

3. Ашкинази, С. М. Агрессия в спорте : материалы к лекции / С. М. Ашкинази, В. Л. Марищук, Е. Н. Курьянович. – СПб. : ВИФК, 2003 – 26 с.
4. Мартенс, Р. Социальная психология и спорт / Р. Мартенс. – М. : ФиС, 1979. – 176 с.
5. Марищук, Л. В. Психология спорта : учеб. пособие / Л. В. Марищук. – 2-е изд., испр. и доп. ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2006. – 147 с.
6. Фурманов, И. А. Психологические основы диагностики и коррекции нарушений поведения у детей подросткового и юношеского возраста / И. А. Фурманов. – Минск : НИО, 1997. – 198 с.
7. Марищук, Л. В. Агрессия в баскетболе / Л. В. Марищук, А. А. Быкова / Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту (науч.-пед. школа В.И. Рудницкого) : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8–10 апр., 2009 г. : в 4 т. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2009. – Т. 4. – С. 301–304.
8. Пеньковский, Е. А. Красный лед: Хоккей России: Будущего нет без прошлого : трилогия / Е. А. Пеньковский. – М. : Российская газета, 2005. – 264 с.

Поступила 12.06.2017

## АГРЕССИЯ И АГРЕССИВНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ

**Л.В. Марищук**, д-р психол. наук, профессор, *Кан Яо*,  
Белорусский государственный университет физической культуры

*В статье анализируются точки зрения представителей различных психологических школ на феномены «агрессия» и «агрессивность». Введено понятие «нормативная агрессия спортсмена», так как в целом ряде случаев без проявления достаточно выраженной агрессии достижение высокого спортивного результата или победы просто невозможно. Приведены сведения из протоколов 10 игр двух баскетбольных команд из провинций Шаньси и Пекин.*

## AGGRESSION AND AGGRESSIVENESS OF ATHLETES

*Points of view of representatives of various psychological schools on the phenomena «aggression» and «aggressiveness» are analyzed. A concept «standard aggression of an athlete» is introduced as a behavioral necessity for achievement a sports result, victory, which in a number of cases is just impossible without manifestation of a reasonably expressed aggression. Protocol data of ten games of two basketball teams from the provinces Shansi and Beijing are provided.*

**Введение.** Слово «агрессия» имеет корни в латинском языке – aggression, onis – нападение, aggressor, oris – разбойник, «adgradi» («ad» – «на», «gradus, us» – «шаг»), «наступать». Термином «агрессия» обычно обозначается нападение, доминантное, наносящее вред другому, поведение, интегрирующее деструктивные формы (убийства и самоубийства), издевательства, насмешки, злобные шутки, сплетни.

Общепринятой теории агрессии до настоящего времени не сформулировано. Наиболее фундаментальными и детально проработанными концепциями являются: теория агрессии как проявления инстинкта (З. Фрейд, К. Лоренц), теория «фрустрации-агрессии» (Дж. Доллард, Н. Миллер), теория социального научения (А. Бандура), теория переноса возбуждения (Д. Зиллманн), когнитивная модель агрессивного поведения (Л. Берковиц).

Инстинктивная теория агрессивности З. Фрейда [14] полагает ее врожденной особенностью личности, в основе которой лежит Танатос (инстинкт смерти). Изменение направления агрессии – проецирование на внешние объекты порождается борьбой Танатоса с Эросом (инстинктом жизни). Супер-Эго, как носитель норм культуры общества, направлено на обуздание агрессивности. Если агрессия не находит выхода вовне, она направляется на себя, трансформируясь в аутоагрессию.

Теория К. Лоренца [10] гласит, что природа человеческой агрессивности инстинктивна, потому что человек является представителем животного мира. Агрессивность и у животных, и у человека имеет биологическую основу – инстинкт борьбы (за существование). К. Лоренцем выделены общие для всего живого мира, виды агрессии: межвидовая и внутривидовая агрессия, функциональным содержанием которых выступают сохранение вида, распределение в жизненном пространстве, защита потомства.

Фрустрационная теория Д. Долларда и Н. Миллера [18] определяет агрессивность процессом не эволюционным, но ситуативным. Агрессия всегда является результатом фрустрации. Чем выше предвкушение удовольствия от достигаемой цели, чем сильнее препятствия к ее достижению и чем сильнее блокировка реакций, тем глубже фрустрация и ярче проявление агрессивного поведения. Фрустрации, следующие одна за другой, усиливают свое действие, что может вызвать агрессивную реакцию большей силы. Широкая доказательная база обсуждаемой теории тем не менее имеет слабое звено – среди фрустрированных личностей совсем не все проявляют агрессию к окружающим.

