

УДК 159.99

ОТНОШЕНИЕ К АГРЕССИВНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ-ЮНОШЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЕДИНОБОРСТВАМИ И КОМАНДНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Елена Семеновна Синельникова, кандидат психологических наук,

Владислав Викторович Егоров,

*Петербургский государственный университет путей сообщения имени императора
Александра I, г. Санкт-Петербург*

Аннотация

В статье представлены результаты эмпирического исследования отношения к агрессии спортсменов-юношей, занимающихся единоборствами и командными видами спорта. В эмпирическом исследовании приняли участие 60 спортсменов-юношей г. Санкт-Петербурга: 30 спортсменов, занимающихся единоборствами ($M=21,68$); 30 спортсменов, занимающихся командными видами спорта ($M=21,64$ года). Применялись методики: анкета «Отношение к агрессии» (Е.С. Синельниковой), «Цветовые метафоры» (И.Л. Соломина). Результаты исследования показали, что понятие «агрессивность» ассоциируется у спортсменов, занимающихся командными видами спорта с соревнованием и победой, а у спортсменов, занимающихся единоборствами, – с рекордами. Наиболее часто агрессию у спортсменов вызывает сама ситуация соревнований, соперники и чувство злости. На имплицитном уровне агрессивность воспринимается как неотъемлемая часть соревнований и победы спортсменами, занимающимися командными видами спорта, рекордов – спортсменами, занимающимися единоборствами.

Ключевые слова: отношение к агрессивности, причины агрессии, спортсмены-любители, единоборства, командные виды спорта.

IMPLICIT ATTITUDES TOWARDS AGGRESSIVENESS AND AGGRESSION TRIGGERS OF YOUNG MALE ATHLETES INVOLVED IN TEAM SPORTS AND MARTIAL ARTS

Elena Semenova Sinelnikova, the candidate of psychological sciences,

Vladislav Viktorovich Egorov,

Emperor Alexander I Petersburg State Transport University

Annotation

The article presents the results of empirical study focused on young athletes' implicit attitudes towards aggressiveness. 60 male athletes (30 athletes involved in martial arts ($M=21.68$), 30 athletes involved in team sports ($M=21.64$)) at amateur level from Saint Petersburg participated in the study. Psychosemantic Methodology "Color Metaphors" by I. L. Solomin, Questionnaire "Aggression triggers" by E. S. Sinelnikova were applied. Trauma, conditions and irritation more often trigger aggression in team sports group than in martial arts group. Athletes involved in martial arts implicitly perceive aggressiveness as a condition of setting records. Athletes involved in team sport perceive aggressiveness as a part of competition and victory. Competition, rivals and anger are the main triggers for athletes.

Keywords: implicit attitudes towards aggressiveness, aggression triggers, athletes at amateur level, martial arts, team sport.

Отношение к агрессии в спортивной деятельности является сложным и внутренне противоречивым. Проявление агрессии по отношению к сопернику или другим участникам спортивной деятельности приводит к негативным последствиям для спортсмена. И в то же время существует такое понятие как «спортивная злость», отражающее представления о том, что без переживания гнева по отношению к сопернику, определенной агрессивности невозможно добиться успеха в спортивной деятельности.

Агрессивность – свойство личности, ее склонность проявлять агрессию в форме определенных внутренних и внешних действий, а также воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное (Сафонов, 2003). Агрессия определяется Л. Берковцем

(Берковиц, 2009) как любая форма поведения, направленная на оскорбление или причинение вреда другому человеку, который не хочет такого отношения.

Важным компонентом агрессии является ее преднамеренный характер. П. Экман (Экман, 2011) отмечает, что переживаемые эмоции гнева нередко становятся причиной неконтролируемого проявления агрессии. С.Б. Петрыгин (Петрыгин, 2016) высказывает мнение, что основным побудителем агрессии в спорте является чувство радости от нанесения максимального ущерба сопернику с целью снижения его эффективности или выведения из игры.

С точки зрения Ю.В. Краева агрессия в спорте является рациональной, позволяет достичь результата, обеспечивая успешное противостояние противнику и мобилизацию функциональных запасов спортсмена. У спортсменов высшей спортивной квалификации развиты механизмы использования агрессивности при достижении спортивных результатов (Краев, 1998).

