

Федорець Василь Миколайович,
кандидат медичних наук, старший викладач
кафедри психолого-педагогічної освіти
та інновацій Вінницького інституту
післядипломної освіти педагогічних
працівників;
докторант Інституту вищої освіти
НАПН України

ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ВИКОРИСТАННЯ АРХЕТИПІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ДЛЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

*У психології є речі, які я не створюю,
але які формують самі себе і мають
власне маленьке життя...*

К. Г. Юнг

Анотація. У статті із застосуванням трансдисциплінарного, системного і синергетичного підходів обґрунтовується доцільність та особливості використання архетипічної психології для удосконалення здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури. В соціокультурних та історичних аспектах досліджується сучасний стан зазначеної проблеми, а також аналізуються особливості впливу архетипів Героя і Титана. З психофізіологічних і медико-гігієнічних візій у взаємозв'язку з архетипічною психологією та уявленнями про темпоральність людини розглядається неоднозначний вплив ранкової гімнастики на здоров'я. Як методологічний принцип здоров'язбереження актуалізується концепт *Soma – Psychica*, а також визначаються підходи і способи впливу на архетипічний шар свідомості в освітньому процесі.

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетентність вчителя фізичної культури, архетипічна психологія, духовне здоров'я, темпоральність.

Федорец Василий Николаевич

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРХЕТИПИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Анотация. В статье с использованием трансдисциплинарного, системного и синергетического подходов обосновывается необходимость и особенности применения архетипической психологии для формирования здоровьесохраняющей компетентности учителя физической культуры. В социокультурных и исторических аспектах исследуется современное состояние данной проблемы и анализируются особенности влияния архетипов Героя и Титана. С психофизиологических и медико-

гигиенических позиций во взаимосвязи с архетипической психологией и представлениями о темпоральности человека рассматривается неоднозначное влияние утренней гимнастики на здоровье. Как методологический принцип актуализируются концепт Soma – Psychica, а также определяются подходы и способы влияния на архетипический слой сознания в образовательном процессе.

Ключевые слова: *здоровьесохраняющая компетентность учителя физической культуры, архетипическая психология, духовное здоровье, темпоральность.*

Fedorets Vasyliy Mykolayvych

THEORETICAL BACKGROUND OF USING OF THE ARCHETYPAL PSYCHOLOGY FOR THE HEALTHRETENTIVE IMPROVING OF THE PHYSICAL EDUCATION TEACHER'S COMPETENCE

Abstract. *The paper deals with the substantiation of the necessity and peculiarity of use of archetypal psychology for improving the healthretentive physical culture teacher's competence using transdisciplinary, system and synergistic approaches. The current state of the mentioned problem is investigated in the cultural and historical aspects and analyzed the peculiarities of the impact such archetypes as the Hero and Titan. It is noticed an ambiguous effect on the health after morning exercises from the physiological and medical and hygienic visions in conjunction with archetypal psychology and perceptions of human temporality. As a methodological principle of healthretention the concept of Soma-Rsychisa updated and determined the approaches and ways of influence to the archetypal layer of consciousness in the educational process.*

Ключові слова: *healthretentive competence of the teacher of physical culture, archetypal psychology, spiritual health, temporality.*

Постановка проблеми

Тенденції соціокультурних трансформацій сучасної цивілізації, що базуються на множинності й еkleктиці своїх парадигмальних основ, а також інноваційний розвиток створюють передумови для розгляду людини, її психіки та здоров'я як складної поліонтологічної реальності. Особливо таке бачення є актуальним в освітній діяльності. Зазначені цивілізаційні метаморфози співвідносяться із змінами в ідеології здоров'я, яке розглядається у вимірах психічного, тілесного, соціального та духовного. Це, в свою чергу, призводить до пошуку і розширення арсеналу ідей та практик, трансдисциплінарності й інтелектуалізації здоров'язбереження. Тому архетипічна психологія К. Юнга, будучи не тільки професійною доктриною, а й світоглядним і культурним феноменом, може стати одним із компонентів у сучасному базисі збереження здоров'я, що сприятиме формуванню здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури на основі принципів психологізації та фундаменталізації.

Актуальність проблеми дослідження. Аналіз доцільності та необхідності використання знань про архетипічні рівні свідомості для формування здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури обумовлений також переходом до гуманістичної і компетентнісної парадигм, що, в свою чергу, відображає тенденцію європеїзації освіти. Саме компетентнісний підхід, що став базисним методологічним принципом сучасної освіти, надає можливість відійти від уявлень про

людину як об'єкт в світлі окремо взятих дисциплін, а націлитися на системне, цільове, нелінійне, динамічне та поліонотологічне бачення. Це формує перспективи включення в педагогічні системи різноманітних психологічних доктрин і практик.

Представляючи філософсько-методологічний та професійний аспект актуальності, слід зазначити, що парадигма здоров'язбереження є вторинною щодо світоглядних уявлень про людину. У тридцяті роки ХХ століття боротьба з педологією та секуляризація освіти призвела до формування редуційного світогляду, в світлі якого дитина розглядалася як соціобіологічний об'єкт впливу. Прагматична ментальність сучасної епохи постмодерну в поєднанні з постантропологічними тенденціями й соціокультурними наслідками тривалого панування комуністичної ідеології також розвинули моноонтологічний і лінійний формат уявлень про дитину як учасника освітнього процесу, що зумовило розуміння збереження її здоров'я у вигляді стандартного і обов'язкового набору, який більше нагадує ритуал – ранкова гімнастика, загартовування, заняття фізичною культурою, боротьба із шкідливими звичками тощо. Зазначений типовий репертуар, який став вже класикою, тепер дещо модернізувався, поєднавшись із східними практиками, аутогенним тренуванням, дієтами тощо. Але глибинна спрощена форма уявлень про покращення здоров'я, яке трактується як бажаний перманентний ріст функціональних можливостей певних систем організму внаслідок кількох відносно простих впливів на організм на основі фізичного навантаження, залишилася. Зрозуміло, що таке розуміння здоров'язбереження має певне практично підтвержене обґрунтування, але разом з тим є досить однобоким і застарілим. Саме редуковане розуміння людини як біологічного об'єкта, де психіка й душа є дотичними, чи вторинними, до тіла, призвело до спрощених уявлень про здоров'я та до розробки відповідних оздоровчих систем з прихованим мілітарним духом.

У нашій моделі здоров'я і здоров'язбереження ми звертаємося, передусім, до цілісного бачення людини та до примату духовного і психічного. Таке філософсько-методологічне підґрунтя зумовлює вибір відповідних доктрин, які оптимально відображають розуміння людини як духовного феномена. До таких психологічних і світоглядних концепцій, що мають широкий антропокультурний і соціологічний контекст і застосування, належить вчення про архетипи¹³ К. Юнга.

Таким чином актуальність нашого дослідження, крім суто професійної необхідності і соціальних складових, містить парадигмальний аспект, що співвідноситься із соціокультурними трансформаціями нашого соціуму.

Аналіз останніх досліджень та публікацій

Ефективно застосували на практиці та теоретично обґрунтували використання архетипічної психології для здоров'язбереження, реабілітації та фізичного розвитку М. Єфіменко і А. Шевцов¹². Значущими є роботи В. Макарова та досвід М. Щетиніна.

¹³ Щепановская Е. М. Архетипический поход как метод исследования гуманитарных наук [электронный ресурс] / Е. М. Щепановская. — Режим доступа : <http://www.astrolingua.spb.ru/PHILOS/predposylki.htm> (дата обращения 01.10.2014).

¹² Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Єфименко. — Режим доступу : <http://nnblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psihichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).

Підходи, використані в педагогічній практиці класиками В. Сухомлинським, Р. Штайнером, Ш. Амонашвілі, за своєю сутністю і внутрішньою логікою є близькими до архетипічної психології.

Мета дослідження. Проаналізувати теоретичні передумови та особливості використання архетипічної психології для формування і вдосконалення здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури.

Виклад основного матеріалу

Аксіологія, системні смисли та практична і соціальна значимість здоров'язбереження, що впливають на формування основи та змісту професійної діяльності вчителя фізичної культури обумовлюють розгляд проблеми здоров'я в широкому контексті холистичних вчень, у яких інтегровані психологічні, біологічні та соціокультурні уявлення про людину. Аналітична психологія К. Юнга є одним із напрямів психології, який представляє людину як цілісний антропокультурний та духовний феномен^{13; 14}, акцентуючи увагу на філогенетичних¹² і онтогенетичних складових психіки.

На початку ХХ століття під впливом З. Фрейда були сформовані уявлення про те, що психіка людини є багатомірною. Фрейд, структурувавши свідомість на певні рівні (свідомість, підсвідомість, надсвідомість), вказав, що взаємодія між світлим і контрольованим свідомим та потужним глибинним підсвідомим є обов'язковою складовою людської душі. Взаємний вплив різних шарів психіки проявляється як при існуванні особистості в нормі, так і особливо виразно маніфестується при патології, формуючи специфічні феномени. Виявилось, що несвідоме не тільки не піддається тотальному контролю свідомості, а й само на неї інтенсивно та неоднозначно впливає. Несвідоме є тим глибинним і потужним пластом психіки, що відображає інтегративний досвід усіх людей різних культур і епох і має свої особливості.

Заслуга К. Юнга, який, розвиваючи надалі напрям вивчення глибинних шарів психіки й формуючи уявлення про колективне несвідоме, розробив вчення про архетипи, які є структурами, що акумулюють досвід попередніх поколінь і можуть бути представленими у форматі міфологічного, релігійного та алхімічного символізму¹⁴. На відміну від З. Фрейда, у якого домінували в підсвідомому біологічні інтенції сексуального й агресивного характеру, К. Юнг представляє несвідоме як територію, заселену Богами і напівбогами – архетипами. Таким чином К. Юнг повертає сакральний вектор в уявленнях про психіку людини, вбачаючи в людському існуванні вищі смисли й цілі, а не тільки адаптацію до середовища та біологічні інтенції. Він представляє людину як місце взаємодії Богів і Демонів, історії та сучасності. І найголовніше, він актуалізує уявлення про людину як про істоту, що має

¹³ Щепановская Е. М. Архетипический поход как метод исследования гуманитарных наук [электронный ресурс] / Е. М. Щепановская. — Режим доступа : <http://www.astralingua.spb.ru/PHILOS/predposylki.htm> (дата обращения 01.10.2014).

