

# АГРЕССИВНОСТЬ В БОКСЕ И ЕЕ ДЕТЕРМИНИРОВАННОСТЬ ГЕНДЕРНЫМИ И ВОЗРАСТНЫМИ ФАКТОРАМИ



## КИТАЕВА

### Елена Михайловна

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва

Аспирантка кафедры психологии по специальности 19.00.01

E-mail: Gatta2007@yandex.ru

## КІТАЕВА Elena

Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism (GTSOLIFK), Moscow  
Graduate student of the Department of Psychology, specialty 19.00.01

E-mail: Gatta2007@yandex.ru

**Ключевые слова:** агрессивность боксеров, обусловленность агрессивности различными факторами, гендерные различия, уровень агрессивности, психологическая подготовка, экстремальная спортивная деятельность.

**Аннотация.** Изложены результаты исследования проявления различных форм агрессивности у боксеров. Получены данные об обусловленности агрессивности различными факторами, в том числе гендерными и возрастными различиями.

## AGGRESSION IN BOXING AND ITS DETERMINANCY BY GENDER AND AGE FACTORS

**Keywords:** aggression of boxers, various factors of aggressiveness, gender differences, level of aggression, psychological training, extreme sports activity.

**Abstract.** The results of the research of various forms of aggression in boxers are presented in the article. In the research were obtained data of conditionality of aggressiveness by various factors, including gender and age differences.

**Введение.** Спортивная деятельность экстремальна по своей сути. Причиной является то, что в спорте всегда есть опасность – реальная или символическая. В боксе, прежде всего, есть реальная опасность получить от соперника очень болезненный удар. Но, как и в любом виде спорта, есть также символическая опасность проиграть. При этом следует отметить, что для бокса характерна экстремальность не только соревновательных, но и тренировочных ситуаций, особенно во время вольных боев и спаррингов, которые несут значительные психические нагрузки. Поэтому проблема диагностики, контроля и

коррекции психического состояния боксера в экстремальных условиях тренировки и поединка является актуальной. Одним из наиболее распространенных и проблемных психических состояний, требующих контроля и управления, является агрессия.

Агрессия традиционно [4, 5] рассматривается как конкретная форма поведения, направленная на причинение вреда с соответствующей мотивацией. Агрессивность трактуется как устойчивая черта личности, проявляющаяся в предпочтении агрессивных форм поведения. Последняя характеризуется физической,

косвенной и вербальной формами агрессии, которые формируются под воздействием биологических особенностей человека, социальных (общественное мнение, нормы, традиции, особенности систем поощрения и наказания и др.) и психологических факторов (свойства нервной системы и темперамента, мотивационные, эмоциональные и коммуникативные характеристики личности).

Исследования спортивных психологов показывают [7, 8], что агрессивность (агрессия) в спорте формируется под воздействием спортивной среды, которая может способствовать как ее повышению, так и снижению.

Опыт достижения высоких спортивных результатов благодаря использованию насильственных стратегий и специфики бокса как вида спорта свидетельствует о том, что агрессивность, сформировавшаяся под воздействием оптимальной спортивной среды, является условием достижения высоких результатов и успешности спортивной деятельности [8].

В то же время избыточная, неконтролируемая агрессия является одной из важных причин, по которой спортсмен не реализует свой технико-тактический потенциал [7, 8, 9].

Проблема в этом случае заключается в сложности определения оптимального индивидуального уровня агрессии и в его коррекции [8, 10].

Важным компонентом спортивной среды является комплекс предсоревновательных психологических факторов, влияющих на результативность соревновательной деятельности боксера. Знание этого комплекса дает возможность разработать программы психологической подготовки спортсменов к соревнованию и формировать у них оптимальное предсоревновательное состояние.

Управление предсоревновательной психологической подготовкой боксера включает диагностику предстартовой психологической готовности в процессе непосредственной подготовки к соревнованиям и строится в соответствии с принципами теории управления. Последняя включает следующие элементы: указание цели управления, установление исходного состояния управляемого объекта, обратная связь, регуляция, коррекция. Наименее исследованным является вопрос о предстартовом уровне агрессии, о его коррекции, методах коррекции.