Теория социального научения А. Бандуры [2] постулирует, что агрессия представляет собой интериоризированное в процессе социализации (приобретения опыта поведения в микро- и макросоциуме). Отрицательные эмоции вызывают эмоциональное возбуждение, реализуемое по усвоенному образцу либо в агрессивном поведении, либо в конструктивном решении проблемы. Многократное повторение агрессивных действий совершенствует их, равно как в процессе тренировки совершенствуется двигательный навык. Успешность агрессивных действий заметно повышает силу мотивации к их использованию, неуспешность – тормозит ее. Социальное подкрепление также играет свою роль. Различаются две формы подкрепления: положительное – следуя за реакцией, стимул, поддерживает ее или усиливает; отрицательное – усиление реакции после устранения стимула.

Теория переноса возбуждения Д. Зилманна [20] подобна теории доминанты А.А. Ухтомского [13] – возбуждения от разных стимулов интегрируются, усили-

вая агрессивную эмоцию, в ряде случаев, подкорка давляет над корой (emotio над ratio), вызывая импульсивную агрессию, не контролируемую рассудком. Источником агрессии выступают внешние причины, провоцирующие нанесение ущерба. Возбуждение трансформируется в агрессивную оборонительную реакцию «нападай или беги», значимую для выживания.

Дальнейшее развитие фрустрационная теория получила в теории посылов к агрессии Л. Берковица [4, 17]. В теорию Д. Долларда и Н. Миллера [18] Л. Берковиц внес три уточнения.

1. Фрустрация стимулирует готовность к агрессии, но не обязательно реализуется в агрессивных действиях.

2. Для возникновения агрессии в состоянии готовности необходимы провоцирующие ее условия.

3. Агрессивное разрешение ситуации фрустрации формирует у человека привычку именно таким образом.

**Основная часть.** Р. Бэрон и Д. Ричардсон выделяют четыре основные детерминанты агрессии: социальные, внешние, индивидуальные и биологические [6]. Первые две можно соотнести с теорией «фрустрации-агрессии», в то время как вторые, скорее, относятся к «инстинктивным» теориям.

В психологической литературе выделяются и другие виды и формы агрессии. В частности, Э. Фромм [15] выделяет два вида агрессии: «доброкачественную», проявляющуюся в момент опасности и имеющую оборонительный характер, и «злокачественную», представляющую собой жестокость и деструктивность, спонтанную и связанную с личностью. «Доброкачественная» агрессия затухает в момент, когда опасность исчезает, «злокачественная», как свойство личности, сохраняется.

Враждебную и инструментальную, как два типа агрессии, выделяет Х. Хеккаузен [16]. Враждебная агрессия – имеет цель – нанесение вреда другому, инструментальная – имеет нейтральный характер. Инструментальная агрессия выступает средством, в дальнейшем мы вслед за В.Л. Марищуком [1] станем в спорте называть ее нормативной.

В определении агрессии Х. Хеккаузен [16] полагает, что «...множество разнообразных действий, нарушающих физическую или психическую целостность другого человека (или группы людей), наносящих ему материальный ущерб, препятствующих осуществлению его намерений, противодействующих его интересам или же ведущих к его уничтожению».

Р. Бэрон и Д. Ричардсон [6] пишут, что «агрессия, в какой бы форме она не проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного с собой обращения».

А. Басс и А. Дарки выделили пять видов агрессии [3]: *физическую* (связанную с моторными актами, нанесением травм, лишением жизни и др.); *вербальную* (оскорбление словами, угрозы, унижение и т. д.); *косвенную* (организация интриг, очернение «за глаза», сплетни и т. п.); раздражение (грубость, вспыльчи-

вость, готовность к демонстрации презрения, ненависти, гнева); негативизм, как открытое выражение отрицательного отношения к окружающему миру, подчеркивание своего неуважения, пренебрежения, постоянное брюзжание.

Разграничив виды агрессии, А. Басс и А. Дарки [3] определили два вида враждебности (обида и подозрительность). Обида – чувство горечи и гнева за причиненную боль. Подозрительность – недоверие к окружающим, ожидание агрессивности с их стороны.