¹⁴ Юнг К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; сост. и вступ. ст. А. М. Руткевича. — М. : Ренессанс, 1991. — 304 с. — (Страницы мировой философии).

¹² Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Єфименко. — Режим доступу : <http://nblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psiichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).

Душу. К. Юнг вважав, що людина живе повноцінним життям, коли вона співвідноситься з Богом.

У зазначеному контексті аналітична психологія К. Юнга, крім своєї світоглядної, прогностичної та науко-практичної цінності, є вченням, яке, актуалізуючи духовне і душевне начало в людині, інтегрує в собі антропокультурний і психотерапевтичні виміри, завдяки чому є близькою за своїми інтенціями і смислами до кордоцентричних традицій української культури. Архетипічний підхід К. Юнга, будучи конгруентним і співрозмірним до нашої традиції, є придатним для використання в професійній діяльності вчителя фізичної культури, а саме з метою формування його здоров'язбережувальної компетентності.

Семіотика здоров'я, яке є базисною цінністю нашої культури, занурена в глибинні й системоутворювальні смисли існування та самої вітальності людини, що в аналітичній психології К. Юнга представляється у вигляді відносно сталих універсалій – архетипів, які є одними з детермінант поведінки особистості та організації соціокультурної сфери. Сам феномен здоров'я може бути розглянутий як архетип.

Українське типове традиційне уявлення про здоров'я трактується в системі символізму індоарійських культур, що відповідає архетипові бика і символізує активність, локомоцію, стійкість та наявність первинного потенціалу. Крім того, цей архетип пов'язаний із символізмом землі, господарювання, короля та влади. Радянська традиція переформатувала цей архетип, представивши його у вигляді архетипічного сценарію принесення бика в жертву, що проходить добровільно через війну і важку роботу.

Ми вважаємо, що здоров'я, мобілізація і готовність, праця, війна, некрофільність, жертвність, героїзм, світле майбутнє, комунальність і колективізм в радянській традиції є єдиним нероздільним і цілісним образом (гештальтом) культури. Тому, розпадаючись, зазначена традиція як одне ціле руйнує свої складові. У колективному несвідомому та в соціокультурній сфері проходять зміни, що призводять до одночасної трансформації різних складових системи. Це означає, що разом з ідеєю світлого майбутнього і некрофільності деградує і символізм здоров'я. Розпадається етнос культури, її ядро. Непарно антропологі, які досліджують ізольовані від зовнішнього світу архаїчні культури, рекомендують радикально не втручатися навіть в дикунські звичаї, бо це призведе до руйнування всієї культури й соціуму загалом. У сучасних українських реаліях ми помічаємо обвальне порушення здоров'я, що пов'язано також із руйнуванням етносу попередньої культури. У зв'язку з вищезазначеним вважаємо, що в освіті потрібно еволюційним шляхом на конкурентній основі вибудувати свої альтернативні концепції і системи здоров'я із врахуванням психології архетипів та історико-культурної спадщини.

Вчення К. Юнга, інтегруючи широкий спектр гуманітарних, медико-гігієнічних і природничих знань про людину, широко використовується, окрім психології в соціології, історії, бізнесі, рекламі. На фоні домінування позитивістських, біологізаторських та редуційних бачень людини підхід К. Юнга якісно відрізняється від зазначених тенденцій, оскільки є культурно адекватною та людиноспіврозмірною концепцією, чим наближається до релігійних і езотеричних доктрин. В архетипічній психології порушуються питання екзистенції, телеології і вищих смислів, що сприяє використанню зазначеного вчення для активного впровадження його в здоров'я-

збережувальні практики, які переважно будуються з орієнтацією на тілесне в людині. Такий підхід надає можливість вбачати у феномені здоров'я не тільки біологічне, прояв інстинктів збереження, а й вищий телеологічний смисл, проблему душі, цілісність тілесного й психічного, темпорального і просторового. Як уже зазначалося, цінним надбанням в цьому напрямі є педагогічна практика і теоретичні розробки М. Єфіменка¹², у яких учення К. Юнга апробовано й ефективно використано в його педагогічній системі.

Крім зазначеного сучасного досвіду, проаналізуємо деякі особливості застосування в педагогічній практиці підходів, близьких до уявлень К.Юнга, а також й свідомого використання його методології чи близьких до неї концепцій і методик. При цьому варто взяти до уваги, що педагогіка, як і в своїй практиці, так і в змісті проводить трансформацію і трансляцію актуальних наукових, соціальних та політичних ідей, реалізуючи замовлення не тільки соціуму, а й, насамперед, волю панівної групи (класу, партії, етносу). Крім того, процеси в освітній сфері мають певну інерцію. Тому деякі феномени нашої освіти, у якій радянське минуле викоринене на рівні зовнішніх проявів, насправді залишаються в смисловому контексті і впливають на учасників освітнього процесу на архетипічному рівні. Так радянські ідеї неприродності, штурмівщини, постійної зайнятості, постійної готовності й мобілізації та ілюзорного майбутнього, які відповідають архетипу Титана, трансформувалися, втілюючись у феноменах раннього навчання та його інтенсифікації; боротьба з класовим ворогом перейшла в тотальний контроль над дитиною тощо. Змінилася форма й зміст освіти, хоча на практику певною мірою впливають старі ідеї.

Як приклад проаналізуємо таку типову тему дитячого твору, яка використовувалася в навчально-виховному процесі в школах Радянського союзу – «В житті є місце подвигу». В самій назві цього твору, що є за своєю суттю міфологемою, сконденсований смисл і типовий сценарій поведінки, суть якого полягає в тому, як легко, натхненно, не задумуючись, треба віддати своє життя заради певних цілей. Прикладів, аналогічних чи близьких до зазначеної теми твору, в радянській педагогічній традиції було більш як достатньо.

Смисли, символи, ситуації і сценарії, що формуються на основі вказаної теми дитячого твору, в системі уявлень архетипічної психології є чинниками, що актуалізують в дитини поведінку, яка відповідає архетипу Героя^{3;5;6}. Архетип, будучи метапрограмою, може сприяти реалізації відповідного і типового життєвого сценарію. Для цього архетипу такий сценарій представляється як короткочасне, але яскраве і насичене екстремальними подіями життя, вищим смислом якого є виконання певних дій – трудових чи військових подвигів, по завершенню яких Героя чекає героїчна загибель та, можливо, ще й слава. Крім того, типовий сценарій такого архетипу

¹² Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Єфіменко. — Режим доступу : <http://nblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psihichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).

³ Гюнтер Х. Архетипы советской культуры / Х. Гюнтер // Соцреалистический канон. — СПб., 2000. — С. 743–784.

⁵ Круглова Т. А. Советская художественность, или Нескромное обаяние соцреализма / Т. А. Круглова. — Екатеринбург : Изд-во Гуманитар. ун-та, 2005. — 384 с.

⁶ Круглова Т. А. Социально-педагогическое содержание «Тимура и его команды» и система Макаренко / Т. А. Круглова // Детские чтения. — 2013. — Т. 3. — № 1. — С. 101–114.

містить наявність в контексті ворога чи (і) стихію, з якими Герой має вести боротьбу. Кінцева, але латентна і контекстуальна мета цього архетипу — привести Героя до смерті, попередньо виконавши програму, спрямовану на виживання чи домінування певної групи. Таким чином архетип, визначаючи цілепокладання і діючи на потребнісно-мотиваційну сферу, структурує час і життя особи, що проявляється у відповідній поведінці та у впливові на характер.

Яка ж доцільність існування такого архетипу, що може сформувати поведінку, небезпечну для життя особи?! Розглядаючи цей архетип (Героя) в історичному і біологічному контекстах, ми можемо зазначити, що реалізація життєвих сценаріїв, які визначаються цим архетипом, є необхідною умовою для виживання не індивідууму, а певної групи (племені, етносу, нації). Індивід приноситься в жертву заради виживання спільноти. Зазначене узгоджується з уявленнями про інстинктивну поведінку, яка детермінується біологічними метапрограмами і певним чином може проявлятися в психічному. При цьому первинними, що домінують, є інстинкти збереження виду, а не індивідууму. Крім того, відповідно до закону розподілу ознак в популяції, що описується математичною функцією у вигляді кривої Гауса, у соціумі завжди має бути певна частина людей, що знаходиться під впливом зазначеного архетипу Героя, а то й ним одержима (*нім. ergriffenheit*)¹⁴.

Архетип Героя співвідноситься з поняттям «пасіонарія» в доктрині етногенезу Л. Гумільова, представлений ним у книзі «Етногенез та біосфера Землі». Згідно з концепцією пасіонарності, життя етносу, його зліт чи занепад є залежним від поведінки його членів і, передусім, від пасіонаріїв, в яких інтереси групи домінують над інстинктом самозбереження. Коливання в кількісному відношенні носіїв певних проявлених програм поведінки, які сприяють розвитку чи деградації етносу, залежить від стадії його існування, взаємодії з іншими етносами, інформаційно-енергетичним впливом Землі і Сонця та спадковості. Разом з тим цим процесом свідомо пробують управляти через засоби масової інформації, формування укладів життя та особливо і найефективніше цей вплив може бути здійснений через дію педагогічних систем.

З метою усвідомленого і людиноцентричного використання в педагогічній практиці вчення про архетипи для вчителя є важливим розуміння некрофільної спрямованості життєвих сценаріїв, які визначаються глибинним змістом і структурою архетипу Героя-жертви. Некрофілія є реальністю, яка прихована за тінню слави, за сьайвом можливих перемог і нездійснених мрій чи за виконанням усяких обов'язків перед суспільством тощо.

