педагогической Академии. Вып.14,1998.–с.46-49.
- *Ожегов С.И.,Шведова Н.Ю.* Толковы словарь русского языка.М.: АЗЪ,1995. – 928 с.
- *Пьер де Кубертен.* Победы самого себя // Философия спорта/ Хрестоматия. – СПб.: Олимп-СПб, 2005. - с. 7-10.

РЕЦЕНЗИИ, КРИТИЧЕСКИЕ ОБЗОРЫ:

ВЕРА И НЕВЕРИЕ УЧЁНЫХ В ПОЗНАНИЕ ЗАКОНОВ ВНУТРЕННЕГО МИРА ЧЕЛОВЕКА

Рецензия на монографию А.А.Гостева: "Психология и метафизика образной сферы человека" (М.:Изд.Генезис, 2008.- 484 с.)

Предлагаемая читателю монография академика Балтийской Педагогической Академии, доктора психологических наук, профессора *Андрея Андреевича Гостева* является, с одной стороны, закономерным продолжением развития его собственного научного интереса – изучение образных форм психического отражения и их включенности в регуляцию психической деятельности человека на уровне мысленных, т.н. вторичных образов, но с другой стороны, этот фундаментальный *научный труд А.А.Гостева* является новым шагом российской психологической науки в изучении закономерностей взаимодействия рациональных и иррациональных форм сознания человека в его познавательной и практической деятельности. Поэтому будет ли научная психология служанкой христианского богословия или нет,- существенного значения для позитивной оценки рецензируемого труда а А.В.Гостева не имеет.

Можно даже утверждать, что если русскую психологию до 1917 года можно было назвать *наукой о душе*, в советский период – *наукой о ВНД* (высшей нервной деятельности), то теперь в XXI веке мы вправе утверждать, что **психология** приобрела, наконец-то, системные свойства *науки о психике* человека как системного синтеза его многообразных духовных, душевных и сенсорно-телесных способностей и свойств в отражении внешнего и внутреннего мира, и что эти миры существуют и взаимодействуют в нашем сознании и деятельности.

Такой подход в отечественной психологии ныне называют, *интегративным*, он признаёт в качестве особой психической реальности парадоксы человеческого сознания, в котором идея Бога не мешает учёным открывать ещё непознанные закономерности психической деятельности. *Интегративный подход* ныне всё больше набирает силу и сторонников среди отечественных психологов постсоветской формации, придавая русской психологической мысли колорит национального менталитета (И.Н. Антоненко, Л.И.Анцифёрова, В.М.Аллахвердов, А.А.Гостев, И.В.Карицкий, В.В. Козлов, В.В.Новиков, И.В.Курис, Т.В. Састамойнен, и др.).

Суть своей *интегративной* теоретико-методологической позиции в изучении закономерностей **ОСЧ** – *образной сферы человека*, А.А.Гостев

обозначил эпиграфом из Дж.Киплинга к предисловию рецензируемой книги: «Умей мечтать, не став рабом мечтаний», что в народной русской интерпретации означает: «На Бога надейся, но сам не плошай». Именно в этом смысловом ключе мы и прочли рецензируемый труд А.А.Гостева, и поняли его философско-смысловую канву как поддержку спотыкающейся за последние 20 лет русской научной психологической мысли, шатающейся между академическим Западом и мистическим Востоком, между социализмом и капитализмом, богатыми и бедными и др. Читая книгу А.А.Гостева, начинаешь убеждаться, что исследовательский взор наших ведущих московских коллег-психологов, наконец-то, стал проясняться.

О, наша русская многострадальная *психологическая мысль*! Она хоть и женского рода, но говорит нам со станиц монографии А.А.Гостева вполне мужским голосом Л.Фейербаха: «Идя назад, я целиком с материалистами; идея вперёд, я не с вами!». А с кем же? А.А.Гостев утверждает – *с Богом!* - с одной стороны, и с *человеческим умом* ученого-мыслителя, с другой стороны. Точно как по Рене Декарту. Прочтите монографию, сами в этом убедитесь.

Монография А.А.Гостева отпугнёт своей «ненаучностью» психолога-атеиста Советской школы, но она полезна для самообразования новому поколению психологов Русской школы, научно-познавательная мысль которых уже пытается обрести себя, вырастая не в *государственной клумбе* Московского кремля, а из под «асфальта научных воззрений» признанных корифеев мировой и отечественной психологии. Монография А.А. Гостева для нас, русских, бывших ленинградских психологов, сформировавшихся в 60-е годы в Ананьевской школы, признающих многочисленные научные открытия и заслуги западных корифеев психологии, но так и не упавших перед ними ниц, является своего рода целебным средством восстановления и путеводителем нашего и без того уже ослабленного, (если не сказать подорванного) *научного иммунитета*, нашего творческого здоровья, травмированного «вертушками политических перестроек» 1917, 1930-х и 90-х годов прошлого века. Очередная повторная замена социализма в России на нынешний полудикий капитализм с его «ваучеризмом», самодурством новых русских помещиков-олигархов, с нищетой трудового народа, с неофициальным, но очевидным подчинением церкви государству (как при Петре I) доказывает, что наша академическая психологическая наука малопрактична, она оторвана от реальной жизни гражданского общества, от государства и церкви, живущих по своим вымышленным в русской истории правилам и правовым нормам, что и показано в монографии А.А.Гостева.

«В этой связи, - отмечает автор монографии, - уместно вспомнить позицию выдающегося отечественного философа И.А.Ильина, указывающего, что русская наука не должна подражать западной, поскольку она призвана вырабатывать своё мировосприятие, стать наукой творческого созерцания для наполнения логики живой предметностью» (с.13).

Здесь сразу же хотелось бы заметить, что русская психологическая наука хотя и «должна», но часто «не хочет» (в силу *русской лени*), но всё же вынуждена впитывать в себя всё зарубежное передовое и полезное во благо обществу и подготовки национальных психологических кадров. Однако, даже то, что уже есть в психологии, новым поколением учёных должно быть понято по-новому. Это и пытается сделать А.А.Гостев, рассматривая актуальные проблемы академической психологии через призму психологии религиозной, в рамках *святоотеческой богословской традиции*. В этом-то и новизна, и «изюминка» его науковедческого подхода.

А.А.Гостев учит молодого психолога мыслить самодостаточно, по-русски, на основе российской ментальности. Его новая книга – это своего рода *энциклопедия* святоотеческого интегративно-психологического мышления, которому советских психологов не учили, наоборот – за это в СССР преследовали и карали. Теперь же, слава Богу, наступила пора серьезно взяться за ум согласно народной поговорке: «Русский медленно запрягает, но быстро везёт». *Интегративный подход* позволяет легко решать *гносеологическую дилемму* «быть психологом или казаться им», выбирая объединяющее их третье - видеть, изучать и понимать социально-психологическую реальность во всём многообразии её проявлений в сознании, в общении, в деятельности и поведении людей в социуме, наедине с самим собой, реально в деятельности и с верой в душе.

Русская научно-психологическая мысль богата, но плохо систематизирована. В ней рациональные смыслы познаваемых и отражаемых сознанием учёных закономерности психических явлений всегда связаны каким-то **образом** с иррациональными и мистическими смыслами. Связь познанного с непознанным всегда идет через **образ-модель** явления, сущность которого сначала кажется учёным непонятной, но позже становится доступной пониманию и научному знанию. Так и в случае с развитием русской психологической мысли, «зеркальцем» которой является и рецензируемая монография А.А.Гостева.

А.А.Гостев показывает в своей монографии, что именно *связь познанного с непознанным* **через образ** и переживание этой трансляционной функции психики, как в состоянии бодрствования человека, так и во сне (гл.4,с.220-258), является главным и основным регуляторным звеном психической деятельности всех людей без исключения. *Психический образ восприятия* – первичный (сенсорный) или вторичный (мыслительный), - не важно какой, главное – *психический образ*, - утверждает автор, - именно **образ** постоянно заполняет в психике человека вакуум между познанным и непознанными и создает у нас состояние веры или чувство уверенности в том, что «я знаю, что я делаю». Но как часто мы ошибаемся в том, в чем были ранее уверены, что нам казалось ранее правильным. Не является ли неспособность отличить иллюзорность наших представлений и образов восприятия от внешней социальной реальности «ахиллесовой пятой»

русской природы, в частности сподвигшей Б.Н.Ельцина одним росчерком пера развалить СССР?

В связи с вышесказанным монография А.А.Гостева по проблеме психологии и метафизики образной сферы человека является не только актуальной, но и *знаковым событием* в развитии и самоопределении отечественной психологической мысли. Текст книги изобилует примерами и ссылками на конкретные факты и труды известных психологов. В связи с вышесказанным отметим также, что и ранее автор уже высказывал свои идеи по данной актуальной проблеме в его докторской диссертации «Психология вторичного образа (субъект, феноменология, функции), СПбГУ, 2001; в ранее опубликованных монографиях: «Образная сфера человека», М., 1992; «Дорога из Зазеркалья. Психология развития образной сферы человека». М., 1998; «Образная сфера человека в познании и переживании духовных смыслов», М., 2001; «Психология вторичного образа». М., 2007.

Образная сфера человека (ОСЧ), как отмечает А.А.Гостев, предстает и является в психике каждого человека как *потенциальная возможность* символического созерцания «невидимого духовного мира». Вводимое им понятие о трансляционной функции образной сферы (с. 10) выражает идею глубинного контакта личности с многомерными реалиями внешней действительности и с собственным внутренним миром в их диалектически противоречивом единстве. В этой связи автор детально и обстоятельно на историко-психологическом и культурологическом иллюстративном материале доказывает в своей монографии трансляционную функцию переживания вторичных образов.

Особое внимание автора привлекает Святоотеческая православно-христианская традиция в *познании психологии Духа человека*, свидетельствующая о «созерцаниях горнего мира», и, вместе с тем, как бы предупреждающая «несведущих» об опасностях искажений в познании духовных смыслов бытия через образный опыт. Здесь идеи А.А. Гостева представляет несомненный интерес не только для религиозной психологии духовности, но и научной психологии, изучающих веру и духовные убеждения людей как трансляционные механизмы передачи социального опыта в ряду поколений.

Проведенный А.А.Гостевым в его монографии обстоятельный анализ психологии духовности практически отсутствуют в нашей научной психологической литературе, не говоря уже о вузовских учебниках психологии. В подавляющем большинстве этих учебников по-прежнему замалчивается значимость психологии духовного опыта познания мира, для развития личности в себе, в других людях и формирования чувства духовной общности в социальных группах и коллективах.

В своей монографии А.А.Гостев не обошел своим вниманием и проблему метафизических аспектов формирования новых социальных представлений о «глобальной перестройке» в контексте психоманипулирования сознанием людей посредством виртуализации внутреннего мира

личности в наступившей эпохе новых информационных технологий Интернета (с.354-356). Как гуманиста автора заботит неуклонное «загрязнение духовности» действием кнопочных электронных СМИ и TV, отсутствие общественного и государственного контроля за состоянием информационной экологии нашего общества, бесконтрольная власть шоу-бизнеса над душами людей, компьютерная, экранная и наркотическая зависимость у молодежи и др.

