

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ,
ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**

УДК 316.4

DOI 10.5930/1994-4683-2025-247-253

Агрессия в спорте: сущность, проявления и последствия

Беркалиев Артём Алексеевич¹

Гарина Олеся Геннадьевна², кандидат философских наук, доцент

Калмыков Иван Сергеевич², кандидат сельскохозяйственных наук

Куземко Юлия Владимировна³, кандидат педагогических наук, доцент

¹*Российский университет дружбы народов им. Патриса Лумумбы, Москва*

²*Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.*

³*Саратовская государственная юридическая академия*

Аннотация

Цель исследования – анализ феномена агрессии в контексте отрицательных и положительных последствий у занимающихся спортивной деятельностью. Объектом исследования выступала агрессия спортсменов в условиях спортивной деятельности. Предметом исследования выступали факторы, имеющие различную степень влияния на проявление агрессии спортсменов.

Методы и организация исследования. Использовали теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы, посвящённых феномену агрессии и агрессивности, методы педагогического наблюдения и устной беседы, анкетирование, обработку и интерпретацию статистических данных. В исследовании приняли участие спортсмены, занимающиеся в спортивных секциях по баскетболу в Саратовском государственном техническом университете имени Гагарина Ю.А., Саратовском государственном университете генетики, биотехнологии и инженерии им. Н.И. Вавилова.

Результаты исследования и выводы. Полученные в ходе исследования результаты позволяют сделать вывод о том, что выявленные факторы имеют непосредственную степень влияния на проявление агрессии спортсменами, при этом она может быть конструктивной и способствовать достижению спортивных результатов, или враждебной, препятствующей им.

Ключевые слова: агрессия, агрессивное поведение, психология спорта, эмоции, поведение.

Aggression in sports: essence, manifestations, and consequences

Berkaliev Artem Alekseevich¹

Garina Olesya Gennadievna², candidate of philosophical sciences, associate professor

Kalmykov Ivan Sergeevich², candidate of agricultural sciences

Kuzemko Yulia Vladimirovna³, candidate of pedagogical sciences, associate professor

¹*Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba, Moscow*

²*Saratov State Technical University named after Yu.A. Gagarin*

³*Saratov State Law Academy*

Abstract

The purpose of the study is to analyze the phenomenon of aggression in the context of its negative and positive consequences for individuals engaged in sports activities. The subject of the research is the aggression of athletes within the framework of sporting activities. The focus of the research is on the factors that have varying degrees of influence on the expression of aggression in athletes.

Research methods and organization. Theoretical analysis and generalization of data from scientific and methodological literature dedicated to the phenomenon of aggression and aggressiveness were employed, along with methods of pedagogical observation and oral conversation, surveys, processing and interpretation of statistical data. The study involved athletes participating in basketball sports sections at the Saratov State Technical University named after Y.A. Gagarin and at the Saratov State University of Genetics, Biotechnology, and Engineering named after N.I. Vavilov.

Research results and conclusions. The results obtained from the study allow us to conclude that the identified factors have a direct degree of influence on the manifestation of aggression in athletes, which can be constructive and contribute to achieving sports results, or hostile, hindering them.

Keywords: aggression, aggressive behavior, sports psychology, emotions, behavior.

ВВЕДЕНИЕ. Актуальность исследования обоснована тем, что достижения в современных спортивных соревнованиях требуют от спортсмена не только оптимальной физической подготовленности, но и высокой эмоциональной устойчивости и самоконтроля в поведении, чтобы минимизировать риск возникновения конфликтных ситуаций и максимизировать спортивные результаты. Многие современные авторы отмечают, что в данном аспекте большое влияние имеет фактор проявления агрессии спортсменом [1].

