

А.Н. Веракса, С.В. Леонов

ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА У. БРОНФЕНБРЕННЕРА В СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Одно из направлений современной психологии связано с изучением среды, в которой развивается человек. Это направление получило название экологической психологии. Ярким представителем экологического подхода этого направления является У. Бронфенбреннер. Экологический подход активно развивается и сегодня. В построении своей концепции он опирался на идеи Л.С. Выготского (в первую очередь на его тезис о социальном происхождении высших психических функций и о роли социальной ситуации развития в их становлении). Можно сказать, что теория У. Бронфенбреннера представляет собой разработку концепции идеи

социальной ситуации развития в зарубежной психологии. Анализируя социальную ситуацию развития, Бронфенбреннер подчеркивал три ее наиболее важные составляющие: деятельность человека, социальные роли, с которыми он сталкивается, и межличностные отношения, в которые он вступает.

У. Бронфенбреннер охарактеризовал экологический подход как «изучение прогрессивного взаимного приспособления на протяжении всей жизни активного, развивающегося человеческого существа и изменяющихся свойств непосредственного окружения, в котором живет человек... этот процесс подвержен влиянию взаимоотношений



А.Н. Веракса, С.В. Леонов. ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА У. БРОНФЕНБРЕННЕРА В СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

в рамках данного окружения, а также со стороны более широкого контекста, в который это окружение включено» (Bronfenbrenner, 1989, p. 188). Следует обратить внимание на то, что субъект, согласно приведенному этому определению, человек активно формирует собственное развитие. Между ним и социальной средой существуют отношения обратимости: окружение влияет на субъекта и само изменяется в ходе взаимодействия с ним. Социум представлен не как неподвижная, ограниченная данность, а как сложная динамическая система.

Экологическое окружение человека, по мнению У. Бронфенбреннера, представляет собой систему структур, встроенных друг в друга наподобие матрешек. В качестве исходной «матрешки» выступает *микросистема*. «Микросистема – это паттерн деятельности, ролей и межличностных взаимодействий, переживаемых человеком в конкретном окружении с определенным набором физических характеристик...» (Bronfenbrenner, 1989, p. 227). Здесь важно заметить, что речь идет не просто об объективном окружении, а о специфике переживания его субъектом. Одна из микросистем человека – его семья. Иллюстрацией особенностей влияния этой микросистемы на развитие человека может стать проведенное в США изучение поведения детей, чьи родители пережили Великую депрессию. Эти дети выросли беспокойными людьми, имеющими проблемы в личной жизни. Более того, даже у их детей отмечались ярко

выраженные нарушения поведения. Важно подчеркнуть, что речь здесь идет не о наследовании темперамента, а о передаче на уровне микросистемы специфики переживания человеком конкретных обстоятельств. *Мезосистема* состоит из связей между несколькими микросистемами, в которых находится человек (например, между семьей и школой или семьей и работой). *Экзосистема* содержит связи между микросистемами и мезосистемами. В качестве экзосистемы для ребенка может выступить ситуация взаимодействия одного из родителей на работе. Хотя ребенок не является участником этого общения, но он может испытывать на себе его последствия.

Макросистема состоит из переплетения микро-, мезо- и экзосистем в рамках данной культуры, субкультуры или иного более широкого контекста, связанного с источниками и возможностями развития, жизненными стилями. В качестве макросистем могут выступать социальный класс, этническая или религиозная группа, сообщество, т.е. те социальные структуры, которые обладают перечисленными свойствами – особыми жизненными стилями, экономическими источниками, системой взглядов и убеждений и т.д.

Можно было бы предположить, что наибольшее влияние на развитие субъекта оказывает именно микросистема (например, уровень образованности родителей), но оказывается, что не менее важны и другие составляющие. Например, в исследовании С. Дорнбуша и

соавт. (Dornbusch, Ritter, Leiderman, Roberts, Fraleigh, 1987), проведенном на выборке более 7800 американских подростков, изучалась взаимосвязь успешности их обучения (и родительского стиля воспитания). Результаты исследования убедительно показали, что в США демократический стиль положительно коррелирует с высокими школьными отметками, а при попустительском и авторитарном стиле отметки детей значительно ниже. Однако эта закономерность не подтвердилась для американцев азиатского происхождения: хотя в их семьях гораздо чаще, чем в других этнических группах, отмечался авторитарный стиль воспитания, они в среднем имели более высокие отметки, чем их американские сверстники. Кроме того, не была обнаружена взаимосвязь успеваемости латиноамериканских мальчиков и авторитарного стиля воспитания. Это объясняется тем, что в латиноамериканских авторитарных семьях непослушание мальчика считается нормальным, поскольку в дальнейшем ему предстоит принять роль хозяина дома. Этот пример показывает необходимость учета всех уровней экологической ниши, занимаемой субъектом, для успешного прогнозирования его развития.