Предлагаемый А.А.Гостевым подход к ОСЧ намечает новые пути научного познания глубин онтологического единства нашего «я» с духовным миром *вне-и-внутри нас*. В своих устремлениях в земной жизни дух, душа и тело человека едины также, как едины образ, смысл, действие-поступок. И в этой связи мы полностью согласны с академиком РАО профессором В.А. Пономаренко, который в предисловии к рецензируемой монографии отметил: «Психология возвращается к своему предназначению: осмыслить сущее в человеке», а также с его словами и о том, что данная книга А.А.Гостева есть «необходимый путеводитель по научному предвидению возможностей образной сферы человека»(с.5).

В целом можно с удовлетворением констатировать, что рецензируемая книга А.А.Гостева несомненно будет интересна и полезна всем тем, кто озадачен проблемой глубинных закономерностей образно-смыслового мышления современного человека.

*И.П. Волков - доктор психологич. наук,
заслуженный деятель науки России,
президент РООУ БПА, профессор*

В ПОИСКАХ УТЕРЯННОЙ ОБЩЕНАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕИ ВОЗРОЖДЕНИЯ РУССКОГО НАРОДА

Критические заметки на кн.: «Проект Россия» (М.: Эксмо, 2007. т.1,2),
и кн.: «Русская доктрина» (М.:Яуза-Пресс, 2008)⁷

«Во mnogой мудрости много печали»
(Еккл. 1:18)

Почему анонимные авторы «Проекта Россия» (кн.1.2) захотели остаться неизвестными для читающей публики? Потому, отвечают сами анонимные авторы. Что «сегодня врага не видно. Он везде...Всякого. кто действительно представляет угрозу нынешней системе, высмеют или выставят врагами рода человеческого. Всё это мы учли и пришли к выводу:

⁷ Рецензионные заметки и критические суждения психиатра на книги: «Проект Россия» (М.: Эксмо, 2007. т.1,2) , и кн.: «Русская доктрина» (М.:Яуза-Пресс, 2008)

реальная польза делу возможна только в режиме *тотальной анонимности*, принципиального отказа от какого бы то ни было авторства» (кн.1., с. 379).

Анализируя кризисное состояние России на фоне достижений современной мировой цивилизации с её стремлением к тотальному социальному контролю личной интимной и семейной жизни граждан, к глобализации всех форм социально-экономической жизни, авторы «Проекта России» ищут выходы из тупиковых путей социального развития страны и народов России. С их критикой современности во многом можно согласиться. Но трудно согласиться с их рекомендациями по выходу России из тупика своего исторического развития.

Современное общество они характеризуют как потребительское, либерально-демократическое, в основном безнравственное, а современную эпоху – как информационно-виртуальную, оторванную от жизненно-земной реальности, «кнопочную» по технологиям управления и тиражирования социальной информации средствами современных СМИ.

Государство же они считают «социальной машиной» для манипуляции сознанием народа, специализированного с помощью функций СМИ с учётом социально-психологических и культурологических особенностей различных социальных слоев и конкретных групп населения.

Критерием профессионализма любого государственного чиновника является не его обученность и чувство гражданского долга при выполнении своих должностных обязанностей, а способность к использованию своего привелегированного положения, к «смысловому крюкачеству», умение пользоваться бюрократическим искусством «проволочек» с апелляцией к законам государства и интересам правящей верхушки.

По мнению авторов данного «проекта» новое Российское государство, пришедшее на смену Советскому, с ещё большей мощью и с большей изоциренностью подавляет слабых, защищает богатых от бедных, а цель *Российского гражданского общества* – *защита от ограбленных*. Да, задача эта не из легких, тем более, что в российских тюрьмах сейчас сидит за нарушение новых законов РФ около 1.5 миллионов заключенных. Но авторы «Проекта России» понимают, что наши беды есть следствие не только внутренних, но и глобальных кризисных явлений в мировой экономике, и т.п. Но от этого понимания нам-то лучше не становится.

Теперь бывшие советские фарцовщики, спекулянты-мошенники, чубайсовские *ваучеристы*, бывшие партийные функционеры из *местных партхозактивов* КПСС, - они уже ловко разграбили народное достояние и ныне все они словно в сказке превратились в уважаемых бизнесменов-работодателей, президентов частных и государственных компаний, и пр., Теперь они претендуют на роль буржуазной элиты Российского общества. Если советский социализм временно снял противостояние русских помещиков и буржуев по отношению к рабоче-крестьянской массе трудящихся, то ныне в сознании простых граждан возрожденный капитализм в постсоветской России вновь возродил это противостояние и оно будет с

каждым годом всё более нарастать с новой силой, с глубинным и скрытым социальным конфликтом правового неравенства богатых и бедных. Понимание такой перспективы проходит красной нитью через содержание всех томов «Проекта России» и «Русской доктрины». То, что происходит у нас сейчас в России понятно даже домохозяйкам,

Так, например, простая домохозяйка из красноярского края Н.С.Сучкова пишет в газете АиФ: «Я живу в самой настоящей сибирской глубинке, не разбираюсь в политике, не сколотила состояния. Но я люблю свою Родину, поэтому мне, как и многим гражданам, за державу обидно. Известно: главная проблема нашей страны в том, что **нет общенациональной идеи**, которую бы поддержал весь народ. Идеи «сверху» не приживаются и прижиться не могут по простой причине, что **у общества, разделенного такой чудовищной пропастью на богатых и бедных**, практически не может быть ни общих идей, ни общих целей... Пока не будет сокращен до разумных пределов разрыв в доходах населения, никакая, даже самая правильная идея не объединит миллиардеров и нищих в единый народ» (Н.С.Сучкова. Что разъединяет россиян // АиФ, № 16, 2008, с.32).

Как отмечают авторы «проекта», причин печального социально-психологического и шаткого экономического состояния современной России множество. И действительно, о какой социально-психологической устойчивости и стабильности структуры нашего общества можно говорить, когда на памяти уже случились две «вертушки» - от капитализма к социализму со зверскими убийством царя, его семьи, массового большевистского геноцида лучших представителей нации, и обратно – теперь от несостоявшейся большевистской модели социализма вновь к дикому «адамо-смитовскому капитализму» с разграблением алчной партийной верхушкой КПСС накопленной советским народом общественно-государственной собственности. И все это уже свершилось и как бы «закрыто для обсуждения».

Но «шила в мешке не утаишь», - авторы указанных сочинений озабочены именно поиском путей *национальной интеграции и стабилизации социальной структуры нашего общества*, они готовы даже закрыть глаза на «вакханалию» с итогами т.н. «горбачевской перестройки», с «чубайсовским ваучеризмом», ибо считают, что рано или поздно социальная структура нашего общества должна стабилизироваться, капитал и бизнес должны рано или поздно «нагуляться», очиститься от коррупционной морали, подчиняться законной воле социального государства. И тогда, когда все эти «блудные дети» несостоявшегося советского социализма, наиграются в капитализм, они покаются и вновь вернуться в свою общественную семью. И тогда, по мысли авторов «проекта», Российское государство с его рыночной экономикой, с бизнесом и капиталами, нравственно просветлеют, духовно очистятся и будут поистине, а не по формальному праву, служить Человеку и Обществу. Дай-то Бог, чтобы эти надежды авторов «проекта» воплотились в социальной реальности для будущего поколения россиян.

Авторы рецензируемых книг видят причины наших сегодняшних бед прежде всего в *неудачном советском прошлом России*, - в утрате ещё в эпоху царского самодержавия веры народа в Высшие силы, т.е. отход от Бога, приведшие Россию на рубеже XX века к *безнравственности властей* и к отторжению церкви, к революциям, к большевистскому перевороту, к произволу партийных властей в СССР. Но вот, спустя 75 лет возник *обратный исторический реверс*, приведший Советскую власть к краху, Российское общество выжило, возродилось своим нутром, а не играми в ГК ЧП, в горбачевскую «перестройку» или нынешние «бакалавро-магистерские» реформы образования.

Однако авторы рецензируемых изданий объявили главными врагами русского народа не только *атеизм*, но вместе с ним и *демократию* в её суверенном варианте, и *выборы* с их думским «*демократическим блефом*». Они осудили также возможность частой смены власти и состава правительства, предусмотренные Конституцией РФ. И именно *это и было услышано*, - срок президентства в 2008 году срочно удлинители до 6 лет, а период *госдумских бдений* народных депутатов – до 5 лет. Это означает, что наспех принятая 12.12.1993 года **Конституция РФ** дала первую серьёзную трещину и, видимо, будет дополняться изменениями «калуарно-думским» способом и далее в ближайшие годы.

Авторы прочитанных нами двух томов «Проекта России» и толстого третьего тома «Русской доктрины», - в котором они списком признались, наконец-то, в своём авторстве предыдущих двух томов «Проекта России», - главными целями врагов России, кроме противодействий атеистов, считают *атомизацию общества*, уничтожение средствами массовой культуры и СМИ *индивидуальности личности* в человеке, создание из народа *улиточной социобиомассы* - легко управляемой с помощью СМИ, абсолютно безнравственной, безудержно потребляющей всё, что производит *наша убогая экономика* и то, что валом ввозится с Запада и с Востока, что продается с прилавков в «Каруселях», «Лентах» и др.

Лишившись *коммунистической идеологии*, звавшей народ в «светлое будущее», теперь толпы нашей нравственно незрелой молодежи, как в древнем Риме в период упадка, устремилась к поиску сексуальных удовольствий, обуяны мечтами о новых «Мерседесах», «Форд-фокусах» и «BMW», думают лишь о *денежном благополучии* в ущерб моральному и нравственному здоровью собственной личности. Любовь становится товаром, а семья - неустойчивой ячейкой государства.

Авторы «Проекта России» негативно оценивают в своих книгах роль и состояние нынешней системы и форм высшего образования в России, с язвительной иронией критикуют нынешние реформы образования в России. И действительно, наши министры образования по старой русской привычке («Чему быть, тому не миновать!») тут же реформировали в начале 90-х годов отечественную систему высшего образования в «бакалавро-магистерские формы» без понятия о западноевропейской традиции и практики образования. И как всегда наши министры образования не изучили и не

просчитали социально-педагогических и социально-психологических последствий «своих скорых реформ», зная что «русские всё стерпят». На конец 2008 года в России более 3000 вузов-университетов, готовящих дивизии бакалавров и полки магистров, в то время как в 1991/1992 годах в России было всего 300 вузов, из них университетов – 4. Теперь начинается традиционный для русских обратный процесс закрытия, сокращения, преобразования тысяч университетов в сотни институтов и пр. Как говорили кухарки в царские времена: «Сняли пенку с варенья и снова надо его помешать».

Авторов «проекта» также беспокоят пошатнувшиеся в нынешней России нравственные устои национального искусства, пассивность творческой интеллигенции, мишурность художественной литературы и поэзии, низкий нравственный КПД издательского дела, телевизионных СМИ и др. Но главным «козлом отпущения» - виновником всего этого, как считают авторы «проекта», является негибкость, противоречивость, несовершенство структуры *русского национального характера*. Получается, что во всем виноват только **сам русский Человек**, его черты национального характера, т.е. унаследованные от предков славянско-типовые личностные несовершенства. Но ведь не зря русские и в старину говорили: «Каков поп, таков и приход!». Психологам и историкам тут есть над чем поразмышлять.

