

СТРУКТУРНІ ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОСТІ СПОРТСМЕНІВ- ЛЕГКОАТЛЕТІВ З РІЗНИМИ СТРАТЕГІЯМИ КОПІНГУ

Вивчено особливості структури агресивності спортсменів – легкоатлетів з різними стратегіями копіngu. Виявлено, що вибір стратегії «вирішення проблем» залежить від образи, почуття провини, підозрливості, непрямой вербальної агресії, уникання проблем і пошуку соціальної підтримки. Ця стратегія протиставляється прямій фізичній агресії та впливає на прояв прямої вербальної агресії. Встановлено, що вибір стратегії «пошук соціальної підтримки» спирається на використання таких стратегій як «уникання проблем» і «вирішення проблем».

Ключові слова: агресія, агресивність, спортсмени – легкоатлети, копіng, стратегії копіngu, факторний аналіз.

А.В. Коцарь

СТРУКТУРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ- ЛЕГКОАТЛЕТОВ С РАЗЛИЧНЫМИ СТРАТЕГИЯМИ КОПИНГА

Изучены особенности структуры агрессивности спортсменов-легкоатлетов с разными стратегиями копинга. Выявлено, что выбор стратегии «решение проблем» зависит от обиды, чувства вины, подозрительности, косвенной вербальной агрессии, избегания проблем и поиска социальной поддержки. Эта стратегия противопоставляется прямой физической агрессии и влияет на проявление прямой вербальной агрессии. Установлено, что выбор стратегии «поиск социальной поддержки» базируется на использовании таких стратегий как «избегание проблем» и «решение проблем».

Ключевые слова: агрессия, агрессивность, спортсмены-легкоатлеты, копинг, стратегии копинга, факторный анализ.

A.V. Kotsar

STRUCTURAL FEATURES OF AGGRESSIVENESS OF SPORTSMEN-ATHLETES WITH DIFFERENT STRATEGIES OF COPING

The features of structure of aggressiveness of sportsmen-athletes with different strategies of coping are studied. It is educed, that the choice of strategy «decision of problems» depends on offense, sense of guilt, suspiciousness, indirect verbal aggression, avoidance of problems and search of social support. This strategy is matched against direct physical aggression and influences on the display of direct verbal aggression. It is set, that the choice of strategy «search of social support» leans on the use of such strategies as «avoidance of problems» and «decision of problems».

Key words: aggression, aggressiveness, sportsmen-athletes, coping, strategies of coping, factorial analysis.

У сучасних дослідженнях спорт розглядається як соціально бажаний спосіб каналізації агресії. Спортивна діяльність, як правило, зв'язана зі спортивною боротьбою, яка має особливо гострий характер під час спортивних змагань, що є, як

і систематичне тренування, обов'язковою складовою частиною професійної діяльності спортсмена, сприяє розвитку в нього здатності до максимальних напруг фізичних сил, великої сили й глибини емоційних переживань, загостреної діяльності всіх психічних процесів. При цьому ситуація змагання досить часто визначається особливостями копінгової поведінки спортсменів, оскільки їм необхідно долати різноманітні труднощі, які виникають у цій ситуації, роблячи її кризовою. Отже виникає необхідність комплексного системного вивчення питання про особливості взаємозв'язку агресивності та стратегій копінгової поведінки спортсменів.

Аналіз досліджень та публікацій.

Звернемося до найбільш актуальних питань вивчення *агресивності в спорті*, розглянувши їх в контексті комплексного дослідження німецьких футбольних команд (спостереження проводилося протягом 1800 матчів), результати якого дозволили розкрити певні причини й умови прояву агресивності спортсменами в різних ситуаціях. Спортивна команда розглядалась як своєрідне суспільство в мініатюрі, що містить у собі фрустрації, заохочення й взаємодії, які спостерігаються й у соціальних групах. До агресивних дій були віднесені персональні (неетичні) порушення правил, вербальна й фізична агресія. Було виявлено, що команди, які програють, роблять більше порушень, чим ті, які виграють. Отже, фрустрація, викликана можливістю поразки, визначає агресивне поведіння. Професор Фолькамер указує, що порушення правил можуть виникати також через проблеми координації й не завжди є результатом надмірно агресивного поведіння. Команди, що грають на своєму полі, допускають менше порушень, чим ті, які грають на чужому. Це обумовлено тенденцією приїжджих команд сприймати себе у ворожому середовищі. Порушень звичайно буває менше, коли команда має велику кількість очків. Виявилося також, що команди, які займають більш низькі місця в турнірній таблиці, діють більш агресивно, навіть коли вони виграють [3].