В работе В. Терстон и Б. Виссандж (Thurston, Vissandjee, 2005) была показана необходимость учета всех составляющих экологической системы при выделении факторов, оказывающих влияние на состояние здоровья человека. На уровне микросистемы — это со-

циальные связи, генетическая одаренность, занятия спортом, здоровое детство, образование, доход и социальный статус; на уровне мезосистемы — социальное обеспечение, экономические институты и институты гражданского общества; на уровне макросистемы — государство и культура.

ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ПСИХОЛОГИИ СПОРТА В РАМКАХ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА

В спортивной психологии в качестве микросистемы традиционно рассматривается команда. Однако в ряде исследований показано, что физическая активность и успешность спортивной карьеры зависят от взаимоотношений молодых спортсменов с родителями.

Так, в опросе, проведенном Д. Шилдс и соавт. (Shields, Bredemeier, LaVoi, Power, 2005), приняли участие 803 атлета в возрасте 9–15 лет, а также 189 родителей. Результаты исследования показали, что 14% родителей выражали недовольство судьями, 13% — своими детьми. 15% подростков заявили, что родители сердятся, если они не демонстрируют хороших результатов. При этом давление и сильное вмешательство родителей в спортивную карьеру детей оказывает на последних негативное влияние. Они становятся более тревожными и получают меньше удовольствия от спорта, чем те дети, чьи родители склонны одобрять действия ребенка. В другом исследовании



(Wueth, Lee, Alfermann, 2004) участвовали 347 спортсменов различного уровня мастерства в возрасте 10–20 лет, соревнующихся как в командных, так и в индивидуальных видах спорта, а также их родители. Те и другие были дважды протестированы на протяжении года. Как показали результаты, все юные спортсмены в первую очередь ожидают поддержки и одобрения со стороны родителей. При этом более успешные спортсмены получают больше, чем менее успешные, одобрения и понимания, а также продуктивных указаний, касающихся, как лучше справиться с задачей. Родители более успешных спортсменов сочетают определенное давление на ребенка и требование упорства с похвалой за терпение, эмоциональной теплотой и выслушиванием его мнения.

Родители оказывают столь сильное влияние на молодых спортсменов, поскольку именно они вовлекают детей в спорт, обучают первым спортивным навыкам, вкладывают деньги, время и эмоции в их карьеру. Фактически именно родитель выступает в роли значимого другого, начиная со среднего дошкольного возраста, и определяет сферу интересов ребенка (Веракса, 2006).

Согласно некоторым данным (Moore, Lombardi, White, Campbell, Oliveria, Ellison, 1991), существует устойчивая связь между физической активностью родителей и детей. Кроме того, на первых этапах оценка родителей и восприятие ее начинающим спортсме-

ном формируют у последнего представление о собственных физических возможностях. В исследовании Р. Брустада (Brustad, 1996), в котором участвовали 106 учащихся 4–6-х классов, была обнаружена устойчивая связь между успешностью детей на уроках физкультуры и их восприятием отношения родителей к физической активности. Наиболее значимыми показателями родительского отношения выступили одобрение физической активности ребенка, а также радость, которую испытывает сам взрослый от физической активности. Фактически самооценка юного спортсмена может быть спрогнозирована, исходя из оценок матерей, отцов, тренеров и членов команды. Поэтому нет ничего удивительного, что воспринимаемые оценки влияют и на реальные достижения (Bois, Sarrazin, Brustad, Troulloud, Cury, 2002).

В исследовании французского психолога Ж. Боиса и соавт. (Bois et al., Sarrazin, Brustad, Chanal, Trouilloud, 2005) участвовало 147 детей в возрасте 10–13 лет, посещающих уроки физкультуры. На протяжении года учащиеся, их родители и преподаватели заполняли опросники, касающиеся физической компетентности детей. В результате было показано, что восприятие детьми оценок родителей связано с их собственными оценками физической компетентности и реальным уровнем развития физических навыков. Поэтому, как отмечают авторы исследования, родителям следует «формировать позитив-

ную самооценку ребенка, позитивные ожидания, поддерживать ребенка и вовлекать ребенка его в физическую активность» (Bois, Sarrazin, Brustad, Chanal, Trouilloud, 2002, p. 287).