Н.Б. Кутергин и его коллеги делают вывод о том, что спорт может способствовать как снижению, так и повышению агрессивности в зависимости от ряда условий: мнения тренера, стереотипных представлений о спортсмене данной специальности, наличие у спортсмена опыта достижения высокого результата благодаря проявлению агрессивности (Кутергин и др., 2012). Д. Г. Огуречников и его коллеги (Огуречников и др., 2017) пришли к выводу, что главное различие в агрессивности между студентами, не занимающимися спортом, и занимающимися спортом, состоит не в количественных показателях, а в сформированности у спортсменов навыков произвольной регуляции агрессивного поведения.

Одним из немногих исследований, косвенно затрагивающих проблему субъективного отношения молодых спортсменов к агрессивности является исследование Н. Б. Кутергина и его коллег (Кутергин и др., 2009). В исследовании показано, что проявление отрицательных чувств и эмоций (неудовлетворенности, враждебности, чувства обиды) коррелирует с неудовлетворенностью самосовершенствованием в спорте, т.е. по мнению спортсменов является проявлением слабости. В то же время показатель индекса агрессивности и физической агрессивности положительно коррелирует с удовлетворенностью борцов самосовершенствованием в спорте, т.е. агрессивность и ее проявление в физической форме воспринимается борцами положительно (Кутергин и др., 2009).

Целью настоящего исследования было изучение отношения к агрессивности и основных причин проявления агрессии у спортсменов-юношей, занимающихся командными видами спорта и единоборствами. В исследовании приняли участие 60 спортсменов-юношей. Среди них 30 спортсменов, занимающихся единоборствами: дзюдо, борьбой и самбо ($M=21,68$); 30 спортсменов, занимающийся командными видами спорта: футболом и волейболом ($M=21,64$ года). Исследование проводилось на базе спортивного комплекса В. И. Алексеева в г. Санкт-Петербург.

МЕТОДИКИ

В исследовании применялись методики:

1. Методика «Цветовые метафоры» И. Л. Соломина [Соломин, 2013]. Методика является психосемантической и предназначена для диагностики мотивов и отношений личности, позволяет исследовать имплицитное, скрытое отношение респондентов, что особенно важно в связи с тем, что агрессивность принадлежит к числу явлений, декларируемое отношение к которым в значительной степени подвержено влиянию социальной желательности.

2. Анкета «Агрессия у спортсменов» Е.С. Синельниковой. Анкета разработана Е.С. Синельниковой для данного исследования с целью выявления причин (“триггеров”) агрессии у спортсменов. Анкета содержит вопросы об аспектах спортивной деятельности, ассоциирующихся с агрессией, вызывающих ее. По результатам опроса анализировалась частота встречаемости слов (например, «тренер», «соперник», «соревнование») в ответах

респондентов.

РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Ассоциации между понятием «агрессивность» и другими понятиями, у спортсменов, занимающихся единоборствами и командными видами спорта по методике «Цветовые метафоры», представлены в таблице 1 (таблица 1). У спортсменов, занимающихся единоборствами, агрессивность ассоциируется с рекордами, а у спортсменов, занимающихся командными видами спорта, с соревнованиями и победой.

Таблица 1. Ассоциации между понятиями в сознании спортсменов – юношей, занимающихся единоборствами и командными видами спорта

Понятие	Спортсмены – юноши, занимающиеся единоборствами	Спортсмены – юноши, занимающиеся командными видами спорта
Агрессивность	Рекорды	Соревнование, Победа

2. На основе анализа ответов респондентов на вопросы анкеты Синельниковой Е.С. были выявлены основные причины агрессии у спортсменов-юношей, занимающихся единоборствами и командными видами спорта. Результаты исследования представлены в таблице 2 (таблица 2). Основная причина агрессии у спортсменов обеих групп – ситуация соревнования. Значительная часть спортсменов называет в качестве причины агрессии переживаемые эмоции – злость. Статистически достоверные различия были выявлены по причинам агрессии: травма ($F=-2,71$; $p < 0,05$), условия ($F=-0,95$; $p < 0,01$), раздражение ($F=-1,24$; $p < 0,01$). Травма, условия и раздражение статистически достоверно чаще становятся причиной агрессии спортсменов, занимающихся командными видами спорта по сравнению со спортсменами, занимающимися единоборствами.

