

## ОБЪЕКТНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ТЕЛУ И БОЛЬ В ЭСТЕТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

**Димура Ирина Николаевна**

Кандидат педагогических наук, доцент,  
ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет  
физической культуры спорта и здоровья  
имени П.Ф. Лесгафта», Санкт-Петербург  
dimooora@mail.ru

**Косалапова Дарья Анатольевна**

ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет  
физической культуры спорта и здоровья  
имени П.Ф. Лесгафта», Москва  
kosalapova.darya@yandex.ru

### THE INFLUENCE OF EARLY PROFESSIONALIZATION IN SPORTS ON THE OBJECT ATTITUDE TO THE BODY AMONG ATHLETES

**I. Dimura  
D. Kosalapova**

*Summary:* The athlete's fear of not meeting the typical requirements of an athlete is exposed in the form of ignoring some health-saving factors in the early stages of a career in aesthetic sports. Over time, the rule for young athletes turns into their peremptory lifestyle. The relevance of athletes is expressed primarily in physical data and their conditions. Tendentiousness prevails: over the course of a career, a character is formed and accompanied by psychological defenses, which are exposed in an object attitude towards oneself, expressed in a specific relationship with pain.

*Keywords:* pain, objectification, aesthetic sports, figure skating.

*Аннотация:* Боязнь атлета не соответствовать профессиональным требованиям облекается в форму игнорирования некоторых факторов здоровьесбережения на ранних этапах карьеры в эстетических видах спорта. С течением времени профессиональный устав переходит в образ жизни юных атлетов, выражаясь прежде всего в физическом облике и его кондициях. Формируется характер в сопровождении психологических защит, воплощенный в объектное отношение к себе и специфическое к боли. Отношение к последней всегда является вопросом значения и ценности.

*Ключевые слова:* боль, объективация, эстетические виды спорта, фигурное катание.

На взгляд стороннего наблюдателя красота в спорте представляется специфически «активным» декором, украшающим спортсмена, насытив дополнительными смыслами его деятельность. Однако помимо эстетического «орнамента» изнурительные тренировки, формирующие физические кондиции, сопровождаются внутренними деформациями, иногда деструкциями, надломами и травмами личности. «Эстетика долгое время развивалась преимущественно как философия прекрасного. Однако в настоящее время такое определение представляется недостаточным, так как прекрасное есть только разновидность эстетического наряду с такими его модификациями, как возвышенное, низменное, трагическое, комическое, безобразное, ирония, юмор, бурлеск, гротеск и т.д.» [1]. Любое произведение искусства, обладающее «материальным» субстратом, физически заземленное, «нацелено» на нашу чувственность, а потому эстетично, чувственно (чувствуется). Эстетизм как феномен имеет дело с особой организацией опыта и поименования, соотносим с идеями выразительности, изображения, символизации, воображения [2, С. 31-33]. «Эстетика — это способ мыслить, который проявляется по поводу предметов искусства и силится высказать, в чем они являются предметом мысли» [3].

Эстетику спорта чаще ограничивают только прекрасным, закулисье тренировочного процесса сакрально

и закрыто от обывателей. На подготовительном этапе спортивной карьеры в эстетических видах спорта присутствует селекция физических данных, а на этапе совершенствования мастерства спортсмен несет ответственность за собственное тело, его пропорции, состояние, готовность (в том числе, моральную) к тренировочному процессу и соревнованиям. Эстетика фигурного катания включает в себе масштабные пласты сложносочиненных феноменов идеального, содержащие в себе скрытые структуры физического совершенствования: игнорирование травм, претерпевание боли, объективация тела с раннего возраста. Мы исходим из определения, «фокусирование внимания на внешности женщины, рассмотрение ее в качестве объекта, а не субъекта действия ... в каком-то смысле, отрицающем полноценность женщины в принципиально важном качестве — вершителя своей судьбы» [4].