Закономерно также и то, что юные спортсмены нередко видят в родителях причину собственных неудач. В работе Д. Гоулда и соавт. (Gould, Tuffey, Udry, Loehr, 1996) было показано, что одной из причин профессионального выгорания молодые теннисисты считают неадекватные отношения с родителями. Они утверждают, что родители «не чувствуют меры оптимального давления» на них, должны «меньше вмешиваться», не придавать столь большого значения спорту, больше поддерживать и стараться понять чувства ребенка, разделять роли родителя и тренера.

Заметим, что отношения в рамках данной микросистемы как компонента мезосистемы являются обратимыми. Достаточно ярко это было показано в работе П. Лэлли и Г. Керр (Lally, Kerr, 2008), где исследовалось изменение семейной ситуации в связи с уходом из спорта молодых гимнастов (17–19 лет), выступавших на национальном или мировом уровне. Как уже было отмечено, родители традиционно поддерживают интерес ребенка к спорту, но они же и первыми ощущают его неудачи. По словам одной матери, с уходом ее дочери из спорта она стала понимать, что «вся жизнь была связана с гимнастикой... Я возила ее на тренировки, соревнования, физиотерапию, занималась работой в клубе, готовила еду. Это

поглотило 10 лет моей... нашей... жизни» (Lally, Kerr, 2008, p. 47). Поскольку все время было связано со спортивной карьерой ребенка, то с его возвращением домой практически все родители отмечали возросшее чувство дискомфорта и напряжения. Как сказал отец гимнастки, «...в начале нам было просто не о чем разговаривать. Это было очень странно» (Lally, Kerr, 2008, с. 47).

Оказавшись в такой неопределенной ситуации, многие родители начинали сомневаться в целесообразности приложенных усилий. Многие выражали беспокойство по поводу того, что достаточно долгое время старались не обращать внимания на недовольство ребенка тренировками, на которых «тренеры перегибали палку, заставляя чрезмерно работать». Некоторые родители открыто признавались, что чувствуют вину за то, что не помогали своим детям, поскольку доверяли профессионалам. Они высказывали опасения, что большие нагрузки могут сказаться как на физическом, так и на психическом здоровье детей. Как отметила мама молодой гимнастки, «...я беспокоюсь, что теперь, вне гимнастического зала, у нее не будет друзей... Эти дети практически не подготовлены к социальной жизни» (Lally, Kerr, 2008, p. 49). Авторы исследования указывают, что, несмотря на откровенные и продолжительные беседы, родители гимнастов так и не смогли дать объективную оценку спортивной деятельности ребенка – был ли это положительный или отрицательный



А.Н. Веракса, С.В. Леонов. ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА У БРОНФЕНБЕРЕННЕРА В СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

опыт. «Создавалось ощущение, что они ожидали чего-то позитивного в будущем, например, успехов в университете, появления новых друзей или установления близких отношений, что повлияло бы на их окончательное суждение» (Lally, Kerr, 2008, p. 52).

Может создаться впечатление, что занятия ребенка спортом с раннего возраста будут залогом приверженности его здоровому образу жизни впоследствии. Однако, по данным статистики, ежегодно с 1970 по 2005 г. в США от злоупотребления алкоголем погибал один университетский спортсмен. По данным различных исследователей, студенты-спортсмены чаще злоупотребляют алкоголем, чем обычные студенты (примерно 28% против 14%). При этом они чаще испытывают такие последствия употребления алкоголя, как вождение автомобиля в нетрезвом состоянии или агрессивное поведение.

Для эффективной борьбы с этой пагубной тенденцией авторы предлагают использовать все уровни экологической ниши спортсменов. Так, на уровне индивида необходимо информировать спортсменов о влиянии алкоголя на спортивную деятельность. По данным проведенного в 2006 г. исследования Национальной университетской ассоциации спортсменов США, 60% спортсменов убеждены, что употребление алкоголя не влияет на их профессиональные результаты.

На уровне мезосистемы необходимо обратиться к групповым нормам взаимодействия со сверстниками. Как

показали исследования, более 70% студентов переоценивают степень употребления алкоголя университетскими сверстниками. Между тем восприятие норм употребления алкоголя является одним из наиболее сильных предикторов его употребления. Исходя из логики здравого смысла, спортсмены должны следить за своим физическим состоянием, а потому в сравнении с обычными сверстниками должны быть более внимательны к своему здоровью. Авторы считают, что в качестве одной из причин употребления алкоголя выступает культурно обусловленная связь: многие спортивные мероприятия сопровождаются употреблением алкоголя; алкоголь также занимает лидирующее место в маркетинговых спортивных кампаниях — у многих ведущих популярных спортивных клубов официальными спонсорами являются производители алкогольной продукции. В связи с этим на уровне макросистемы необходимо не просто огласить позицию администрации спортивной команды в отношении алкоголя, но и четко обозначить санкции, которым будут подвергнуты спортсмены, употребляющие алкоголь.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По нашему мнению, экологический подход имеет сходство с развиваемой Ю.К. Стрелковым (2001, 2003) концепцией профессионального становления

спортсмена, основанной на идее взаимодействия психолога, тренера, учителя с клиентом, учеником (Стрелков, 2001, 2003).