Психологическая готовность в предстартовом состоянии может снижать такие

психологические барьеры как неуверенность в своих силах, навязчивые мысли и сомнения о ходе предстоящих соревнований, страх поражения, избыточную агрессию и т.п. Сущность психологической готовности спортсменов заключается в различных воздействиях на него экстремальных условий соревнования, предсоревновательных факторов и возможности своевременно принять оптимальное решение в конкретной ситуации: в единстве деятельности и состояния, в непрерывном контроле и регуляции поведения.

При изучении баланса тревожности и агрессивности психологами между уровнем агрессивности и тревожности была установлена обратная пропорциональная связь. Именно поэтому в предсоревновательном состоянии надо рассеять тревожные мысли, устранить беспокойство, создать состояние боевой готовности. При этом агрессия должна мобилизовать силы боксера, настроить на бой и, в конечном счете, помочь достижению победы [10].

Существуют различные уровни агрессивности, определяющие различные поведенческие признаки спортсменов боксеров, которые характеризуют их физическую и психологическую готовность.

Нами было проведено тестирование с использованием различных методов, а затем обработка полученных результатов с использованием методов математической статистики (дисперсионный анализ).

**Методика.** Одним из наиболее часто применяемых методов исследования агрессивности является опрос. В спортивной практике для этих целей применяется опросник Басса – Дарки, который был использован в нашем исследовании [10]. Он включает 75 вопросов. Обработка результатов производится при помощи индексов различных форм агрессивных и враждебных реакций, которые определяются суммированием полученных ответов.

Всего было опрошено 30 человек.

Результаты исследований позволили определить уровень таких показателей как физическая агрессия (нападение), косвенная агрессия, склонность к раздражению (раздражение), негативизм, обида, подозрительность, вербальная агрессия, угрызания совести или чувство вины.

Также определялись индексы враждебности и агрессивности, и исследовалась зависимость проявления агрессии от пола, от стажа

Таблица 1

*Проявление различных форм агрессивности у боксеров, (%)*

ФА	КА	Р	Н	О	П	ВА	ЧВ	А	В
77,2	65,8	56,4	53	45,8	55,3	59,8	63,1	70,7	51,1

Таблица 2

*Проявление различных форм агрессивности у мужчин и женщин боксеров (%)*

Пол	ФА	КА	Р	Н	О	П	ВА	ЧВ	А	В
Муж	90	61,4	70,4	60	52,3	60	67,6	64,7	83,8	56,1
Жен	68,3	69	44	48	41,3	52	54,3	62	62,4	47,8

Таблица 3

*Проявление агрессивности у разных возрастных групп боксеров (%)*

Возраст	ФА	КА	Р	Н	О	П	ВА	ЧВ	А	В
24 и <	77,3	68	58,6	54	51,6	60,6	59	67,3	71,5	56,3
25 и >	77,1	62,8	53,3	51,4	37,6	47,6	60,1	57,1	69,5	42,8

занятий спортом и от уровня спортивной квалификации.

**Результаты и выводы.** В результате исследования выяснилось, что среди боксеров в целом преобладает физическая агрессия и менее всего выражена агрессивность вербальная (соответственно 77,2% и 59,8%). Достаточно сильно выделяется чувство вины (63,1%) (табл. 1).

В целом же агрессивность в норме у 44,4% боксеров, выше нормы у 33,3%. Враждебность в норме у 38,9%.

### Уровень показателей агрессивности у мужчин и женщин боксеров

Исследования проявлений различных форм агрессивного поведения у женщин и мужчин боксеров позволили определить значительные различия. Так, у мужчин боксеров наблюдается высокая физическая агрессивность (90%). У женщин она на 21,7% меньше и составляет 68,3%.

