

В. В. Горячев

ПРОБЛЕМА КОНСТИТУЦИИ И КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ В ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКЕ

Рассматриваются основные вопросы, связанные с конституциональными особенностями человека в психологии и педагогике. Осуществленный анализ литературы по данной тематике позволил определить первостепенные проблемы в контексте конституционных типов, наметить наиболее актуальные пути дальнейшего научного поиска.

Ключевые слова: астеник, атлетик, конституция, конституциональные типы, мезоморф, пикник, соматотип, эктоморф, эндоморф.

До настоящего времени учение о конституциональных особенностях человека вызывает в научной среде, особенно у психологов и педагогов, острые разногласия. Происходит, это, видимо, от того, что до сих пор не вполне установлен «механизм» взаимосвязи соматического и психического. Хотя проблема конституции в системе наук о человеке имеет почти двухтысячную историю, она и сегодня далека от своего разрешения.

В истории науки сложилось так, что само понятие «конституция» в разные времена имело различное содержание. Существовало множество классификаций конституционных типов, в основе которых лежали различные основания – от строения тела до типа нервной деятельности.

Можно считать, что установление типов является весьма сомнительным предприятием. В науке часто под типами понимаются некие идеальные модели, которые пытаются объяснить существующие различия. Надо иметь в виду, что в реальной практике существует соединение различных типов, поэтому создание приемлемой антропологической типологии, задание весьма проблематичное. К этой трудности добавляется, по нашему мнению, и то, что типы не статичны, особенно в процессе раннего онтогенеза. Они осуществляют различную деятельность, могут по-разному себя вести в обычных и неординарных ситуациях. Однако выявление новых типов под влиянием антропогенных факторов не прекращается и на сегодняшний день [1, 2]. Так, Л. А. Рудкевич считает необходимым рассматривать помимо телосложения (соматотипа) признаки межполушарной асимметрии, скорость индивидуального развития и физиологическую дистанцию – ювениальность.

В концепции о различии людей с разными типами телосложения, как правило, описывают и разные особенности поведения, темперамента, поэтому учение о конституции становится предметом интереса в психологии и педагогике [3–5]. Мы считаем целесообразным при рассмотрении решений этой проблемы предпринять краткий исторический экскурс.

Впервые понятие «конституция» встречается у Гиппократ, который считал, что она является врожденной, не поддающейся изменениям. Различие в конституции зависит от состава строения организма и предполагает, что человек предрасположен к различным заболеваниям, все внешние различия человека определяются внутренними пропорциями (соков, органов и т. д.). Дальнейшую разработку данная проблема нашла в учении древнеримского врача Галена. По его мнению, отличие в конституции можно установить исходя из преобладания того или иного сока в организме, этим же определяется и темперамент человека, его предрасположенность к тому или иному заболеванию. Л. Ф. Шеховцова отмечает, что Гиппократ и Гален являются представителями античной философии, для которых болезнь есть болезнь всего организма, а не отдельного органа [6].

Представители другого направления в учении о конституции утверждали, что конституция – явление приобретенное, изменяющееся в течение жизни. Данному направлению принадлежит представитель французской школы К. Сиго, который считал, что каждой системе организма соответствует определенная внешняя среда, воздействующая на нее. Так, воздух является источником дыхательных реакций; пища, попадающая в пищеварительную систему, образует источник пищевых реакций, моторные реакции протекают в физической среде; социальная среда вызывает различные мозговые реакции. Исходя из этого, К. Сиго выделяет четыре основных типа телосложения: дыхательный, пищеварительный, мускульный и церебральный (мозговой) [5].