Изучение феномена агрессии в спортивной деятельности представляет собой актуальную тему в современных гуманитарных и социальных исследованиях. Научно-содержательное понимание феномена агрессии идет от её фундаментальных определений до специфических, к которым относятся формы её проявления в спорте, где она может как мешать, так и способствовать достижению высоких результатов спортсменом [2]. Агрессия как сложное психологическое и поведенческое явление включает в себя множество аспектов, от личностных характеристик до социальных и культурных факторов, что делает её особенно значимой при анализе спортивной деятельности. В этом контексте работы Л. Берковица, А. Боричевой, Л. Царук, Л. Ордановской имеют особенное значение.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. Цель работы заключалась в исследовании феномена агрессии в контексте отрицательных и положительных последствий у занимающихся спортивной деятельностью. В исследовании приняли участие 40 спортсменов, занимающихся в спортивных секциях по баскетболу в СГТУ имени Гагарина Ю.А. и Саратовском государственном университете генетики, биотехнологии и инженерии им. Н.И. Вавилова.

В исследовании были использованы методы: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы, посвящённых феномену агрессии и агрессивности, педагогическое наблюдение, метод устной беседы, анкетирование, обработка и интерпретация статистических данных.

В данной статье ставится задача разностороннего освещения темы агрессии в спорте, акцентируя внимание на её двойственном характере – как на внутреннем механизме мотивации, так и на потенциальной угрозе для спортивной карьеры.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. При теоретическом изучении феномена агрессии в спорте следует в первую очередь обратиться к её более широкому понятию. Во многих научно-литературных источниках природа агрессии рассматривается с нескольких научных концепций. В целом можно выделить несколько основных от разных авторов. Например, Дж. Долларда, Н. Миллера, Л. Берковица, А. Бандуры. По фрустрационной теории Дж. Долларда, «агрессия — это следствие сложностей, которые вызваны внешними обстоятельствами, мешающими достичь цели или удовлетворить потребности». Н. Миллер в своем дальнейшем исследовании данной теории утверждал, что «агрессия есть один из вероятных вариантов реакции на фрустрацию, то есть фрустрация не всегда является причиной агрессии» [3]. Л. Берковиц является исследователем когнитивных моделей агрессивного поведения, которые связаны с эмоциональными и когнитивными процессами (психологическими процессами восприятия действительности).

В соответствии с этой теорией эмоциональные проявления и поведение человека зависят от его реакции на действия окружающих. Если индивид считает, что барьеры, мешающие ему достичь цели, вызваны злонамеренными поступками людей, агрессия возрастает. Многие авторы отмечают, что стремление найти в поведении окружающих людей злой умысел негативно сказывается на психологическом состоянии личности. Когда препятствие на пути к цели расценивается им как результат враждебного отношения окружающих, то угроза воспринимается в большем масштабе. Тем не менее проявление агрессии может изменяться в зависимости от усвоения социальных норм и отношения личности к внешним обстоятельствам.

По мнению Л. Берковица, индивид имеет свободу выбрать реакцию на раздражающий фактор, например, избегать раздражающих факторов или переносить свое недовольство на взаимодействия с другими [4]. В своей теории социального поведения А. Бандура определяет агрессию как «эксцентричное поведение, усваиваемое так же, как и остальные виды социального поведения». Он утверждает, что агрессивное поведение как способ реакции на реальность может приобретаться через наблюдение аналогичного поведения в ближайшем окружении, а также как результат изменений в организме человека (например, нарушение гормонального фона). Однако при этом он отмечает, что роль биологических факторов менее ощутима, чем влияние примеров из социальной жизни. Нередко стимулом к проявлению агрессивного поведения становится поощрение, которое достигается за счет попыток получить желаемое с помощью агрессии. Поведение рассматривается как приемлемое, если человек неоднократно убеждается, что агрессия – действенный способ достичь цели.

Проведя анализ научной литературы, можно сделать вывод о том, что можно опираться на следующее определение агрессии, данное многими авторами: «Агрессия – свойство человека, выражающееся в негативном отношении, насильственных действиях в адрес окружающих или самого себя». При этом важно различать понятие «агрессия» и понятие «агрессивность».