Действительно, ещё И.А.Гончаров (1812-1891) изучил и доказал, что невозможно преодолеть *исконно обломовское несовершенство русского характера* в условиях помещичье-буржуазного мещанского образа мышления и жизни, что поощрялось на Руси, начиная с Петровских реформ. Известна традиционная склонность русского высшего общества ко всему заморскому, - не к своему национальному, а к французскому, немецкому, американскому, и пр. И теперь наше постсоветское Российское государство снова поощряет *обломовщину русских госчиновников*, многие из которых уже продемонстрировали свои склонности к помещичьему образу мышления и жизни, к накопительству, к коррупции, к чиновничьему высокомерию и чванству.

Между тем, именно склонность к подражательно-обломовскому образу жизни проявляется и сейчас в России у богачей в их некритическом восприятии западной моды - в искусстве (шоу-бизнес), в образовании (бакалавры, магистры), в автобизнесе (у нас нет отечественных марок автомобилей), в управлении организациями (повсеместный менеджмент)), в торговле (маркетинг, на прилавках зарубежные товары), в футболе (зарубежные игроки и тренеры футбольных команд), и пр. Своему «кукиш» в нос, а заморскому спецу – «золотник» в карман.

В кн.1. «Проекта России» авторы отмечают, что Петровские реформы прорубили в XVIII веке «окно в Европу», и что в результате этой «прорубки» длинные бороды московских бояр были, наконец-то подстрижены на западно-европейский манер. Авторы «проекта» признают, что Петровские реформы способствовали укреплению русской армии и созданию в России своего флота, развитию торговли, совершенствованию

политического управления государством и т.п., но на *голландский манер*. Вместе с этим через прорубленное Петером «окно в Европу» хлынул такой мощный поток нерусской заморской культуры со всеми её языковыми и светскими обычаями и ритуалами, с ливреями, париками и протестанской прагматической моралью, что РПЦ – Русская Православная Церковь с её тысячелетней духовной традицией была в миг реформирована Петром I и подчинена Петровским указом государству, - староверы физически истреблялись, русский царь был объявлен наместником Бога. И во что же это вылилось согласно закону «отрицания отрицания» (Гегель)? Россию так накормили «царским Богом», что после 1917 года большевики не только отделили Церковь от Государства, но учинили массовое физическое истребление русского духовенства. В.И.Ленин тайно подписывал указы на массовые расстрелы русских попов и священников, - по 3 тысячи за раз. Что же это за история такая у России? Точно также тысячами физически истреблялись Лаврентием Берия и Иосифом Сталиным «враги советского народа», - читайте И.И.Сложеницина.

Авторы «Проекта России» учат политически малограмотных читателей своих трактатов: «У нас государство – форма существования нации в целом. **Мы, русские**, - нация государственная в превосходной степени». Но если так, то спрашивается, зачем же нам бездумно во всем подражать американцам, французам или немцам? Однако на то есть веская причина – *особенности русского характера*, который очень склонен к восприятию всего заморского. В «Русской доктрине» приводятся такие типичные черты русского характера:

- Мы, русские, одновременно стремимся и к коллективной соборности и к индивидуализму. Каждый русский стремится мыслить самостоятельно, но в реальности каждый мыслит внушенными властью идеями или образцами заморской моды.

- Индивидуализм русских очень своеобразен, он густо замешан на импровизации, на русской удали и... на беспечности, т.е. без прогноза последствий своей беспечности.

- Характер русских людей стремится к небывалой умственной и духовной дифференциации и одновременно к целостности, искренности и простоте, что доказано историей российских народов.

- Русские могут долго терпеть узурпаторов и тиранов. Однако соборность и общинность русского народа не означают тяготения его к стадному коллективизму.

- Когда народное терпение вдруг лопаются, русская толпа сметает супостатов, ни чуточки не сомневаясь в правоте своих действий.

- В своей глубинной основе самосознание русского человека - без тени рабского унижения в поступках и речи; «смелость, смысленность, предприимчивость, проворство и ловкость» (А.С.Пушкин). Но... среди русских много пришибеев, хитрых лицемеров и лизоблюдов, позорящих своим конформизмом честь нации.

- Взаимопомощь и солидарность трудящихся у русских не требует комментариев, - мощное сплочение русского народа перед лицом внешних сил и опасностей вокруг своего вождя доказано военной историей России.

- В России лидерство не покупается, но должности столоначальников и руководителей продаются и покупаются.

- В социальных проектах малого и среднего масштабов (артель, частное предприятие, небольшой монастырь) элементы «коммуны» наиболее желательны для русских людей.

- Русские никогда не были последовательными интернационалистами. В быту, при колонизации других народов, русские проявляли себя как чрезвычайно терпимые, но *упорные националисты («своё лучше чужого»)*.

- Социальный инстинкт территориальности у русских («чужих не пустим») легко поддаётся влиянию иностранной моды, подкупу, подражанию Западу.

- Характер русского народа глубоко пропитан образом Христа и великих мучеников за веру. Христианские православные ценности глубоко вошли в кровь и плоть русской культуры.

- Русские склонны к правдоискательству, к бескорыстному поиску истины, справедливости, «инога царства». При этом простые люди, как правило, скептически настроены к «заморской моде», а русские из богатых слоев, наоборот, склонны и кичливы всем «заморским» (например, кичливость «новых русских» модными западными автомобилями).

- Для русских женщин типичны сила умиления, сила покаяния, сердечная терпимость, великодушие, сострадательность, забота о ближнем.

- Широта, размахистость, щедрость, небрежение к земным благам, артистизм, - всё это в русской культуре, а в русском языке, дающим в общении собеседникам необычайную пластичность и взаимную восприимчивость.

- Среди русских распространен тип «симпатичного шалопая», «ерунды с художеством» (В.В.Розанов), - обаятельный, общительный, простодушный, но неорганизованный тип.

- Среди пьющих русских мужиков преобладает обломовский беспорядок, агрессивная бесхарактерность, душевная неустойчивость, добродушие до малодушия, небрежность до общечеловеческой подлости (К.Н. Леонтьев). В их крайнем выражении это типажи беспомощных мечтателей, авантюристов, прожигателей жизни, мошенников, хакеров, бомжей и пр. (И.А. Ильин)

Какой же выход видят авторы своих сочинений для будущего России?

Главное, по их мнению, возродить истинную Православную веру в Бога и истинную нравственность всех слоев общества, а вместе с этим возродить и основанную на этой вере наследственную, Богом данную религиозно мыслящую и благовоспитанную монархию («Проекте России», кн. 1). Однако, в кн. 2 они уточняют свою позицию, требуя возрождения в России уже не только монархии, но и Православного Царства (впрочем, не

поясняя, что это такое, только требуя, чтобы в нашей государственной системе именно «Царство» стало базовым принципом организации российского общества).

Власть в этом Русском Православном Царстве (РПЦ), как и Русской Православной церкви (РПЦ) должна основываться на абсолютном доверии народа своему царю (к президенту РФ) подобно патриаршей власти в церковной иерархии священноначалия. В окружающей царя его новой элите, образованной князьями духа, то есть масштабно и прогрессивно мыслящими, честными и высоконравственными личностями, имеющими мощный патриотический, интеллектуальный и образовательный ресурс, действующих не за деньги и славу, а за совесть народную, - все сотрапы царя должны быть всегда готовые отдать жизни за Царя и Отечество подобно японским самураям.

Основной целью нового Русского Царства будет формирование нравственного человека, а главным механизмом спасения общества – восстановление нравственности, основанной на Православной вере в Бога. «Мы видим форму государственного правления как самодержавие по типу СССР, где самодержцем выступала партийная элита» (кн. 2, с. 151). При этом ведущей и управляющей «партией» в Русском царстве является церковная организация во главе с царем. Авторы книг считают, что «Идея Государства – источник власти» (кн. 2, с. 24). Они видят три источника власти – Народ, Сила (армия), Религия. По их мнению, «монархия – это модель власти, выводимая от Бога. ... это последняя форма общества, терпимая Богом» (кн. 2, с. 28). Именно «вера решает все проблемы общества» (кн. 2, с. 272). Тут уместно вспомнить, за что РПЦ предала анафеме Льва Толстого в 1909 году? – За то, что он первым в России провозгласил принцип: «Бог не во вне, он внутри нас», что не выгодно ни церковной, ни государственной власти, ибо чревато безвластием, анархией, смутой, революциями и пр.

Поэтому, как считают авторы «проектов», система власти в Российском обществе должна быть основана на *единой православной вере* (кн.1, с. 324), для чего нужно постепенно разрушать старую систему, основанную на рациональной логике, на убеждениях в силу капитала и потребления товаров и услуг. Авторы утверждают, что взрослое население России на 71% принадлежит к Православной Церкви. Следовательно, Святая Цель – хорошо устроить нашу жизнь прежде всего по вере, «не здесь, а там» (кн.2, с. 188), то есть «на Том Свете».

Для смены строя, если он не устраивает общество, можно и даже необходимо использовать *демократические институты* - выборы, конституцию и др. как инструменты разрушения диктатуры капитала. В итоге – в России установится власть на духовном приоритете, капитал будет служить обществу и человеку, деньги потеряют свою безличную власть над людьми их отношениями в обществе, что создаст устойчивость работы Правительства и пр. (кн. 2, с. 312).

Книги «проектов» изобилуют внутренними противоречиями, что нисколько не смущает их авторов. Особенно трудно им определиться с отношением к выборам: с одной стороны, они понимают, что в человеке главное – свободная воля, способность делать выбор, что вне выбора нет свободы (кн.1, с.93). С другой же стороны, авторы понимают, что народ не способен выбирать власть, что выборы легко подтасовать, что их результатом можно управлять посредством средств массовой информации и внушения. Без знаний последствий своих действий свободный выбор невозможен, а «дать народу знания, достаточные для выбора, невозможно в принципе» (кн. 1, с. 176). Это «демократическая ловушка». Абсолютные знания дает только вера, адресуемая к чувствам человека. Советский принцип «знание – сила» должен быть заменен на принцип «каждому своё», что было написано на воротах при входе в Бухенвальд.

В книгах много повторов. Есть «перлы», достойные инквизиторского неистовства: *«педерастия – самый точный показатель уровня демократии»* (кн. 1, с. 66). Язык книг – сочный, живой, их авторы знают жизнь и умеют активно к ней приспособливаться, пользоваться благами жизни и психологической некомпетентностью толпы и массового читателя. Но авторы обеспокоены тем, что манипуляция общественным сознанием уже подошла к такому пределу, когда власть в разложившемся обществе умирающей страны может вновь перейти в руки очередного диктатора. Воспользовавшись ситуацией он вновь будет пытаться повернуть вспять колесо нашей истории, которое уже дважды за последние 100 лет диктаторы крутили *то туда, то сюда*. Но мы это уже проходили. А если и идти своим, самобытным русским путем, то нужно идти к возрождению страны от духовного и физического воспитания молодежи, от возрождения нравственных основ семейной жизни и служения своему народу с верой, надеждой и любовью.