Многие ученые полагали, что конституция задана на самых ранних стадиях развития человеческого зародыша. Так, У. Шелдон выделяет три основных генетически заданных типа строения тела, развивающихся в единстве с психологическими и физиологическими свойствами человека. Эндоморф: формы закруглены, полости объемны, внутренние органы больших размеров, приземистый «плотный», мощный костяк, склонность к наращиванию жира, «пищеварительный» (пикнический)

тип телосложения. Мезоморф: прямоугольные формы тела, прямые широкие плечи, квадратное лицо, гармонично сложен, хорошо наращивает мышцы, переносит значительные физические нагрузки. Такое телосложение формируется под влиянием сильного развития среднего слоя зародыша – мезодермы, из которого происходят мышцы, связки, кости. Экоморф: формы заостренно вытянутые, изящные, стройный, «худощавый», тонкокостный, трудно наращивает мышцы, быстро исчерпывает энергию при мышечной работе. Такое тело строится при преимущественном развитии наружного зародышевого слоя – эктодермы, из которого происходит кожа, нервы, мозг. Такая конституция, по У. Шелдону, определяется отношением друг к другу трех главных зародышевых зачатков. Помимо этого телосложение находится под сильным влиянием гипофиза. При недостаточном секретировании в организме половых гормонов человек становится слабым и худым. Если же и увеличивается продуцирование гормонов, весьма вероятно изменение физического облика человека [5, 7].

Наибольшую известность в отечественной литературе приобрела школа Э. Кречмера, который считал, что среда не оказывает влияние на конституцию человека. Им предложены соматотипы, которые можно считать классическими на сегодняшний день: 1) пикнический – для которого характерна выпуклая грудная клетка, мягкие округлые формы, которые обусловлены подкожным жиром, короткие конечности, относительно крупная голова с массивной шеей; 2) атлетический – обладает широким и крепким плечевым поясом, трапецевидным туловищем с узким тазом, крупными конечностями, ярко выраженным мышечным рельефом; 3) астенический – отличается плоской длинной грудной клеткой, худым телом, не обладающим жировыми отложениями, тонкими и длинными конечностями [8].

Так, подводя промежуточные итоги, хотелось бы отметить, что на всем протяжении решения конституционной проблемы в ней образовалось два направления: 1) конституция как наследственный фактор – неизменная; 2) конституция как фактор влияния внешней среды – приобретенная и изменяемая.

Исходя из вышеизложенного, для классификации конституционных типов в различных школах и направлениях изучаемой проблемы выдвигались различные основания, решаемые в этих двух направлениях. Первое, если конституция является наследственным фактором, то классификация осуществляется по следующим основаниям: недостаточность развития органов, особенности функционирования внутренней секреции, форма черепа, грудной клетки, пропорциональность строения

тела, тотальные размеры организма и др. Второе, когда конституция определяется фактором воздействия среды, и тогда основания для нее могут быть представлены в виде: напряжения – расслабления телесных волокон, энергией кровообращения, типом питания, свойствами соединительной ткани, преобладанием мускульной, жировой (липидной) или нервной ткани [4, 9–11]. Разноплановость описанных оснований классификаций в учении о конституции показывает неоднозначность и многообразие понимания конституции человека, что во многом затрудняет решение этой проблемы.

Поскольку исследователи, изучающие конституции у разных типов телосложения, отмечают у них и разные формы поведения, характера, психического заболевания, то психологи и педагоги проявляют к этому учению определенный интерес.

В учении о конституции многократно описывались психические особенности у разных типов телосложения. Наибольшее распространение получила типология Э. Кречмера, которая была им представлена в его работе «Строение тела и характер». На основе своих клинических наблюдений он соотнес тип телосложения и характер психического заболевания. Среди астеников он установил наиболее частое заболевание шизофренией, среди пикников обнаружил маниакально-депрессивный психоз, а у атлетиков эпилепсию. Темперамент же Э. Кречмер рассматривал как определенный вариант нормы, но с преобладанием к тому или иному полюсу [8].

