

## СУЧАСНИЙ СПОРТ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ЯК СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЦІННОСТІ

*В статті розглядаються соціокультурні та ціннісні аспекти здоров'я людини і спорту в умовах трансформаційних процесів сучасного суспільства, висвітлюються окремі проблеми сучасного спорту в контексті негативного впливу спорту на здоров'я людини.*

**Ключові слова:** здоров'я людини, сучасний спорт, соціокультурні цінності, допінг, біомедичні технології.

**Семенова Ю.А. Современный спорт и здоровье человека как социокультурные ценности.** *В статье рассматриваются социокультурные и ценностные аспекты здоровья человека и спорта в условиях трансформационных процессов современного общества, анализируются отдельные проблемы современного спорта в контексте негативного влияния спорта на здоровье человека.*

**Ключевые слова:** здоровье человека, современный спорт, социокультурные ценности, допинг, биомедицинские технологии.

**Semenova Y.A. Modern Sport and Health of Man as Socio-cultural Values.** *In the article are examined socio-cultural and valued aspects of health of man and sport in the conditions of transformation processes of modern society, the some problems of modern sport are analyzed in the context of negative influence of sport on a health of man.*

**Keywords:** health of man, modern sport, socio-cultural values, doping, biomedical technology.

Актуальність даної теми пояснюється тим, що феноменологія здоров'я надзвичайно широка і багатоманітна, вона посідає граничну сферу на перетині тілесного і духовного, біологічного і соціального, індивідуального і глобального, такого, що залежить від людини і поза межами її досяжності. В збереженні і покращенні здоров'я людини багато залежить від індивідуального сприйняття даного феномену, власної життєвої активності людей, що не суперечить базовим валеологічним принципам. Нині все активніше стверджується особиста відповідальність людини за її дії, емоції та відношення. Здоров'я дедалі більше набуває подвійної цінності: по-перше, інструментальної – в тактичному, діяльнісному життєвому плані й, по-друге, термінальної – в стратегічному, ціннісно-смісловому (екзистенційному), гедонистичному аспекті.

Розглядаючи феномен здоров'я, неможливо уникнути дослідження взаємовпливу різноманітних факторів і соціально-культурних явищ, серед яких вагому роль грає спорт, який здійснює неоднозначний вплив на здоров'я людини.

Мета нашої статті – визначити ціннісні аспекти впливу сучасного спорту на здоров'я людини.

Спортивна діяльність безпосередньо пов'язана зі здоровим способом життя. Важко знайти інше соціальне явище, яке б викликало до себе настільки велику увагу і симпатію, як спорт. У наш час роль і значення спорту стали такими вагомими, і в той самий час, дуже зримо суперечливими, як ніколи в попередній історії. Спорт став невід'ємною частиною способу життя, засобом самовдосконалення, способом установалення різного роду контактів від міжособистісних до міжнародних. До того ж не так багато можна навести видів діяльності, які можна порівняти зі спортом за популярністю, тим більше, за ступенем діяльної участі чисельних мас людей.

Соціальна значущість спорту зростає на тлі нових реалій сучасного життя. Прискорюється динаміка розвитку всіх аспектів суспільної життєдіяльності, і залежно від цього посилюється роль стресогенного фактору у взаємовідносинах людей. Зростає рівень цивілізації, комфортності життя, і, внаслідок цього, загострюються проблеми зі здоров'ям, викликані гіподинамією, порушенням природних біоритмів людського життя, невірним харчуванням, шкідливими звичками тощо. Прискорюються темпи соціальної мобільності, й саме спорт стає одним з найпривабливих засобів підвищення соціального статусу людини. Все це призводить до того, що спорт стає надзвичайно

важливим і динамічним суспільним явищем, що посідає вагоме місце в соціальному механізмі життєдіяльності суспільства.