*А.Ю.Акопов – действ. чл. БПА,
кандидат медицинских наук,
психиатр-психотерапевт,
профессор*

САДИЗМ РАСКРЫВАЕТ ОБЪЯТЬЯ⁸

Критические заметки по поводу антигуманистического манифеста
«ПРОЕКТ РОССИЯ» (кн.1, 2. М.: Эксмо. 2007)

Психологическую сущность садизма Эрих Фромм характеризовал как страстное желание человека неограниченной власти над другим существом (Fromm, 1974, р. 6). Истоки этого явления он видел в «сердечном бессилии» этого человека. Страдая от недостатка искренней любви к себе со стороны других людей и чувствуя свою неспособность вызвать ее «естественным»

⁸ Редакция «Вестника» не вправе изменять названия публикаций на более «обтекаемые» без согласия их авторов. Проф. В.И.Зацепин настоял на сохранении данного заголовка своей рецензии.

путем, повседневной жизнедеятельностью своей, он пытается добиться признания «в любви» путем господства над ними. Человек как бы старается превратить таким образом свое бессилие во всесилие, в свое всемогущество (Fromm, p. 290).

Психиатры же подчеркивают в садизме активную, действенную, насильственную сторону. Третье издание «Руководства по диагностированию психических заболеваний», выпускаемого американской ассоциацией психиатров (*American Psychiatric Association's Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-III-R*) определяет садизм как постоянное проявление грубого, унижающего других людей и агрессивного поведения, начинающегося еще в раннем подростковом возрасте. Они приводят восемь критериев этой дисгармонии психики (*the sadistic personality disorder*). Наличие лишь четырех из них в повседневном поведении человека, по их трактовке, достаточно чтобы человек этот мог быть признан садистом. Признаки эти таковы:

- использование прямой физической грубости или косвенного насилия для достижения своего доминирования над другим;
- унижение другого человека в присутствии других людей;
- «дисциплинирование», «воспитание». Публичная «отчитка» своих подчиненных в грубой унижительной форме;
- переживание удовольствия от психологического или физического страдания других (в т.ч. от мучения животных);
- намеренная ложь другому человеку с целью навредить или причинить ему душевную боль;
- применение человеком шантажа, запугивания, угроз и террора чтобы вынудить другого сделать что-то нужное первому;
- ограничение самостоятельности своих близких (например, запрещение своей жене, сыну, дочери пойти куда-то, с кем-то встречаться и пр.);
- переживание удовольствия от вида оружия, от лицезрения сцен насилия, ранений, мучений, пыток людей или животных на экране или в действительности, например, в случае сексуального садизма;

Наблюдение или причинение страданий другому человеку вызывает у садиста сильное эмоциональное возбуждение и даже приводит к оргазму. Поэтому-то они так любят «фиксировать» своих партнеров - связывать, заковывать, бить, а также унижать и оскорблять,

Лишенные тщеславия, скромные и бескорыстные анонимные авторы «Проекта Россия», по их словам, служат только идее, делу, славе Великой России. «Не являемся людьми крупного масштаба» (П.Р., кн. первая, с. 11) «Музыка и слова народные», говорят они (кн. первая, с. 380), «это Ваша идея», - внушают они читателю (кн. 2, с. 440). Фактически же и «музыка», и слова авторов и текст книг в целом выглядят как раз очень уж антинародными.

Вспомним, что свой «Манифест Коммунистической партии» Маркс и Энгельс начали словами о том, что для «священной травли» призрака коммунизма «объединились все реакционные силы старой Европы: папа и царь, Меттерних и Гизо, французские радикалы и немецкие полицейские». Коммунизм для Маркса - это *реальный гуманизм*, потому что на его знамени было написано «Каждому по способностям, каждому по потребностям». Иными словами, при коммунизме каждый человек получит возможность развивать все свои задатки и реализовать полезные для общества способности в своей повседневной деятельности, то есть достигать своего счастья по мере своих потребностей в нем и способностей самоосуществиться.

В этом же **антигуманистическом манифесте**, коим является по моему мнению двухтомник «Проект Россия», хорошо ощущается дух воинствующих клерикалов, и «без лести преданных» Кремлю монархистов, и хорошо владеющих умением вводить своих партнеров в заблуждение мастеров тактики лавирования и выжидания меттерниховского типа, и враждебно относящихся к народным массам историков и государственных деятелей типа Пьера Гизо, и нынешних отчаявшихся найти справедливость отставных воинов-радикалов, и представителей «мундиров голубых» и пр., и нужно отдать должное творческим талантам анонимных авторов этого манифеста. И все они дружным хором объявляют гуманизм бесовским «лукавым учением, выросшим из протестантизма»(Кн.1, с. 159) ««Белая и пушистая» теория гуманизма, со всеми его правами и равенствами, на практике представляет обман чистой воды» - уверяют нас авторы (с. 158), не забывая при этом и подзапугнуть: «Сегодня теория гуманизма ведет мир к катастрофе» (с. 159).

В книге первой подробно, со знанием дела описывается неблагоприятное постсоветской ситуации в России: коррумпиру-ванность правительственных органов и госчиновничества, загнивание системы образования, обездоленность народных масс (особенно тех слоев, которые вынесли на своих плечах все тяжести социалистического эксперимента), одряхление былой военной мощи страны. «Люди с несоответствующим проблеме мышлением заполонили коридоры власти. Они борются за власть, ищут тщеславия (?!), личных выгод, обогащения» (с.16-17).«Посмотрите на большинство чиновников, - страстно призывают авторы. - Разве они заботятся о благосостоянии народа? Конечно, нет. Власть ими понимается не как власть отца, где блага семьи превыше всего, а как возможность за счет абстрактного общества приобрести себе новые «игрушки»» (с. 12-13). «Простолюдин-атеист идет на должность не для того, чтобы душу спасти через служение обществу, а для того, чтобы денег зарабатывать» (с. 90).

Прорвавшаяся к правящим креслам «чернь» не умеет, по мнению авторов, даже умно распорядиться свалившимся на страну богатством, нефтедолларами. В самом деле: порядочные люди, «имея миллиарды, страны

покоряют», а эти - «беспольные игрушки покупают, высасывая ради этого из общества все соки. Так ведут себя глисты» (с. 72). Понятно, на что эти «умеющие» люди, кандидаты в отцы отечества предлагают тратить свалившиеся на нас нефтедоллары прежде всего? Не на модернизацию оборудования, не на совершенствование техники и технологии, не на развитие промышленного производства и строительства, не на возрождение сельского хозяйства, не на спасение науки и просвещения, не на совершенствование здравоохранения. Нет. На покорение новых стран! Потому что покорять других, господствовать над ними – вожденная мечта политика-садиста, его профессионально-политическая «пламенная страсть».

Призывая нас вместе с ними искать пути и способы «обустройства России», совершенствования системы ее управления, они не настаивают на своей абсолютной правоте. Нет, они достаточно самокритичны. Но заметьте: «Допустим, мы не правы. Если так, предложите свою идею. Откуда, по-вашему, должна браться настоящая власть? Народ заставим выбирать? Или силой возьмем?..» (с.366). Обратили внимание? Вот вам и выбор: **ЗАСТАВИМ** выбирать или **СИЛОЙ ВОЗЬМЁМ!** Это фрейдовская оговорка, это всплеск их подсознания, что называется из глубин души. Это то, что прячется от других за внешним комуфляжем ролевого поведения на людях и в аудитории. Это проявление их истинной реликальной натуры, привычного стиля «переговоров» мастеров заплечных дел со своими «партнерами». Мордой, мордой, дескать, его об стол!. Суньте этот народ в его собственную кровавую блевотину. И пусть выбирает, нужен ему предлагаемый нами вариант или нет, а мы то уж «знаем свое дело туго».

Иначе авторы и не могут, - против своей же натуры не пойдешь.

Как истинные «друзья народа», они оптимистично смотрят в будущее. По их мнению, ситуацию в России переломить «можно и нужно». Для этого «Первое, что необходимо сделать – обозначить врага... С момента фиксации врага все становится предельно просто – враг напал на нашу землю, и ее нужно защищать. Вот черное, вот белое, без вариантов» (с.298). (Четкая определенность, предсказуемость, «порядок», «организованность» - вечное кредо типичного «авторитариста» с его неповоротливым, догматическим, косным, шаблонным мышлением.). Враг этот найден ими. Это – демократия, депутатская брехня в Госдуме и в СМИ.

В свое время Уинстон Черчилль тоже заявлял, что «демократия - самая худшая форма государственного устройства...» Он знал толк в этом деле: всю войну был премьер-министром Великобритании, народным героем, спасителем нации, а война кончилась – на волне высокого авторитета СССР (который англичане тогда еще считали главной силой в разгроме фашизма) Черчилля забаллотировали, к власти пришли лейбористы. Он с горя поехал в США - с публичными лекциями, на заработки, - и там в 1946 году он произнес свою знаменитую «Фултонскую речь» о «железном занавесе», положившую начало холодной войне. А в 1947 году он сделал своё заявление о демократии как худшем устройстве государства, «...если не считать всех остальных, известных истории». Этот антикоммунист очень

хорошо понимал, что ничего лучшего кроме буржуазной демократии человечество еще не изобрело. Наши «спасители России» так не считают, ибо они родились и учились в период социалистической демократии. И они хорошо разобрались в слабостях демократии.

«Ахиллесова пята демократии, - говорят они, - теория равенства» (с. 268). «Её особая опасность в том, что страшный хищник носит добрую личину». «На практике демократия превращается в большее зло даже по сравнению с фашизмом» (с. 188). «Демократия превращает население в плебеев, которые, ... злословя то, чего не понимают, в растлении своем истребятся» (с. 195). «Демократия подобна раковой опухоли... Разлагать общество, ее единственный шанс существовать» (с. 294). И это разложение осуществляется на всех уровнях, на всех этажах социальной структуры, потому что предусматриваемая демократией «регулярная смена руководящего состава *гарантирует* развал страны», - пугают читателей авторы. И тут же невольно издают искренний стон: потому что это, дескать, «провоцирует постоянный передел в экономической и административной сферах» (с. 37).

Нынешняя смена президента США и кризис банковской системы вряд ли раскулачат беднягу Форда или национализируют Микрософт, отнимут его у самого богатого на земном шаре человека, Билла Гейтса (пока он там в Африке нежится со своими «прокаженными и больными СПИДом»). «Демократия, - пишут авторы, - уже несколько веков разъедающая наше общество, по сути, такое же чуждое явление для традиционных стран, как каннибализм. Она навязана всем странам против их воли, через серию обманов, манипуляцию сознанием и подтасовок. Под видом прав и свобод демократия создает благоприятные условия для всех видов порока» (с. 177). «Неслучайно самым точным ... базовым показателем развития демократии является распространение педерастии... Чем больше педерастов, тем больше демократии. Это закономерно, потому что когда любое явление, в том числе и педерастия, получает право себя пропагандировать, количество сторонников ее растет» (с. 292).

Можно подумать, что самая демократическая система в мире – это католическая церковь. Ведь известно, хотя авторы и не упоминают об этом, что Ватикан в последние годы потратил миллиарды долларов для «замаливания своих грехов», для выплаты компенсаций тем мужчинам, которых в детском и подростковом возрасте сексуально растлили или попросту изнасиловали священнослужители католической церкви. Папа поехал в США извиняться за их «подвиги» и пообещал американцам, что такого больше не повторится. А КГБ в СССР и ЦРУ в США тоже нельзя назвать слишком уж демократичными организациями, где количество гомосексуалов на душу сотрудников гораздо выше среднего по стране. И тем не менее и во второй книге авторы «Проекта России» снова заявляют и подтверждают, что они «однозначно и безусловно против любой демократии, хоть либеральной, хоть советской, хоть фашистской. Принцип избираемости власти, под каким бы соусом он ни преподносился, отвергается на корню как

обман и лукавство» (кн. втор., с. 71). А какую же форму государственной власти надо, по их мнению, устанавливать и откуда ее брать?