К 14 годам у представителей эстетических видов спорта за плечами увесистый багаж опыта, знаний, наработанных паттернов профессионального поведения, комплексов, оценок достижений и убеждений, накопленный за профессиональный стаж (у подростков может достигать десяти лет). Темпы естественного возрастного развития тинейджеров иногда превышают скорость нарастания основных показателей физического развития – роста, веса и окружности грудной клетки, об-

условленных воздействием тренировок [5]. Спорт высших достижений не делает скидок на возраст, юные атлеты уже профессионалы, завоевавшие реноме, титулы и разряды. Спортсмены-акселераты развиваются стремительнее своих ровесников, прежде всего, физически, перенося большие нагрузки, иногда упуская ментальную составляющую, явно опрометчиво. Она выдерживает или нет жесткий прессинг, а если речь идет о сборных командах стран, то и обостренное внимание общественности, прессы, СМИ. Для исследований ранней профессионализации характерен факт смещения нормативных фаз профессионального развития на более ранние возрастные периоды, а также неизбежность и противоречивость влияния этого сдвига на психическое развитие детей, вовлеченных в нее [6]. Реальные сложности исследования самоотношения спортсменов, порождены ранней специализацией: строгость, дисциплинированность, мобилизованность у атлетов развивают с малых лет. Не соответствовать ожиданиям тренера – значит не оправдать надежд, разрушить общую работу, перечеркнуть путь, потратить зря время. Юный спортсмен смотрит на себя извне, глазами других. Объективация способна инициировать мазохистские наклонности у спортсменов, превратив их в хронические. Эстетические виды спорта, благодаря жесткому возрастному цензу, ставят под удар ощущение спортсменами себя изнутри, заботу о здоровье и способность принятия себя в разных состояниях.

Фигурное катание, художественная гимнастика, синхронное плавание – виды спорта, где красота привлекательна и является аттрактантом для родителей атлетов. Но эстетика спорта ограничивается зачастую требованиями техники, выносливости как «результата максимальной адаптации к испытаниям», «как выражение этого неустанный усилия раздвинуть границы допустимого и отрицать проблемы» [7], тренированностью специфических психологических качеств (наряду с конкурентоспособностью умением терпеть, преодолевать, подчиняться). Тренер – самый важный взрослый в жизни спортсмена – шефствуя над атлетом, диктует задачи, находясь в сотворчестве с ним, занимая одновременно позицию диктатора и партнера. Это ведет к противоречивым и конфликтным отношениям этой пары. Айрис Мёрдок: «У мазохизма есть свои строгие правила. И мы соглашаемся терпеть боль, только если она изнанка любви» [8]. Формула любви в большом спорте встречается и такая: чем больше от тебя требуют, тем больше в тебя вкладывают, тем более спортсмен интересен. Очень быстро дети научаются терпеть во имя спорта, стараясь соответствовать ожиданиям. У всего есть норматив и стандарт, задаваемых «сверху»: вес, рост, возможности, исполнительность. Объективация внедряется постепенно, когда спортсмены старательно подгоняют себя под шаблоны маскулинности, защищаясь от пубертата, спасаясь в инфантильности. Реальность не соответствует «идеальному» ориентиру, выстроенному другими, спор-

тивным сообществом.

### Основные результаты

Эмпирическое изучение боли – одна из целей исследовательского проекта по анализу объективации спортсменов. В него входили опросы, интервью, отзывы самих атлетов об их ощущении, переживании, одолении боли, рефлексии над ней, отраженные в наших предыдущих работах, связанных с исследованием самоотношения, к телу и работе с ним. Данные авторской анкеты объединили результаты обследования (n=46) девушек фигуристок и гимнасток, уровня МС, КМС и 1 взр. Констатируем в блоке «Самоотношение», что 48% девушек нравятся в себе лишь отдельные части тела: телосложение – 26%, лицо – 15%, «всё нравится» лишь каждой девятой, а изменить свое тело хотят 61% участниц опроса (прежде всего, уменьшить вес). Для 49% боль – это дискомфорт, для 21% боль – «это и есть спорт, знак жизни, ее смысл», для 16% – это преодоление тела, для 12% — часть инициации в профессию, боль – это деморализатор и «то, что преследует меня, но я убегаю» (фигуристка, КМС, 20 лет, закончила карьеру) [9]. Эти данные параллельны результатам французского исследования переживания боли молодыми танцорами [10], которые претерпевают частичную трансформацию убеждений в отношении преодоления себя и боли, а также обосновывают на опыте травм логику оптимизации в жизненных привычках. По словам Сильви Фортен, здоровье — это «место встречи между восприятием тела и восприятием искусства, существование, которое обуславливает повседневные действия» [10] танцоров. В нем говорится об «обычном насилии над телами», которое «в некотором смысле кажется законным, натурализованным, поскольку вписано в изучение коллективной дисциплины, ценимой через обучение». Преодоление боли – составная часть профессиональной идентичности. Страдание сильно, когда испытывается боль (болезнь, пытки, несчастный случай), но терпимо, когда оно выбрано, потому что оно сопровождает желаемую деятельность (физические нагрузки, боди-арт и т.д.).