Для формування архетипу Героя використовувалася художня література, яка стала класикою радянської доби. Ілюстративними в цьому плані є образи і життєві сценарії головних героїв таких літературних творів: «Казка про Військову таємницю, про Хлопчика-Кібальчиша і його міцне слово» (А. Гайдар), «Пісня про Буревісника» (М. Горький), «Як загартовувалася сталь» (М. Островський)^{3; 5; 6}. Зрозуміло, як сумарно

¹⁴ Юнг К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; сост. и вступ. ст. А. М. Руткевича. — М. : Ренессанс, 1991. — 304 с. — (Страницы мировой философии).

³ Гюнтер Х. Архетипы советской культуры / Х. Гюнтер // Соцреалистический канон. — СПб., 2000. — С. 743–784.

⁵ Круглова Т. А. Советская художественность, или Нескромное обаяние соцреализма / Т. А. Круглова. — Екатеринбург : Изд-во Гуманитар. ун-та, 2005. — 384 с.

⁶ Круглова Т. А. Социально-педагогическое содержание «Тимура и его команды» и система Макаренко / Т. А. Круглова // Детские чтения. — 2013. — Т. 3. — № 1. — С. 101–114.

ідеологія, сюжет та поведінка й образи головних героїв зазначених творів протиіставляються інстинктам збереження й самозбереження, вітальним інтенціям людини та гуманістичним уявленням про сенс існування, основним цінностям і заповідям християнської цивілізації, які базуються на імперативі «Не вбий», тощо. У цьому відображений системний антогонізм – боротьби добра і зла, антропного та звіриного. І це протиборство має потужний архетипічний і культурний фон.

Існувала система, що трансформувала психіку учня у заданому напрямі за допомогою різноманітних багаторівневих впливів: через вивчення літературних зразків, які були за своєю суттю новітніми міфами; завдяки написанню творів на основі зазначених еталонів; закріпленню ірраціональних моделей поведінки за допомогою навчальних і позанавчальних заходів. Значну дію мала змагальна ідеологія фізичної культури, що була прихована за ідеями фізичного розвитку й оздоровлення. Але особливо результативний і системоутворювальний вплив на особистість і соціум реалізувався під час використання ідеології колективізму, трансформованої в педагогічну технологію, як це було в педагогічній практиці А. Макаренка, що є унікальною за своїми можливостями системою соціальної інженерії. Творець цієї педагогічної системи А. Макаренко зазначав: «Я знал только военный строй и военную гимнастику, знал только то, что относится к боевому участку роты. Без всяких размышлений и без единой педагогической судороги я занял ребят упражнениями во всех этих полезных вещах»^{7; 10}. Воєнізовані ритуали, які застосовувались як спосіб структурування колективу^{6; 10}, формували специфічне психологічне й соціальне поле та ставали регулятором поведінки, впливаючи на хронотип особистості, а також модулювали мотиваційну, потребнісну та емоційну сфери. Це, в свою чергу, визначало колективну та мілітарну спрямованість особистості й особливості її характеру.

Внаслідок таких соціокультурних і педагогічних впливів виникали ефекти сумачії, які призводили до того, що в дитини активізувався архетип Героя-жертви. Це згодом досить ефективно використовувалося тоталітарною системою у здійсненні мегаломанійних цілей – люди гинули не тільки і не стільки за Вітчизну і свої інтереси, а, насамперед, приносили себе в жертву Молоху хворобливих ідей у формі світового панування, прогресу, інтересів класу, ударної праці, достроково перевиконаного плану. Як приклад – соціалістичні будови, досягнення в космосі, трудові подвиги, виконання «інтернаціонального боргу перед прогресивним людством» (Корея, В'єтнам, Афганістан) тощо. Без педагогічних та соціальних впливів, спрямованих на проявлення ще у дитячому віці архетипу Героя-жертви та формування в особи міфологічної ірраціональної свідомості з виразним архаїчним контекстом та обмеженою критикою, така соціально-політична система не змогла б ефективно і досить довго існувати та проводити експансію. В інших сферах особистість максимально обмежувалася, спрощувалася і примітивізувалася. Це стосувалося

⁷ Макаренко А. С. Собрание починений: в 5 т. / А. С. Макаренко. — М. : Правда, 1971. — Т. 1. Педагогическая поэма. — Ч. 1/2. — 431 с.

¹⁰Ушакин С. Поле боя на лоне природы: от какого наследства мы отказывались [электронный ресурс] / С. Ушакин // НЛЮ. — 2005. — № 71. — Режим доступа : <http://magazines.russ.ru/nlo/2005/71/ushal5.html> (дата обращения 01.10.2014).

⁶Круглова Т. А. Социально-педагогическое содержание «Тимура и его команды» и система Макаренко / Т. А. Круглова // Детские чтения. — 2013. — Т. 3. — № 1. — С. 101–114.

передусім питань особистого життя, побуту, любові, здоров'я, релігії, а також сприйняття, асиміляції і продовження культурних та сімейних традицій. Таким чином засобами педагогіки реалізувалося соціальне замовлення на формування обмеженої, фанатично спрямованої особистості, але потенційно здатної на героїчний вчинок. Супутнім ефектом було формування інфантильності⁵, обмеженості та домінування найвищих ірраціональних уявлень про базові цінності, цілі, життєві сценарії і ситуації. Нині ці феномени за інерцією продовжують розвиватися, але Герой частіше проявляється у формі антигероя – державного злодія, хулігана, дебошира, бандита, «тітушки», терориста, алкоголіка, наркомана тощо. Існує також варіант Героя-жертви, який деградував і опустився на соціальне дно. Це все детерміновано смислами та інтенціями архетипу Героя-жертви, який не зумів стати дорослим, завершивши свій розвиток у стадії інфантильності. При нормальному психологічному онтогенезі по мірі розвитку дитини архетип Героя витісняється іншими архетипами^{3;10}, що сприяє диференціації психіки.

Сьогодні феномен гігантоманії в досягненнях із рівня соціуму й ідеології перемістився на особистість і проявляється у формі перевантаження дітей через раннє навчання та його інтенсифікацію. Дитина знаходиться, як і в попередню епоху, у вишуканих, але загалом депресивних умовах, що також може сприяти актуалізації архетипу Героя-жертви, особливо враховуючи попередній історичний досвід соціуму та його теперішній кризовий стан. Це підтверджується високим – до 20% рівнем захворюваності⁸, наявністю випадків суїцидної поведінки серед школярів, а також участю учнів у тоталітарних сектах, в молодіжних субкультурах з некрофільним спрямуванням тощо.

Подібний досвід і педагогічні системи формування особистості в інтенціях жертвовності, фанатизму та некрофільії існували в нацистській Германії³ та в інших тоталітарних режимах. Всі ці політичні системи використовували вплив на несвідоме та стимулювали прояв архетипу Героя в дитині та його фіксацію через інфантилізацію, спрощення, ейфорізацію та обмеження особистості, застосовуючи для цього різноманітні впливи, до складу яких входила мілітаризована і змагальна та колективіська за своїм духом фізична культура.

Разом з тим ми не вважаємо, що з метою формування повноцінного громадянина підхід з актуалізацією архетипу Героя повинен бути вилучений зовсім. Передусім, як зазначалося, актуалізація архетипу Героя в дитині відповідає особливостям психологічного онтогенезу, тобто це є норма. Подібні до описаних вище методики можуть бути використані в освітньому процесі, але в розумних межах і, відповідно, з метою захисту Батьківщини, сім'ї, особистості – людиновимірно, а не гротескно, масово, безмежно і деформовано та з включенням інфантильного компонента.

⁵ Круглова Т. А. Советская художественность, или Нескромное обаяние соцреализма / Т. А. Круглова. — Екатеринбург : Изд-во Гуманитар. ун-та, 2005. — 384 с.

³ Гюнтер Х. Архетипы советской культуры / Х. Гюнтер // Соцреалистический канон. — СПб., 2000. — С. 743–784.

¹⁰ Ушакин С. Поле боя на лоне природы: от какого наследия мы отказывались [электронный ресурс] / С. Ушакин // НЛЮ. — 2005. — № 71. — Режим доступа : <http://magazines.russ.ru/nlo/2005/71/ushal5.html> (дата обращения 01.10.2014).

⁸ Сергета В. І. Психогігієнічна оцінка особливостей формування особистості школярів в сучасних умовах / В. І. Сергета, О. Ю. Браткова, О. П. Мостова // Психолого-педагогічні проблеми розвитку особистості в сучасних соціокультурних умовах: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. — Вінниця, 2011. — С. 246–249.

Архетип Героя в певній частині населення спонтанно проявляється з дитинства і таким залишиться на все життя. Такі особи обиратимуть відповідний спосіб існування й екстремальну професію – військового, льотчика, пожежника. Але в СРСР це впроваджувалося масово, надмірно та постійно, що формувало специфічні особливості як особистості, так і соціуму. Виховання спрямовувалося на реалізацію ідеї ведення війни зі всім світом, Богом і природою у формі світової революції, грандіозних і часто непотрібних будов та інших хворобливих цілей. Зазначені приклади опосередковано вказують на те, що в радянській педагогіці не тільки інтуїтивно, а й свідомо використовувалося вчення К. Юнга про архетипи. Про це свідчить системність, виразність та досить висока ефективність такого виховання.

Розглянемо, як формувався архетип Героя засобами фізичної культури. На уроках рекомендувалося розвивати спортивний дух, який за своєю глибиною суттю є бойовим духом, колективізм і, відповідно, командний дух. Це все має позитивну спрямованість в цілому, але проблема не тільки в меті, а й у способах реалізації, що набули гротескних масштабів, а також у додаткових ефектах у формі розвитку у вихованців негативного ставлення до духовної, екзистенційної, культурної, інтелектуальної та етичної складових людини. Оскільки архетип Героя у своєму контексті мітить концепт ворога, то населення з дитячого віку поляризувалося з формуванням звуженого міліарного світогляду. Проводилося це переважно через ідею досягнень і через змагання, хто більший, сильніший, кращий...