У цьому докладному дослідженні були виявлені й інші, непрямі, фактори, що впливають на число порушень, вчинених спортсменами (відношення щодо ситуації з рахунком тощо). Також у ході аналізу кількості порушень відзначається «ланцюгова реакція» у порушеннях правил – якщо гра почалася із серйозного по-

рушення, то потім відбувається ціла низка порушень правил через погіршення морального духу команди [3].

Треба також відзначити, що при зустрічах команд, які займають різні місця в турнірній таблиці, команда, яка перебуває вище, може допускати більшу кількість порушень. Агресивність осіб більш високого статусу допускається, особливо якщо вона спрямована на тих, хто має більш низький статус [2].

У цілому, моделювання вивчення агресивності в спорті показує, що агресивні тенденції знижуються, якщо прояв агресивності пов'язаний з фізичним стомленням і якщо агресивні дії в певній спортивній ситуації заохочуються. Більше того, у суб'єктів з вираженим прагненням до агресивності ймовірність послаблення цих тенденцій завдяки заняттям спортом не знижується, на відміну від людей з незначно вираженими або середніми агресивними настановами й потребами [1; 6].

Підсумовуючи розгляд найбільш актуальних питань вивчення агресивності в спорті, треба окремо зазначити, що питання про структурні особливості її взаємозв'язку зі стратегіями копінгової поведінки спортсменів так і залишається недостатньо комплексно та системно вивченим. У свою чергу, поняття «*копінг*», яке досить вільно вживається у різних роботах, охоплює широкий спектр людської активності – від несвідомих психологічних захистів до цілеспрямованого подолання кризової ситуації. Психологічне призначення копінгу полягає в тому, щоб якнайкраще адаптувати людину до вимог цієї ситуації [7].

Роботи з *копінг-стратегій* поки ще є досить розрізненими, тому ледве не кожний новий дослідник при вивченні проблематики копінгового поведіння пропонує свою власну класифікацію. При цьому, щоб хоч якось систематизувати наявні підходи до копінг-стратегій, уже робляться спроби класифікації самих класифікацій.

Стисло розглянемо деякі з названих класифікацій копінг-стратегій. Перлін і Шулер пропонують класифікацію, виділяючи в ній три наступні стратегії: стратегія зміни способу бачення проблеми, стратегія зміни проблеми і стратегія керування емоційним дистресом [4; 5]. Деякі дослідники пропонують класифікації, у яких копінг-стратегії розрізняються залежно від типів процесів (емоційних, пове-

дінкових, когнітивних), що лежать у їхній основі. Є класифікації, в яких розглядається тільки один тип процесів. Так, наприклад, при розгляді когнітивних копінг-стратегій пропонується дихотична класифікація: стратегія пошуку інформації та стратегія закритості для інформації (за Копликом) [4].

У свою чергу, Віталіано виділяє три способи емоційно – орієнтованого подолання: самозвинувачення, уникання й краще тлумачення. Інша теорія також виділяє три види емоційного подолання, але в основі цієї класифікації лежить не тип демонструючої реакції, а те, на що спрямовано дії: на регуляцію внутрішньої емоції; регуляцію поведження, пов'язаного з переживанням емоції; регуляцію контексту, що викликає емоцію. У той же час, деякі дослідники прийшли до того, що стратегії найкраще згрупувати в копінгові стилі, які можуть бути функціональними й дисфункціональними аспектами копінгу. Функціональні стилі – це прямі спроби впоратися із проблемою за допомогою інших або без неї, а дисфункціональні стилі пов'язані з використанням непродуктивних стратегій. У літературі прийнято називати дисфункціональні копінг-стилі «уникаючим копінгом» [5; 7].

Однією з найбільш інтегрованих можна вважати класифікацію Фрайденберга, в якій 18 стратегій згруповані у три категорії: звертання до інших (звертання до інших за підтримкою, будь це однолітки, батьки або хтось ще), непродуктивний копінг (стратегії уникання, які пов'язані з нездатністю впоратися із ситуацією) і продуктивний копінг (працювати над проблемою, зберігаючи оптимізм, соціальний зв'язок з іншими й тонус) [5].