Наше раннее исследование [11] выявило связь субъективации с личностными качествами фигуристок. Тест «Большая пятерка» обнаружил второй фактор привязанности у 92%, и лишь у одного человека – обособленности. Фактор самоконтроля актуален для всех опрошенных. Степень эмоциональной неустойчивости у 67% обнаружилась на высоком уровне, на среднем – у 8%, а эмоционально устойчивыми оказалась лишь четверть испытуемых. Фактор экспрессивности обнаружен у 92%, практичности – только у 8% [11]. Безусловно, интересна «категоричная» доля фактора привязанности. Карьера фигуриста сегодня начинается в 3-4 года. Вступление в мир спорта неуклонно и беспрекословно «руководится» тренером. Общие закономерности аналогичны французскому исследованию: «неравные властные отношения,

[которые] могут сильно повлиять на здоровье исполнителей» [10], с отчетами о подчинении, в зависимости от харизмы педагогов-хореографов. Эту иерархичность укрепляет «культура молчания, которая заставляет танцоров молчать о дискомфорте, боли и травмах [там же]. Самоконтроль тренируется наравне с физическими кондициями. Если боль остается под его контролем, она имеет то заметное преимущество, что обеспечивает границу, символизируя физический контакт с миром [13]. В тех обстоятельствах, когда человек принимает решение о своем действии и знает, что может отказаться от него, если захочет, боль приобретает моральное измерение, которое преобразует ее значение и устраняет болезненность. Она становится средством для экспериментов над собой. Это связано с огромным удовлетворением для личности, знаком одоления. Это путь самоисследования, поиска границ смысла, которые дают ощущение себя. При условии рефлексии.

Нейротизм преобладает среди фигуристов, они часто подвержены стрессам, а фактор экспрессивности в этой связи подкрепляет активность творческой составляющей. Стремление к красоте оказывается лучшим обезболивающим средством.

Мы обращали внимание ранее на то, что реальное тело соответствует идеальному, по их мнению, только у четверти девушек, на пути к идеалу находится половина, вовсе не соответствует их тело эталону также у четверти. Для 42% боль оказалась нормой, знаком жизни и частью успеха, для такой же доли – сильным дискомфортом, преодолением тела – для 16%. [11]. Это свидетельство нормализации травм, которые интегрированы как неотъемлемый риск профессии. Подобные оценки подтверждены очень высокими порогами толерантности к боли у этой профессиональной группы. Чувство контроля приводит к ослаблению внимания к боли. Парадокс боли заключается в том, что она вызывает настойчивое чувство присутствия и жизни. Если боль выбрана, не вызывая страданий, она почти всегда связана с самоосознанием, с напоминанием о том, что вы живы, реальны, присутствуете в себе (спорт, боди-арт, модификация тела и т. д.) [13]. В спортивном контексте несоответствия самим себе, отношение к боли может спровоцировать мазохистские наклонности, на стадии формирования организма, психики, личности. Боязнь не соответствовать требованиям приводит к терпению и отрицанию боли, восприятию себя как инструмента. «Отклонение от нормы» вызывает стыд. Т. Хиггинс (Self-Discrepancy Theory) предложил рассматривать личность как совокупность трех «Я»: «реального», «идеального», «долженствующего». Значительные расхождения между разными «Я» стимулируют беспокойность, меланхолию, грусть, разочарование и даже вызвать психические расстройства. Существенное расхождение между «Я-реальным» (*actual self* – понятие, близкое к самооценке, отражающее то, как человек воспринимает свои атрибуты (внешность, ин-

теллект, черты характера, ценности и внутренние стандарты)) и «Я-идеальным» (*ideal self* – то, каким индивид хотел бы себя видеть) коррелирует с низкой самооценкой, и наоборот, чем больше положительные атрибуты совпадают с «Я-идеальным», тем самооценка выше [14]. Девушки стремятся быть совершенными, игнорируя некоторые жизненные факторы. Зачастую спортсмен никого не пропускает в мир своих негативных переживаний, закрываясь путём выстраивания защит. Карен Хорни определяет способность к работе следующим образом: инициатива, приложение усилий, доведение дела до конца, достижение успехов, настаивание на своих правах, умение постоять за себя, формирование и выражение собственных взглядов, осознание своих целей и способность планировать в соответствии с ними свою жизнь. У мазохистской личности обычно, в связи с этим имеются разнообразные запреты, возникающие в целом из-за чувства своей незащищенности или даже беспомощности в жизненной борьбе, и объясняющие последующую зависимость от других людей [14]. Такая установка часто маскируется защитой и проявляется только после того, как защита снята.