В антигероеві це втілювалося також у змаганні, що мало інфернальну спрямованість, і в таких якостях – хто нахабніший, цинічніший, жорстокіший, хитріший і також сильніший. За цим прихована ідея – хто більший Герой, що є віддзеркаленням класового світогляду, мегаломанії та експансивного духу епохи. Причому робилося це наскрізно у всьому, тобто тотально та на фоні багатоконтурного продубльованого контролю. Під час занять учитель повинен був згадувати як приклади – героїв літературних творів, у яких домінував архетип Героя. Навіть коли вчитель цього не робив, то колективістська й воєнізована за своєю суттю, контекстуальним смислом і духом фізична культура трансливала й імплементувала цілі, смисли й ідеї тоталітаризму та мілітарного світогляду.

Таким чином ідеї тоталітаризму, які трансформувалися через системи актуалізації архетипу Героя-жертви, впроваджувалися через: розповіді (наративи), де було присутнє як логічне, так і міфологічне; символізм і семіотику рухів, в яких закладався відповідний героїчний смисл; структурований режим дня на основі лінійного та гомогенного часу; типові і регламентовані сценарії в системах навчальної, виховної та соціальної взаємодії. При цьому формувалися синергійні ефекти впливу наративу і мистецтва, накладаючись на семіотику рухів, підсилюючись, примножуючись, на новому якісному рівні змінюючи особистість та соціум.

Психологічні й рухові установки, що лежать в основі локомоції, а також орієнтація на кінцеву мету – побудову світлого майбутнього сприяли структуруванню рухової діяльності на базисі відповідної ідеології. Тому зазначені установки й ідеологія, які впливали на мотиваційну та емоційну сфери і формували вищі смисли в процесі реалізації рухової діяльності, багаторазово повторюючись, трансливалися в середовище, створюючи відповідне соціальне й символічне поле. Вони впливали

також на ядро особистості, трансформуючись в Я-концепцію, та ставали еством людини, переходячи в психологічне поле особистості.

Соціальна проекція такої рухової діяльності синхронізована з іншими знаковими системами, сприяє формуванню відповідної соціальної діяльності, символічного і соціального поля, що, в свою чергу, є компонентами відповідним чином запрограмованої соціальної реальності. Отже, архетип Героя-жертви й супутні його складові проявляються в слові, символі і русі. Рух, крім адаптивної й утилітарної функції, виконує в семіотиці культури відповідну символічну роль і може розглядатися з позицій структуралізму як символ, знак і навіть слово чи текст. Таким чином складові рухової діяльності, включаючись в семіосферу культури через взаємодію з ідеями і символами, самі стають знаками, символами і наративами, завдяки чому надалі продовжують транслювати й формувати відповідні смисли. Тому рухову сферу, певні методики фізичної культури, оздоровлення й здоров'я-збереження, яке зв'язане з локомоцією, слід розглядати з семіотичних позицій, виділяючи актуальні та приховані смислоутворювальні компоненти, що можуть бути факторами взаємодії з колективним несвідомим і тими каналами, по яких направляються в свідомість певні архетипи.

Ідея переводиться в тексти і символи, які під час формування мотивації трансформуються в символізм рухів, що надалі підсилюють, проводять і множать відповідні смисли на рівні особистості й соціуму. Схематично це виглядає так: ідея – текст, символ – мотивація – рухи як семіотична система – розстановка смислів через рух в соціальній сфері і формування Я-концепції та характеру. Коли в цю схему включаються на якомусь етапі метапрограми, сформовані на досвіді людства, що є архетипами, система стає наповненою психічною енергією і глибинними смислами й інтенціями й переходить на якісно новий рівень функціонування та результативності. Архетип розкривається спонтанно, але також проявляється під впливом символів і символічних сценаріїв, рухів, дій.

Як зазначалося, особливістю рухової сфери є те, що вона, одночасно реалізуючи певні локомоторні функції та дії, містить певний знаковий контекст і тому може бути представлена як семіотична система. Таким чином вплив архетипів може підсилювати чи гальмувати розгортання ідеї, смислів і сценаріїв, реалізація яких пов'язана з локомоторною сферою. Наприклад, для ведення війни, провокування революцій чи інших соціальних катастроф потрібен архетип Героя, а для сталого розвитку й існування важливим є архетип Короля, що в нашій культурі був представлений самодостатнім власником на землі – куркулем, господарем. Тому радянська влада викоринювала ідеологію дрібного власника, психологія якого побудована на архетипі Короля, усуспільнюючи не тільки майно, а й вільний час, простір і саме ество людини та трансформувала рухову сферу, в якій домінували взаємодії в предметному полі та мовний дискурс, переводячи це в рухову систему, де панують нижчі рівні локомоторної сфери – просторового поля, синергійних рухів і тону. Крім того, в семіотику руху й інтенції людини закладалися глибинні смисли виживання на основі харчового інстинкту («Будет хлеб – будет песня»).

У семіотиці рухової сфері превалювали більш прості рівні та дії, що призводило до спрощення особистості. Тому пролетарській культурі недоступними й антагоністичними є вишуканість танців, витончена літературна мова тощо, а зрозумілим і

близьким є грубе, просте, примітивне, військове і ефектне. Руйнувалася людина індивідуальна, часова і просторова, а замість неї створювалася людина колективна і комунальна^{3;5}, яка вічно бореться і працює – Герой, Титан і Жертва. Господар, на відміну від Героя, – це та особа, що думає, розмовляє і живе в гармонії зі світом, а не слухає накази і бездумно рухається, працює та воює. Він не буде заради наказу помирати чи руйнувати своє здоров'я «в боротьбі за это...», тобто за чужі інтереси.

Наш екскурс у попередню епоху є актуальним тому, що в сучасному світі, як в державах пострадянського простору, так в інших країнах, існують подібні тенденції й процеси спрощення, інфантилізації людини і її масовизації та отуплення. Сьогодні це переважно здійснюється м'якими методами («м'яка сила» – англ. *soft power*), до складу яких входять впливи на архетипічний рівень свідомості. В освіті ці небезпечні для фізичного і психічного здоров'я дитини явища представлені у формі перевантаження дітей, ранньої інтелектуальної стимуляції, недостатнім врахуванням психофізіологічних та вікових особливостей.

За інерцією в сучасній освіті продовжується витіснення базисних архетипів – Короля, Батька, Матері. Здійснюється це завдяки ранній соціалізації дітей у вигляді раннього навчання, зменшуючи час спілкування дітей в сім'ї, що негативно впливає на реалізацію механізмів інкультурації, сигнальної спадковості, прив'язаності (*attachment*). У формуванні психіки дитини зазначені механізми є визначальними біосоціальними метапрограмами, які взаємодіють з архетипічним шаром свідомості.

Важливим чинником таких впливів на архетипічний шар свідомості є також і постійне перевантаження дітей. Інтегративним результатом таких нововведень буде активація архетипу Діоніса, що проявиться в агресивній поведінці, безцільних і нерациональних подорожах, насильстві, неробстві, войовничості, формуванні схильностей до вживання психоактивних речовин, відсутності адекватної та відповідної віковій критики, а також у феноменах інфантилізації та люмпенізації. Не змінилася мета, а трансформувалися методи, зміст яких залишився сталим, Герой і Титан метаморфозувалися за формою, але не за суттю.

Разом з тим ми не вважаємо певні архетипи потрібними чи не потрібними або добрими чи поганими. Вони є такими, якими є, і їх треба приймати як психологічну реальність. Архетипи – це інтегративний і оптимізований колективний досвід, і вони є психологічними феноменами, що відображають історичний розвиток людства, етносу, народу, нації. Архетипи інколи співвідносяться з певними традиційними соціальними ролями чи професіями, що також може бути свідомо використано в педагогічних системах.

Розглянувши людину у віковому аспекті, слід зазначити, що існує певна етапність і періодичність актуалізації архетипів^{12;14} відповідно до нерівномірності онто-

³ Гюнтер Х. Архетипы советской культуры / Х. Гюнтер // Соцреалистический канон. — СПб., 2000. — С. 743–784.

⁵ Круглова Т. А. Советская художественность, или Нескромное обаяние соцреализма / Т. А. Круглова. — Екатеринбург : Изд-во Гуманитар. ун-та, 2005. — 384 с.

¹² Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Єфименко. – Режим доступу : <http://nnblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psiichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).

¹⁴ Юнг К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; сост. и вступ. ст. А. М. Руткевича. — М. : Ренессанс, 1991. — 304 с. — (Страницы мировой философии).

генезу, яку важливо не порушити у вихованні і навчанні. У віковій послідовності це представляється як низка архетипів, характерна для чоловіка, – Дитина, Герой, Господар, Батько, Мудрий старець. У юному віці архетип Героя може бути недостатньо проявленим, від чого особа не стане проблемною, а в умовах сталого існування суспільства добре в ньому адаптується. Але коли ж у чоловіка буде відсутній архетип Господаря чи Батька, то це вже певна соціальна й особистісна проблема.

Якщо в дитини за допомогою раннього навчання пробуджують архетип Мудрого старця, який не відповідає її вікові, то згодом може сформуватися шизоїдна особистість, замкнута в собі і у своїх проблемах, чи з часом компенсаторно актуалізується архетип Діоніса з супроводжувальними ефектами агресивної поведінки та формуванням хімічних залежностей.

Архетип Героя може проявитися і в антигероеві, що ми спостерігаємо в типових життєвих сценаріях певних особистостей. Така людина, пройшовши активний період спорту чи фізичної культури, нерідко переходить до асоціальної поведінки, а згодом може сформуватися порушення особистості у вигляді соматотонії⁹, що є однією з характерологічних детермінант алкоголізму чи наркоманії. Основною причиною таких характерологічних деформацій буде ігнорування етапністю формування дитини і, відповідно, її вікових особливостей, які є також темпоральними тригерами (пусковими чинниками), що активують архетипічні шари свідомості.