Понятие «агрессивность» означает свойство личности, выражающееся в ее готовности к агрессии. В процессе развития и формулирования научных теорий по данному вопросу стали проводиться исследования и по вопросам факторов, стимулирующих проявление агрессии у разных групп людей. Например, были выявлены различия в реакции человека на фрустрацию. Было установлено, что одни люди реагируют на фрустрацию агрессивно, поскольку привыкли к такой реакции, других же фрустрация не мотивировала проявлять агрессию, так как они привыкли реагировать иначе. Л. Берковиц изучал и дополнил фрустрационную теорию агрессии и, по его мнению, «фрустрация напрямую не провоцирует агрессию, лишь в отдельных случаях настраивает человека на агрессивное поведение».

При исследовании основных научных теорий, связанных с определениями и причинами возникновения агрессии, стоит обратить внимание на агрессию в контексте спорта, с точки зрения соревновательной деятельности.

Соревнования часто сопровождаются высоким уровнем стресса и ожиданием успеха, часто становятся источниками фрустрации для спортсменов. Такие не-

благоприятные воздействия, возникающие на соревнованиях, особенно если они затрагивают самоуважение спортсмена, могут существенно увеличить вероятность его агрессивного поведения. Также соревнующиеся нередко сталкиваются с ситуациями, в которых их способности подвергаются сомнению со стороны тренера и болельщиков, и это играет ключевую роль в их эмоциональных переживаниях. Такие обстоятельства акцентируют внимание на психологической составляющей агрессии в спортивной среде [1].

Чаше агрессия воспринимается как негативное поведение спортсменов и связана с насильственными действиями, которые направлены на причинение вреда сопернику. В таком случае агрессия называется враждебной, неконструктивной. Тем не менее, агрессия может носить и положительный характер, проявляясь в виде инструментальной, конструктивной, принимая подобие тактического хода спортсмена.

В большинстве случаев спорт воспринимается людьми как сфера деятельности, где агрессия не только не осуждается, но часто поощряется тренером и спортивными болельщиками. Ключевым фактором выступает вид спорта. Исследователи проблемы агрессии в спорте Сигал Н. С., Штых В. А., Александров Ю. В. отмечают, что в некоторых видах спорта она является совершенно приемлемой и необходимой, а вот в других она совершенно недопустима. Но при этом все же указывается на то, что, как и в любой другой области, неспособность спортсменов адекватно контролировать свои эмоции может оказать отрицательное воздействие на их выступления [4]. Также подчеркивается важность и необходимость формирования умений управлять факторами, связанными с эмоциями, чтобы минимизировать негативные последствия агрессии и способствовать контролю над ней во благо спортивных результатов.

В целом, многие авторы отмечают, что агрессивность в спорте необходимо рассматривать как физические и психические действия, выходящие за рамки спортивных норм и правил и направленные на деструкцию психических процессов, состояний и свойств личности спортсмена (спортсменов). Вследствие разграничения понятий «инструментальная спортивная агрессия» и «агрессивность» можно сделать вывод о том, что первое подразумевает достижение высоких результатов в спорте, стимулирует на пути к победе, а второе несёт в себе опасность для спортсмена (субъекта агрессивности) быть дисквалифицированным из соревнований и вызывать общественное осуждение.

Агрессивность на тренировках и соревнованиях нередко и чаще активно проявляется более юными спортсменами. Это может быть связано с возрастом молодых людей, которые ещё не всегда умеют и могут совладать со своими эмоциями, несогласованностью убеждений спортсмена с намерениями тренера, страхом быть подвергнутым осуждению со стороны членов своей команды, тренера, спортивного окружения, болельщиков за поражение в соревнованиях, недостаточной сплочённостью в команде по вопросам стратегических программ и имеющимися разногласиями. Данные факторы, обусловленные внутренними и внешними обстоятельствами, напрямую оказывают влияние на эмоции спортсмена, в том числе на проявление деструктивной агрессивности.