Агрессия рассматривается как психическое состояние и как форма поведения, в то время как агрессивность понимается психическим свойством личности, заключающимся в готовности достигать своих целей насильственными средствами.

Как специфическая форма поведения, агрессия – это проявление агрессивности в деструктивных действиях, направленных на нанесение вреда кому-либо. Фактором, провоцирующим агрессию, А. Лазарус [9] называет наличие угрозы, вызывающей стресс, реакцией на который выступает агрессия. Однако существует два типа реакции на угрозу – нападение или бегство.

Агрессивность как свойство личности может иметь разный уровень выраженности от минимума (редкое, не яркое проявление) до максимума, сила проявления и его интенсивность (жестокость, направленность: на себя, на мир, на «врага», устойчивость). Агрессивность играет разные роли: 1) – как средство достижения цели, в спорте – это нормативная агрессивность. Как гармонически развитая личность, спортсмен должен обладать определенным уровнем; нормативной агрессивности, иначе в противоборстве победы не достичь. 2) – как способ удовлетворения или замещения потребности в самоутверждении; 3) – как способ разрядки, самоцель. Две последние могут вылиться в акцентуации либо быть их проявлением.

Г.Э. Бреслав [5] отмечает, что агрессивность включает три компонента: когнитивный, аффективный и волевой. Когнитивный – осознание угрозы, объективной или субъективной так понимаемой, ее носителя как потенциального противника, определение оснований агрессии. Аффективный – проявляется легкостью возникновения и проявления стенических отрицательных эмоций. Волевой – выступает волевыми (вполне положительными) качествами – целеустремленностью, настойчивостью, решительностью. Степень выраженности компонентов в триаде варьирует в зависимости от типа темперамента.

В выделяемых А.А. Реаном двух полярных подходах [11]: этико-гуманистическом (гуманистической и экзистенциальной психологии и философии, в христианстве) агрессивность понимается как зло, в то время как в эволюционно-генетическом (теории выживания, психобиологические теории, теории социальной адаптации) злом она не рассматривается. Агрессия, как намеренно направленные на причинение ущерба действия, сохраняет ту же тенденцию.

К свойству агрессивности близко свойство враждебности, определяемой Л. Берковицем [4] установкой неприятия другого или группы, выражающейся в крайне отрицательной оценке объекта агрессии. Принципиальное различие



агрессивности, проявляющейся в поведенческих актах, и враждебности, заключающейся в установках и отношениях, состоит в материальности первой и идеальности второй. Враждебность увеличивает вероятность проявления агрессивности, но не всегда ее сопровождает. В спортивной деятельности враждебность к сопернику, как правило, не наличествует, она, скорее, может проявиться в отношении товарищей по команде.

В спорте принято выделять две формы агрессивного поведения. Внутриспортивное – иначе проявление нормативной агрессии и *внешнеспортивное – агрессия, нарушающая правила* [8].

Агрессия проявляется своеобразно в разных видах спорта. В бесконтактных видах (гимнастика, шахматы и т. д.) спортсмены могут проявлять косвенную агрессию (напомним: сплетни, злословие). Эта агрессия – ненормативна. В контактных – нормативная агрессия – естественный способ добиться преимущества (бокс, единоборства). Проявление спортивной (нормативной) агрессии регламентируется правилами каждого вида спорта, но, к сожалению, часто проявляется ненормативная агрессия и даже агрессивность. Объяснением этому может служить высокий уровень психического напряжения спортсмена в процессе соревновательной деятельности. Неразрешенным до конца противоречием, о чем говорилось во введении, является проблема возникновения агрессии и агрессивности. Стрессогенные условия как соревновательной, так и тренировочной деятельности, а уровень стрессогенности оценивается всегда индивидуально, выливаются в агрессию (разрешенную правилами – нормативную, но чаще не нормативную) и трансформируются в агрессивность (запрещенную всегда). А нарушать, как известно, хочется запрещенное, а не разрешенное.

По мнению Дж.Б. Кретти [7], спортсмены-игровики являются более агрессивными, нежели единоборцы, а среди игровиков в худшую сторону выделяются баскетболисты. В проводимом исследовании нами проанализированы протоколы 10 игр сборной команды провинции Пекин. В команде два легионера, которые в общий расчет не включены, однако отметим, что именно они провели на площадке около 340 минут, в их активе около 50 результативных 3-очковых и более 70 2-очковых бросков. Нарушения правил ими были допущены 68 раз.