«Есть три источника власти, говорят они, – Народ, Сила, Религия» (с. 34) Но с народом, при всех декларациях о необходимости службы ему со стороны авторов, дело обстоит сложновато: молод он еще, зелен, слабоват для властвования. Основная масса его – это «простые, обычные люди. Они, как дети, остро переживают, если чужой дядя отнимет у них игрушку. Но они и бровью не поведут, если этот дядя вынесет из квартиры все драгоценности. Потому что драгоценности находятся за рамками их мировосприятия» (с.8). «...Народ, к сожалению, никогда не становится мужем с государственным масштабом мышления. Он вечный ребенок, у которого меняются игрушки и игры, но не масштаб мышления». «И для пятилетнего, и для пятидесятилетнего ребенка темы за пределами «песочницы» навсегда останутся недоступными» (с.245). К тому же этот народ страдает манией величия, обнаруживает «неадекватные притязания»: «Люди с уверенностью берутся рассуждать на темы, о которых и пяти минут не думали» (в смысле, «каждый мнит себя стратегом, видя бой со стороны»: бабушки с семечками пытаются говорить о продажности какого-нибудь «Его Превосходительства», губернатора и пр.). «Наша реальность такова – мы живем в обществе болезненно амбициозных и скептически настроенных наполеонов» (с.297). «Сегодня в России живет более 140 миллионов наполеончиков» (с.296).

Общество подразделяется у анонимных авторов «Проекта Россия» на три категории: *Обывателей, Улиток и Князей*. «Обыватели» – это длинный серый ряд недоумков, способных только приспособливаться. Даже сама мысль отдать свою жизнь большому делу страшит их. Они предпочитают прожить свою жизнь «без славы и позора, как овощ». «Улитки» хоть и не хотят приспособливаться к законам современного продажного общества, но и бороться не хотят. Уходя в себя, они «объединяются в различные субкультуры, от панков и наркоманов до ученых сообществ. Живут в искусственно созданном мирке по своим законам». «Многознающие профессора» - также отнесены к породе улиток. Они норовят лишь реализовать свои «небольшие проекты (дачу или яхту, например, купить)» (с.7). Все эти «учителя, ученые и прочие», по убеждению авторов этого манифеста, – детишки. «Чтобы существовать и покупать свои «игрушки», они вынуждены делать то, за что им платят». И ведь правда: скажут им делать яды – делают. Скажут разрабатывать оружие массового уничтожения – разрабатывают. Поручат изыскивать средства психологического и психиатрического оболванивания их собратьев и сосестер – изыскивают. Но «будь у них возможность, они с удовольствием бросили бы эту работу и занялись более интересными делами» (с. 66). Вот так вот, «товарищи ученые, доценты с кандидатами». Не нам с вами тягаться с самоотверженными, бескорыстными и государственно мыслящими *Князьями*, отцами отечества в генеральских погонах и рясах, со страстно влюбленными в свои «дела» «титанами чести, мысли и воли, мудрыми умом и сердцем» (кн. 2, с.114).

Значит – вон из рубки, не подходить к рулю! Марш в машинное отделение или палубу драить! Мы сами крутить руль будем!

Да и всю творческую интеллигенцию – это «говно нации» (кн.2, с. 388), по их мнению, пора уже сбрасывать с «корабля современности», потому что она ничего не делает для прославления нашей любимой Родины, а только позорит ее. Именно «гнилая русская интеллигенция» создала на Западе и внутри страны негативный имидж нашей Родины. Ведь «если люди гордятся своей страной и народом, это способствует развитию и процветанию Отечества. Но если ту же самую страну те же самые люди начнут презирать, они вольно или невольно станут носителями негативной энергии в отношении Родной земли, то это послужит косвенной причиной ослабления государства» (кн.втор. с. 395).

«Взгляните на нашу хваленую классику 19-го века глазами «мудрых умом и сердцем», - взывают авторы проекта к читателю. - Пушкин вместо прославления Родины творил и распространял порнографию. «Гоголь отзывается об элите России исключительно как о *племени прохвостов*, которым неведомы высокие цели». Лев Толстой в Анне Карениной пропагандирует разврат, супружескую неверность (кн.2, с.400). «Если верить Гоголю, Чехову, Салтыкову-Щедрину и прочим писателям, которых до сих пор боготворят, Россией управляли сплошь идиоты и самодуры. Кто же тогда выигрывал войны и строил империю, ставшую в итоге самой огромной на планете?» (кн. 2.с. 401). Действительно, кто же? Не обыватели же с улитками. Конечно же князя! Но почему именно **Князя**?

Потому что Князя не «уходят», не замыкаются в себя. Они считают судьбу страны своего ума делом. Они «любят Родину не на кухне, а на деле» (с.305). Они всегда готовы отдать свои жизни «большому делу». (И это тоже правда, заметим в скобках, - только отдать не свои собственные жизни и не жизни своих детей, а жизни своих соотечественников – всяческих там «пешек-солдат», наемных «офицеров» и других «фигур» на шахматной доске их княжеских игр. Сами-то эти «титаны чести, мысли и воли» мыслят себя в тени, за шахматной доской, с чашечной кофе рядом.

Исходя из того, как считают авторы, «что подавляющее большинство русского народа, включая его культурную, образовательную, научно-техническую элиту составляют неразумные и безвольные «деткишки» или в лучшем случае недоросли, надо разрабатывать и стратегию взаимоотношения с ним, и систему управления им на основе современных кнопочных технологий электронного слежения, контроля и управления людьми. Их группами и толпой. Как это делать, политикам уже хорошо известно.

Во-первых, «Человек, объемом мышления превышающий средний уровень, в первую очередь понимает, что к «детям» нужно обращаться на «детском» языке. Информацию до них нужно доносить в формате, соответствующем их мышлению» (с.19).

Во вторых, не забывать, что «Человек всегда раб. Его сущность такова, что не быть рабом он не может. Он или раб Божий, или раб страсти» (с.94). Значит, единственно приемлемой формой правления этим народом может

быть только монархия в совокупности с религией, церковью, - убедительно с пеной у рта доказывают авторы в книге первой.

В-третьих, прежде всего необходимо искоренить в обществе атеизм, который по существу является особой антирелигией, т.е. религией наоборот или сатанизмом (с.241). Провозгласив лозунг об отделении церкви от государства, атеизм занял доминирующее положение в Советском обществе, но оно рухнуло. Значит, теперь нужна активная проповедь о духе, о возрождении церкви, но «религия не должна лезть в политику», это «троянский конь» сатанизма (с. 242). А уж религия, дескать, сама собой принесет на трон кого надо. И мы видим теперь, как истово крестятся публично, перед телевизионными камерами нынешние правители России. Но верят ли они в Бога, и в какого? – это известно только им самим.

«Прочность государства зависит от уровня авторитета власти. Чем больше авторитета, тем прочнее конструкция» (с.325). «Самым большим авторитетом пользуется власть, которую люди считают данной от Бога». «Нет больше авторитета, чем власть от Бога». Следовательно, самая прочная государственная конструкция та, где народ понимает власть как данность от Бога» (с.326). (Но с учётом хрупкости очень твердых конструкций, главное не перестраться. Не так ли?) И далее: «Если власть не от Бога, то это и не власть. Это диктатура, которую надлежит свергнуть» (с. 331). «Власть, построенная на принципе веры, бесконечно прочнее системы, построенной на знании. Она расширяет круг людей, охраняющих и контролирующих ключевые узлы» (с. 324). «Две системообразующие точки царства – это Трон и Алтарь (симфония властей)» (с.347). (Повидимому, на слух авторов этого манифеста, «вздых угнетенной твари» хорошо гармонирует с «рыком бездушного зверя». Ну что ж о вкусах, говорят, не спорят.)

«Такой гигантской стране как Россия нужен не временщик, а хозяин, не диктатор, а отец» (с.331). «Во все времена люди сознавали ситуацию лучше ученых. Они чувствовали преимущества монархии перед другими формами правления. Поэтому до последнего держались за царя,... к которому можно обратиться по-человечески, которого можно любить» (с.333). (Получается, что устами детищем «во все времена» глаголила истина? Правда, если память не изменяет, люди говаривали, что до Бога высоко, а до царя далеко.)

Выход книги первой, надо догадываться, был встречен дружной атакой со стороны «улиток», поэтому в книге второй авторы дезавуировали все свои аргументы в пользу монархии. Но это только на словах. Идею эту они не выбросили насовсем, просто объявили монархию «низшей моделью власти, выводимой от Бога». «Наша цель не гражданское общество строить. Мы строим христианское общество, не имеющее никакого отношения к гражданскому» (кн.2., с. 246). «Наша цель – Православное Царство». В нем каждый будет «занимать место своеобразно своей природе. Для одних главным видом деятельности будет служба Богу, для других - служба Родине, третьи готовы жить для себя, платить налоги, нести материальные повинности» (кн. Вт.,с. 227). Ну прямо как по К.Марксу – «каждому по способностям» – только в пределах большого - большого монастыря с

пашней, скотским двором и заводиком для производства с красиво упакованными в дерюжку бутылочек 0,75 с «Душой монаха».

«На этом этапе необязательно иметь детальный план того, что будет вместо демократии.... Достаточно понимать направление движения к Православному Царству. Какое оно будет в реальности, это Царство, не сможет сказать никто». А пока надо как можно скорее освободиться от демократических пережитков, сломать ее «до основания, а затем» (кн. 2., с. 230). Фактически, догадаться об этом не так уж трудно. Это будут перманентные войны, крестовые походы, бесконечные усмирения еретиков, и т.п. Ведь наши православные «цари» не могут договориться не только с мусульманскими, католическими или англиканскими и другими коллегами, они не могут договориться даже со своими «ближайшими родственниками», вчерашними братьями, православными украинскими «царевичами».

Да они и не обещают ничего хорошего нынешним поколениям на ближайшее будущее. Они намерены сначала по примеру Моисея водить народ по «пустыне» сорок лет, пока перемрут те, кто помнит еще, что такое демократия (кн. 2,с.90). И не исключают, что результат их государственного преобразования скажется лишь через 200 лет (кн.2,с.232). Звучит убедительно и уважительно - для очень доверчивого читателя, у которого впереди - вечность.

Если покороче изложить сущность идей авторов «Проекта России», то по моему мнению, они сводятся к следующему. «Мир вошел в новую, постдемократическую эпоху» (с.300). Эта новая эпоха вскрыла подлинную структуру общества, показала, что традиционное разделение людей по расам, нациям, классам, религиям - это всё лишь прикрытие, «фантики» для детишек, простачков. На самом деле, по мысли анонимных авторов «Проекта», человечество делится на две неравные группы. Подавляющее большинство населения составляет инертная, безынициативная и покорная властям социобиомасса людей, стихийно приспособляющихся к жизни, к обстоятельствам ради выживания, способных заботиться лишь о себе, о своем достатке, о семье - рожать и выращивать детей, примитивно развлекаться, выращивать продукты питания, строить фабрики и заводы и работать на них, довольствуясь заработком.