Проведённое анкетирование показало, что спортсмены, которые находились в начале своей спортивной карьеры и состояли в сборной команде университета непродолжительное время, были склонны чаще проявлять свою агрессию, и им часто было трудно управлять своими отрицательными эмоциями. Они отметили, что это связано с их психологической неподготовленностью, недостатком знаний о том, как вести себя и управлять своими эмоциями в конкретный критический соревновательный момент. Им часто было сложнее совладать с порывом своих эмоций, и они часто с трудом могли сдерживать проявление своего гнева. Более опытные спортсмены, наоборот, чаще умели направить свою агрессию в «нужное русло» для достижения стратегического преимущества в непосредственных игровых схватках с соперником и в соревновании.

Необходимо отметить, что проявление агрессии у спортсменов зависело от множества факторов, таких как личностные характеристики спортсмена (темперамент, эмоциональное состояние, уровень подверженности стрессу и фрустрации), условия проведения соревнований, интенсивность физической активности, состояние высокой эмоциональной напряжённости. Важно отметить, что баскетбол как вид командной спортивной деятельности иногда провоцирует агрессию со стороны спортсмена, потому что она необходима с целью достижения командно-значимых целей, а допустимое агрессивное поведение оправдано его намерением защитить интересы других членов своей команды. Все спортсмены отметили, что их агрессия часто бывает способом получить признание их близких людей, болельщиков и авторитетных личностей в спорте. Многие отметили, что такое поведение помогает им почувствовать себя независимее и сильнее. 20 % спортсменов считают себя вспыльчивыми и отмечают, что часто испытывают злость на соревнованиях.

Многие баскетболисты отметили, что, по их мнению, в случае одиночной борьбы им легче сдерживать проявление агрессии, чем в командных действиях. На вопрос «Каково Ваше отношение к проявлению агрессии в спорте?» 45 % баскетболистов ответили положительно, 20 % выразили противоположное мнение и отметили, что рассматривают агрессию в спорте как "спортивную некомпетентность" спортсменов или как «неспортивное поведение». 5 % баскетболистов определили свое отношение как «нейтральное».

Большинство спортсменов отметили, что если агрессивное поведение не выходит за рамки деструктивного, наносящего значимый вред здоровью и психологическому состоянию соперника, то его можно рассматривать как "повышенный эмоциональный фон спортсмена" или как "вынужденную меру для выполнения тактических установок ведения игры". По мнению многих, допустимая, конструктивная агрессия является "неотъемлемой частью спортивной конкуренции для достижения превосходства над соперником, способствующей спортивной победе в целом". На вопрос «Стал ли баскетбол более агрессивным?» 86 % спортсменов ответили «Да», 10 % ответили «Нет», 4 % ответили «Не совсем». Все спортсмены подтвердили, что "современный спорт превратился в профессию", и жесткость в игре зависит от многих факторов, например, от неопытности спортсменов, чрезмерных усилий, конкуренции, низкого уровня команд, а также разного уровня агрессивности спортсменов.

Многие спортсмены отметили, что иногда они "переносят свои бытовые проблемы в соревновательный процесс" и при эмоциональной неустойчивости не могут совладать со своими негативными эмоциями. 35% спортсменов отметили, что "само общество сейчас стало более агрессивным, а спорт является его частью, поэтому и он стал агрессивным". 68% баскетболистов считают, что "в игре не спортсмены агрессивны, а выросли скорости игры и технические аспекты, заставляющие спортсменов быть более агрессивными". 10% спортсменов отметили, что на уровень проявления агрессии может влиять эмоциональное выгорание, вызванное усталостью от тренировок, от недостигнутых надежд на победы. Тогда спортсмен теряет волю к спортивной борьбе, озлобляется и начинает вымещать злость и обиды на окружающих, в частности на коллегах по команде и на противниках. На вопрос «Должен ли тренер команды держать под контролем состояние своих игроков, помогать им, если он заметит чрезмерно возбужденное психологическое состояние спортсмена?» все спортсмены ответили «Да». Наблюдение показало, что не вся агрессия спортсменов являлась деструктивной по своей сути. Наблюдалась и инструментальная агрессия, которая служила спортсменам средством для достижения успеха в соревновании.