Методика «Индекс жизненного стиля» выявляет методы защит, предполагая взрослых респондентов, мы же исходили из большого профессионального стажа фигуристок. Реактивное образование (гиперкомпенсация) – главная защита для большинства (71% опрошенных), интеллект – 65%, компенсация – 63%, отрицание – 58%, проекция – 53%, а также регрессия – 45%, подавление – 44%, замещение – 35% – профиль защит фигуристок. Гиперкомпенсация в паре с повышенным нейротизмом характерна для представителей спортивной эстетики, удерживающим полюса эмоциональных состояний.

Корреляционный анализ (см. рисунок 1) по Ч.Э. Спирмену показал, что слабая сила взаимосвязи показателей «травмированности» и «отношения к боли» подтверждает объективацию: боль для фигуристок – часть жизни. Защита «гиперкомпенсации», выявленная у 70% опрошенных находится вообще вне связи с отношением к боли, в отличие от эмоциональной неустойчивости [11]. Показатели взаимосвязи гиперкомпенсации и отношения к боли с возрастом снижаются: профессионализм складывается и из способов совладания с болью: с возрастом травм всё больше, а значит, и увеличивается багаж подавляющих боль средств. Переживание боли становится эмоциональным компонентом образа тела, трансформируясь в объективацию [11]. Интересна тенденция в обеих возрастных группах, младшей и старшей: чем выше степень взаимовлияния гиперкомпенсации и отношения к боли, тем выше взаимосвязь самоконтроля с желанием изменить тело. Высокая степень нейротизма на фоне гиперкомпенсации ведёт к ужесточению тирании самоконтроля. Нейротизм может провоцировать объективацию [11].

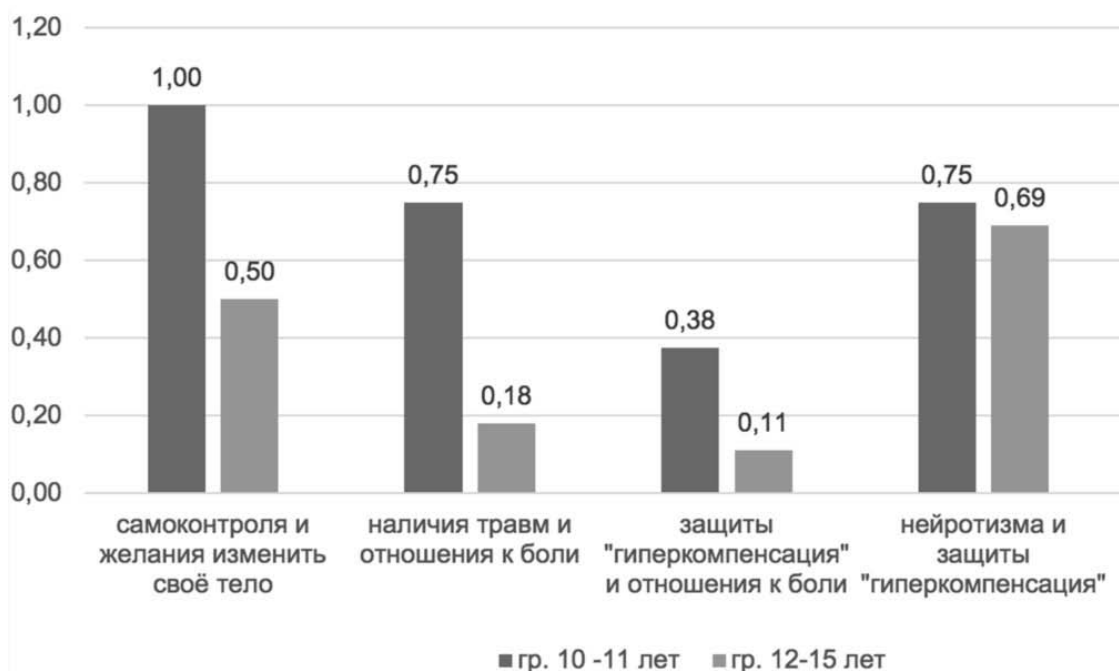


Рис. 1. Корреляционный анализ личностных качеств и самоотношения фигуристок 10-11 лет и 12-15 лет  
Источник: Составлено автором на основании [11].

