

УДК 159.942:796

UDC 159.942:796

**АГРЕССИВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ
СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ
ВИДОВ СПОРТА****PERSONALITY
AGGRESSIVENESS IN ATHLETES
OF VARIOUS SPORTS**

А. Ф. Гафарова,
*преподаватель кафедры общей
и организационной психологии
Института психологии Белорусского
государственного педагогического
университета имени Максима Танка*
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-4635-5847>

A. Gafarova,
*Lecturer, Department of General
and Organizational Psychology,
Institute of Psychology, Belarusian
State Pedagogical University
named after Maxim Tank*
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-4635-5847>

Поступила в редакцию 01.04.2025.

Received on 01.04.2025.

В данной статье рассматривается проблема проявления агрессии на уровне личностных особенностей и психического состояния спортсменов в разных видах спорта. Представлены результаты исследования проблемы агрессии в спорте, включая анализ факторов, способствующих агрессивному поведению, таких как стресс и конкуренция. В заключение подчеркивается важность понимания агрессии как комплексного явления, влияющего на результаты соревнований.

Ключевые слова: агрессия, агрессивность, стресс, спортсмены.

This article examines the problem of manifestation of aggression at the level of personal characteristics and mental state of athletes in different sports. The article presents the results of a study on the problem of aggression in sport, including an analysis of factors that contribute to aggressive behavior, such as stress and competition. In conclusion, the importance of understanding aggression as a complex phenomenon that influences the results of competitions is emphasized.

Keywords: aggression, aggressiveness, stress, athletes.

Введение. Проблема агрессивности одна из существенных проблем, изучаемых современной психологией. Рост агрессивности и враждебности наиболее характерен в студенческой среде, и особенно среди студентов, не занимающихся спортом и склонных видеть в других людях прямую или косвенную угрозу [1, с. 50]. В первую очередь, это объясняется увеличением количества стрессогенных факторов, которые оказывают влияние на проявление агрессивности в поведении людей. Тревожным признаком считается увеличение количества несовершеннолетних с девиантным поведением. Такое поведение у них проявляется в асоциальных действиях (наркомания, алкоголизм, несоблюдение социального режима, хулиганство, вандализм и пр.), в демонстративных и вызывающих поступках и действиях по отношению к взрослым, сверстникам и детям. Чаще стали проявляться такие виды отклоняющегося поведения, как буллинг, экстремизм, деструктивное движение фанатов; молодые люди проявляют склонность к различного рода зависимостям, асоциальным субкультурам [2].

Отечественных и зарубежных психологов интересует, существует ли взаимосвязь между агрессией и занятиями спортом. До сих пор учеными-теоретиками предлагаются различные гипотезы, объясняющие возникновение этой взаимосвязи; часто эти гипотезы противоречат друг другу. Существует необходимость в проведении дополнительных эмпирических исследований, позволяющих получить дополнительные сведения по данному проблемному вопросу.

Основная часть. Тема агрессии в спорте наиболее плотно подвергалась изучению в 1970–1980-е гг. XX в. В современном мире агрессивность в спортивной деятельности стала чрезвычайно распространённым явлением. Во многих видах спорта, особенно в тех, где допускается непосредственный физический контакт, различные формы контролируемой физической агрессивности просто необходимы [3].

Известно, что «агрессия» – индивидуальное либо групповое поведение, действие, целенаправленное на нанесение физического или психологического ущерба (вреда) или на уничтожение другого человека или же группы людей. Наряду с определением «агрессия» существует термин «агрессивность», под которым понимается любое поведение, содержащее угрозу или причиняющее вред другим людям [4].

Агрессия в спорте рассматривается как важный аспект спортивной деятельности. Соревновательный характер спорта подразумевает наличие агрессии, поскольку спортсмены стремятся превзойти своих соперников. Соревнование – это отрегулированное правилами агрессивное поведение; агрессивность, выражающаяся в социально приемлемой форме. Часто термин «агрессивность» заменяют на понятие «спортивная злость».