Данный подход имеет своих сторонников и на сегодняшний день. Так, Л. Ф. Шеховцова на выборке студентов установила различия по типу мышления, виду интеллекта у разных типов телосложения (по Э. Кречмеру). Ученый пишет, что «у астеников выше вербальный, словесно-логический интеллект, у атлетиков – невербальный (образный, технический)» [6, с. 82].

Внимание к проблеме конституциональных типов связано в первую очередь с тем, что недостаточно выделены информативные морфологические критерии, которые являются неотложной задачей, особенно в педагогике. Решение ее наряду с изучением возрастной динамики телосложения и особенностей средового влияния на индивидуальные темпы соматического развития детей играет важное значение в психопедагогике физической культуры [3].

Поскольку наружность является важным элементом юношеского самосознания, психологам и педагогам необходимо знать, какие аспекты ее чаще всего вызывают у детей беспокойство. Одним из существенных факторов, определяющих конституционные особенности детей, является период полового созревания. В пубертатный период

рост конечностей опережает рост тела ребенка, чаще всего подросток растет за счет увеличения ног, чем за счет туловища. Вследствие этого к началу периода полового созревания организм многих детей приобретает пропорции взрослого. Иногда в этом возрасте руки и ноги подростка становятся несколько длиннее, чем у зрелых людей. По мнению Б. А. Никитюка, на стадии «пубертатного скачка» – резко ускоренного роста в период созревания – рост конечностей замедляется, «скачок» происходит за счет роста тела, а позднее совсем замедляется в вертикальном направлении [12]. Юношеский период характеризуется полной остановкой роста, которая у акселератов происходит немного раньше, чем у ретардантов. Рост конечностей в этот возрастной период также ослаблен, но тело еще продолжает медленно расти. Отсюда, к моменту перехода от юности к взрослости, ярко выраженная для подростка долговязость пропадает, тело обретает более пропорциональные формы.

И. С. Кон пишет, что существует тесная взаимосвязь между телосложением, психикой и поведением. Взрослые и сверстники обычно воспринимают акселерированных, мезоморфных (стройных, мускулистых) как более зрелых, им не приходится бороться за положение и статус. Со стройным, атлетическим телом подростки и юноши ассоциируют качества вожака. Ретарданты и эндоморфы (рыхлые, с избытком жира) кажутся окружающим непривлекательными не только в физическом, но и в социально-психологическом плане. Такая группа детей является часто предметом насмешек, что, несомненно, должно учитываться психологами и педагогами [13].

Еще одна проблема, связанная с конституциональными различиями, это формирование представлений об определенном телосложении как у детей, так и у педагогов. Имеющаяся литература по этому вопросу в основном концентрируется на антропометрических программах, позволяющих составить морфологическую характеристику занимающихся спортом [14–16]. В оценку конституционных типов, с нашей точки зрения, должен быть положен принцип социализации натуральных процессов и функций. Субъект формируется и развивается в системе социокультурных отношений.

Так, по мнению А. Ш. Тхостова, среда порождает конфигурацию «культурного тела», которое характеризуется не только натуральными функциями [17]. Существование конституциональных типов в значительной степени обусловлено феноменом «культурного тела».

Третья проблема – индивидуализация обучающегося процесса, связанного с конституциональными особенностями детей, особенно на уроках физической культуры. Дело в том, что несоответствие телосложения отдельного ребенка принятым нормам не может быть препятствием его занятиям той или иной спортивно-физкультурной деятельности. Поэтому педагогу необходимо подбирать для каждого воспитанника особые варианты технических действий, индивидуализировать физическую, тактическую, психологическую подготовку. Решение этой проблемы в большей мере зависит от самого учителя, умения выявить у учеников определенный конституциональный тип и с учетом него выстроить обучающийся процесс.

Цель, которую ставил автор данной работы, заключалась в выявлении и определении тех основных вопросов, которые связаны с конституциональными особенностями человека в психологии и педагогике. Анализ имеющейся литературы по данной тематике позволил определить основные направления, в которых ведется разработка проблемы «телосложение и психика» и наметить наиболее актуальные пути дальнейшего научного поиска.

