

Талалай Александр Анатольевич

канд. филос. наук, старший преподаватель

ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»

г. Таганрог, Ростовская область

НЕКОТОРЫЕ ФИЛОСОФСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ

Аннотация: по мнению автора, игра как социальный феномен – это поле для свободной и творческой деятельности человека. Являясь культуuroобразующим фактором, имея четкие правила и временные границы, она способствует раскрытию безграничного потенциала «человека играющего».

Ключевые слова: феномен игры, культуuroобразующий фактор, моделирование действительности, обучающе-воспитательные аспекты игры, психология спортсмена, психология спортивного соревнования, психотерапевтические возможности, самоактуализация личности.

Что наша жизнь?

Игра!

М.И. Чайковский

Игра – одно из ключевых понятий широкого спектра наук. Игровая деятельность – ревность к чужому успеху, соревнование субъектов с целью стать первым, выиграв состязания силы, ума, энергии. Такая деятельность – порой на пределе человеческих возможностей – является по сути ярким проявлением человеческого в человеке. Игра привлекает человека, потому что она гармонично соединяет приятное с полезным. В игре доминирует действие, сам процесс игры. Деятельность в этом контексте поднимается до духовных высот. Созидая культуру, человечество создавало и создает для себя разного рода игры: олимпийские, военные, политические, театральные...

В чем суть игры, почему она так привлекает людей? Всеобъемлющей сущности феномена игры и ее роли в человеческой цивилизации посвящена фундаментальная работа «Homo Ludens. Опыт определения игрового элемента

культуры» нидерландского ученого Й. Хейзинги. Автор сформулировал игровую концепцию культуры, рассмотрев игру как культуuroобразующий фактор – всеобщий принцип становления человеческой культуры: подлинная культура «развёртывается в игре и как игра» [4, с. 7].

«Всякая Игра есть прежде всего и в первую голову свободная деятельность», – утверждает Й. Хейзинга» [4, с. 17].

Возникнув ещё в родовом обществе, игра продолжает развиваться, отражая и преобразуя действительность. Глубоко изучив феномен игры, Й. Хейзинга выделил её основополагающие свойства: непринужденный характер игры реализует свободный выбор субъекта; игра не является «обыденной жизнью», так как не служит удовлетворению нужд и страстей; она «разыгрывается» в определённых границах хронотопа (времени и места); игра устанавливает порядок и немислима без соблюдения определённых правил; игра реализует не только стремление человека к соперничеству и победе, но и потребность в отдыхе, разрядке; игра тесно связана понятием выигрыша, то есть своеобразного возвышения в результате игры [3]. Й. Хейзинга полагает, что «элемент напряжения занимает в игре особое и важное место... означает неуверенность, неустойчивость, некий шанс или возможность. <...> Напряжение игры подвергает проверке играющего: его физическую силу, выдержку и упорство, находчивость, удаль и отвагу, выносливость, а вместе с тем и духовные силы играющего, коль скоро он, одержимый пламенным желанием выиграть, должен держаться в предписываемых игровой рамками дозволенного» [4, с. 21–22].

Игра нарушает обыденное течение жизни, четко фиксируясь во времени. Она вне себя самой не имеет собственной цели. Игра зиждется на осознании радостного отдыха, четко ограниченного по времени бегства человека от реалий обыденной жизни в сферу искусства. Играющему человеку присущ боевой настрой, воля к победе и чувство удовольствия от игры. Содержание игры совмещает на время духовное и телесное, реальное и нереальное. Игра творчески преломляет действительность, одухотворяя её силами человека. В игре наступает гармония иррационального и рационального, хаоса и непреложного порядка.

Представляется, что игра подобна бегству из обыденного мира, где господствуют рутинный труд, несправедливость, социальная отчужденность и иерархия. Однако игра, моделируя действительность, возвращает и основополагающие жизненные ценности: труд и любовь, власть и справедливость, но только в своеобразной, преображенной форме. Цель играющего не в торжестве победителя, а в радости от самого действия. Способность играть, свойственная для детских забав и развлечений взрослых, – это способность и желание дать волю своему воображению без оглядки на результат, это сущностная характеристика человеческой природы.

Обучающе-воспитательные аспекты игры – это её антропологическое содержание. Обладая магией детской непосредственности, но при этом характеризуясь четким структурированием и наличием правил, игра и разделяет, и объединяет в одно и то же время, – это определенность и непредсказуемость, четкость и размытость, серьезность и забава, рациональное и иррациональное. Играть – значит следовать определенному порядку, который и препятствует реализации свободы игрока, и побуждает к ней. Чтобы в игре воцарился порядок, необходимо решительно отказаться от повседневной рутины, – так в игре происходит временное воцарение хаоса и вместе с тем – установление нового порядка [3].

Несколько слов о психологии спортсмена и спортивного соревнования.

Спорт высших достижений характеризуется стремлением к целенаправленному формированию личности, к воспитанию такого синтеза психических свойств, который гарантировал бы спортсмену наибольшую вероятность успеха в соревнованиях. В своей работе тренер опирается на знание особенностей личности спортсмена, то есть на знание его темперамента, характера и способностей. Путь к успеху в спорте связан со стратегиями индивидуализации и избавления от недостатков. Стратегия индивидуализации имеет целью формирование уникального и эффективного стиля спортивной деятельности. Пластичность свойств нервной является основой стратегии избавления от недостатков и опоры на сильные стороны психики [1].