В целях изучения проявления агрессивности у спортсменов различных видов спорта было проведено эмпирическое исследование на базе УО «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (на факультете физического воспитания), в котором

приняли участие 60 респондентов в возрасте от 17 до 25 лет включительно. Из них 30 спортсменов игровых («ЭГ 1») и 30 спортсменов силовых видов спорта («ЭГ 2»).

В исследовании использованы две методики:

- 1) методика «Виды агрессивности» Л. Г. Почебут (для диагностики агрессивного поведения) [5];
- 2) методика «Выявления степени подверженности стрессам» Е. А. Тарасова (для выявления степени подверженности стрессам и их вредоносных последствий).

По результатам диагностики по методике «Виды агрессивности» было выявлено, что у трех (или 5 %) испытуемых завышен общий уровень агрессивности. Испытуемые могут прибегать к использованию физической силы в конфликтных ситуациях, у них возникает эмоциональное отчуждение, которое сопровождается недоброжелательностью по отношению к кому-либо, что обусловлено в большинстве случаев низким уровнем самооценки. Они склонны к повышенному раздражению, готовности при малейшем возбуждении к резкости, вспыльчивости, грубости.

У 46 (или 77 %) испытуемых обнаружен средний уровень агрессивности, который, как правило, выражается в ситуациях, когда человек срыгает свою агрессию на окружающих его предметах. Для них характерна косвенная агрессия, то есть направленные против других сплетни, шутки и ненаправленные, неупорядоченные взрывы ярости. У 11 (или 18 %) испытуемых – низкий уровень агрессивности и высокая степень адаптированного поведения.

Для дополнительного изучения, мы рассмотрим результаты исследования спортсменов по шкалам Л. Г. Почебут. Так, по шкале «вербальная агрессия» всего 16 (27 %) спортсменов имеют высокий уровень; 22 (37 %) спортсмена имеют средний уровень; 22 (37 %) спортсмена имеют низкий уровень. Люди, склонные к вербальной агрессии, часто отличаются психической неуравновешенностью, повышенной тревожностью, неуверенностью в себе. Они активно проявляют собственную личность преимущественно в хорошо знакомом окружении, а в непривычной обстановке производят впечатление угрюмых, недоступных или высокомерных индивидуумов.

По шкале «физическая агрессия» 17 (28 %) спортсменов имеют высокий уровень; 19 (32 %) спортсменов имеют средний уровень; 24 (40 %) спортсмена имеют низкий уровень. Люди, склонные к проявлению физической агрессии, как правило, активны, деятельны, целеустремленны, решительны, авантюристичны. Они обладают чертами лидера, любят риск и предпочитают доминировать над другими, демонстрируя силу и власть.

По шкале «предметная агрессия» 7 (12 %) спортсменов имеют высокий уровень; 24 (40 %) – средний уровень; 29 (48 %) – низкий уровень.

Предметная агрессия – это снятие внутреннего напряжения путем разрушения либо повреждения предметов. Единственное ограничение – оставаться в правовом поле, не портить чужое и общественное имущество. Физические упражнения, спорт могут помочь снять мышечное напряжение и выйти из опасного эмоционального состояния. Это именно то действие, которого требует организм, накопивший избыток адреналина.

По шкале «эмоциональная агрессия» 2 (3 %) спортсмена имеют высокий уровень; 22 (37 %) – средний уровень; 36 (60 %) – низкий уровень. Преобладание эмоциональной агрессии может говорить о том, что у спортсменов возникает эмоциональное отчуждение при общении с другими, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к ним.