ВЫВОДЫ. По результатам исследования считаем возможным отметить, что проблема агрессии в современном спорте актуальна. Спорт стал жёстче, особенно игровые виды спорта, к которым относится баскетбол. Обобщая мнения респондентов, очевидно преобладание точки зрения о том, что спортсмены стали более агрессивны. При этом молодые спортсмены проявляют большую терпимость к агрессии и чрезмерной жёсткости в спорте.

Результаты исследования показали, что компетентные и эмоционально устойчивые игроки реже проявляли необоснованные вспышки гнева на соперников или товарищей по команде. В целом, спортивная агрессия могла служить как положительным, так и отрицательным фактором в достижении успеха в соревнованиях. Эффективное управление своими эмоциями предоставляло спортсменам возможность превратить агрессию в конструктивный элемент спортивной деятельности.

В то же время недостаток контроля над агрессией может привести к разрушительным последствиям как для достоинства спортсмена, так и для результативности в спортивной карьере.

Выделенные факторы, побуждающие спортсменов к проявлению агрессии, можно классифицировать по группам. К первой группе факторов относятся социально-культурные, где главным постулатом выступает то, что спорт превратился в профессию, и в ней все средства хороши для достижения цели, так как существует высокая конкуренция и на кону большие материальные награды. Ко второй группе факторов относятся личностно-психологические: спортсмены становятся психологически и эмоционально неустойчивыми, и не все игроки умеют контролировать свои эмоции. Третья группа факторов обусловлена отношением тренеров, российского и мирового общества, а также спортивных болельщиков, которые часто поддерживают проявление агрессивного поведения спортсменами, рассматривая его как способ добиться доминирования над соперником.

Подводя итог, можно констатировать, что исследование феномена агрессии в спортивной сфере открывает возможности для улучшения навыков управления эмоциями и дальнейшего развития в этой области. Агрессия может быть конструктивной и способствовать победе или враждебной и становиться препятствием для спортивных достижений.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: лучший в мире учебник по психологии агрессии. Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 510 с.
2. Мещеряков Б. Г., Зинченко В. П. Большой психологический словарь. Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2004. 672 с. EDN: YKBUTZ.
3. Розенфельд А. С., Рямова К. А., Степин Г. В. Агрессия и мораль в социокультурном пространстве спортивной деятельности. DOI 10.14529/hsm23s111 // Человек. Спорт. Медицина. 2023. Т. 23, № S1. С. 76–84. EDN: WGZIPW.
4. Сигал Н. С., Штых В. А., Александров Ю. В. Агрессия в спортивной деятельности. DOI 10.15391/snsv.2014-3.017 // Слобожанский научно-спортивный вестник. 2014. № 3 (41). С. 86–89. EDN: SJHBER.

REFERENCES

1. Berkowitz L. (2007), "Aggression: causes, consequences and control: the world's best textbook on the psychology of aggression", St. Petersburg, Prime-Euroznak, 510 p.
2. Meshcheryakov B. G., Zinchenko V. P. (2004), "A large psychological dictionary", St. Petersburg, Prime-Euroznak, 672 p.
3. Rosenfeld A. S., Ryamova K. A., Stepin G. V. (2023), "Aggression and morality in the socio-cultural space of sports activity", *Man. Sport. Medicine*, Vol. 23, No. S1, pp. 76–84, DOI: 10.14529/hsm23s111.
4. Sigal N. S., Shtykh V. A., Alexandrov Yu. V. (2014), "Aggression in sports activity", *Slobozhansky Scientific and Sports Bulletin*, No. 3 (41), pp. 86–89, DOI: 10.15391/snsv.2014-3.017.

Информация об авторах:

Беркалиев А.А., ORCID: 0009-0004-7289-7280, SPIN-код 7649-2335.

Гарина О.Г., кафедра «Физическая культура и спорт», ORCID: 0009-0000-7478-3683, SPIN-код 7394-0135.

Калмыков И.С., кафедра «Физическая культура и спорт», ORCID: 0009-0006-0662-4270, SPIN-код 9705-6579.

Куземко Ю.В., ORCID: 0000-0002-0449-4269, SPIN-код 1478-6564.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 28.03.2025.

Принята к публикации 16.06.2025.