Среди спортсменов-китайцев, проводивших максимальное количество времени на площадке, З.Х. Чуань (302,3 мин) совершил 129 бросков, из них 71 результативный, «фолил» 20 раз (по 2 раза за игру). Джи Зе (206,7 мин) совершил 56 бросков из них 29 результативных, «фолил» тоже 20 раз. З.С. Тао (всего 99,7 мин) бросал 19 раз, попал – 9 раз, «фолил» 23 раза. З.К. Пенг пробыл на площадке 215 мин, бросал 75 раз, результативно – 39, а «фолил» всего 12 раз. Ж.Я. Хи пробыл на площадке 36,8 мин, совершил 54 броска, результативных – 25, а «фолил» 37 раз – больше всех игравших за исключением 2 легионеров. Это половина команды. У второй половины время пребывания на площадке меньше – от 150 до 8,7 минут, но и нарушений правил за это время, они допускали от 16 до 1, выполняли до 42 бросков, не менее половины из которых были результативны. Результаты исследования в определенной мере подтверждают точку зрения

Дж.Б. Кретти [7]. Конечно, это предварительные данные, тщательный их анализ будет представлен позже в сопоставлении с результатами белорусских команд.

**Заключение.** Проведенный анализ агрессии (агрессивного поведения) и агрессивности как свойства личности продемонстрировал разнообразие, даже некоторую полярность, точек зрения на проблему. В пылу борьбы, если следовать учению З. Фрейда, «Оно» – инстинкты, самые глубинные, прорывается наружу – отсюда агрессивность. Каждый спортсмен однажды бывал побежден, согласно Дж. Долларду и Н. Миллеру, это фрустрировавшее его событие выливается в агрессивные действия, а жажда реванша преобразует его в агрессивность. Испытав агрессивность победившего соперника на себе, спортсмен (в рамках теории научения А. Бандуры) усваивает этот способ поведения и применяет его в спортивной деятельности для достижения цели.

Агрессия, как состояние, в статье не анализируется – нет пока собственных эмпирических данных, и дифференцировать поведение от состояния пока не представляется возможным.

В спорте нормативная агрессия регламентируется правилами и является необходимой во многих его видах. Вопрос агрессивности сложнее, но, по-видимому, в спорте существование нормативной агрессивности также необходимо, как и агрессии. Наиболее важным для спортсмена является сохранение им нормативного статуса (и агрессии, и агрессивности) в процессе спортивной деятельности, но отсутствие любого вида агрессии в повседневной жизни.

1. Ашкинази, С. М. Агрессия в спорте : материалы к лекции / С. М. Ашкинази, В. Л. Марищук, Е. Н. Курьянович. – СПб. : ВИФК, 2003. – 26 с.
2. Бандура, А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М. : ЭКСМО-ПРЕСС, 1999. – 512 с.
3. Басс, А. Концепция агрессии и враждебности / А. Басс, А. Дарки. – Екатеринбург, 2003. – 112 с.
4. Берковиц, Л. Агрессия. Причины, последствия, контроль / Л. Берковиц. – М. : 2001.
5. Бреслав, Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности : учеб. пособие / Г. Э. Бреслав. – СПб. : Речь, 2007. – 144 с.
6. Бэрон, Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – СПб. : Питер, 2000. – 352 с.
7. Кретти, Дж. Б. Психология в современном спорте / Дж. Б. Кретти. – М. : ФиС, 1978. – 224 с.
8. Лагин, П. Р. Влияние агрессивных видов спорта на личность / П. Р. Лагин. – М. : Лаб. кн., 2010. – 114 с.
9. Лазарус, А. Краткосрочная мультимодальная психотерапия / А. Лазарус. – СПб. : Речь, 2001. – 234 с.
10. Лоренц, К. Агрессия / К. Лоренц. – М. : Прогресс, 2004. – 614 с.
11. Реан, А. А. Агрессия и агрессивность личности / А. А. Реан. // Психологический журнал. – 2003. – № 5. – С. 34–37.
12. Сало, С. И. Исследование гендерных и возрастных факторов, влияющих на формирование агрессии / С. И. Сало, Е. В. Романина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – № 3. – С. 30–31.
13. Ухтомский, А. А. Доминанта / А. А. Ухтомский. – СПб. : Питер, 2002. – 448 с.
14. Фрейд, З. Введение в психоанализ / З. Фрейд. – М. : АкадемПроект, 2009. – 417 с.
15. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М., 1998. – 672 с.