На наш взгляд, к числу первостепенных проблем для научного поиска должны быть отнесены следующие:

1. Разработка методологии оценки конституциональных типов человека.
2. Исследование конституциональных особенностей и психологических свойств личности в различных сферах деятельности.
3. Разработка способов диагностики конституциональных типов, позволяющих прогнозировать психологические перспективы развития ребенка.
4. Изучение роли генетических и средовых факторов в конституциональной изменчивости человека, занимающегося физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Список литературы

1. Козырева Ю. К. Психофизиологические особенности адаптации к школе детей с различной степенью ювенильности: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2006. 181 с.
2. Рудкевич Л. А. Теоретико-экспериментальные основы возрастной и дифференциальной психосоматологии: дис ... док. психол. наук. СПб., 2001. 421 с.
3. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта. М.: Советский спорт, 2007. 296 с.
4. Сауткин М. Ф. Медико-биологические аспекты физического развития школьников и студентов. М.: Физкультура и спорт, 1991. 102 с.
5. Мананникова Е. Н. Психология личности. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2009. 220 с.

6. Шеховцова Л. Ф. Душа и тело в православной психологии: психофизиологические аспекты взаимоотношений. СПб.: Изд-во РХГА, 2011. 187 с.
7. Косяк В. А. Эпистемология человеческой телесности. Сумы: ИТД «Университетская книга», 2002. 362 с.
8. Кречмер Э. Строение тела и характер. М.: Апрель Пресс, Изд-во «ЭКСМО-Пресс», 2000. 336 с.
9. Грошев И. В. Психофизиологические различия между мужчинами и женщинами. М.: Изд-во Моск. психолого-социального института; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2005. 464 с.
10. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека. СПб.: Питер, 2003. 384 с.
11. Титова Е. П., Савостьянова Е. Б., Савченко Е. Л. Гормональные показатели в связи с конституциональными типами в пубертасе мужчин // конференції «Психологічні, педагогічні і медико-біологічні аспекти фізичного виховання» 20–27 квітня 2012 р. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2012. С. 258–261.
12. Никитюк Б. А. Интегративные подходы в возрастной и спортивной антропологии. М.: Институт психологии РАН, 1999. 224 с.
13. Кон И. С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989. 255 с.
14. Курамшин Ю. Ф. Спортивная рекордология: теория, методология, практика. М.: Советский спорт, 2005. 408 с.
15. Туманян Г. С., Мартиросов Э. Г. Телосложение и спорт. М.: Физкультура и спорт, 1976. 239 с.
16. Глухов Г. Ф. Работа тренера по активации мотивационных изменений у спортсменов, занимающихся боевыми единоборствами // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). 2012. Вып. 5 (120). С. 136–140.
17. Тхостов А. Ш. Психология телесности. М.: Смысл, 2002. 287 с.

Горячев В. В., доцент кафедры, кандидат психологических наук.

Рязанский филиал Московского психолого-социального университета.

Проезд Яблочкова, 5, стр. 47, Рязань, Россия, 390023.

E-mail: d-vadi@yandex.ru

Материал поступил в редакцию 27.03.2013.

V. V. Goryachev

THE PROBLEM OF BODY CONSTITUTION AND CONSTITUTIONAL DIFFERENCES IN PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY

The article examines the main issues related to human constitutional characteristics in psychology and pedagogy. The analysis of literature relevant to this subject allowed revealing the topical problems of the constitutional types and mapping out the most important courses for further scientific research.

Key words: *asthenic, athletic, body constitution, constitutional types, mesomorph, picnic, somatotype, ectomorph, endomorph.*

Ryazan branch of Moscow Psychological and Social University.

Proezd Yablochkova, 5, bldg 47, Ryazan, Russia, 390023.

E-mail: d-vadi@yandex.ru