По мысли авторов «проекта» многие из нас - это подгруппа «улиток» - способных думать и совершенствовать технику и технологию труда и производства, обучать подрастающие поколения грамоте и наукам, лечить людей, развивать шоу-бизнес и искусства и т.д. Но судьбой страны никто из этих «пешек-улиток» не интересуется и в трудную минуту «улитки» ничего не сделают для ее спасения без организующей княжеской инициативы, т.е. силы указа или приказа власть имущих. Властьимущее княжеское меньшинство живет в кремлях и за каменными стенами своих загородных домов, тщательно охраняемых наемной армией тренированных и хорошо оплачиваемых телохранителей.

Княжеское меньшинство образует тонкий элитарный слой активных, деятельных, волевых, масштабных, творчески мыслящих людей, намеренных самостоятельно строить судьбу своей страны по выпавшей им своей судьбе, т.е. выдающиеся деятели государства, не боящиеся риска, - мудрые, человеколюбивые, предусмотрительные и ответственные, словом истинные государственные мужи, идеальный психологический портрет которых создал еще Платон в своем «Государстве», за что был изгнан из Афин и нашел временное прибежище у тирана на о. Сицилия. Это также то же в то же как *пассионарии* у Л.Н. Гумилева, действующие во спасение этносов и народов. То есть это *очередная социополитическая утопия* о благодетелях мира с романтическим душком.

Создатели индуизма называли благодетелей мира высшей кастой брахманов, а лидеры иудаизма – «избранным народом», Ницше называл их «белокурыми бестиями», гитлеровские идеологи – «высшей расой», авторы же этого манифеста – «Князьями». Историческое предназначение этого «княжеского слоя», по мнению всех упомянутых «творцов» его – господствовать над остальными людьми, править ими, пользоваться ими как рабами.

Но как бы мы не называли вождей и лидеров, как бы мы не сопротивлялись их «княжеским амбициям», конечно же, они необходимы всем государствам и обществу. Без них существование социума просто немыслимо. Весь вопрос в их истинных целях и мотивах действий, в их социальных чувствах и способностях быть не на словах, а на деле слугами народа, т.е. людьми. Вот тут-то история каждый раз указывает на *маску*, которой правители ловко прикрываются и выдают себя не за тех, кем в реальности не являются.

Действительно, во все времена, во всех сословиях и классах существовали определенные типы личности, которые стихийно образовывали специфические социально-психологические группы-блоки, которые мы условно назвали «теплым» (наиболее массовый, народный тип личности) «нейтральным» и «холодным» типом личности (социопатический, авторитарный и макиавелический, или манипулятивный типы,) (Зацепин, В.И., 2002. 2003). Князья, согласно авторам «проекта», кучкуются на вершинах властных иерархий, и наполняют властным холодом своего «патриотического пиара» всю систему государственного управления.

Заявление же «князей» о том, что, установив свое Православное Царство (с неизбежным атрибутом его - миллионами продажных чиновников), они устранят все пороки нынешней коррумпированной системы общества - это их благие пожелания, «всё слова, слова, слова». Новые законы РФ о противодействии коррупции не признают власти денег, но деньги есть у каждого коррумпированного деятеля и «холодные» в их использовании непревзойденные мастера.

Маркс и Энгельс заканчивают свой Манифест призывом: «Пролетарии всех стран, соединяйтесь!». Они создали Интернационал, чтобы объединенными силами пролетариата всех стран по возможности мирно, бескровно

свергнуть интернациональные силы бездушных и холодных эксплуататоров середины 19-го века – буржуазии. Нынешний «манифест бессердечных» тоже призывает к объединению себе подобных, - история повторяется, капитал и капиталисты вновь безжалостно эксплуатируют трудовой народ России – 70% трудового населения России находится за чертой бедности.

Однако «манифест» авторов «Проекта России» еще не приобрел чёткости в отношении главной цели классового объединения *новой русской буржуазии* - эксплуататоров трудового народа России: «Сначала нужно сплотиться против врага, - призывают эти анонимные авторы, - а потом уже разбираться, что будет вместо демократии – возрождение СССР, восстановление монархии, введение диктатуры или разработка новой государственной модели» (с.308). (Вот так: сначала определим общего для капиталистов врага - рабочие профсоюзы, а уж потом каждый - своего личного врага). Однако авторы уже предлагают единственный, по их мнению, работающий критерий для отбора к ним присоединившихся – *антидемократичность человека*. «Если вы против демократии – этого достаточно, чтобы считать себя нашим единомышленником. Не будем копать дальше, чтобы не погрязнуть в бесконечных словесных баталиях» (с. 307).

Только ведь призывать «холодных антидемократов» к объединению смысла нет. В отличие от прежних и нынешних пролетариев, а уж тем более от «улиток», представители *холодного блока* всегда объединены *естественно* – своими психологическими установками, своим бессердечием и жадной наживы, своим стремлением к власти и выгодному для них «порядку». «Реально никакой демократии в природе не было, нет и быть не может» (с. 295), замечают авторы и, вслед за Руссо, снова тянут нас «назад, к природе», к модному ныне «консенсусу» о неизбежности прихода этих бездушных садистов-«шахматистов» к неограниченной власти в стране по моделям монархического правления.

Судя по тем правительственным усилиям, которые предприняты в последнее время в России в борьбе с коррупцией и чиновничьим произволом, бюрократический садизм уже превысил все допустимые меры, раскрыл свои чиновничьи объятия для того, чтобы спровоцировать соответствующий ответный жест у российского народа, ещё не утратившего чувства здравого смысла и мудрости предков. Печально, что Управлением делами Президента России двухтомник «Проект России» - «эта уникальная книга внесена в реестр изданий, рекомендованных для чтения госслужащим, а также общественно-политическим деятелям» (кн.1. с. 4).

*В.И.Зацепин – действ. чл. БПА,
доктор философских наук, профессор
факультета социологии Мельбурнского
Университета. Австралия.*

ИНФОРМАЦИЯ О КОНФЕРЕНЦИЯХ:

VII-ая ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ПО ТРАСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

16-19 мая 2008 года в нашем городе в конференц-холле на Кронверском пр. 9 состоялась VII Всероссийская научная конференция: «**Сознание, искусство, творчество: трансперсональный опыт**», посвященная актуальным проблемам нового направления в изучении психики человека - *трансперсональной психологии*. В конференции приняли участие 156 чел., специалистов и психологов из научных центров Москвы, Санкт-Петербурга, ближнего зарубежья - Украины, Эстонии, Латвии, Белоруссии, а также из Дании и США. Было заявлено 27 пленарных докладов, 17 секционных, 29 сообщений на мастер-классах. В вестибюле работал книжный киоск с литературой по проблемам нетрадиционной психологии.

Организаторами конференции выступили Всероссийская ассоциация трансперсональной психологии и психотерапии (ВАТПП г.Москва) и Балтийская Педагогическая Академия (РООУ БПА г.СПб). С приветственным словом к участникам выступили: президент БПА, д.пс.н., засл. деятель науки, проф. **И.Волков**, и один из ведущих специалистов в области трансперсональной психологии, старший научный сотрудник Института Мозга РАН д. филос.н., проф. **Д. Спивак**.

Среди выступавших с докладами, сообщениями и в дискуссии были как профессионалы, так и представители различных духовных центров, чья деятельность та или иначе связана с проблемами творческих озарений, транса, внушения и внушаемости, веры, расширенных и измененных состояний сознания человека. Среди авторов докладов и участников конференции были известные учёные: М.Волченко, В.Майков, В.Козлов, В.Петренко, Е.Файдыш Г.Дульнев, К.Коротков, И.Курис, Т.Сойдла, Н.Бурановская, Е.Крупницкий, Г. Бревде, В.Богданович, Ж.Дрогалина, В.Чупятова, О.Бахтияров, В.Шевченко, Г.Адамович, Охайв Йона и др.

В конференции приняли участие художники и музыканты, психологи, культурологи, антропологи, которым близки идеи трансперсональной психологии, связанные с пониманием природы творческого вдохновения и выхода сознания за пределы собственной личности. В обсуждениях и дискуссиях столкнулись разные мнения, разные школы, индивидуальные взгляды учёных на природу трансперсональных явлений.

Впервые в совместном обсуждении трансперсональных феноменов приняли участие представители науки и религии. В программе конференции были представлены, в основном, два направления: *теоретическое* – в форме пленарных секционных докладов и дискуссий, и *практическое* – в форме мастер-классов. Это дало возможность участникам ознакомиться с самыми последними достижениями и обменяться личным опытом исследований измененных состояний сознания человека.

Дискуссия и обмен информацией объединили участников в единодушном признании необходимости дальнейшего развития основ отечественной трансперсональной психологии как принципиально новой научной и учебной дисциплины XXI века. Отметим, что вузовское преподавание трансперсональной психологии уже ведется для студентов-психологов в Санкт-Петербурге (СПбГУ, БПА) и в Москве (МГУ).

Участники круглых столов имели возможность поделиться своими творческими наработками и анализом личного трансперсонального опыта. Впервые практически любой участник мог выступить и свободно высказать свою точку зрения без опасений показаться смешным или психически ненормальным («крэйзи»).

Проведение конференции в нашем городе на Неве несомненно придало ей особый *питерский колорит* свободного диалога. Доклады на пленарных и секционных заседаниях, проведение мастер-классов и дискуссии показали уже достаточную сформированность и активность отечественной *трансперсональной мысли*, - мотивирующей силы творчества людей в избранном виде познавательной и исследовательской деятельности.

Одной из задач конференции было привлечение интереса к этому новому для отечественной науки направлению психологии представителей профессиональных сообществ, которых в нашем городе достаточно много. Не секрет, что многие ортодоксально мыслящие религиозные деятели и представители гуманитарных наук относятся к трансперсональной психологии скептически и откровенно негативно, считают невозможным причислять её к наукам о человеке. Тем не менее, результаты научных исследований психики людей в состояниях транса, творческого вдохновения, мистических озарений и предчувствий, психических расстройств, в сновидениях, на смертном одре, в гипнозе, в состояниях беременности и родов у женщин, в переживаниях спортивного или игрового азарта, алкогольного или наркотического опьянения и т.п., т.е. в измененных состояниях сознания в искусстве, в актёрской, военной, соревновательной, творческой деятельности и др., наглядно показали несостоятельность ортодоксального неприятия возможности изучения трансперсонального опыта мышления и жизни, как богатейшего источника новых знаний о природе человеческого сознания, как нового метода погружения и постижения тайн нашей психики и нашего «Я».

Основные материалы, отражающие содержание докладов и тезисов выступлений участников конференции, а также сведения об их авторах опубликованы: см.: журнал «Вестник БПА» (вып.80, 2008 г. ,с. 5-159; **WWW. Baltacademy.ru**), журнал «Практическая эзотерика XXI век» (№ 4, 2008 г. с.4-49, 70-71).

Председатель орг. комитета конференции,
руководитель отделения трансперсональной
психологии РООУ БПА, **Ирина Курис**
(kurisira@gmail.com)

Региональная конференция:
«Состояние и перспективы физкультурно-спортивного движения на Северо-Западе России» (г.СПб, 25.11. 2008.г.)