Як приклад впливу на архетипічну складову психіки зазначимо, що процес шикування¹², перебування влітку в таборі з прихованим мілітарним та інфантильним контекстом і відповідною системою символів, колективне виконання фізичних вправ, які, активуючи архетипи Героя і Воїна, у своєму вторинному ефекті призводять до блокування розвитку свідомості на основі архетипу Короля (Господаря). Тому можна не дивуватися, що більшість населення не здатні ефективно вести домашнє господарство, бізнес чи відносно автономно існувати, а є тотально залежними від роботодавця. Архетипи, як і функціональні системи, конкурують між собою.

Показовою в сенсі конкурентності архетипів між собою та функціональних систем є традиція ранкової гімнастики, яка за своїм глибинним смислом є методом, що модулює когнітивну та емоційно-вольову сферу дитини та сприяє проявленню архетипів Героя, Воїна, Титана не відповідно до віку, а гротескно й з інфантильним компонентом. Користь для здоров'я, крім певних виключень, є сумнівною. Наприклад професійні спортсмени чи воїни не роблять ранкової гімнастики, знаючи з досвіду чи інтуїтивно розуміючи, що це не дасть їм можливість повноцінно проводити ту діяльність, якою вони займаються. Це зумовлено тим, що ранкова гімнастика як специфічна функціональна система конкурує з основними заняттями особистості. Дитина не заряджається, а витрачає ресурси і перерозподіляє сили. Ранкова гімнастика як з позицій архетипічної психології, так і в уявленнях вчення про функціональні

⁹ Смулевич А. Б. Растройства личности. Траектория в пространстве психической и соматической патологии / А. Б. Смулевич. — М. : Мед. информ. агенство, 2012. — 336 с.

¹² Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Єфименко. — Режим доступу : <http://nblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psihichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).

системи П. Анохіна¹ є діяльністю, яка за часом не тривала, але за ефектами має досить виразну дію та значно впливає на особистість і її життя та здоров'я.

Розглянемо більш детально деякі процеси, які при цьому відбуваються. З природовідповідних візій ранкова гімнастика особливо у вигляді постійних процедур є не фізіологічним заняттям. Вона в кращому випадку діє нейтрально на здоров'я. При цьому порушується нормальне протікання фізіологічних процесів, які стимулюються без потреби і протікають з пришвидшенням та із зламом структури добових ритмів, безцільно і в неприродному темпі. До таких процесів належить: швидкий перерозподіл крові з депо – селезінки, печінки та інших внутрішніх органів, що призводить до перевантаження правого серця; інтенсифікація процесів активації роботи серцево-судинної системи внаслідок фізичного навантаження в ранковий час, що сприяє збільшенню ризику порушень у роботі серця у вигляді аритмій та інших патологій; значним навантаженням на гуморальну, нервову системи, а також на опорно-руховий апарат. Зазначені зміни спричиняють існування дитини в стані мобілізації, що проявляється у вигляді хронічного комбінованого стресу. Це, в свою чергу, модулює процеси розвитку дитини, переводячи організм в режими компенсації і гіперкомпенсації.

На сьогодні існують дані про синхронізуючий та десинхронізуючий вплив фізичної активності на циркадні ритми людини, а також здатність фізичних вправ формувати фазозсувні ефекти в архітектоніці біоритмів людини¹⁵. Отже, фактором впливу на структуру біоритмів і психоритмів та в загальному на сам хронотип людини є фізичні вправи, а не тільки світло, як вважалося раніше. А хронобіологічні процеси пов'язані з архетипічним пластом свідомості. Учитель фізичної культури за допомогою фізичних вправ може впливати на архітектоніку біоритмів дитини, що є темпоральною детермінантою системних змін. Зрозуміло, що такі впливи мають бути коректні й індивідуалізовані.

У рамках антропокультурних, психофізіологічних і хронобіологічних уявлень найближчий період після сну – зранку, коли дитина прокинулася – виступає в ролі тригера (пускового процесу), що активує певні програми в особистості. Крім того, завдяки інерційності нейрональних і психічних процесів найближчим часом після сну в людини вплив несвідомого, включаючи дію архетипів, є досить значним, і тому та діяльність, з якої вона починає день, стає для неї матричною і впливає на активацію і насичення психічною енергією відповідних функціональних систем, дій, поведінкових сценаріїв тощо. Отже, з чого день починаємо, те нас і живить, і в рамках того ми живемо.

У традиції України, Європи та Сходу ранок починався з молитви. Якщо ж людина притримувалася переважно світських, нерелігійних традицій, то вона обдумувала свої справи і проблеми та спілкувалася з близькими. В основі як релігійної, так і світської традиції знаходиться думка і слово як відображення архетипічного Logos (y) і Mythos (y). Відбувається це за аналогією творення світу Богом – «Спочатку було слово». Людина традиційного суспільства існувала і

¹ Анохин П. К. Кибернетика функциональных систем / П. К. Анохин ; под. общ. ред. К. В. Судакова. — М. : Медицина. — 1998. — 297 с.

¹⁵ Yamanaka Y. Effects of physical exercise on human circadian rhythms / Y. Yamanaka [et al.] // Sleep and Biological Rhythms. — 2006. — Vol. 4, iss. 3. — P. 199–206.

розвивалася в слові, в думці і діяльності, що знаходилися в гармонізованому нелінійно структурованому часі і просторі. День починався з саморефлексії і взаємодії з Богом через молитву. Важливим було спілкування з близькими людьми та ландшафтом, який давав життєву енергію (нім. *Lebensenergie*). Так існувала й розвивалася дитина в системі розуму як *Homo sapiens*. При цьому активувалися відповідні архетипи. Через символізм слова, молитву й спілкування людина зранку поринала в семіосферу смислів розумного, діяльного, телеологічного.

У традиції існувала вибудована на основі досвіду етносу, сім'ї й особистості ієрархія смислів, цілей, потреб і мотивів, які під час взаємодії з темпоральним чинником саме ранком трансформуються в діяльність, де людина самоактуалізується та реалізується протягом дня. Особливо важливими були самозаглиблення і споглядання, які радянська традиція ігнорувала тому, що це сприяло розумінню суб'єктом трансцендентного виміру реальності та приводило до усвідомлення Духу через архетипічну складову свідомості. Ранок і день задають смисл, режим і ритм структурування діяльності людини. При цьому діяльність людини на всіх рівнях розподіляється, ієрархізується, квантується природовідповідним чином та пов'язується і синхронізується з космічними земними і власними ритмами. У такій цілісній і космічній організації життя міститься також важливий профілактичний та психотерапевтичний аспекти.

Традиційний, але не модний тепер підхід сприяв структуруванню часу дитини, створюючи в неї відчуття його безмежності і цим доторкаючись до вічності й Бога, які в людській свідомості мають також архетипічну природу. Проявлялося це у формуванні ще з дитинства певного ноуменального досвіду¹⁴. Людина бачила й розуміла сакральне з дитинства, і воно було природно вплетене в тканину повсякденного життя, стаючи частиною світу і самої людини. Задавався унікальний автентичний ритм часу особистості, сприяючи формуванню її неповторного суб'єктного часу.

Через повільне, розмірене і ніби буденне прокидання дитина поєднувалася зі світом родичів, предків і Богів, з реальністю, яка виступала як гармонія. Розвивалася, а точніше проявлялася разом з Логосом і Софія – мудрість, через вплив архетипічних шарів свідомості і через взаємодію макрокосмосу і мікрокосмосу. Людина зранку бачила Дух у собі і у Світі. Недарма російське прислів'я зазначає, що ранок мудріший за вечір.

Ми вважаємо також, що саме самозаглиблення, самоспоглядання і спокій в ранковий час співвідносяться з символізмом Суботи в іудейській традиції та Неділі в християнській. Подібні уявлення про сталість, спокій, відпочинок як прояв божественного присутні у всіх релігійних і культурних традиціях. Тому – боротьба з культурою і Богом в СРСР містила десемантизацію Суботи, Неділі, відпочинку як трансцендентного стану, що включало зневагу також до ранку, який розглядався не в символізмі творення дня як світу і життя, а через семантику боротьби і праці. Для цього застосовувалися суботники, недільники та ранкова гімнастика.

Символізм ранку, сходу сонця співвідноситься також у багатьох культурах з феноменами, які, крім буденного, мають глибокий сакральний зміст. Це багатопла-

¹⁴ Юнг К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; сост. и вступ. ст. А. М. Руткевича. — М. : Ренессанс, 1991. — 304 с. — (Страницы мировой философии).

новий символізм космогонічного міфу, дня, сонця та процесів – відродження, оновлення, народження, життєвої перспективи, життєтворчості, юності, що одночасно є символами самого життя та його метаморфоз і поліонтологічності. Людина зранку, обновившись у сні, повертається в себе і до себе, а також, що особливо важливо, Боги входять у неї, у чому полягає реалізація на психологічному рівні ідеї вічного повернення⁴. Боги не повернуться в ірраціональний нецільовий хаос, який панує в душі внаслідок впливу ранкової гімнастики. І цими Богами є архетипи, що містяться в самій особистості.

У символізмі зазначених процесів важливими додатковими ефектами є спонтанність, спокій і гармонія, які відповідним чином впливають на особистість, формуючи в ній самодостатність, автентичність, відчуття міри та близькість до життя, родини і Землі, а також екологічний світогляд, добродійність та мудрість. Зазначений аспект є особливо актуальним у контексті розвитку екологічної складової здоров'язбережувальної компетентності, спрямованої на збереження Землі як живої планети, що можливо тільки через етичний вимір. На методологічному рівні ми вбачаємо можливість комплексного використання архетипічної психології К. Юнга, концепції Геї Д. Лаврока і геопсихологічного підходу для формування системних, взаємодоповнювальних і синергетичних виховних ефектів здоров'язбережувального й екологічного спрямування.