В реаліях сучасного життя фізична культура, масовий спорт спрямовані на підвищення рівня фізичної підготовленості, збереження здоров'я і працездатності населення, а також служать ефективним засобом активного відпочинку, засобом відійти від стресів і повсякденності. Стрес як масове явище з'явився у другій половині ХХ ст., будучи до цього одиничними випадками, але сумною реальністю нашого часу є масова невротизація населення. Стреси, дистреси – породження технократичної культури, оскільки в умовах, коли знання прикладного характеру змінюються декілька разів за життя одного покоління, людина неодноразово протягом життя має спрямовувати свій інтелект на власну професійну перепідготовку, щоб не відстати від надшвидких ритмів сучасності. І у зв'язку з цим спорт і, особливо, масова фізична культура є одним із найнадійніших і безпечних засобів для укріплення психічного та фізичного здоров'я, можливістю відійти від сучасних дистресів, пов'язаних з урбанізацією, технічним прогресом і глобалізацією.

На повсякденному рівні культурні зміни стосовно відношення до власного здоров'я проявляються у тому, що під впливом західних норм ділового життя, де здоров'я виступає якісною характеристикою будь-якого професіоналу, окремі групи населення збільшують витрати на підтримку здоров'я, правильне й якісне харчування, заняття фізичною культурою, раціональний відпочинок. Турбота про здоров'я стала елементом іміджу успішної ділової людини. Для інших, які не мають матеріальних і психологічних ресурсів, характерна деградаційна поведінка, в тому числі й відносно здоров'я. Але ж, разом з цим цінність здоров'я в нормативних уявленнях наших співвітчизників підвищилась, однак не стала фактом індивідуальної свідомості, залишаючись доки що на рівні моди й декларацій.

У фізичній культурі й спорті відбувається процес соціалізації суб'єкта спортивної діяльності. Засвоюючи соціальні цінності і норми, він цим інтегрується в соціальне середовище, перетворює соціальне на індивідуально-особистісне. Цінності спорту виступають в якості можливих мотивів залучення індивідів до занять спортом. Приймавши їх, індивід автоматично включається у символічне поле спорту, сприймаючи його знаки і символи (одяг, мова, поведінка). Кожен індивід залежно від власних цілей занять спортом, віддає перевагу тим чи іншим цінностям. Наочним прикладом виступають відносини «спорт і діти». Безумовно, можна перелічити багато переваг залучення дітей до спорту: заняття спортом загартовують характер, виховують цінні морально-вольові якості, відволікають «від вулиці» тощо. Але ж, поряд з цим надмірні інтенсивні фізичні навантаження, м'яко кажучи, не несуть користі зростаючому організмові й здоров'ю дитини. Для цього існує саме фізична культура. Але ж соціальні мотиви, зокрема престижу й соціальної мобільності, для багатьох батьків і дітей стають вирішальними при виборі виду спорту й ступеню інтенсивності занять.

Фізична культура і спорт є необхідними соціальними установами для формування повноцінного індивіда. В процесі занять фізичною культурою і спортом людина отримує цінний довід спілкування й взаємодії, досягає високого рівня розвитку позитивних рис особистості, набуває фізичного і соціального здоров'я. мова йде про формування у індивіда системи цінностей, які поєднують в собі високо розвинуту духовну культуру з такими якостями, як ініціативність, активність, цілеспрямованість, наполегливість, заповзятливість й працелюбність. Такі зміни набувають особливої актуальності в період становлення ринкових відносин, які не лише поширюють можливості застосування людських здібностей, але й передбачають визначену конкуренцію, що вимагає безперервної освіти, постійного професійного й культурного зростання, значної напруги духовних і фізичних сил, і, безумовно, здоров'я.

Окрему проблемну область соціально-філософського і культурно-антропологічного аналізу складає професійний спорт або спорт вищих досягнень.

Багато спортсменів і дослідників, які займаються вивчення проблем спорту все частіше фіксують парадоксальну, на перший погляд, обставину, що спорт вищих досягнень майже перетворився з фактору, що сприяє укріпленню здоров'я, на чинник його фізичного і психічного руйнування. Гуманістичні ціннісно-цільові установки спорту підмінюються прагненням вирішувати завдання суто технократичного характеру – досягнення перемоги будь-якою ціною.

