



Олег Королев, Дина Гибельгаус

# Реабилитационный пейнтбол

*Впервые понятие «реабилитационный пейнтбол» появилось в США. Хорошо известна версия возникновения пейнтбола как средства для реабилитации американских ветеранов войны во Вьетнаме. Российские понятия «афганский и чеченский синдром» не новы, но сначала был американский «вьетнамский» синдром.*

**А**мериканские солдаты, вернувшиеся с войны во Вьетнаме, с огромным трудом приживались в мирном обществе. Алкоголь, наркотики, нарушение законов, участие в преступных группировках, постоянное желание вернуться обратно на войну, туда, где все проще и понятней. Но, в отличие от России, в США реабилитация ветеранов была национальной задачей. Одним из методов решения данной задачи стали американские программы с использованием пейнтбольных мероприятий, которые с успехом подтвердили эффект психологической и социальной реабилитации для данной социальной категории. Некрасивую и грязную войну заменили красочной и весёлой «войнушкой»...

В России не так давно стала развиваться система реабилитации и адаптации участников военных действий, до недавнего прошлого этой проблеме уделялось слишком мало внимания. Профессия военного психолога была не востребована, а количество организаций, всерьёз занимающихся психологической помощью ветеранам

в России – единицы (!). И это при наличии в стране десятков тысяч ребят, прошедших через военные конфликты и т. н. «горячие точки».

Эффект этого безразличия мы можем наблюдать сегодня: престиж военной службы катастрофически упал, образ воевавшего человека вызывает в обществе в лучшем случае жалость, в худшем – презрение и агрессию.

«Государство, насколько мне известно, никак не участвует в судьбе тех, кого оно послало на войну», – заметил специалист по реабилитации участников войн и военных конфликтов кандидат психологических наук Александр Смирнов. Люди, оставившие свое здоровье на службе Родине с большой буквы становятся угрозой обществу.

По данным диссертационного исследования Л. Щербаковой, до 36 % опрошенных солдат отнеслись положительно к своему возможному участию в криминальных группировках.

Опираясь на вышеупомянутое исследование, у людей, прошедших военные конфликты, часто образуется

пристрастие к алкоголю и наркотикам. Большинство опрошенных участников наибольшие трудности испытывали в течение первого года после возвращения, именно в этот период значительное число ветеранов употребляло алкоголь значительно чаще обычного и в больших дозах а также употребляло наркотики.

По данным учёных Военно-медицинской академии, у 53,5 % обследованных ветеранов отмечено наличие личностно-характерологических изменений (по сравнению с довоенным периодом жизни), субъективно расцениваемых как влияние войны.

В структуре психических нарушений у них наиболее часто встречаются раздражительность, вспыльчивость, агрессивность, эмоциональная неустойчивость, утомляемость.

Наш собственный опыт работы с участниками боевых действий позволяет утверждать: психологическая реабилитация на базе пейнтбола делает возможным снизить уровень нервно-психической напряжённости, создать выход для накопившейся агрессии (по-русски говоря: «выпустить пар»), которая, при отсутствии своевременной терапии, трансформируется в неадекватное восприятие окружающей действительности.

Как упоминалось выше, пейнтбол содержит в себе два типа управления стрессом – провоцирование эмоциональной разрядки и контроль собственного поведения в неоднозначных ситуациях.

Социальная реабилитация направлена на выработку навыков взаимодействия с другими людьми, на адаптацию человека к обществу, путём игрового постепенного «выключения» его из военного контекста и перевода в обычные условия общения.

Общение в команде компенсирует то самое стремление сплочения в «закрытую» группу, которое наблюдается у большинства участников военных действий и провоцирует их изоляцию от «мирного» общества.

Ещё одна так называемая «группа риска» (относительно совершения правонарушений, а также возникновению алкогольной и наркотической зависимости), для которой проведение регулярных пейнтбольных мероприятий имеет наиболее благотворный и незаменимый эффект – это дети из детских домов, приютов и беспризорники.

Зарубежный опыт говорит о том, что в США и Европе, так называемые «армейские школы» (military schools) и лагеря, в первую очередь ориентированные на трудных детей и подростков, повсеместно и массово используют пейнтбол более 25 (!) лет ([www.paintland.ru](http://www.paintland.ru)), т. к. по сравнению с другими восстановительными видами спорта и досуга, пейнтбол более всего ориентирован именно на социальную и психологическую реабилитацию.