По шкале «самоагрессия» 17 (28 %) спортсменов имеют высокий уровень; 22 (37 %) – средний уровень; 21 (35 %) спортсмен имеет низкий уровень. Самый опасный вид агрессии – самоагрессия: недовольство собой, низкое самоуважение. От такого человека труднее всего защититься. Спортсмены этого типа не находятся сами с собой в мире и согласии, у них отсутствуют механизмы защиты «Я». Они оказываются беззащитны по отношению к агрессивной среде.

Установлено, что у группы спортсменов, занимающихся игровыми видами спорта, преобладает физическая агрессия. Данные результаты предположительно связаны с тем, что игровые виды спорта (такие как футбол, хоккей или баскетбол), часто включают физическое взаимодействие между игроками. Это может создавать условия для физической агрессии, поскольку контакт и борьба за мяч или шайбу являются частью игры.

Для группы силовых видов спорта наиболее характерна вербальная агрессия. Мы полагаем, что в процессе игры спортсмены могут испытывать сильные эмоции, такие как гнев, разочарование или обида. Эти эмоции могут выливаться в вербальную агрессию, особенно в ответ на действия соперников или судей.

Можно сказать, что среди исследуемых спортсменов преобладает средний уровень агрессивности, однако имеется небольшой процент испытуемых с уровнем агрессивности выше нормы. В то же время нужно понимать, что агрессия в нашей жизни может проявляться не только в отрицательном значении (например, драки, угрозы, порча имущества), но также и в положительном (например, проявление агрессии может способствовать адаптации, защите от внешней угрозы, или может помочь отстаивать свои интересы).

По результатам диагностики по методике «Выявления степени подверженности стрессам» было выявлено, что среднюю степень под-

верженности стрессу имеет 21 человек из группы игровых видов спорта (70 %) и 23 человека из группы силовых видов спорта (77 %). Их жизнь наполнена деятельностью и напряжением. Порой они страдают от стрессов (в первую очередь из-за стремления чего-то еще достичь). По всей видимости, они не склонны менять свой образ жизни.

Низкий уровень наблюдается у 2 спортсменов группы «ЭГ 1» (7 %) и у 3 спортсменов из «ЭГ 2» (10 %). Они живут спокойно и размерено, разумно и прагматично, успевая справляться с проблемами, которые у них возникают. Они не страдают ни от ложного честолюбия, ни от чрезмерной скромности.

Небольшое количество (18 % от общего числа) респондентов имеют высокую степень подверженности стрессу. 7 человек из группы игровых видов спорта и 4 человека из силовых видов спорта, что составляет соответственно 23 и 13 %. Это может означать, что их жизнь – это борьба. Они честолюбивы и мечтают о солидной карьере. Для них мнение других чрезвычайно важно, и это держит их в постоянном напряжении. Таких спортсменов мы вносим в группу риска. В своих бланках именно эти спортсмены отметили такие проявления, как плохой сон, постоянная нехватка времени, а также страх и тревожность.

Крайние позиции данного теста затронуты не были, следовательно, опрашиваемые спортсмены хотя бы раз в жизни испытывали стресс, но данное переживание не достигло болезненного уровня.

Далее мы провели сравнительный анализ видов агрессивности у спортсменов игровых и силовых видов спорта. Статистическую обработку данных осуществляли с помощью программы Statistica 10. Значимость различий оценивали по U-критерию Манна – Уитни, который предназначен для оценки различий между двумя выборками по уровню какого-либо признака, измеренного количественно (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты различий у респондентов «ЭГ 1» и «ЭГ 2»

Шкалы	Сумма рангов		U-критерий	Уровень значимости
	ЭГ 1	ЭГ 2		
Вербальная агрессия	881,0	949,0	416,0	0,622
Физическая агрессия	960,5	869,5	404,5	0,503
Предметная агрессия	929,5	900,5	435,5	0,831
Эмоциональная агрессия	874,0	956,0	409,0	0,551
Самоагрессия	957,5	872,5	407,5	0,532
Общая шкала агрессивности	930,0	900,0	435,0	0,831
Стресс	1003,0	827,0	362,0	0,197