Спортивное соревнование служит предметом спортивной психологии как психическое явление с характерными свойствами. Здесь на первый план выступает соперничество в каком-либо виде спорта, спортивной дисциплине. Согласно идее самореализации личности задачей тренера и спортсмена является обеспечение максимального воплощения задатков и одаренности именно в этом виде спорта. Важным слагаемым успеха в работе тренера является опора на мотивы деятельности личности спортсмена.

Соревнования не только поводят итог тренировочного этапа, но и являются драйвером психического развития спортсмена, корректируя его мотивационную сферу. Призы, спортивные звания, соревнования, самоутверждение победителя и другие стимулы позитивно влияют на формирование личности спортсмена, однако выработка правильной реакции на успехи и неудачи – одна из главных задач формирования личности, решаемых в процессе соревнований.

Спортивные соревнования изобилуют ответственными, а иногда и опасными для жизни и здоровья экстремальными ситуациями, провоцирующими спортсменов действовать на пределе собственных психофизиологических возможностей. В этих ситуациях на первый план выступает психоэмоциональная устойчивость спортсмена, то есть его способность победить прежде всего себя, своё волнение. Здесь уместно подчеркнуть и значимость волевого фактора в психологии спорта, потому что проявленная воля к победе, безусловно, служит главным итогом, влияющим на оценку и самооценку спортсмена.

Важной психологической категорией, характеризующей соревнования, являются эмоции, потому что эти эмоциональные переживания отличаются значительной насыщенностью, быстротой смены состояний, интенсивностью протекания процессов [1]. Спортсмен получает положительное эмоциональное подкрепление своей деятельности в результате победы над соперником – это заслуженное социальное одобрение, положительно влияющее на самооценку. Поражение или относительная неудача, являясь на первый взгляд отрицательным эмоциональным стимулом, ведут к самоанализу и необходимой корректировке тренировочного процесса, закладывая фундамент будущих больших побед. В

процессе игры происходит естественная синхронизация эмоционального состояния спортсмена с командой, развивается эмпатия.

Немаловажным фактором и стимулом к участию в спортивной игре являются также её *психотерапевтические возможности*. Например, овладение новыми социальными ролями в команде, в процессе чего актуализируется социальная эмпатия; чувство автономии развивается при самостоятельном определении необходимой на данном тренировочном этапе нагрузки; развитие способности к риску укрепляет веру в позитивные силы человека, происходит совершенствование эмоционально-волевой сферы, идет процесс самопознания и принятия себя, как следствие растет самооценка; для спортсмена важно умение жить в настоящем, что гарантирует полную сосредоточенность и вовлеченность в процесс игры здесь и сейчас; спортсмен может пережить катарсис – особое состояние нравственного, психического, духовного напряжения, свободное творчество в игре – всё это в комплексе способствует преодолению экзистенциального вакуума и дает непосредственное ощущение радости жизни [2, с. 180–181]. Игра «излучает своё сияние на обычный мир вовне, учиняет безопасность, порядок, благоденствие группы, справлявшей этот праздник...» [4, с. 25–26]. Следовательно, в игре реализуются важная социальная потребность высшего порядка – потребность саморазвития, то есть самоактуализации личности (по А.Н. Маслоу). Поражение в игре является необходимой школой анализа просчетов и преодоления стресса – это необходимый фактор личностного роста настоящего спортсмена. А значит, игра «необходима индивиду как биологическая функция, и она необходима обществу...как культурная функция», – утверждает Й. Хейзинга [4, с. 19]. «Человек играющий» по определению свободен, а свобода, с точки зрения философов-экзистенциалистов, – сущностная характеристика личности. Психологический перенос Я-концепции спортсмена с поля игры на поле жизни – это игровая спонтанность, креативность, с одной стороны, и способность к риску, боевой настрой, воля к победе и радость бытия – с другой, – непременно будут способствовать тому, что человек станет лучшей версией самого себя – станет радостным и целеустремленным.

Подводя итог, можно подчеркнуть, что спортивная игра – это свободная и радостная деятельность саморазвития. Игра пронизывает все сферы нашей жизни, она имеет место в жизни каждого человека независимо от его возраста. Игровые навыки, совершенствуемые с опытом, помогают людям и в реальной жизни, не случайно, по мнению Платона, «надо жить играя». Как сама жизнь, «любая игра во все времена была способна целиком захватить играющего» [4, с. 18]. Хотя феномен игры способствует формированию человеческого в человеке и наполняет жизнь радостными игровыми моментами, освобождая на время от рутины обыденности, однако в ней, как в игре, нельзя делать ставку на дополнительное время.

Список литературы

1. Ахатов А.М. Психологическая подготовка спортсменов: учебно-методическое пособие / сост. А.М. Ахатов, И.В. Работин. – КамГАФКСиТ, 2008. – 56 с.
2. Евсеев Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. – Ростов-н/Д: Феникс, 2003. – 384 с.
3. Скачок В.Е. Игра как философский феномен человеческой деятельности / В.Е. Скачок, А.М. Демьяненко, Е.А. Демьяненко [и др.] // Молодой ученый. – 2015. – №24 (104). – С. 1193–1195. EDN TАНUVR
4. Хёйзинга Й. Homo ludens. В тени завтрашнего дня: пер. с нидерл. / Й. Хёйзинга; общ. ред. и послесл. Г.М. Тавризян. – М.: Прогресс; Прогресс-Академия, 1991. – 464 с.