В целях поддержки инициативы **Президента РФ Д.А. Медведева**, по привлечению спортивно-педагогической общественности к разработке и реализации государственной стратегии развития физкультуры и спорта до 2020 года, высказанной им в докладе на совместном заседании Президиума Государственного совета Российской Федерации и Совета при Президенте РФ по развитию физической культуры и спорта в стране 14 октября 2008 г., президиумом Совета ФСО «Северо-Запад» была организована и **25 ноября** 2008 года проведена . межрегиональная конференция на тему: **«Состояние и**

перспективы развития физкультурно-спортивного движения на Северо-Западе Российской Федерации».

Список приглашенных специалистов для участия в работе конференции **включал 213** человек. Были персонально приглашены Министр спорта, туризма и молодежной политики РФ **В.Л. Мутко**, а также руководители исполнительных органов государственной власти в области физической культуры и спорта **из 7 субъектов СЗФО**, в т.ч. г. Санкт-Петербурга.

В конференции приняли участие **90** руководителей и работников физкультурно-спортивных организаций, а также представители спортивных обществ из **7** регионов Северо-Западного федерального округа. В том числе: **4** заслуженных мастера спорта: чемпионы Олимпийских игр и Мира, **8** заслуженных работников физической культуры и заслуженных преподавателей высшей школы РФ, **9** докторов и кандидатов наук, **1** заслуженный деятель науки РФ, **24** руководителя и представителя физкультурно-спортивных обществ и спортивных федераций, **14** преподавателей вузов, **18** преподавателей физического воспитания учреждений образования, **24** представителя спортивных федераций и клубов боевых искусств, **11** руководителей спортивных подразделений органов студенческого самоуправления вузов.

Число участников конференции по отношению к числу приглашенных, как показатель *личного отношения* к задачам развития ФКС в Северо-Западном регионе страны, изложенным в докладе Президента РФ Д.А.Медведева 14.10.2008 г.(табл.1).

Таблица 1

Отношение числа участников конференции к числу приглашенных (в %)

№ пп	Категория приглашенных	Число участников (%)
1.	Государственные органы управления ФКС	1
2..	ФСО и спортивные федерации	50
3..	Спортивные клубы и федерации боевых искусств	55
4.	Преподаватели кафедр вузов, учреждений физического воспитания и физкультурного образования	45
5.	Руководители спортивных подразделений органов студенческого самоуправления	10

Представленные в табл.1 данные наглядно свидетельствуют, что обсуждавшиеся на конференции проблемы, поставленными в докладе Президентом РФ Д.А.Медведевым 14.10.2008 г., интересуют, в основном, лишь представителей спортивной и научно-педагогической общественности СЗФО и мало интересуют исполнительные органы государственной власти, ответственные за организацию, состояние и развитие ФКС в регионе на местах

Однако, несмотря на отсутствие на конференции представителей исполнительных органов государственной власти в области физической культуры и спорта в СЗФО, выступления участников пленарных заседаний и «Круглых столов» носили проблемно-конструктивный характер.

В итоге была сформирована общая позиция участников конференции по ряду актуальных для деятельности ФСО СЗФО проблем, в т.ч. потребность в конструктивном диалоге с руководителями исполнительных органов государственной власти в сфере ФКС СЗФО с целью определения стратегии совместных действий по развитию ФКС в регионе на перспективу до 2020 года. Было сформировано и высказано общее мнение - организовать повторные слушания в на данную тему мае-июне 2009 года с обязательным диалогом представителей власти и физкультурно-спортивной общественности. От имени конференции было принято итоговое обращение в Государственный Совет Российской Федерации.

Федерации. в Министерстве спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации (см. ниже).

**В Государственный Совет Российской Федерации.
Министерство спорта, туризма и молодежной
политики Российской Федерации**

**ИТОГОВОЕ ОБРАЩЕНИЕ УЧАСТНИКОВ КОНФЕРЕНЦИИ:
«Состояние и перспективы развития физкультурно-спортивного движения
на Северо-Западе России»**

Конференция полностью поддерживает инициативы Президента Российской Федерации и Государственного Совета, направленные на реформирование отраслевой системы физической культуры и спорта Российской Федерации. Участники считают очень важным выполнение указания Д.А. Медведева о привлечении спортивной общественности к разработке и реализации отраслевой стратегии развития физической культуры и спорта в стране до 2020 года.

Участники конференции согласны с тем, что в настоящее время роль физической культуры в Российской Федерации тесно связана с повышением уровня и качества жизни и охраной здоровья всех категорий населения, а также она должна играть важную роль в профилактике негативных социальных явлений и наркомании среди молодежи. Специалисты считают вполне достижимым ориентиром на перспективу новые целевые показатели отрасли: это 50% населения, в том числе 80% школьников, систематически занимающихся оздоровительной физической культурой, рекреационным и детско-юношеским спортом.

Однако регистрируемые темпы ежегодного прироста относительной численности физкультурников и спортсменов на Северо-Западе России позволяют реально рассчитывать на достижение 30%-уровня только после 2030 года. Уровень текущих расходов консолидированных бюджетов субъектов Северо-Запада Российской Федерации на физическую культуру и спорт находится в диапазоне 0,2-1% от расходной части бюджетов уже на протяжении многих лет. Учитывая данное обстоятельство, участники конференции высказывали мнение о необходимости создания государственно-общественной системы физического воспитания населения. В данной системе физкультурно-спортивные организации, функционирующие на основе общественной, муниципальной и частной собственности, должны играть роль проводников государственной политики, посредников между государством и населением в решении задач развития массовой физической культуры и спорта в стране. Особо отмечалось многими выступавшими, что очень важно четко и однозначно определить позиции, задачи, полномочия, ответственность физкультурно-спортивных организаций (далее – ФСО) в системе физической культуры и спорта страны, а также узаконить меры государственной поддержки ФСО, которые в настоящее время существуют лишь на бумаге.

Участники конференции обратили особое внимание на указание Д.А. Медведева о необходимости придать обсуждению стратегии развития физической культуры в стране публичный характер. Уже прошло более 1,5 месяцев после заседания Президиума Государственного Совета РФ по данной проблеме, а работники физкультурно-спортивных организаций, которых на Северо-Западе России насчитывается более 8900 единиц, не имеют информации о тех переменах и перспективах, которые ожидают нашу сферу деятельности. А ведь формирование общественного мнения и системы взглядов у руководителей и специалистов ФСО, которые непосредственно работают с населением, - это одна из наиболее эффективных форм реализации государственной отраслевой

политики в развитии массовой физической культуры и спорта в стране. В связи с такой неопределенностью многие участники конференции не скрывали своих тревожных ожиданий, которые также имеются и в среде руководителей физкультурно-спортивных организаций на местах.

На пленарном заседании и в обсуждениях на «круглых столах» конференции были конкретизированы проблемы перспектив развития физической культуры и спорта в Северо-Западном регионе, поставлено множество новых актуальных проблем, которые требуют решения. Особое внимание руководители физкультурно-спортивных обществ и спортивных федераций Северо-Западного региона в своих выступлениях обратили на несовершенство правовой базы и действующего Федерального Закона «О физической культуре и спорте». В частности отмечалось, что из текста данного закона не обоснованно были исключены некоторые очень важные определения и статьи. Такие, например, как: спортсмен-любитель, любительский спорт, которые олицетворяют олимпийские ценности спорта, введенные ещё Пьером де Кубертенем. Общественное движение ветеранов спорта активно развивается по всему миру. Несмотря на это в Федеральном законе отсутствует такое важное понятие как ветеран спорта. Наряду с этим почему-то исключена и статья, предписывавшая спортивным органам регионов заботиться об увеличении численности спортивных школ и физкультурно-спортивных организаций. Не достаточно чётко прописан в новом законе и правовой статус физкультурно-спортивных организаций различных форм собственности, а также специалистов, тренеров, инструкторов, работающих в данных организациях.

В связи с тем, что работа по пропаганде физической культуры и созданию системы доступных физкультурно-спортивных услуг в регионах Северо-Запада продвигается медленными темпами, многие специалисты не исключают сознательного искажения официальной статистической отчетности на местах о численности регулярно занимающихся физической культурой и спортом, т.е. приписок, - особенно это касается отчетов из государственных учреждений.

Участники круглого стола руководителей физкультурно-спортивных объединений («Динамо», «Россия», «Юность России», «РОСТО») и спортивных федераций Северо-Запада России не вполне согласны с тем, что работа с «экономически активным населением» не проводится. Есть и позитивные примеры такой работы в регионах Северо-Запада России. В то же время участники данного «Круглого стола» были единодушны в том, что организационно-методический потенциал физкультурно-спортивных объединений в оздоровительной работе с населением средствами рекреационного и детско-юношеского спорта пока используется не достаточно эффективно.

В обсуждении вышеуказанной проблемы руководители ФСО отметили, что поскольку в настоящее время экономическая политика государства выражается в высоких налоговых ставках на землю, на аренду помещений, на коммунальные расходы для негосударственных ФСО и спортивных сооружений, то это автоматически приводит к удорожанию физкультурно-спортивных услуг, способствует существенному их сокращению на местах, ведет к сворачиванию деятельности детских спортивных школ, принадлежащих ФСО. Вышеизложенные причины делают труднодоступными для детского и взрослого населения занятия оздоровительной физической культурой и массовым спортом для основной массы малоимущих граждан.

Никто и никогда не будет отрицать, что главным звеном в системе физической культуры и спорта в нашей стране являются государственные органы управления. В современных условиях общественной жизни в России также совершенно очевидно, что роль руководителей и сотрудников государственных органов управления физической культурой и спортом на местах не только в том, чтобы исполнять указания и ждать оценки вышестоящих начальников, произносить приветственные речи, вручать кубки и дипломы. Спортивная общественность Северо-Западного региона страны терпеливо ожидает, когда же государственные органы, ответственные за состояние и развитие

физической культуры и спорта в регионе и в целом в нашем государстве, станут действенными штабами по возрождению и развитию массовой физической культуры и спорта и, наконец-то, начнут во взаимодействии со всеми заинтересованными организациями реально управлять отраслью, а не распределять бюджет и оказывать отдельные государственные услуги. Участники конференции и руководители ФСО Северо-Западного региона страны готовы оказывать государственным органам всяческую поддержку и давно ждут, когда им в полной мере государство доверит организационно-правовое решение отраслевых задач.

Для этого необходимо преодолеть ведомственные барьеры во взаимодействии правительственных учреждений всех уровней с ФСО и общественностью. Указывая на эти барьеры, участники конференции отметили, что пока такое взаимодействие носит односторонний характер. Важные предложения и проекты спортивной общественности не находят поддержки в правительственных учреждениях, а часто и просто игнорируются. Ничего подобного не было в советском спорте, нет и поныне в других спортивно развитых странах мира. Вышеизложенное закономерно приводит к безинициативности работников и руководителей ФСО, к дефициту новых идей и перспективных проектов развития физической культуры и спорта, что вызывает искреннее сожаление участников конференции.