Сравнительный анализ видов агрессивности у спортсменов игровых и силовых видов спорта различий не выявил. Отсутствие различий в агрессивности между спортсменами игровых и силовых видов спорта может быть обусловлено рядом факторов. У спортсменов обеих групп агрессия может проявляться как форма борьбы за победу и достижения целей. Спортсмены могут испытывать схожие уровни стресса, напряжения и конкуренции, что может привести к аналогичным проявлениям их агрессивности. В игровых видах спорта агрессия может быть частью стратегии, а в силовых – частью демонстрации силы и контроля. Спортсмены могут использовать агрессию как средство достижения успеха, что приводит к схожим уровням ее проявления.

Отсутствие статистически значимых различий может свидетельствовать о том, что агрессивность является общей чертой для многих видов спорта, независимо от их специфики.

Для проверки статистической значимости взаимосвязей между переменными мы использовали коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Для группы игровых видов спорта было выявлено четыре значимые интеркорреляции. Наиболее часто коррелируют физическая (0,38; $p < 0,05$) и эмоциональная (0,52; $p < 0,01$) агрессия, самоагрессия (0,66; $p < 0,001$) и общий показатель агрессии (0,87; $p < 0,001$). Переменная «стресс» положительно взаимосвязан с эмоциональной агрессией (0,53; $p < 0,01$), самоагрессией (0,40; $p < 0,05$) и общим показателем агрессии (0,40; $p < 0,05$).

Для группы силовых видов спорта была выявлена только одна значимая интеркорреляция – между вербальной агрессией и общей шкалой агрессии (0,51; $p < 0,01$). Переменная «стресс» положительно взаимосвязана с самоагрессией (0,70; $p < 0,001$) и общим показателем агрессии (0,51; $p < 0,01$).

Кроме того, установлено, что уровень проявления стресса у спортсменов игровых и силовых видов спорта имеет взаимосвязь с формированием и развитием вербальной (0,30; $p < 0,05$), предметной (0,28; $p < 0,05$) и эмоциональной агрессии (0,36; $p < 0,01$), самоагрессии (0,55; $p < 0,001$), а также с общим показателем агрессии (0,44; $p < 0,001$). Нет взаимосвязи стресса только с показателями физической агрессии. Полученные результаты предположительно можно объяснить тем, что спортсмены имеют высокую степень тренированности и физической подготовки, что помогает им более эффективно справляться с физической агрессией и стрессом, взаимосвязанным с ней. Они могут иметь лучшую саморегуляцию и способность контролировать свои эмоции во время соревнований. Для спортсменов физическая агрессия также является частью их профессиональной деятельности и тренировочного процесса, поэтому они могут быть более адаптированы к стрессу, который сопровождает этот аспект их жизни.

В целом взаимосвязь между уровнем стресса и различными видами агрессии у спортсменов игровых и силовых видов спорта зависит от множества факторов, включая личностные особенности спортсмена, его опыт, контекст соревнования и доступность эффективных способов совладания со стрессом.

Полученные нами результаты согласуются с исследованиями С. В. Афиногеновой и К. Н. Фирсова. Так, С. В. Афиногенова констатирует, что агрессивность, во-первых, зависит от того, что человек занимается или не занимается спортом; во-вторых, она выше в групповых единоборствах, чем в индивидуальных видах спорта [6]. В то же время К. Н. Фирсов подчеркивает, что спорт является рациональной формой противостояния, он мобилизует спортсмена на достижения и, тем самым, формирует конструктивные формы агрессивного поведения спортсменов [7].

В результате исследования была подтверждена гипотеза: показатели агрессии у спортсменов игровых и силовых видов спорта не имеют различий, поскольку спортивные достижения обеспечиваются достаточным уровнем агрессивных

действий спортсменов. Это можно обосновывать тем, что спорт предполагает соревновательность, а соревновательность всегда включает компонент агрессии. Здоровая агрессия (ее средний уровень) в принципе необходима, потому что она сопутствует потребности в достижениях.