Таблица 2 – Причины, вызывающие агрессию, у спортсменов – юношей, занимающихся различными видами спорта (по анкете Е.С. Синельниковой)

Название шкалы	Единоборства		Команд. виды спорта		Угловое преобразование Фишера	Уровень знач.
	Абс. частота	Отн. частота	Абс. частота	Отн. частота		
Соревнование	28	96,55%	28	90,32%	1,003	
Тренировка	15	51,72%	16	51,61%	0,000	
Соперник	18	58,06%	23	69,70%	-0,971	
Тренер	5	15,63%	10	29,41%	-1,355	
Судья	11	33,33%	19	54,29%	-1,754	
Инвентарь*	0	0,00%	7	19,44%	-3,819	0,05
Раздражение*	12	34,29%	18	48,65%	-1,241	0,01
Злость	25	69,44%	26	68,42%	0,095	
Жульничество	14	37,84%	9	23,08%	1,407	
Негатив	23	60,53%	14	35,00%	2,281	
Травма*	8	20,51%	20	48,78%	-2,711	0,05
Условия*	7	17,50%	11	26,19%	-0,956	0,01

ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты исследования свидетельствуют, что агрессивность воспринимается спортсменами как неотъемлемое условие достижения хорошего результата на соревнованиях. Более того, для спортсменов, занимающихся командными видами спорта, агрессивность ассоциируется с самим процессом соревнований. ИмPLICITное отношение спортсменов к агрессивности как к необходимому условию победы или достижения рекордов, может способствовать проявлению агрессии в процессе соревнований и снижению мотивации достижений у спортсмена, не желающего проявлять агрессию. В то же время агрессивность не воспринимается спортсменами как неотъемлемая часть их личности («какой я на самом деле»), их настоящего, прошлого или будущего.

Результаты исследования, полученные с помощью методики «Цветовые метафоры», согласуются с результатами анализа ответов респондентов на вопросы анкеты: основной

причиной агрессии является сама ситуация соревнования. Спортсмены воспринимают ситуацию соревнования как ситуацию, неотъемлемой составляющей которой является проявление агрессии. Агрессия проявляется, прежде всего, по отношению к сопернику, который воспринимается как препятствие на пути к достижению результата, реже – по отношению к судье. Ситуация тренировки также вызывает агрессию у половины опрошенных спортсменов, что свидетельствует о том, что в процессе тренировки они испытывают достаточно сильное напряжение и негативные чувства.

В исследовании выявлены статистически достоверные различия в частоте упоминания причин агрессии спортсменами, занимающимися командными видами спорта и единоборствами. Инвентарь назван в качестве причины агрессии только спортсменами, занимающимися командными видами спорта. Раздражение чаще является причиной агрессии спортсменов, занимающихся командными видами спорта по сравнению со спортсменами, занимающимися единоборствами, что свидетельствует о том, спортсмены, занимающиеся командными видами спорта, испытывают большие трудности в регуляции своих эмоций по сравнению со спортсменами, занимающимися единоборствами. Травма чаще является причиной агрессии у спортсменов, занимающихся командными видами спорта по сравнению со спортсменами, занимающимися единоборствами, что также может быть связана с большими трудностями спортсменов в эмоциональной регуляции: раздражение и злость, вызванные травмой, провоцируют агрессивное поведение по отношению к сопернику.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что агрессивность во время соревнований воспринимается спортсменами как необходимое условие достижения результата. Переживаемые негативные эмоции, трудности в эмоциональной регуляции способствуют проявлению агрессии. Представляется важным проведение психологической работы со спортсменами, направленной не только на формирование навыков эмоциональной регуляции и контроля агрессии, но и на осмысление и изменение отношения к агрессии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Берковиц, Л. Агрессия. Причины, последствия, контроль / Л. Берковиц. – М. : Прайм-Еврознак, 2001. – 512 с.
2. Краев, Ю.В. Проявление агрессии у спортсменов в разных видах спорта / Ю.В. Краев // Психология и педагогика – новая интеграция : материалы 24-й научной конференции СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта / под ред. А.Н. Николаева. – СПб., 1998. – С. 33–35.
3. Кутергин, Н.Б. Влияние и взаимосвязь агрессивности борцов на адаптированность в спорте / Н.Б. Кутергин, Н.А. Алексеев, А.Л. Славко // Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 2. – С. 67–73.
4. Кутергин, Н.Б. Формирование оптимальной агрессивности у спортсменов-борцов / Н.Б. Кутергин, А.А. Рябушенко, А.В. Горбатенко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 1. – С. 70–74.
5. Агрессия и агрессивность в спорте / Д.Г. Огуречников, Д.Д. Прокофьева, Ф.Н. Алгушаев, Н.И. Карташев, И.Ш. Шаяхметова // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – № 57-1. – С. 328–336.
6. Петрыгин, С.Б. Агрессивность в спорте / С.Б. Петрыгин // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в современном мире : региональный сборник научно-методических материалов. – Рязань, 2016. – С. 75–81.
7. Сафонов, В. К. Агрессия в спорте / В.К. Сафонов. – СПб. : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2003. – 156 с.
8. Соломин, И.Л. Практикум по психодиагностике. Психосемантические методы : учебно-методическое пособие / И.Л. Соломин ; Петербургский гос. ун-т путей сообщения. – СПб. : [б.и.], 2013. – 95 с.
9. Фирсов, К.Н. Возрастные особенности проявления агрессивности у спортсменов игровых командных видах спорта / К.Н. Фирсов // Вестник Брянского государственного университета. – 2012. – № 1. – С. 257–263.
10. Экман, П. Психология эмоций / П. Экман. – СПб. : Питер, 2001. – 239 с.