Вербальная агрессия у женщин составляет 54,3%, у мужчин она на 13,3% выше – 57,6%. Однако у женщин выявлен более высокий уровень косвенной агрессии. Он на 7,6% выше, чем у мужчин (69% и 61,4% соответственно). Негативизм составляет 60% у мужчин и 48% у женщин. Показатели раздражительности, подозрительности, обиды, чувства вины у мужчин боксеров выше соответствующих показателей у женщин. Так, показатель раздражительности у мужчин – 70,4%, а у женщин – 44%, показатель

подозрительности – 60% и 52%. Показатель обиды на 11% выше у мужчин, а чувство вины у мужчин выше всего на 2,7% (табл. 2).

Таким образом, у мужчин боксеров все формы агрессивного поведения выше, чем у женщин за исключением косвенной агрессии. Общий показатель агрессивности у мужчин больше соответствующего показателя у женщин на 21,4% и превышает норму на 0,5%. У женщин общий показатель агрессивности находится в пределах нормы. При этом данный показатель находится в пределах нормы лишь у 14,3% мужчин, а у 71,4% он превышает норму. А у большей части женщин (63,6%) агрессивность находится в пределах нормы.

Также в результате статистической обработки полученных данных выяснилось, что агрессивность зависит от пола боксера на 28%, а остальные 72% она объясняется другими факторами.

### Агрессивность и возраст боксеров

В исследованиях психологии агрессивности существуют противоположные мнения по поводу взаимосвязи возраста и уровня агрессивности [8].

Чтобы выявить влияние возраста на агрессивность, исследуемые боксеры были разделены на 2 возрастные группы: до 24-х лет включительно и от 25 и старше. Однако значительных различий в показателях, формирующих

агрессивность, замечено не было. Некоторые различия наблюдались лишь в показателях, формирующих враждебность. Так, показатель обиды у боксеров до 24-х лет превышает этот показатель у боксеров старше 25 на 14% (51,6% и 37,6% соответственно), показатель подозрительности больше на 13% (60,6% и 47,6%), а общий показатель враждебности у боксеров до 24-х лет больше на 13,5%. Также у этой группы чувство вины превышает соответствующий показатель у боксеров старше 25 лет на 10,2% (табл. 3).

Из таблицы видно, что возраст влияет только на враждебность. Статистическая обработка показала, что агрессивность боксеров обусловлена возрастом лишь на 0,25%, т.е. возраст и агрессивность практически не связаны.

### Литература

1. Блеер А.Н. Психологические факторы обеспечения устойчивости психомоторных действий в единоборствах. Ж: «Спортивный психолог», № 2 (14) 2008. – С. 26–30
2. Волков Д.Н., Сафонов В.К. Ошибки внимания в спорте: теория и практика. Ж: «Спортивный психолог», № 3 (30) 2013. – с. 10–13

3. Дементьев В. Л., Сизяев С. В. Идеомоторная тренировка как основа формирования состояния боевой готовности спортсмена единоборца. Ж: «Спортивный психолог», 2 (17) 2009. – С.29–36

4. Бэрн Роберт А. Агрессия: учеб. пособие для студентов и аспирантов психол.: [пер. с англ.] / Бэрн Роберт А., Ричардсон Дебора. – 2-е междунар. изд. – СПб [и др.]: Питер, 2001. – 351 с.

5. Берковиц Леонард. Агрессия: Причины, последствия и контроль / Леонард Берковиц. – СПб: прайм-Евроснак, 2002; Нева; ОЛМА-Пресс.

6. Кретти Б. Дж. Психология в современном спорте / Дж. Б. Кретти. – М., 1978.

7. Сафонов В.К. Агрессия в спорте / В.К. Сафонов. – СПб: Санкт – Петербург, 2003.

8. Сопов В.Ф. Многоуровневая детерминированность черт агрессивности и проблема проявления в спорте высших достижений / В.Ф. Сопов // Спортивный психолог. – 2008. – №2.

9. Сопов В.Ф. Проблема формирования методологически обоснованного психодиагностического инструментария в психологическом обеспечении высококвалиф / В.Ф. Сопов // Вестник спортивной науки. – 2013. – №5.

10. Худадов Н.А. Психологическая подготовка боксеров / Н.А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1968.

11. Уэйнберг Р. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев: Олимпийская литература, 1998. – 336 с.