Поняття здоров'я враховує гармонію усіх життєвих процесів, тісно пов'язаних з біологічними, соціальними, психічними чинниками, що дозволяють людині якомога повніше виконати властиві їй функції, дотримуватись будь-якого способу життя при домінуванні відчуття радості, повноти життя. Порушення цієї гармонії веде до повного порушення фізіологічних і

психологічних функцій організму, виникнення і розвитку хвороб. При такому розумінні індивідуального здоров'я воно включає в себе водночас фізіологічні і соціальні аспекти.

Стан фізичного і психічного здоров'я людини в значній мірі залежить від способу життя. Поняття «здоровий спосіб життя» має на увазі такі оптимальні умови життєдіяльності людини, коли жоден фактор навколишнього середовища, соціальні обставини тощо не здійснюють травматичного впливу на стан її фізичного і психічного здоров'я, а ті шкідливі фактори, що діють незалежно від людини, хоча б частково компенсуються індивідуальною системою розумної поведінки людини, станом її раціонального режиму життя, харчування, відсутністю шкідливих звичок, врівноваженим морально-психологічним кліматом в соціальному оточенні, систематичними заняттями фізичною культурою та іншими реабілітаційними та рекреаційними заходами, що носять профілактичний і превентивний характер. Кажучи про якісні характеристики здоров'я й здорового способу життя, мається на увазі не лише відсутність порушень, патологій, але й повнота життєвих проявів у будь-якій, в тому числі й творчій діяльності та натхнення та наснага у відносинах із зовнішнім світом.

У цьому зв'язку можна впевнено казати, що майбутнє за такими видами фізичної культури й спортивної діяльності, які сприяють гармонійному розвитку інтелектуальних, рухових і психічних здібностей людини, що забезпечує можливості задля реалізації її творчого потенціалу.

Складовими спорту можна визначити змагальну діяльність, спеціальну підготовку до неї, специфічне співвідношення норми, дозволеного і можливого в прагненні до результату, яке виникає в процесі цієї діяльності. Разом з цим спорт є й високоефективним соціальним засобом виховання особистісних властивостей індивіда, могутнім фактором соціалізації особистості та її соціальної інтеграції. Що стосується здоров'я спортсмена, то сучасна система підготовки у спорті вищих досягнень та професійному спорті зовсім не гарантує міцного здоров'я, скоріше навпаки, спортсмен працює на межі своїх можливостей і приносить себе в жертву високому результату, спортивній перемозі. Сучасна критика спорту частіше за все пов'язується саме з цим протиріччям: лише спорт, без реабілітації, медико-біологічної підтримки, організованого медичного контролю, є руйнівним для людини, змушуючи знищувати, часто невідворотно, резерви організму заради рекорду.

Нові високі технології кардинальним чином змінюють умови екзистенції людини, соціуму і культури, вони пов'язані із якісними поворотами у розвитку світової цивілізації. Сьогодні досить гостро стоїть питання про застосування спортсменами досягнень у різних галузях науки і техніки задля поширення та вдосконалення власних фізичних можливостей. І однією з найгостріших проблем постає проблема вживання допінгу та розвитку технологій його виробництва та застосування, а також соціокультурне значення допінгу, зокрема в спорті.

Стосовно використання фармацевтичних засобів спортсменами задля покращення своїх показників, багато вчених виділяють три моральні проблеми, пов'язані з цим явищем. Перша проблема стосується того, що, незважаючи на очевидну фізичну, психологічну і соціальну шкоду при вживанні подібних засобів, атлетами керують визначені утилітарні й технічні імперативи і цінності, які все менш приховуються. Друга проблема стосується моральної припустимості використання фармацевтичних засобів задля покращення показників, а також спроб пояснення цього явища з боку законності або неправомірності й можливості встановлення контролю над ним. І третя проблема перетинається з моральним обґрунтуванням проведення тестів на використання допінгу, які переслідують профілактичні та моральні цілі.