Коли ж дитина робить ранкову гімнастику та ще й під музику, майже всі ці вищезазначені процеси тотально змінюються і основним тригером, що структурує діяльність дитини на цілий день, стає не Дух, Логос, Міфос і спілкування, а рух, який є значно простішим за думку чи мову. Тригером є також семантика пустоти або відсутності Слова і Логосу, Міфосу, які ранком мають бути в людини, бо саме вони роблять людину людиною. Але у випадку заповнення ранкового часу іншими заняттям, вони витісняються. Тому архетипи, що розкривають в дитині божественне, людське, гармонійне і добродійне, не будуть актуалізуватись, а замість цього проявлятиметься ледь помітно агресивне, тваринне, експансивне, діяльнісне.

У цьому є, на нашу думку, приховані непрямі і слабкі чинники, що сприяють також формуванню негативних впливів ранкової гімнастики на інтелектуальну та емоційну сфери. Але при постійному і частому повторенні та в комбінації з іншими слабкими та системоуворювальними факторами розвиваються синергетичні й системні ефекти, які впливають і на характер, і на життєвий шлях особистості. До таких факторів належить інтенсифікація навчання, зменшення вільного часу дитини, депривація (недостатність) сну та ін.

Такі ж види діяльності, як молитва чи спілкування з близькими, творчість і діяльність навіть у невідомому об'ємі сприяють темпоральному структуруванню у формі безмежного і гетерогенного суб'єктного часу. Під час ранкової гімнастики в поєднанні із сумнівною музикою та в комбінації з різноманітними загартувальними процедурами, а також під впливом інтенсифікації навчання й недостатності вільного часу проходить трансформація гетерогенного суб'єктного часу в лінійний і гомогенний час людини, яка має швидко, що завгодно зробити протягом дня, крім того, щоб жити.

⁴ Элиаде М. Миф о вечном возвращении / М. Элиаде ; пер. с фр. Е. Морозовой. — СПб. : Алетей, 1998. — 249 с.

Як зазначав Поль Вірільє у своїй книзі «Влада швидкості», домінування швидкості, яка специфічно структуруючи час, непомітно підмінює цінність самого життя на досягнення проміжних цілей, які стають первинними і домінантними. Людина віддаляється від гетерогеного часу та реальності, від Бога і від множинних варіативних життєвих реальностей, наповнених смислами, і від самої себе. Виникають проблеми екзистенції та екзистенційний вакуум, який чимось потрібно наповнити. Залежно від віку, соціального статусу, освіти, культури й інтелекту це заповнюється роботою, навчанням, досягненнями, подальшою боротьбою за здоров'я або антиподами зазначених видів діяльності – неробством, нігілізмом, алкоголізмом, наркоманією, проміскуїтетом, асоціальною діяльністю, руйнуванням здоров'я. Про феномен втечі сучасної людини від самої себе вказував Е. Фром¹¹. Таким чином певні види діяльності та уклади життя, які сприяють розкриттю і проявленню в людини відповідних архетипів, структурують її час і життя, формуючи суб'єктний час і життєві смисли. А це, в свою чергу, визначає саме життя, його якість і особливості та ставлення до себе і довколишніх, формуючи також відповідне уявлення про здоров'я та його збереження.

Відповідно до особливостей структурування рухової сфери за М. Бернштейном², ранкова гімнастика може бути описана в рамках перших трьох базових рівнів – тонічного, синергійних рухів і просторового поля. Тоді як рівень предметних дій і мовленевих рухів є вищим. Вони є також присутніми у фізичній культурі, але в дещо меншій мірі, ніж три попередніх. Для людини притаманні всі п'ять, а для тварин тільки перших три рівні. Зрозуміло, що такі складові рухової сфери, як предметні дії і мовленеві рухи базуються на попередніх трьох рівнях, але вони для людини є визначальними, специфічними, найбільш розвиненими та спрямованими на символічну взаємодію зі світом з подальшою побудовою символічної реальності.

При активних заняттях фізичною культурою зранку, одразу після сну, весь потенціал психічної енергії, результати латентної роботи мозку, накопичені особистістю за ніч, а також попереднє налаштування і адаптація функціональних систем¹, що за інерцією зберігалися під час сну в стані перманентної мобілізації і готовності трансформуються у відносно примітивні, а то ще й в «дивакуваті» рухи ранкової гімнастики, смислом яких є начебто зміцнення здоров'я. Таким чином проходить каналізація чи шунтування психічної енергії не в слово чи дію (рівень предметних дій і мовленевих рухів), які є одночасно складовими локомоторної сфери, діяльності та символічної реальності, а в компоненти рухової сфери попередніх їм рівнів – тонічного, синергійних рухів і просторового поля. І ці первинні рівні рухової сфери в семіотиці і смислах особистості на певний час стають головними.

Таке панування смислів нижчих компонентів локомоторної сфери над вищими досягається також завдяки тому, що ранкова гімнастика розміщується в тригерній часовій зоні, якою є ранок. Це також реалізується через антагонізм ідей нарощення сили і накопичення здоров'я до незмінної онтологічної реальності і екзистенції. Проходить послідовна переорієнтація особистості із теоцентричної і глибинної

¹¹ Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм ; пер. Г. Ф. Швейника. — М. : Аст, 2011. — 288 с.

² Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн. — М. : Наука, 1990. — 495 с.

¹ Анохин П. К. Кибернетика функциональных систем / П. К. Анохин ; под. общ. ред. К. В. Судакова. — М. : Медицина. — 1998. — 297 с.

спрямованості, що має архетипічні складові, на антропоцентричну, а згодом, по мірі спрощення, до розкриття своєї тваринної сутності.

Отже, як і в радянський час, так і в нашу атеїстичну постмодерну епоху ранкова гімнастика виконувала важливу роль – відвертання дитини від Бога, від самого себе, переводячи потенцію розуму в рух, а всю складну рефлексію себе і свого здоров'я зводячи на рівень тілесності та її збереження.

Чи справді вищезазначене може мати такий вплив на особистість? Зрозуміло, що окремо взяті заняття не будуть мати визначальної дії. Але синергетичний і системний ефект буде формуватися завдяки частим і постійним повторенням та через включення в сферу смислів, які задаються школою, контекстом культури та засобами масової інформації. Незначна дія ранкової гімнастики із відповідними глибинними прихованими смислами при взаємодії з сім'юсферою атеїстичних і тілесно орієнтованих ідей, контекстів, наративів, символів за умови тривалого й систематичного застосування буде трансформуватися в один із чинників впливу на особистість, що також сприятиме відповідній модуляції соціальної реальності. Важливою є не стільки сама дія, а поєднання її зі смисловим контекстом, що домінує.

Будучи ефектно представленою в здоров'язбережувальному і науковому форматах, ранкова гімнастика в соціумі, де ідеологією і смисловим контекстом є світські вчення і псевдорелігії¹¹, в яких домінують культ сили, успіху, здоров'я, влади, боротьби за існування, експансія, а глибинні, антропоцентричні і теоцентричні смисли буття витіснені на периферію та виступають в ролі декорації, стає фактором протидії духовному здоров'ю. Особливо ці ефекти підсилюються при масових заняттях та під примітивну отуплювальну музику. Саме масовість і повторення, а також система контролю робить ці дії смислоутворювальними, системоутворювальними та прониклими в підсвідомість. Діти із здоровими інстинктами та традиційним вихованням переважно уникають таких знущань над самим собою. У структурі радянської школи і частково в пострадянській час ранкова гімнастика і загартовування стали складовою ритуалу поклоніння самому собі і своєму здоров'ю та елементом псевдоеталону здоров'я.

А як же такі системи, як цигун, йога, кунфу та інші, в яких заняття проводяться зранку також?! На відміну від європейських систем ранкової гімнастики, ці системи є насамперед духовними практиками, через які людина розкриває в собі відповідні архетипи та поєднується з духом. Кожна з таких практик має свою специфічну мету та відображає певний світогляд на основі культурного і релігійного контекстів, які переважно приховані за декорацією оздоровлення. Ми загалом не відкидаємо ідею ранкової гімнастики, а лише переводимо це питання на рівень дискусії, вважаючи, що це справа переважно індивідуальна, крім тих випадків, коли це потрібно для професійної діяльності, де необхідним є формування здатності до швидкої мобілізації, роботи в команді в екстремальних умовах (наприклад, у силових структурах, армії тощо). І то на початковому етапі та локально, оскільки тренувальний і оздоровчий ефект ранкової гімнастики є сумнівними.

Є думка про те, що ранкова гімнастика допомагає краще організуватися після сну, швидше прокинутися та покращує роботу мозку. Насправді це переважно

¹¹ Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм ; пер. Г. Ф. Швейника. — М. : Аст, 2011. — 288 с.

соціальні та професійні міфи чи стереотипи. Людина організована так, що її налаштування на діяльність базується на потребнісному принципі та силі мотивації, тому такі штучні стимуляції є абсурдними і можуть бути потрібними тільки при локальному і нетривалому застосуванні. Якби зарядка була життєво необхідною, то всі тварини зранку робили би щось подібне, а люди проводили відповідну розминку перед прийомом їжі чи іншими видами діяльності. Насправді цього немає. Крім того, під час формування й реалізації функціональних систем, завдяки яким проходить адаптація та існування, це визначається як правило мінімізацією затрат¹. Все зайве відсікається в природі.

Існує також загальноприйняте твердження, яке полягає в тому, що начебто результатом ранкової гімнастики буде покращення кровообігу мозку, що в свою чергу сприяє оптимізації інтелектуальної діяльності. Насправді кровообіг мозку може збільшуватися, але це не означає, що інтелектуальна діяльність від цього покращується. Якби це було так, то всі, хто займається спортом і фізичною роботою, були би дуже розумні. В житті ми бачимо відсутність зазначеної закономірності, а то й частіше спостерігаються протилежні феномени до цього твердження. Об'єктивно кровообіг мозку, серця, нирок та інших життєво важливих органів регулюється за потребнісним принципом із залученням місцевих і центральних механізмів регуляції. А надлишок крові може тільки призвести до крововиливу, динамічного порушення кровообігу чи інших проблем. Такі патології спостерігаються при фізичному перевантаженні навіть у відносно молодому віці. Механізми підтримання оптимального рівня забезпечення органу кров'ю (у цьому випадку – мозку) належать до функціональних систем першого типу¹ з наявністю регулятора всередині організму. Зазначені механізми регуляції мозкового кровообігу діють в автоматизованому режимі, і вплинути свідомо на їх роботу майже неможливо та й не доцільно і шкідливо.

