

рассматривать как компонент общего процесса саморегуляции в деятельности, выражаемой в улучшении внимания, памяти, сохранении оптимального эмоционального фона для быстрых и точных действий.

1. Бойко, Е. И. Механизмы умственной деятельности: избранные психологические труды / Е. И. Бойко; под ред. А. В. Брушлинского и Т. Н. Ушаковой. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: МОДЭК, 2002. – 688 с.

2. Марищук, В. Л. Акмеология физической культуры и спорта: учеб. / В. Л. Марищук, Л. В. Марищук. – СПб.: Воен. ин-т. физ. культуры, 2008. – 354 с.

3. Марищук, Л. В. Психология спорта: учеб. пособие / Л. В. Марищук. – 2-е изд., испр. и доп. – Минск: БГУФК, 2006. – 147 с.

4. Марищук, Л. В. Проблемы психологического обслуживания в спорте высших достижений: материалы I междунар. науч. конф. (Ереван, 23–26.10.2017) / Л. В. Марищук. – Ереван: ЕГИФК, 2017. – С. 19–26.

5. Пуни, А. Ц. Некоторые психологические вопросы готовности к соревнованию в спорте: избр. лекции / А. Ц. Пуни. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 31 с.

АГРЕССИЯ И АГРЕССИВНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ

Марищук Л.В., Кан Яо

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

Термином «агрессия» обычно обозначается нападение, доминантное, наносящее вред другому, поведение, интегрирующее деструктивные формы (убийства и самоубийства), издевательства, насмешки, злобные шутки, сплетни.

Агрессия рассматривается как психическое состояние, форма поведения, в то время как агрессивность – это психическое свойство личности, заключающееся в готовности достигать своих целей насильственными средствами. 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).

Враждебная агрессия имеет цель – нанесение вреда другому, инструментальная имеет нейтральный характер. Инструментальная агрессия выступает средством. В дальнейшем мы вслед за В.Л. Марищуком [1], в спорте станем называть ее нормативной.

А. Басс и А. Дарки выделили пять видов агрессии: 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, вспыльчивость, готовность к демонстрации презрения, ненависти, гнева); негативизм как открытое выражение отрицательного отношения к окружающему миру, подчеркивание своего неуважения, пренебрежения, постоянное брюзжание [2].

Агрессия проявляется своеобразно в разных видах спорта. В бесконтактных видах (гимнастика, шахматы и т. д.) спортсмены могут проявлять косвенную агрессию (сплетни, злословие). Эта агрессия ненормативна. В контактных (бокс, единоборства) – нормативная агрессия – естественный способ добиться преимущества в схватке. 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 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 ненормативную) и трансформируются в агрессивность (обычно запрещенную). Агрессивность играет разные роли: 1) средство достижения цели в спорте – это нормативная агрессивность. Спортсмен должен обладать определенным уровнем нормативной агрессивности, иначе в противоборстве победы не достичь. 2) способ удовлетворения или замещения потребности в самоутверждении; 3) разрядка, самоцель. Последние два свойства личности часто выступают как асоциальные и даже антисоциальные. Наиболее важным для спортсмена является сохранение им нормативного статуса (и агрессии, и агрессивности) в процессе спортивной деятельности, но отсутствие любого вида агрессии в жизни повседневной.

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. 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 апреля, 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.