Таким чином, підбиваючи підсумок розгляду загальних підходів до класифікації копінг-стратегій, хотілося б відзначити наступне. По-перше, копінг-стратегії є основою психологічних захистів у конфліктній ситуації та багато в чому залежать від основних психологічних типів особистості. По-друге, копінг-стратегії пов'язані зі стилями поведження особистості в зовнішньому конфлікті, її агресивністю. І по-третє, копінг-стратегії необхідні, коли людина попадає в кризову ситуацію, оскільки будь-яка кризова ситуація припускає наявність якоїсь об'єктивної обставини й певного відношення до неї людини залежно від ступеня її значущості, що супроводжується емоційно-поведінковими реакціями різного ха-

рактеру й ступеня інтенсивності. Особливо це стосується професійної діяльності спортсменів, оскільки досить часто їм необхідно долати різноманітні труднощі, які виникають у ситуації змагання, роблячи її кризовою.

Загалом, розгляд усіх названих вище досліджень (щодо агресивності в спортивній діяльності та стратегій копінгу) свідчить про необхідність комплексного системного вивчення питання про особливості взаємозв'язку агресивності та стратегій копінгової поведінки спортсменів. Особливо це стосується представників тих видів спорту, які визначаються індивідуальною, особистісною активністю спортсменів (зокрема спортсменів-легкоатлетів).

У даному дослідженні робиться спроба системного вивчення особливостей взаємозв'язку агресивності й стратегій копінгової поведінки спортсменів-легкоатлетів.

Мета дослідження: виявити структурні особливості агресивності спортсменів – легкоатлетів з різними стратегіями копінгу.

Методика. Дослідження проводилося на базі Дебальцівської і Єнакіївської міських ДЮСШ. У дослідженні взяли участь 70 спортсменів-легкоатлетів (16 – 17 років). Серед них було проведено наступне тестування: методика «Індикатор копінг-стратегій» (Д. Амірхан), тест А. Ассінгера (оцінка агресивності у відносинах), тест агресивності (опитувальник Л.Г. Почебут), методика «Агресивне поведіння» (Е.П. Ільїн, П.А. Ковальов), опитувальник Басса – Дарки «Діагностика стану агресії».

Вибір як базової для визначення стратегій копінгу методики «Індикатор копінг-стратегій» обумовлений тим, що зазначені в ній стратегії («вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки» та «уникання проблем») у цілому відповідають контекстам трьох названих вище категорій копінг-стратегій за класифікацією Фрайденберга.

Результати дослідження та їх обговорення.

За результатами проведення методики «Індикатор копінг-стратегій» спортсменів з копінг-стратегією «уникання проблем» не виявлено, піддослідні поділилися на 2 групи: перша – з стратегією копінгу «вирішення проблем», і друга – з

стратегією копінгу «пошук соціальної підтримки».

Після процедури факторного аналізу (з ортогональною ротацією Varimax) результатів тестування 2-х названих груп спортсменів були одержані наступні дані.

У *першій групі* спортсменів – легкоатлетів з копінг-стратегією «вирішення проблем» у результаті факторного аналізу було виділено 3 фактора.

Перший фактор (26,403%): предметна агресія (0,887), непряма фізична агресія (0,861), емоційна агресія (0,809), самоагресія (0,630), пряма фізична агресія (0,595), агресивність у відносинах (0,567), пряма вербальна агресія (0,546).

Об'єднання даних показників в один фактор може говорити про те, що у цих спортсменів існує тісний взаємозв'язок між предметною агресією, непрямою фізичною й емоційною агресією. У свою чергу цей комплекс взаємозалежних показників впливає на прояв самоагресії, прямої фізичної агресії, агресивності у відносинах і прямої вербальної агресії в спілкуванні спортсменів-легкоатлетів із провідною копінг-стратегією «вирішення проблем».

Другий фактор (24,204%): почуття провини (0,820), підозрілість (0,788), уникання проблем (0,721), пошук соціальної підтримки (0,698), вирішення проблем (0,508), пряма фізична агресія (-0,537).

На вибір провідної копінг-стратегії «вирішення проблем» оказує істотний вплив почуття провини, підозрілість, уникання проблем і пошук соціальної підтримки. При цьому, перебуваючи в тісному взаємозв'язку з даними показниками, домінуюча стратегія копінгової поведінки протиставляється прямій фізичній агресії.

Третій фактор (8,203%): непряма вербальна агресія (0,695), образа (0,665), вирішення проблем (0,603), пряма вербальна агресія (0,416).

Цей фактор може говорити про те, що у спортсменів-легкоатлетів з копінг-стратегією «вирішення проблем» непряма вербальна агресія може перерости в пряму вербальну агресію при наявності такого компонента як образа. При цьому провідна копінг-стратегія залежить від факторів образи, непрямої вербальної агресії й впливає на пряму вербальну агресію.

У другій групі спортсменів-легкоатлетів з копінг-стратегією «пошук соціальної підтримки» було виділено 5 факторів.