Профессионализация спортсменов в раннем возрасте отражает так или иначе приспособление к непростым условиям их становления, рождающих объективацию и раздробленность в восприятии собственного тела в связи с игнорированием болевых сигналов. Неоднозначна при этом роль семьи. Для юных спортсменов семья участвовала в усвоении спортивных ценностей и приверженности их жизненному проекту. Травмы подростков нормализовались в этих семьях. Они обозначались в качестве признака хорошо выполненной работы и укрепления характера через работу, как и во французском исследовании танцоров. Но область, в настоящее время не поддающаяся нормализации, – сфера психологических страданий. Цель спортсменов состоит в том, чтобы вернуться к ритму, существовавшему до травмы, и принять новую хроническую боль, вызванную последней. Их слова отрицают наличие соматических практик.

Предположим, что боль является своеобразным культурным кодом эстетических видов спорта. Страх, который она внушает каждому человеку как признак его уязвимости, действительно, придает боли «магический и тревожный оттенок» [15]. Целеполагание, внутренние ориентиры основываются во многом на терпении, дисциплине, соблюдении правил тренировочного процесса. Всё это гарантировано ранним воспитанием спортсменов их наставниками. Переживание своего тела в процессе профессионализации осложняется в контексте возрастных цензов, что могло бы стимулировать поиск менее привычных способов совладания с болью. Однако соматические практики отсутствуют в дискурсе этих учеников.

У эстетических видов спорта есть преимущество в плане профессиональных особенностей: выразительность и хореографическая подготовка могут стать помощниками спортсмена в случае активации не только технических процессов становления атлета, а также регуляции эмоциональной составляющей. Раскрытие сущности профессиональных занятий, помощь в нахождении своих смыслов отразится на истинно профессиональном отношении, ведущем к длительной спортивной карьере, основанной на ценностях здоровья и личности спортсмена. Когда спортсмен различает свои ощущения и может определить боль как «ненормальную», он получает доступ к новым источникам углубленного отношения к профессиональной деятельности. Новый образ жизни и новые представления о здоровье позволят преодолению и самопожертвованию уступить место рационализации и развитию способности прислушиваться к своим телесным ощущениям. Однако развитие внимания к сенсорным переживаниям способствует усилению процесса овеществления тела, который с функциональной точки зрения основан на индивидуальной ответственности. С другой стороны, постоянство болей мешают сохранению идеала конформации и невозможности его достижения, но совпадает с психологическими потребностями в поддержке тех, чье тело сдалось, тем более что они и они иногда оказываются одинокими в своих действиях. Боль, вызываемая занятиями спортом, служит средством воспитания эмпатии [15].

Если рассматривать переживание боли как символическую деятельность, то феноменологически отношение к боли определяется в первую очередь режимом

испытания, а не режимом функции. Боль — это восприятие, выходящее далеко за рамки сенсорного потока, ставящее вопрос об отношении страдающего человека к миру. Страдающее тело — это, прежде всего, тело, наделенное ценностями. Тогда возможна в качестве техники символизация боли, проживание ее через метафору, визуализация. В то же время насилие в порождении смысла ведет к подавлению потенциальности и возможности другого мнения. «Язык открывает нам установки по отношению к боли и модусы ее переработки» [16]. Боль является как проблема, как вопрос о ее смысле. Концепт боли, связанный с нашими образами и воображением, задает как модели восприятия и переживания, так и способы символической трансформации и преодоления боли [16].

Соматические практики позволяют развивать самовосприятие, мобилизовать различные артикуляцион-