Близькість рухової сфери до вітальних основ людини й одночасно до семіотичних систем є тим перехрестям і тригером, що поєднує рух, мову і архетипічний пласт свідомості, в якому акумулюваний видовий досвід людства. Базисною і видоспецифічною семіотиною системою людини є мова, що реалізується завдяки мовленєвим рухам², які функціонують на основі інших складових рухової сфери (тонічному, синергійних рухів, просторового поля, предметного поля). Це робить мову і локомоцію тими системами, які як в поєднанні, так і виокремлено є ключами до архетипічного шару свідомості. Отже, включення в педагогічну систему рухів сприяє тому, що заняття фізичною культурою є тією діяльністю, яка особливо ефективно актуалізує архетипічний пласт свідомості.

Онтогенетичний аспект проблеми полягає в тому, що в процесі індивідуального розвитку функціональні системи рухової сфери та мови беруть участь в системогенезі інших функціональних систем, відносно яких вони виступають як первинні утворення. Наприклад, рухова сфера значною мірою обумовлює мовлення, яке разом із локомоцією є детермінантою мислення і творчості. Недарма в древній Греції говорили: «Хочеш бути здоровим – бігай, хочеш бути сильним – бігай, хочеш бути

¹ Анохин П. К. Кибернетика функциональных систем / П. К. Анохин ; под. общ. ред. К. В. Судакова. — М. : Медицина. — 1998. — 297 с.

² Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн. — М. : Наука, 1990. — 495 с.

розумним – бігай!». Тому, не зважаючи на відносну автономію різних функціональних систем другого типу, у яких регулятор знаходиться в зовнішньому середовищі і які є основними в соціокультурній адаптації, існують онтогенетичні, темпоральні та структурно-функціональні зв'язки рухової сфери з іншими системами організму, чим обумовлюється наскрізний характер їх взаємодії. Отже, мова, рухова сфера й архетипічний шар свідомості об'єднуються через процес онтогенезу, де вони взаємно впливають один на одного.

Ще одним фактором і компонентом цієї системи є дихання (*Spiritus*), яке присутнє в описаних підсистемах. Воно присутнє і при локомоції, і в мовленні та при актуалізації глибинних шарів психіки. Традиційно способами занурення в глибинні архетипічні шари свідомості є системи релігійного чи військового характеру. Наприклад, йога, цигун, кунфу, молитовні практики аврамаїчних релігій, езотерика, магія. У зазначених практиках дихання є одним із базисних компонентів. Спортсмени та фізкультурники також мають певний досвід впливу на психіку через дихання. Цікавим є системи холотропного дихання, розроблені С. Грофом як один з шляхів розкриття глибинних шляхів свідомості. Недарма Святе Письмо вказує на те, що Дух входить у людину через дихання Бога. Поняття «Дух і дихання» звучить на латині як *Spiritus*. Отже, локомоторне (*Lokomotia*), мовленєве (*Lingualis*) і архетипічне (*Archetypes*), темпоральне (*Temporalis*), дихальне (*Spiritus*) є системою, на яку можна подіяти через вищевказані її складові. По суті, вказані компоненти – це є ворота і тригерні входи в цю систему. Заняття з фізичної культури за умови їх інтелектуалізації є унікальними щодо можливостей впливу на духовну сферу та глибинні шари свідомості дитини. У цьому контексті слід відмітити, що вчитель фізичної культури чи тренер має значно більші можливості порівняно з іншими педагогами у формуванні особистості, оскільки може впливати системно на її архетипічний шар свідомості через рух, слово і дію, час, дихання, емоції.

Для глибшого розуміння певних закономірностей в психології і в психофізіології використовуються також відомості з патології. Прикладом поглиблення знань про єдність і взаємний вплив дихання, мови, локомоції і архетипічного шару свідомості є розгляд таких патологій, як психосоматика та неврози, а також їх корекція і терапія через різні тілесно орієнтовані практики. Як вважали класики психології К. Юнг, З. Фрейд та ін., психічне і тілесне функціонують як одне ціле, і саме розділення їх в уяві людей є тією дихотомією, що створює передумови для невротичної та іншої патологій, а також стає філософською та ідеологічною проблематикою. В архаїчній, як і в дитячій свідомості душа і тіло є нероздільні, у чому проявляється унікальний феномен цілісності, що відображається у відповідних психологічних і соматопсихічних феноменах. Разом з тим відношення між психічним і соматичним є основною проблемою психофізіології. Важливою складовою здоров'я є цілісність тілесного і психічного. Тому через тілесне (*Soma*) завдяки руху ми можемо ефективно діяти на психічне (*Psychica*), включаючи душевний та духовний рівні. Цей концепт, що представляє вектор смислів від тіла до душі (*Soma – Psychica*), є актуальним методологічним висновком і прийомом. Крім того, відновлення цілісності та єдності психічного й тілесного, а на рівні психіки ефективна взаємодія між *logos* (ом) і *mythos* (ом) є важливою умовою збереження здоров'я, на що має бути

спрямована фізична культура. Саме це присутнє в йозі, кунфу і молитовних практиках.

Здоров'я нами розуміється в тілесному і духовному вимірах, де первинним є останній. У цьому принципова відмінність на рівні ідеології від радянської та інших сучасних атеїстичних панідей, що знаходяться в смисловому контексті української педагогічної практики, яка артикулює думку про те, що тілесне і рух розвивають тіло і покращують здоров'я тощо. Формально – це правильно. Але схема занадто редуковано представляє дитину. Тобто доктрина репрезентується у форматі тіло – тіло (*Soma – Soma*). Цей підхід є ідеологічною основою примітивізації, бездуховності і обмеженості, що зменшує взаємодію з архетипічними шарами свідомості, внаслідок чого формується спрощена особистість із релятивіськими і розмитими вищими смислами, без телеологічної складової. Така людина орієнтована переважно на тілесну й зовнішню сторони буття.

Незважаючи на те, що однією з основних ознак архетипів є спонтанність виникнення¹⁴ та непередбачуваність прояву, разом з тим, як вище зазначалося, ми можемо цілеспрямовано впливати на колективне несвідоме та активізувати глибинний архетипічний рівень свідомості. Саме впливи, які мають системний, символічний і цілісний характер можуть сприяти взаємодії з архетипічним пластом свідомості. Крім описаних вище, такими факторами є вплив мистецтва і актуалізація міфу^{12; 14}, які побудовані на основі архетипічного, а також та дія символів, що відображають глибинні рівні свідомості. Такими є ефекти певних ситуацій (ситуаційний чинник) та типових життєвих сценаріїв (архетипічні сценарії), які співвідносяться, співпадають чи вибудовуються за архетипічними метапрограмами. Активними, підсилювальними і додатковими чинниками в зазначених процесах актуалізації архетипічних впливів і взаємодій є також зв'язок з ландшафтом, землею, природними стихіями, оскільки заняття з фізичної культури часто проводяться за межами приміщень; вплив просторового фактору, який, крім зв'язку з землею, відкриває в людині символізм її просторовості й обумовлює зв'язок локомоції із семіотикою культури через просторову і темпоральну складові; розкриття екзистенції та актуалізація саморефлексії особистості, прояв яких активується через локомоторну сферу завдяки включенню рухів в семіотичні системи та внаслідок перевантажень, що обумовлено недостатністю кисню в крові, гіпоксією тканин та особливостями біохімії людини при екстремальних режимах функціонування; актуалізація темпоральності людини й усвідомлення свого суб'єктного часу через активацію роботи серця та структурування часу, що відбувається внаслідок фізичних і психофізичних навантажень; розкриття й активація кардіального (серцевого) фактору завдяки комбінованій дії фізичного навантаження, комунікації, діалогічної взаємодії з ландшафтом. Крім того, сумісна рухова діяльність учнів на уроці фізичної культури, формуючи суб'єкт колективної дії, активуючи комунікацію, утворює психологічне й соціальне поле взаємодії,

¹⁴ Юнг К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; сост. и вступ. ст. А. М. Руткевича. — М. : Ренессанс, 1991. — 304 с. — (Страницы мировой философии).

¹² Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Сфименко. — Режим доступу : <http://nblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psihichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).

відповідну енергетичну насиченість і сприяє рефлексії та саморефлексії, що може в контексті та сумарному результаті містити елементи катарсису і групової психотерапії, що також сприяє актуалізації глибинних архетипічних шарів свідомості.

Висновки

1. Архетипічна психологія К. Юнга є конгруентною до індивідуалістичного, кордоцентричного та сонячного (солярного) контекстів української культури. Вона цілісно, системно, глибинно й нелінійно відображає уявлення про людину та її психіку як духовний та антропокультурний феномени. Зазначене вчення К. Юнга може бути ефективно використане для удосконалення здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури. Такий підхід сприятиме розумінню екзистенції, гетерохронії і поліонтологічності дитини та націлений на відновлення традиційних уявлень про людину як істоту душевну і духовну. Це сприяє також формуванню у вчителя фізичної культури уявлень про здоров'я як про системний, багатовимірний і цілісний феномен, що містить виразну і первинну духовну складову, а також робить заняття з фізичної культури за умови їх інтелектуалізації, психологізації, фундаменталізації та демілітаризації унікальними за можливостями впливу на духовну сферу та глибинні шари свідомості дитини.