В России количественные характеристики вышеназванной категории детей имеют катастрофические размеры, особенно, если отдавать себе отчёт в том, что это те самые люди, которые в недалеком будущем будут формировать наше общество. По последним данным сейчас в России только детей из неблагополучных семей, состоящих на учёте, не менее 600 тысяч. Ещё миллион – дети-сироты. Если сложить, получается цифра, сопоставимая с населением крупного города, такого как Новосибирск или Нижний Новгород.

А то, что проблема беспризорников является одной из главных в сегодняшней России и давно вышла за пределы деятельности уполномоченных структур, не возьмётся оспаривать никто. В преддверии выборов в стране, чиновники, как водится, поспешили «отрапортовать»: количество детей, добровольно ушедших из семьи, снизилось на 7,6 %. Независимые же эксперты в один голос твердят о другом: реальное количество беспризорников по стране составляет сотни и сотни тысяч и в разы превышает официальную цифру.

Задумайтесь, о каком «золотом будущем» России можно говорить, если сейчас не обращать должное внимание на этих детей?

Надо заметить, что в представлении некоторых людей эти дети вообще не нуждаются в специальной реабилитационной работе – это не инвалиды в широком смысле слова. Они якобы способны обслуживать свою жизнедеятельность самостоятельно и отвечают за свои действия. На самом деле факты таковы: только семь процентов выпускников детдомов способны адаптироваться в жизнь. И каждый пятый впоследствии нарушает закон.

Сегодняшняя острая проблема подростковых и молодежных экстремистских группировок, которая породила всплеск преступлений террористическо-экстремистского



характера, является прямым следствием проявленного несколько лет назад равнодушия властей к проблеме воспитания подростков и молодежи групп риска.

Беспризорный ребёнок или подросток выносит из жизни тяжёлые психические травмы, способные исказить его личность на всю жизнь.

Очевидным результатом всего вышеперечисленного является то, что практически все дети, содержащиеся в детдомах, живут с той или иной степенью депривированности (отклонениями в эмоциональном и интеллектуальном развитии), вследствие длительного ограничения человека в удовлетворении его основных потребностей.

На нашем собственном многолетнем опыте мы убедились, что пейнтбол, как яркий и увлекательный вид спортивной и досуговой деятельности, обладает всеми преимуществами командных мероприятий и не затрагивает болезненных сфер психологии депривированного ребенка или подростка. Мы утверждаем, что пейнтбол, как средство развития и коррекции психологической личности, входит в число наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья детей и подростков из приютов и детских домов, которые утверждают, что не знают более привлекательной игры и вида спорта. Вот отзыв одного из директоров детского дома, сотрудничающего с нами: «...у нас есть всё: теннис, волейбол, футбол, ледовый каток, лыжи, дартс и т. д., квалифицированные педагоги и отличные условия для жизни и досуга. Но, несмотря на это, дети проявляли повышенный уровень

агрессии и неуважения к персоналу, нарушали дисциплину, били окна, рисовали на стенах, т. е. всячески выражали свой «протест». Это было до начала игр в вашем клубе «Пейнтленд». Сейчас все ведут себя тихо, как мыши, и ждут субботы (игровой день). Достаточно мне было сказать, что тот, кто нарушает дисциплину в пейнтбол играть не поедет...». Вот, оказывается, как просто найти общий язык с детьми...

Да и в самом деле у нас в «Пейнтленде» ежегодно играют несколько тысяч совсем разных детей – попробуйте сказать, что завтра у вас, дети, вместо пейнтбола будет какой-нибудь дартс или шашки, и посмотрите на их реакцию. Спросите почему? Услышите ответ: пейнтбол – это «круто», это весело, это «настоящий экстрим, драйв и адреналин».

Специально для «квалифицированных педагогов и психологов» заметим: абсолютно безболезненно воздействуя на те сферы, которые нуждаются в коррекции, пейнтбол формирует отношение к здоровому образу жизни, как к одному из главных путей в достижении успеха. В этом случае подразумевается формирование умения ориентироваться в различных ситуациях, развитие физических, психофизических и интеллектуальных возможностей детей, развитие двигательных навыков и качеств.

Необходимость использования пейнтбола для патриотического воспитания и допризывной подготовки детей и подростков будет рассмотрена в дальнейших публикациях.