ные возможности и, среди прочего, наращивать тонкое восприятие ощущений. У них общие принципы, такие, как осознание движения, важность медлительности и постепенности или даже тонкое внимание к мышечной работе. Воспитание и развитие воображения, чувственного опыта и осознания жеста, сублимация боли через художественное высказывание – способы овладения травмой. Интервью не содержат упоминаний о работе по осознанию ощущений. Здоровье наших респондентов в первую очередь связано с формой немедленной физической работоспособности. Между миром искусства и миром спорта – мосты и водоразделы. Там, где идеология танца утверждает первенство смысла жеста, идеология спорта рационализирует тело, чтобы соответствовать определенным целям. Здоровье пересекает эти измерения, представляющие собой множество предположений, между этими двумя полюсами пористого континуума.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Лосев А.Ф. Эстетика / А.Ф. Лосев // *Философская энциклопедия*: В 5 т. – 1970. – Т. 5. – Москва: Советская энциклопедия. – 740 с.
2. Грякалов А.А. К эстетике события. Эстетика сегодня: состояние, перспективы. / А.А. Грякалов // *Материалы научной конференции*. 20-21 октября 1999 г. Тезисы докладов и выступлений. – СПб.: Санкт-Петербургское философское общество. – 1999. – С. 31-33.
3. Рансьер, Жак. Эстетическое бессознательное / Жак Рансьер; сост. и пер. с фр. В.Е. Лапицкого. – СПб.: Machina. – 2004. – 126 с.
4. Григорян А.А., Григорян А.Ю. Объективация женщины как один из видов сексизма/ А.А. Григорян, А.Ю. Григорян // *Вестник ИвГУ. Серия: Гуманитарные науки*. – 2021. – №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obektivatsiya-zhenschiny-kak-odin-iz-vidov-seksizma> (дата обращения: 21.08.2023).
5. Физическая культура и возраст [Текст] / Р.Е. Мотылянская, Л.И. Стогова, Ф.А. Иорданская; Под общ. ред. проф. Р.Е. Мотылянской. – Москва: Физкультура и спорт. – 1967. – 280 с. : ил.; 22 см.
6. Горская, Г.Б. Ранняя профессионализация одаренных детей: ресурс развития или источник дисгармонии/Г.Б. Горская, С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко// *Вестник Адыгейского университета*. – 2013. – № 3 (123). — С. 110–118.
7. Casale Camille, Quand la parole révèle les conditions de santé du métier de danseur et de danseuse. Normes, douleurs et évolutions / Camille Casale // *Recherches en danse* [En ligne], 12. – 2023, mis en ligne le 25 novembre 2023, consulté le 26 février 2024. URL: <http://journals.openedition.org/danse/6741>; DOI: <https://doi.org/10.4000/danse.6741>
8. Боль. Природа женской покорности: переводы / Зигмунд Фрейд, Карен Хорни, Рихард фон Крафт-Эбинг. – Москва: Алгоритм. – 2022. – 320 с.
9. Димура, И.Н., Косалапова, Д.А. Отношение к телу: сравнительный анализ данных опроса студенток спортивного вуза, занимающихся эстетическими видами спорта / И.Н. Димура, Д.А. Косалапова // XXV Всероссийская студенческая научно-практическая конференция Нижневартковского государственного университета (г. Нижневартовск, 4-5 апреля 2023 г.) / Под общей ред. Д.А. Погонишева. Ч. 10. Психология / Нижневартовск: изд-во НВГУ. – 2023. – С. 201.
10. Fortin Sylvie (dir.), *Danse et santé : du corps intime au corps social*, Québec, Presses de l'université du Québec. – 2008. – p. 2.
11. Димура И.Н., Косалапова Д.А. Болевой параметр самоотношения у занимающихся хореографией / И.Н. Димура, Д.А. Косалапова // *Культура физическая и здоровье*. – 2023. – № 4 (88). – С. 191-196
12. Димура И.Н., Косалапова Д.А. Показатели когнитивных и эмоциональных параметров самоотношения фигуристов как инструменты самоанализа / И.Н. Димура, Д.А. Косалапова // *Современные тенденции психолого-педагогического обеспечения занимающихся физической культурой и спортом : материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Малаховка, 26-27 октября 2023 г.* / Московская государственная академия физической культуры ; под общ. ред. В.В. Буторина. – Малаховка: МГАФК, 2023. – 320 с.
13. Le Breton David, « Douleur et souffrance : déclinaisons du sens », *Revue des sciences sociales* [En ligne], 53 | 2015, mis en ligne le 30 juin 2018, consulté le 17 avril 2024. URL: <http://journals.openedition.org/revss/2819>; DOI: <https://doi.org/10.4000/revss.2819>
14. Отклоняющееся онлайн-поведение подростков и молодых взрослых в социальных сетях / Учебное пособие под. ред. Дворянчикова Н.В. и Рубцовой О.В. – М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2022. – 100 с.
15. Héas Stéphane et Zanna Omar. L'exercice sportif : entre douleur et plaisir, *Revue des sciences sociales* [En ligne], 53 | 2015, mis en ligne le 30 juin 2018, consulté le 17 avril 2024. URL: <http://journals.openedition.org/revss/2858>; DOI: <https://doi.org/10.4000/revss.2858>
16. Хайдарова Г.Р. Феномен боли в культуре / Г.Р. Хайдарова // СПб.: Изд. Русской христианской гуманитарной академии. — 2013. — 317 с.

© Димура Ирина Николаевна (dimooa@mail.ru), Косалапова Дарья Анатольевна (kosalapova.darya@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»