Перший фактор (21,520%): непряма вербальна агресія (0,876), пряма вербальна агресія (0,840), непряма фізична агресія (0,658).

Цей фактор може свідчити про те, що непряма вербальна агресія й пряма вербальна агресія зв'язані між собою та впливають на прояв непрямой фізичної агресії.

Другий фактор (15,245%): пошук соціальної підтримки (0,886), уникання проблем (0,771), вирішення проблем (0,767).

Ґрунтуючись на даних показниках, можна припустити, що спортсмени-легкоатлети для реалізації своєї провідної копінг-стратегії звертаються до таких стратегій як «уникання проблем» та «вирішення проблем».

Третій фактор (14,162%): негативізм (0,844), роздратування (0,810), образа (0,608), пряма фізична агресія (0,488).

Це говорить про те, що негативізм і роздратування проявляються у відповідь на образу на навколишніх за вигадані й дійсні дії. Найчастіше вони знаходять свій вихід через активне відстоювання своєї позиції й у такому випадку можливе застосування прямої фізичної агресії.

Четвертий фактор (10,494%): предметна агресія (0,882), агресивність у відносинах (0,841), образа (-0,478).

Можна сказати про те, що образа протиставляється наступному комплексу взаємозалежних особливостей агресивності: предметна агресія й агресивність у відносинах. Таким чином, при посиленні образи ці два показники слабшають, а при її зниженні предметна агресія й агресивність у відносинах підсилюються.

П'ятий фактор (9,317%): емоційна агресія (0,856), самоагресія (0, 702), почуття провини (-0,528).

Цей фактор можна проінтерпретувати так: емоційне відчуження при спілкуванні з іншими людьми, що супроводжується недоброзичливістю породжує в досліджуваних спортсменів-легкоатлетів агресію, спрямовану на себе. При цьому не виникає почуття провини. Отже у спортсменів-легкоатлетів із провідною копінг-

стратегією «пошук соціальної підтримки» взаємозв'язок емоційної агресії й самоагресії негативно впливає на формування почуття провини, тобто при посиленні цього почуття названі види агресії слабшають, а при зниженні почуття провини емоційна агресія й самоагресія підсилюються.

Висновки. Узагальнення результатів дослідження структурних особливостей агресивності спортсменів-легкоатлетів з різними стратегіями копінгу дозволяє констатувати наступне.

У спортсменів-легкоатлетів з копінг-стратегією «вирішення проблем»:

- Існує тісний взаємозв'язок між предметною, непрямую фізичною та емоційною агресією. У свою чергу, цей комплекс взаємозалежних показників впливає на прояв самоагресії, прямої фізичної агресії, агресивності у відносинах і прямої вербальної агресії в спілкуванні спортсменів-легкоатлетів.

- На вибір провідної копінг-стратегії істотно впливають почуття провини, підозрілість, уникання проблем і пошук соціальної підтримки. При цьому провідна стратегія копінгу протиставляється прямій фізичній агресії.

- Непряма вербальна агресія може перерости в пряму вербальну агресію при наявності такого компонента як образа, при цьому провідна копінг-стратегія залежить від показників образи, непрямой вербальної агресії та впливає на прояв прямої вербальної агресії.

У спортсменів-легкоатлетів з копінг-стратегією «пошук соціальної підтримки»:

- Непряма вербальна агресія й пряма вербальна агресія зв'язані між собою та впливають на прояв непрямой фізичної агресії.

- Вибір провідної копінг-стратегії спирається на використання таких стратегій як «уникання проблем» і «вирішення проблем».

- Негативізм і роздратування впливають на формування образи й прояв прямої фізичної агресії.

- При посиленні образи предметна агресія й агресивність у відносинах слабшають, а при її зниженні ці два показники підсилюються.

- Прояв емоційної агресії спричиняє агресію, спрямовану на себе. При цьому не виникає почуття провини.

Список літератури

1. Бабушкин Г.Д. Психология физической культуры и спорта / Г.Д. Бабушкин. – Омск: Си-бГУФК, 2007. – 270 с.
2. Волков И.П. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / И.П. Волков. – СПб.: Питер, 2002. – 384 с.
3. Гогонов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартынов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288с.
4. Никольская И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. – СПб.: Речь, 2001. – 352 с.
5. Психология совладающего поведения: материалы междунар. науч.–практ. конф. / Отв. ред.: Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. – 426 с.
6. Сафонов В.К. Агрессия в спорте / В.К. Сафонов.– СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2003.– 159 с.
7. Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – 474с.