2. Керуючись філософсько-методологічними та психофізіологічними візіями слід відмітити, що системами впливу на архетипічний пласт свідомості (воротами і тригерними входами) є психофізіологічні і духовні феномени, пов'язані з локомоторним (*Lokomotia*), мовленєвим (*Lingualis*), темпоральним (*Temporalis*), просторовим (*Spatialis*), дихальним (*Spiritus*). Важливим механізмом впливу є також емоційна сфера особистості, що відображається в специфіці функціональної організації м'язової системи. Для формування навчальних програм і методик здоров'язбережувального спрямування вважаємо за необхідне використати як методологічний принцип у формі вектора смислів – від тіла до душі (*Soma – Psychica*) на відміну від попередньої тілесноцентрованого концепту тіло – тіло (*Soma – Soma*). Це сприятиме формуванню гармонійної, цілісної та екзистенційно наповненої і самодостатньої індивідуальності, реалізуючи при цьому особистісний, соціокультурний та архетипічний виміри здоров'я.

3. Педагогічна традиція радянської освіти формувала особистість на основі архетипу Героя, що певною мірою співвідносилось з ніцшеанською концепцією надлюдини та відображало експансивний і мілітарний дух епохи. Важливою особливістю радянської освіти була її спрямованість на затримку та викривлення психологічного онтогенезу особистості, що призводило до інфантилізації населення та культури загалом. Зазначені впливи проводилися із використанням засобів фізичної культури, смисловим контекстом якої була мілітарність, комунальність, спрощення, секуляризація, змагальний характер, нігілізм, десимантизація смислів традиційного суспільства та колективізм.

4. Сучасна українська освіта деякою мірою опирається на радянські традиції, які перейшли в її дух, професійні стереотипи і смисловий контекст. Розглядаючи освітній процес у форматі архетипічної психології, ми можемо сказати, що серед чинників, які формують зміст та технології сучасної освіти, є інтенції, визначені архетипами Прометейя, Героя, Діоніса, Титана. У педагогічній практиці це проявляється у

феноменах, пов'язаних із недостатнім урахуванням вікових особливостей дитини, інтенсифікації навчання та ін. Непрямим наслідком таких педагогічних впливів буде негативна дія на духовне, психологічне та тілесне здоров'я учнів, а також на їхню поведінку, успішність, життєтворчість і характер. Деталізуючи зазначене, варто відмітити, що сумарна дія названих архетипів та відповідних їм педагогічних впливів обумовлює глибинне спрямування освіти на розвиток надлюдини і як антитезу до солярних інтенцій Героя містить приховану семантику Тартару. Цей символізм стає передумовою таких системних проблем, як формування екзистенційного вакууму, асоціальності, ненависті й агресії, інфантильності, маргіальності, хімічних залежностей та різноманітних адикцій, порушень характеру, акцентуацій і статевих перверзій, порушень поведінки, суїцидної поведінки.

5. У сучасних українських реаліях ми помічаємо обвальне порушення здоров'я, що пов'язано також із руйнуванням етосу попередньої культури. У зв'язку з вищесказаним вважаємо, що в освіті потрібно еволюційним шляхом на конкурентній основі вибудувати свої альтернативні концепти і системи здоров'я та здоров'язбереження із урахуванням психології архетипів та історико-культурної спадщини. Тому зміна ідеології, інтенцій та смислів освіти в антропокультурному, людиноцентричному і дитиноцентричному форматах і відновлення теологічної та телеологічної складової є необхідною умовою для трансформації професійного педагогічного дискурсу в напрямі антропоцентризму й оптимального формування здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури. Для цього може бути ефективно використана архетипічна психологія в поєднанні з темпоральним підходом.

6. Використавши морфофізіологічний, психологічний, психофізіологічний та антропокультурний підходи для аналізу традиції ранкової гімнастики як засобу зміцнення здоров'я, ми прийшли до висновку про доцільність її застосування за таких умов: індивідуального підходу; досить обмежено і локально; з лікувальною метою; спеціальної підготовки, яка потрібна для діяльності в стані мобілізації. З позицій архетипічної психології ранкова гімнастика представляється виразним і системним фактором впливу на дитину. Вона, будучи штучно привнесеним феноменом, антагоністичним до традицій української культури, є мілітарно-колективістським атавізмом епохи радянського тоталітаризму. У зв'язку з можливим негативним впливом ранкової гімнастики на праве серце та інші структури організму, вважаємо за доцільне проводити її не раніше як через 30–40 хв. після сну. Під час укладання навчальних здоров'язбережувальних програм треба на рівні ідеології, змісту та практики враховувати хронобіологічний та архетипічний підходи.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі

Керуючись гуманістичним баченням, слід упроваджувати архетипічну психологію в освітню практику з використанням міждисциплінарних і синергетичних підходів, що сприятиме фундаменталізації та психологізації професійної діяльності вчителя фізичної культури та розширить його бачення дитини як неповторної індивідуальності. Надалі в теоретичних пошуках і в педагогічних практиках актуалізувати медико-гігієнічну, темпоральну й інноваційну складову здоров'язбереження в контексті їх взаємодії з архетипічним напрямом. Продовжити роботу над питанням інтегративного використання архетипічної психології та концепції Геї Д. Лаврока для

формування здоров'язберезувальної компетентності вчителя фізичної культури в контексті доктрини сталого розвитку та екологізації освіти.

Список використаних джерел

1. Анохин П. К. Кибернетика функциональных систем / П. К. Анохин ; под. общ. ред. К. В. Судакова. — М. : Медицина. — 1998. — 297 с.
2. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн. — М. : Наука, 1990. — 495 с.
3. Гюнтер Х. Архетипы советской культуры / Х. Гюнтер // Соцреалистический канон. — СПб., 2000. — С. 743–784.
4. Элиаде М. Миф о вечном возвращении / М. Элиаде ; пер. с фр. Е. Морозовой. — СПб. : Алетейя, 1998. — 249 с.
5. Круглова Т. А. Советская художественность, или нескромное обаяние соцреализма / Т. А. Круглова. — Екатеринбург : Изд-во Гуманитар. ун-та, 2005. — 384 с.
6. Круглова Т. А. Социально-педагогическое содержание «Тимура и его команды» и система Макаренко / Т. А. Круглова // Детские чтения. — 2013. — Т. 3. — № 1. — С. 101–114.
7. Макаренко А. С. Собрание починений: в 5 т. / А. С. Макаренко. — М. : Правда, 1971. — Т. 1. Педагогическая поэма. — Ч. 1–2. — 431 с.
8. Сергета В. І. Психогігієнічна оцінка особливостей формування особистості школярів в сучасних умовах / В. І. Сергета, О. Ю. Браткова, О. П. Мостова // Психолого-педагогічні проблеми розвитку особистості в сучасних соціокультурних умовах: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. — Вінниця, 2011. — С. 246–249.
9. Смудевич А. Б. Растройства личности. Траектория в пространстве психической и соматической патологии / А. Б. Смудевич. — М. : Мед. информ. агенство, 2012. — 336 с.
10. Ушакин С. Поле боя на лоне природы: от какого наследства мы отказывались [электронный ресурс] / С. Ушакин // НЛО. — 2005. — № 71. — Режим доступа: <http://magazines.russ.ru/nlo/2005/71/ushal5.html> (дата обращения 01.10.2014).
11. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Ромм ; пер. Г. Ф. Швейника. — М. : Аст, 2011. — 288 с.
12. Шевцов А. Г. Корекція рухової сфери дітей дошкільного віку з використанням психічних структур колективного несвідомого [електронний ресурс] / А. Г. Шевцов, М. М. Єфименко. — Режим доступу: <http://nnblog.od.ua/korekciya-ruhovoyi-sferi-ditey-doshkilnogo-viku-z-vikoristannyam-psiichnih-struktur-kolektivnogo> (дата звернення 01.10.2014).
13. Щепановская Е. М. Архетипический поход как метод исследования гуманитарных наук [электронный ресурс] / Е. М. Щепановская. — Режим доступа: <http://www.astrolingua.spb.ru/PHILOS/predposylki.htm> (дата обращения 01.10.2014).
14. Юнг К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; сост. и вступ. ст. А. М. Руткевича. — М. : Ренессанс, 1991. — 304 с. — (Страницы мировой философии).
15. Yamanaka Y. Effects of physical exercise on human circadian rhythms / Y. Yamanaka [et al.] // Sleep and Biological Rhythms. — 2006. — Vol. 4, iss. 3. — P. 199–206.

THEORETICAL BACKGROUND OF USING OF THE ARCHETYPAL PSYCHOLOGY FOR THE HEALTHRETENTIVE IMPROVING OF THE PHYSICAL EDUCATION TEACHER'S COMPETENCE

The paper deals with the substantiation of the necessity and peculiarity of use of archetypal psychology for improving the healthretentive physical culture teacher's competence using transdisciplinary, system and synergistic approaches. The current state of the mentioned problem is investigated in the cultural and historical aspects. Physiological and spiritual phenomena associated with locomotor (Lokomocia), speech (Lingualis), temporal (Temporalis), spatial (Spatialis), respiratory (Spiritus) are the systems of the influence to the archetypal layer of consciousness (gate and trigger input). The principle in the shape of the vector of meanings - from "body to soul" (Soma-Rsychisa)-unlike the previous concept "body-body" (Soma-Soma) should be used as valuable and methodological guideline of health retention. Among the factors that form the contents and technology of modern education are the intentions, defined by such archetypes as Hero, Dionysus, Titan.

In teaching practice it is manifested in phenomena caused by insufficient consideration of the age-appropriate child, intensification of studying and so on. In modern Ukrainian realities we observe health disorders, which are also associated with the destruction of the ethos of the previous culture. Due to the above mentioned we consider that education should be an evolutionary way on a competitive basis to build own alternative concepts and system of health and health retention taking into account the psychology of archetypes and historical and cultural heritage .

This may be effectively used by the archetypal psychology combined with temporal and anthropocultural approaches. From the standpoints of the archetypal psychology morning gymnastics seems the systemic factor of the impact to antagonistic to the traditions of Ukrainian culture.

Due to the possible negative influence from the morning exercises on the right heart we consider to hold it no earlier than 30-40 minutes after sleep. It is necessary to take into account the interaction of chronobiological and archetypal approaches on the level of ideology, content and practice during compiling the heathretentive curriculum.