Питання допінгу поглиблюють проблему моральних основ спорту, оскільки вживання допінгу можна розглядати й як зазіхання на чужу власність, тобто присвоєння нечесним шляхом досягнень іншого переможця.

Спорт вищих досягнень на сьогодні з його колосальними навантаженнями неможливий поза раціональної професійної фармакологічної підтримки, проте зловживання різними харчовими добавками і фармакологічними препаратами серед спортсменів вже досягли погрожуючих масштабів. Прагнення якомога швидкої перемоги штовхає спортсменів і тренерів до знехтування ризиком для здоров'я, а й іноді й для життя, бо більшість шкідливих наслідків допінгу віддалені у часі. Приховування факту зловживання фармакологічними препаратами тягне за собою неможливість своєчасного звертання до медичної допомоги задля нейтралізації шкоди та відновлення організму спортсмена, а це, в свою чергу, призводить до інвалідності, а й іноді до смерті.

Препарати, які підвищують фізичні можливості спортсмена, спотворюють природні здібності й стають сурогатом наполегливості та цілеспрямованості, якими так захоплюються

глядачі й вболівальники. Допінг принижує цінність спорту, штучно роблячи переможцями досить посередніх спортсменів, позбавляючи можливості по праву отримати перемогу більш талановитих, але чесних спортсменів. Існує три вагомих підстави (що водночас є й головними умовами) для встановлення заборони на застосування допінгу: гарантія справедливості суддівства й аполітичність спортивних змагань, захист фізичної й моральної цілісності спортсменів, і збереження найвищого сенсу і цінності спорту для людства.

Таким чином, допінг – це не стільки індивідуальна, скільки системна проблема сучасного спорту. Вживаючи допінг, спортсмен штучно займає більш вигідне положення відносно інших партнерів, які задля забезпечення рівності стану також мають його вживати. Допінг не тільки не втрачає, а й збільшує свою моральну легітимність серед спортсменів. Чим вище клас спортсмена, тим частіше він схильний жертвувати своїм здоров'ям заради кар'єри.

Дослідження допінгової культури у спорті високих досягнень можуть надати прогноз про майбутню роль гормональних продуктів та інших медикаментів у XXI столітті. В цій культурі відображається біомедичне марнославство сучасної науки і медичні зазіхання численності людей, які не є великими спортсменами. Олімпійський спорт може розглядатись як гігантський експеримент [2]. У XX ст. спортивна медицина розвивалась паралельно загальній медицині як другий медичний всесвіт, в якому нормою стало нащупування границь людських можливостей. І на сьогодні вона є частиною наукового проекту, головною метою якого є розширення границь людських можливостей. Поєднання цих наукових і спортивних амбіцій вказує на те, що спортивно-медичні експерименти репрезентативні для широкого спектру досліджень, спрямованих на підвищення тілесних можливостей людини. Ці експерименти аналогічні дослідженням, що проводяться у спортивній науці, і водночас виходять за межі її цілей. На сьогодні спортсмен, здатний на рекордні досягнення, вважається для широкої громадськості взірцем, втіленням тріумфу наукового дослідження. Професійний велогонщик, який знаходиться під строгим контролем і обслуговується цілою командою лікарів, тренерів, дієтологів, психологів і масажистів, - він водночас і герой в очах широких мас, але й свого роду пацієнт, і експериментальний об'єкт.

Звичайну людину і спортсмена-рекордсмена споріднює марнославне бажання розвинути власні фізичні можливості. Спортивний світ і його допінгова культура являють собою суспільну і водночас медичну лабораторію. Ця «лабораторія» дозволяє нам робити прогнози про величезний ринок гормонів, що виживають пересічні громадяни, - ринок, який утворився поза межами стадіонів, де професійні спортсмени вживають заборонені засоби, що підвищують фізичну активність і витривалість. Важливо відмітити, що професіонали розглядають вжиття цих засобів як своє законне право.