Несколько острых вопросов, которые требуют немедленного вмешательства:

- круглый стол руководителей федераций и клубов боевых искусств констатировал наличие неразрешимых проблем у огромного количества спортивных секций, осуществляющих свою деятельность на базе общеобразовательных школ, что связано с ожиданием введения в действие нового порядка начисления аренды за использование объектов государственной собственности. Спортивные секции, возглавляемые, в большинстве случаев, тренерами-общественниками и существующие на невысокие членские взносы общественных организаций, в настоящее время не могут конкурировать на городских конкурсах с более богатыми конкурентами, и вынуждены прекращать работу. Так, только в сентябре 2008 года в Санкт-Петербурге на улице оказались более 5000 детей и подростков, занимавшихся боевыми искусствами в школьных спортивных залах;

- представителями общественных спортивных организаций было отмечено так же, что в соответствии с ведомственными распоряжениями государственных спортивных органов при переходе тренеров-общественников на работу в государственные учреждения их предыдущий стаж профессиональной деятельности не учитывается при начислении заработной платы, что является несправедливым и лишает специалистов реального стимула продолжать тренерскую деятельность в госструктурах.

Участники конференции ответственно заявляют, что установление в полном объеме продуктивных взаимоотношений между государственными органами и физкультурно-спортивными объединениями является непростым и небыстрым внутренним для нашей страны социальным процессом. Отсутствие на данной конференции представителей Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, а также представителей исполнительных органов в области физической культуры субъектов Северо-Запада России свидетельствует о том, что они пока не готовы вести конструктивный диалог с широкой спортивной общественностью Северо-Запада России о роли и месте физкультурно-спортивных организаций в реформируемой системе физической культуры и спорта. Однако участники конференции считают необходимым уже начать такой диалог с привлечением к нему ведущих специалистов страны, представителей Общественной палаты РФ, и, в обязательном порядке, руководителей и работников ФСО всех уровней. Организаторы проведенной конференции ФСО Северо-Западного региона РФ готовы на повторные слушания вышеотмеченных проблем с участием представителей федерального органа в области физической культуры и спорта после того, как его позиция будет сформирована.

Президент РФ Д.А. Медведев призвал к публичному обсуждению отраслевой стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации. Мы призываем руководителей исполнительной власти в области физической культуры субъектов Северо-Запада Российской Федерации, представителей спортивной и научной общественности, которые по различным причинам не смогли принять участие в данной конференции поддержать призыв Президента России и принять участие в публичной дискуссии с отражением её содержания в местных СМИ. Считаем принципиально важным, открыто говорить о существующих проблемах и только в этом случае можно выработать правильные решения по обеспечению развития физической культуры и спорта на Северо-Западе России.

Участники конференции обращаются к Президиуму Государственного Совета Российской Федерации и надеются, что проведенное на конференции обсуждение, позволит высшим руководителям страны глубже вникнуть в суть происходящего в стране, в те процессы, которые сегодня имеют место быть в сфере физической культуры и спорта – кузнице здоровья нации. Мы рассчитываем, что наше обращение и предложения по итогам конференции будут услышаны государством, что позволит спортивной общественности Северо-Запада России внести свой реальный вклад и реальное участие в разработке и реализации стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года.

Обращение подписали:

Председатель Президиума Межрегионального Совета ФСО «Северо-Запад» **Б.А. Быков**; Президент Балтийской педагогической академии, заслуженный деятель науки РФ, доктор псих. наук профессор, **И.П. Волков**; Олимпийский чемпион по волейболу, заслуженный мастер спорта **А.Ю. Ермилов**; Первый заместитель председателя Санкт-Петербургской и Ленинградской областной организации ОГО ВФСО «Динамо», мастер спорта международного класса по лыжным гонкам **А.Н. Кузнецов**; Олимпийский чемпион по греко-римской борьбе, заслуженный мастер спорта **А.А. Роцин**; Президент Федерации каратэ Санкт-Петербурга, заслуженный тренер РФ, профессор **Н.В. Смирнов**; Председатель Исполнительного комитета МСФСО «Северо-Запад», канд. педагогических наук, чл.корр. БПА **В.Д. Тимофеев**; Председатель ФСО «Юность России» Санкт-Петербурга, заслуженный работник физической культуры РФ **В.П. Шихов**; Председатель ФСО профсоюзов «Россия», Санкт-Петербурга и Ленинградской области, вице-президент ФСО профсоюзов «Россия», заслуженный работник физической культуры РФ **Л. П. Шиянов**.

Информацию подготовил чл.корр.БПА,
проф., канд. пед. наук **В.Д.Тимофеев**

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Агеев Владимир Ульянович	-доктор пед.наук, заслуженный деятель науки РФ, президент НГУ им.П.Ф.Лесгафта, профессор.
Ань Цзинь (КНР)	- аспирант кафедры психологии НГУ им.П.Ф. Лесгафта.
Акопов Анатолий Юрьевич	-канд. медицинских наук, врач-психиатр, психотерапевт-консультант «Мегаполис Медэкс Пресс», действ. чл. БПА, профессор.
Асильев Н.П.	- студент, слушатель факультета практической психологии РООУ БПА.
Богданов Михаил Валентинович	- сосикатель кафедры автомобильного спорта и БДД НГУ им. П.Ф.Лесгафта.
Бодалёв Алексей	- доктор психологических наук, академик РАО, действ.

Александрович	чл. БПА,МАПН, МААН, профессор.
Волков Игорь Павлович	– доктор психологич. наук, профессор кафедры психологии им.проф. А.Ц.Пуни Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья, профессор, действ чл. БПА, МААН, МАПН, президент РООУ БПА.
Волков Олег Игоревич	- кандидат психологических наук, докторант кафедры психологии НГУ им.П.Ф.Лесгафта, вице-президент БПА, спортивный психолог.
Воскобойников Фред (США)	- практический психолог-консультант, чл.корр. БПА, профессор (г.Сан-Франциско).
Горяев Юрий Аркадьевич	- доктор медицинских наук, зав. Кафедрой пропедевтики внутренних болезней Иркутского государственного медицинского университета, засл. Врач РФ и Монгольской НР, профессор.
Гусакова Галина Ивановна.	- преподаватель психологии НОУ СПб «Институт биоменсорной психологии», соискатель кафедры психологии НГУ им. П.Ф.Лесгафта.
Данилец Людмила Павловна	-президент ОО СПб «Центр гуманитарных образовательных инноваций “Преображение“», Кандидат философских наук.
Драгомирецкий Андрей (Чехия)	- доктор медицины, врач-психотерапевт, практический психолог (г.Прага).
Дунаев Килаб Самсудинович	-кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры Чеченского государственного педагогического института.
Зацепин Вениамин Иванович (Австралия)	-доктор философских наук, профессор факультета социологии Мельбурнского университета, действ.чл.БПА, профессор.
Зиганов Николай Петрович	- кандидат исторических наук, полковник в отставке, чл.корр. БПА, г. Углич.
Иванов Иван Борисович	- аспирант кафедры психологии им.проф. А.Ц.Пуни НГУ им. П.Ф.Лесгафта, мастер спорта РФ.
Калягин Алексей Николаевич	- кандидат медицинских наук, доцент кафедры пропедевтики внутренних болезней Иркутского государственного медицинского университета, профессор Российской академии естествознания, чл. корр. БПА.
Кобченко Мая Евгеньевна	- исполнительный директор ОО СПб «Центр гуманитарных образовательных инноваций “Преображение“», магистр.
Курис Ирина Викторовна	-канд. педагогич. наук, руководитель отделения трансперсональной психологии РООУ БПА, действ. чл. БПА, МАПН, профессор.
Лозовая Галина Викторовна	- канд.психол. наук, доцент кафедры психологии НГУ им. П.Ф.Лесгафта, чл. корр.БПА.
Минин Игорь Владимирович	- канд. психол.наук, ст.научн. сотр. РООУ БПА, практический психолог – консультант.
Мяконьков Виктор Борисович	- доктор психол. наук, преподаватель кафедры менеджмента в НГУ им.П.Ф.Лесгафта, действ. чл. РООУ БПА. Профессор.

Рыжкин Юрий Ермакович	- канд. психол. наук, доцент факультета физвоспитания РГПУ им.А.И.Герцена.
Павел Дорин Николаевич	- научный консультант, профессор РООУ БПА.
Петунин Олег Викторович	- кандидат педагогических наук, доцент кафедры естественных наук Кузбасского регионального ИПК и ПРО, лауреат Премии президента РФ.
Романенко Владимир Иванович	- канд. технич. наук, зав. кафедрой автомобильного спорта и БДД в НГУ им.П.Ф.Лесгафта, доцент, мастер спорта, профессор РООУ БПА.
Сафронов Е.Л.	- преподаватель физического воспитания в Смоленском институте физической культуры..
Склифосовская Екатерина Александровна	- аспирант кафедры психологии им.проф. А.Ц.Пуни НГУ им. П.Ф.Лесгафта.
Станиславская Ирина Геннадьевна	- канд. психол. наук, доцент кафедры психологии им. проф. А.Ц.Пуни НГУ им. П.Ф.Лесгафта, чл. корр., профессор, ученый секретарь РООУ БПА.
Тимофеев Владимир Дмитриевич	- кандидат педагогич. наук,председатель испол-кома совета ФСО «Северо-Запад», чл.корр.БПА.
Тимофеев Юрий Тимофеевич	- кандидат психологич. наук, ст.научный сотрудник факультета психологии СПбГУ, пост. член РООУ БПА.
Шихвердиев Сулейман Нажмутдинович	- кандидат педагогических наук, доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин Российской правовой академии Министерства юстиции России (г.СПб).
Эльмурзаев Магомед Атуевич	-канд. пед. наук, доцент каф. физической культуры Чеченского гос. пед. института.

ОСНОВНЫЕ НАУЧНЫЕ ТРУДЫ Авксентия Цезаревича Пуни:

- Психологическая характеристика «стартовой лихорадки» /Автореф. дисс. канд. пед. наук // ж.: Теор. и практ. ф.к., 1937, № 2, с.137-149);
- Опыт экспериментального изучения некоторых вопросов методики лечебной гимнастики // ж.: Теор. и практ.ф.к. 1946,№1-2, с. 572-577.
- Психологические основания физического воспитания по П.Ф.Лесгафту//Сб.:Очерки по истории физич.культуры. М-Л.,1949, с.103-118.
- Психология спорта \ Автореф. дисс. докт. пед. наук (по психол.). Л.: ГДОИФК им. П.Ф.Лесгафта, 1952, 44 с.
- Моральный облик советского спортсмена. Л.: Знание, 1954. – 28 с.
- Очерки психологи спорта.- М.: ФИС, 1959, 308 с.
- О волевых качествах спортсмена // ж.: Теор. и практ. ф.к. 1960, № 11,

С.815-822.

- О самовоспитании воли спортсмена // Сб.: Проблемы психологии спорта. Вып.2. М.: ФИС,1962, с. 122-129.
 - Психологическая подготовка спортсмена к соревнованию // ж.: Теор. практ. ф.к. 1963, № 2, с.52-56.
 - О состоянии психической готовности спортсмена к соревнованиям // ж.: Теор.и практ. ф.к. 1967, № 4, с.27-29.
 - Тренирующее действие представлений о движении // ж.: Теор. практ. ф.к. 1969, № 9, с.11-14.
 - К психологической теории спортивной деятельности // ж.Теор. и практ.ф.к. 1973,№ 12, с.10-14.
 - Учебно-исследоват. работа студентов при изучении психологии. *совм. с Д.Я.Богдановой* // ж.: Теор.и практ.ф.к.1973, № 2, с.54-56.
 - Психология / Учебник для ТФК. Ред.А.Ц.Пуни.М.:ФИС,1984, 255 с.
-