

УДК 796.035:378-057.87(063)

ББК Ч51я431

**Фізичне виховання в контексті сучасної освіти:** Матеріали XII міжнародної науково-методичної конференції. За заг. ред. І.І Вржесневського. – К.: НАУ, 2017. – С. 25-27.

*Вржесневский И.И., Емец В.Т., Корчинский В.Л.*  
**ФЕНОМЕН «ЛЕНИ» В АНТРОПОЛОГИЧЕСКОМ  
КОНТЕКСТЕ**

**Лень** – острое нежелание трудиться, несмотря на оптимальное для работы состояние организма. В сознании современного человека лень это нечто негативное, стыдное, чисто бытовое и *бесформенное*. Трактовка этого понятия научно не обоснована и неоднозначна, а как явление «лень» малоизученна. Но, без учета этого обстоятельства как системного фактора, дальнейшее совершенствование процесса физического воспитания малопродуктивно. В толковом словаре В.И. Даля это качество трактуется как «лень – неохота работать, отвращение от работы, от дела, занятия; склонность к бездельничанью и дармоедству».

Человек всегда находит те или иные оправдания, в том числе и для себя самого, своим действиям (или бездействию). Именно поэтому определить «явную лень» далеко непросто. Но это не значит, что ее нет, или, что она не оказывает влияния на отношение человека к физическим нагрузкам и на динамику физического состояния и здоровья учащейся молодежи (и не только молодежи). Трудности выявления этого существенного для каждого человека момента не означает, что его влиянием можно пренебрегать и не учитывать его при попытке оптимизации системы физического воспитания.

Само по себе признание существования лени как одного из факторов, влияющих на эффективность физического воспитания, дает не так много. Надо еще

выявить и рассмотреть причины возникновения лени в каждом конкретном случае (физиологические – переваривание пищи, изменение температурного режима; психологические – привычки, возможные варианты избегания усилий; информационно-когнитивные; социальные) и ее механизмы, дать характеристику «лени» как явления и как состояния. Возможно, возникнет необходимость в определении видов (физическая, умственная, душевная, контролируемая и неконтролируемая) и стадий развития лени. Лень отдельного человека может быть глобальной, общей (и это уже патология), а может быть локальной, избирательной – результатом отдельных решений и ситуаций. Люди могут быть в разной степени подвержены лени (предположительно научившиеся не только преодолевать искушение ленью, но и получать от этого удовольствие – это «трудоголики»). Необходимо обосновать способы преодоления лени и проанализировать последствия такого преодоления. Только определив эти параметры (не исключено, что список параметров может быть расширен) мы сможем говорить о контроле над этим фактором и, с этой позиции, вносить коррективы в процесс физического воспитания.

Кроме того, в антропологическом контексте можно говорить о «лени» как о феномене, поскольку существует мнение и о положительном влиянии этого фактора на сообразительность и изобретательность человека и, таким образом, на весь наш эволюционный потенциал (есть мнение, что физическая лень может подтолкнуть к поиску нестандартных решений и т.п.). Возможно также, что физическая лень как феномен берет начало в инстинкте самосохранения человека, в попытке экономить энергию для возможных экстремальных ситуаций. Природа создала нас такими, что любое двигательное действие не направленное непосредственно на самосохранение, добывание пищи, продолжение рода и защиту потомства часто воспринимается психикой человека на бессознательном уровне как «лишнее»,

или «ненужное». Таким образом, в зависимости от ситуации лень может быть рациональной или иррациональной. Но в своей основе, в долгосрочной перспективе, лень всегда парадоксальна.

В 2015 году в Национальном авиационном университете проводили анкетирование среди студентов 2 курса занимающихся физическим воспитанием в основном отделении. Один из вопросов, обращенных к студентам (посетившим менее 50% занятий) выглядел следующим образом «Что вызывает у Вас нежелание заниматься физическими упражнениями?». Было предложено 7 вариантов ответов. Первой группе студентов из 47 человек было предложено выбрать только один ответ или дать собственный. В этой группе лишь 6,4% опрошенных сослались на «лень». Во второй группе (80 человек) было разрешено выбрать три варианта ответа с дальнейшим ранжированием их в соответствии со значимостью для анкетированного. 63,6% опрошенных студентов из этой группы сослались на «лень», причем ставили этот фактор, в основном, на второе место и несколько реже на первое. Трактовка полученных результатов неоднозначна. Можно говорить о бессознательной попытке психики человека скрыть влияние лени на собственное поведение. Энтони Гидденс, в контексте деятельности, говорит о бессознательном, практическом сознании и дискурсионном сознании. Поскольку лень следует рассматривать именно в деятельностном контексте, в определенной системе координат (иначе «лень» приобретает значение абстрактного символа). Принадлежность этого явления к бессознательному позволяет нам конкретизировать направление нашего поиска. В исторической ретроспективе нашего биологического вида (*homo sapiens*) сознание все-таки есть новообразованием (результатом длительной эволюции). В отношении физических усилий и телесности наш мозг продолжает больше доверять бессознательному, существенным

элементом которого есть психосоматический феномен «лени».