Сучасне суспільство і сучасний спорт припускають і спонукають вживання найрізноманітніших форм допінгу, оскільки вони згодні із поставленою метою – добиватися граничної продуктивності. У той час як методи використання допінгу звичайними людьми все більш стають схожими на практики, якими користуються професійні спортсмени, право професіоналів на вживання допінгу стає припустимим для усього суспільства. Вішати ярлик наркозалежного пацієнта на споживачів анаболіків стає все складніше, оскільки люди виходять з того що зловживання наркотиків породжує особистостей з фізичними і духовними порушеннями, які втратили інтерес до переслідування корисних для суспільства і економіки цілей. Відсутність суспільного осудження використання допінгу професійними спортсменами вказує на все більш терпиме відношення до тієї думки, що професіонали є корисними громадянами, а те, що вони користуються медикаментами, - це, скоріше, їх приватна справа, проте не тема для публічного обговорення.

Застосування гормонів у спорті вищих досягнень може розглядатись як авангардистська форма «лібертаріанської» фармакології, що заохочується усім суспільством, яке спонукає реклама фармакологічної промисловості. Цей вид фармакологічної практики став можливим завдяки медикам, які прагнуть вийти за межі традиційних норм медицини [3]. Спортивний медик, який порушує норми і прописує засоби, що підвищують фізичну активність, представляє собою прототип орієнтованого на здобуток («комерційного») медика, який пропонує в наш час гормонозаміщуючу терапію своїм «нормальним» пацієнтам.

Елітні спортсмени, які звикли отримувати в будь-який час і без проблем стимулятори, що підвищують фізичну активність, - це піонери, що йдуть попереду звичайних громадян, які вживають гормони. Сьогодні без стимуляторів не обходиться численність людей, чия праця не пов'язана зі спортом.

Допінг – це неконвенціональний чи, по крайній мірі, незвичний метод підвищення розумових або фізичних здібностей людини. Це частина такого способу життя, при якому вища цінність полягає у максимальних досягненнях, а смисл – в їх підвищенні. Як ще можна описати відношення між допінгом у спорті вищих досягнень і методами підвищення фізичної активності і витривалості, що застосовуються в усьому суспільстві?

Дискусія, яка триває в усьому світі, про вживання допінгу в спорті вищих досягнень збагатила громадськість термінами, пов'язаними з використанням допінгу у спорті, а також набором найбільш розповсюджених понять, що відносяться до допінгової тематики. Мова йде про два паралельних світи – про світ спорту вищих досягнень і про суспільство в цілому, яке можна назвати суспільством, спрямованим на вищі досягнення. У світі досягнень і продуктивності ці паралельні світи наближаються один до одного. Вони перетинаються у тій області, де домінують принцип вищих досягнень і базисна ідея конкуренції. Широко розповсюджене уявлення, згідно якого життя – це конкуренція. Методи, що підвищують фізичну активність і витривалість, можуть тому розглядатись як досить законні. І в багатьох людей відсутнє будь-яке відчуття того, що подібні методи є безчесними чи аморальними.

Безумовно, що усі етичні й аксіологічні проблеми, які виникають на перетинанні феномену здоров'я людини із сучасним культурним простором, зокрема такими явищами, як фізична культура і спорт вищих досягнень, не можуть бути визначеними в межах однієї статті, і тим більше, не можуть бути докладно проаналізовані. Але ж постановка таких проблем має стати поштовхом науково-дослідницького інтересу фахівців для того, щоб в умовах соціальних і культурних трансформацій зберегти і підняти цінність здоров'я як окремої людини, так і людства в цілому.

#### ***Література:***

1. Hollman, Wildor, Risikofactoren in der Entwicklung des Hochleistungssports // Reickert, H. (Hg.). Sportmedizin-Kurbestimmung. Deutscher Sportärztekongreß, Kiel, 16-19. October 1986, Berlin 1987, 15.
2. Hoberman, John, Sports Physicians and the Doping Crisis in Elite Sport // Clinical Journal of Sportmedicine 12, 2002, 203-208.

© Семенова Ю.А., 2011.