По отношению к психологии спорта нам представляется важным сочетание позиций экологического подхода с объективными методами диагностики профессионально важных качеств спортсмена.

Так, например, сборная команда по синхронному плаванию представляет собой микросистему (У. Бронфенбреннер), обладающую определенным паттерном деятельности, ролей и межличностных взаимодействий. Спортсмены в течение длительного периода времени находятся вместе. В связи с этим происходит формирование паттернов взаимодействий между членами команды, синхронизирование хроно- и биоритмов. Как было показано в исследовании Б.И. Беспалова и С.В. Леонова (2008), проведенном с юношеской командой по синхронному плаванию, спортсменки, работающие в парах, имеют очень близкие характеристики чувства времени. Специфика ошибок в восприятии длительности временных интервалов у этих спортсменок сходна.

В заключение отметим, что экологический подход У. Бронфенбреннера может быть эффективно использован при анализе проблем, с которыми сталкиваются спортсмены и их родители, тренеры и спортивные психологи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Беспалов Б.И., Леонов С.В. Диагностика чувства времени у спортсменок высшей квалификации по синхронному плаванию // Вестн. Моск. ун-та. 2008. № 1. С. 97–113.

Веракса А.Н. Особенности отношений межличностной значимости в дошкольном возрасте // Психология отношений межличностной значимости / М.Ю. Кондратьев, Ю.М. Кондратьев. М., 2006. С. 25–41.

Стрелков Ю.К. Инженерная и профессиональная психология: Учеб. пос. для студ. высш. учеб. заведений. М., 2001.

Стрелков Ю.К. Структуры временно-го опыта // Уч. зап. кафедры психологии Северного международного университета. Вып. 3. Магадан, 2003. С. 29–41.

Abrams K., Theberge S., Karn C. Children and adolescents who are depressed: an ecological approach // Professional School Counseling. 2005. Vol. 3. P. 284–293.

Bois J.E., Sarrazin P.G., Brustad R.J. et al. Mothers' expectancies and young adolescents' perceived physical competence: A yearlong study // J. of Early Adolescence. 2002. Vol. 22. P. 384–406.

Bois J.E., Sarrazin P.G., Brustad R.J. et al. Parents' appraisals, reflected appraisals and children's self-appraisals of sport competence: a yearlong study // J. of Applied Sport Psychol. 2005. Vol.17. P. 273–289.

Bronfenbrenner U. The ecology of human development. Cambridge, MA, 1979.

Bronfenbrenner U. Ecological systems theory // Ann. of Child Develop. 1989. Vol. 187–249.



Brustad R.J. Attraction to physical activity in urban schoolchildren: Parental socialization and gender influences // *Res. Quarterly for Exercise and Sport*. 1996. Vol. 3. P. 316–323.

Dornbusch S.M., Ritter P.L., Leiderman P.H. et al. The relation of parenting style to adolescent school performance // *Child Develop.* 1987. Vol. 58. P. 243–257.

Gould D., Tuffey S., Udry E., Loehr J. Burnout in competitive junior tennis players: Qualitative analysis // *The Sport Psychologist*. 1996. Vol.10. P. 341–366.

Lally P., Kerr G. The effects of athlete retirement on parents // *J. of Applied Sport Psychol.* 2008. Vol. 20. P. 42–56.

Moore L.L., Lombardi D.A., White M.J. et al. Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children // *J. of Pediatrics*. 1991. Vol. 118. P. 215–219.

Ryba T.V. Researching children in sport: methodological reflections // *J. of Applied Sport Psychol.* 2008. Vol. 20. P. 334–348.

Shields D.L., Bredemeier B.L., LaVoi N.M., Power F.C. The sport behavior of youth, parents, and coaches: The Good, the Bad, and the Ugly // *J. of Res. in Character Education*. 2005. Vol. 3. P. 43–59.

Thurston W.E., Vissandjee B. An ecological model for understanding culture as a determinant of women's health // *Critical Public Health*. 2005. Vol.3. P. 229–242.

Williams R., Perko M., Belcher D. et al. Use of social ecology model to address alcohol use among college athletes // *Amer. J. of Health Studies*. 2006. Vol. 4. P. 228–238.

Wueth S., Lee M.J., Alfermann D. Parental involvement and athletes' career in youth sport // *Psychol. of Sport and Exercise*. 2004. Vol. 5. P. 21–33.