Выводы. Несмотря на то что в психологии агрессия понимается как проявление дезадаптационных форм поведения, агрессия в спорте в пределах правил соревнований оказывает влияние на эффективность спортивной деятельности. Спорт представляет собой деятельность, с помощью которой можно выразить свою агрессивность, которая является средством самоутверждения, самореализации и способом показать себя сопернику, а также способом подавить его. Мы полагаем, что в ряде видов спорта, агрессия является важной и, что самое главное, приемлемой составляющей спортивной деятельности. Агрессивность можно рассматривать с различных точек зрения, но она имеет место быть и будет, т. к. агрессивность – черта личности каждого спортсмена, по крайней мере, названных выше видов спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Лаврухина, О. В. Роль занятий физической культурой и спортом в профилактике агрессивного поведения студентов / О. В. Лаврухина // Образовательные ресурсы и технологии. – 2021. – № 1 (34). – С. 44–51.
2. Маришчук, Л. В. Психология спорта : учеб. пособие / Л. В. Маришчук. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2006. – 147 с.
3. Берковиц, Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: лучший в мире учебник по психологии агрессии / Л. Берковиц ; пер. с англ. А. Боричева, Л. Царук, Л. Ордановской. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2007. – 510 с.
4. Ениколопов, С. Н. Понятие агрессии в современной психологии / С. Н. Ениколопов // Приклад. психология. – 2011. – № 2. – С. 60–72.
5. Почебут, Л. Г. Кросс-культурная и этническая психология : учеб. пособие / Л. Г. Почебут. – СПб. : Питер, 2012. – 336 с.
6. Афиногенова, С. В. Биологический и психологический пол в связи с профессиональными и спортивными интересами в подростковом и юношеском возрасте : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / Афиногенова Светлана Владимировна. – СПб., 2007. – 131 с.
7. Фирсов, К. Н. Психологический анализ агрессивности в спортивной деятельности / К. Н. Фирсов // Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. – 2011. – № 5–6. – С. 222–225.

REFERENCES

1. Lavruhina, O. V. Rol' zanyatij fizicheskoy kul'turoj i sportom v profilaktike agressivnogo povedeniya studentov / O. V. Lavruhina // Obrazovatel'nye resursy i tekhnologii. – 2021. – № 1 (34). – S. 44–51.
2. Marishchuk, L. V. Psihologiya sporta : ucheb. posobie / L. V. Marishchuk. – Minsk : Belarus. gos. un-t fiz. kul'tury, 2006. – 147 s.
3. Berkovic, L. Agressiya: prichiny, posledstviya i kontrol': luchshij v mire uchebnik po psihologii agressii / L. Berkovic ; per. s angl. A. Boricheva, L. Caruk, L. Ordanovskoj. – SPb. : Prajm-Evroznak, 2007. – 510 s.
4. Enikolopov, S. N. Ponyatie agressii v sovremennoj psihologii / S. N. Enikolopov // Priklad. psihologiya. – 2011. – № 2. – S. 60–72.
5. Pochebut, L. G. Kross-kul'turnaya i etnicheskaya psihologiya : ucheb. posobie / L. G. Pochebut. – SPb. : Piter, 2012. – 336 s.
6. Afinogenova, S. V. Biologicheskij i psihologicheskij pol v svyazi s professional'nymi i sportivnymi interesami v podrostkovom i yunosheskom vozraste : avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk: 19.00.13 / Afinogenova Svetlana Vladimirovna. – SPb., 2007. – 131 s.
7. Firsov, K. N. Psihologicheskij analiz agressivnosti v sportivnoj deyatel'nosti / K. N. Firsov // Vestnik KGU im. N. A. Nekrasova. – 2011. – № 5–6. – S. 222–225.