REFERENCES

1. Berkowitz, L. (2001), *Aggression. Causes, Consequences, Control*, Prime-Eurozone, Moscow.
2. Kraev, Yu.V. (1998), "Manifestation of aggression at athletes in different types of sport / Yu.V. Krayev", *Psychology and pedagogics – new integration: materials of the 24th scientific conference of SPb GAFK of P.F. Lesgaft*, St. Petersburg, pp. 33-35.
3. Kutergin, N.B., Alekseyev, N.A., and Slavko, A.L. (2009), "Influence and relationship of aggressiveness of wrestlers on adaptability in sports", *Physical education of students*, No. 2, pp. 67-73.
4. Kutergin, N.B., Ryabushenko, A.A. and Gorbatenko, A.V. (2010), "Formation of optimal aggressiveness in athletes-wrestlers", *Physical education of students*, No. 1, pp. 70-74.
5. Ogurechnikov, D.G., Prokofiev, D.D., Algushayev, F.N., Kartashev, N.I. and Shayakhmetova, I.S. (2017), "Aggression and aggressiveness in sports", *Problems of modern pedagogical education*, No. 57-1, pp. 328-336.
6. Petrygin, S.B. (2016), "Aggressiveness in sports", *Person, health, physical culture and sports in the modern world: regional collection of scientific and methodical materials*, Ryazan, pp. 75-81.
7. Safonov, V.K. (2003), *Aggression in sports*, publishing house St. Petersburg University, St. Petersburg.
8. Solomin, I.L. (2013), *Workshop on Psychodiagnostics. Psychosocial methods: educational and methodical manual*, St. Petersburg State University of Communication, St. Petersburg.
9. Firtsov, K.N. (2011), "Age peculiarities of manifestation of aggressiveness in athletes of game team sports", *Journal of the Bryansk State University*, No. 1, pp. 257-263.
10. Ekman, P. (2001), *Psychology of Emotions*, Peter, St. Petersburg.

Контактная информация: elena.sinelni@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 05.09.2019

УДК 159.923.3

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОГНИТИВНО-ЛИЧНОСТНЫХ
ХАРАКТЕРИСТИК МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В ПЕРИОД ВЗРОСЛОСТИ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЙОГОЙ**

Нина Львовна Сунгурова, кандидат психологических наук, доцент,

Галина Анатольевна Громова, магистрант,

Российский университет дружбы народов, Москва

Аннотация

В статье проведен сравнительный анализ когнитивно-личностных особенностей мужчин и женщин в период взрослости, занимающихся оздоровительной йогой. Авторами представлены результаты эмпирического исследования базовых убеждений, временной перспективы, стратегий когнитивной регуляции эмоций, самоорганизации деятельности в аспекте половых различий. Выявленные особенности важны для понимания психологических особенностей людей, обратившихся к практике оздоровительной йоги, содержательной направленности занятий, степени психофизических нагрузок.

Ключевые слова: когнитивно-личностные характеристики, занятия йогой, средняя взрослость, половые особенности.

**COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONAL COGNITIVE CHARACTERISTICS OF
ADULT MEN AND WOMEN PRACTICING THERAPEUTIC YOGA**

Nina Lvovna Sungurova, the candidate of psychological sciences, senior lecturer,

Galina Anatolyevna Gromova, the master student,

RUDN University, Moscow

Annotation

Comparative analysis of the personal cognitive characteristics of the adult men and women practicing therapeutic yoga is conducted. The results of empirical examination of basic beliefs, time horizon, strat-