

Секция «Психология»

Влияние смешанных единоборств на личность спортсмена

Чевычелов Дмитрий Алексеевич

Аспирант

Курский государственный университет, Факультет физической культуры и спорта, Курск, Россия

E-mail: dimas-903@mail.ru

Данное исследование построено со спортсменами 15-18 лет, занимающихся смешанными единоборствами, где правилами допускаются такие приёмы и элементы противоборства, которые запрещены в общепринятых боевых искусствах (дзюдо, каратэ, бокс, тхэквондо и т.д.). Одна из негативных характеристик этого возрастного периода - повышенная агрессивность, конфликтность.

Спортивная агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее спортивным правилам, способное причинить вред противнику через физический ущерб или психологический дискомфорт [2, С. 242].

Для спортивных мероприятий короткого цикла, когда от старта до вручения наград проходит совсем небольшое время, выражение спортивной агрессии - вопрос конкурентных преимуществ, тактики, формы и физической формы конкретного спортсмена [1, С. 78]. Так, Фёдор Емельяненко раз за разом предпочитает выжидательную позицию в поединках, атакуя и защищаясь преимущественно ударами рук и борцовской техникой. Расул Мирзаев напротив использует активно-наступательную тактику, с повышенной агрессивностью к противнику.

Исследователи приходят к тому, что внутренняя агрессивность человека может быть стимулирующим фактором при принятии решения о занятии спортом. Именно в ходе спортивных соревнований происходит выход и компенсация имеющейся агрессивности, которая, в конце концов, приводит к рекордам и победам.

Во многих видах спорта, особенно в тех, где допускается непосредственный физический контакт, различные формы контролируемой физической агрессивности просто необходимы. Можно предположить, что отвечая на вопросы личностных тестов, спортсмены, занимающиеся этими видами спорта, проявят различную степень агрессивности. Данные исследований свидетельствуют о том, что спортсмены высокого класса не только более агрессивны, но и склонны более свободно выражать свои агрессивные тенденции, чем представители так называемой нормальной выборки. Уровень агрессивности, скрытой или явной, существенно изменяется в периоды до, во время и после спортивной деятельности. Вероятно, что существующие сейчас методы оценки уровня агрессивности могут дать лишь общее и поверхностное представление о возможных реакциях спортсмена в ситуациях, провоцирующих различный уровень выраженной или контролируемой агрессивности

Мы провели изучение уровня агрессивности у 2 групп спортсменов: занимающихся смешанными единоборствами и занимающихся футболом. Мы предполагали, что проявления агрессивности у разных выборок могут иметь похожий уровень, но в то же время исходили из того, что уровень агрессивности у футболистов должен быть ниже. Здесь мы исходили из мнения М. Месснера и Д. Сабо, которые пришли к выводу, что жёсткий спорт формирует агрессивность у спортсменов [3, С. 93]. Методику А. Баса и

А. Дарки (модифицированный вариант из 40 вопросов) выполнили 60 спортсменов с 15 до 18 лет: из них 30-бойцы смешанного стиля, 30 - футболисты.

Различия в поведении заметны при фрустрации (преобладание агрессивных реакций у спортсменов), по уровню стремления к социальному одобрению, по показателям агрессии, чувства вины и обиды, по уровню психотизма, структур самосознания и таким качествам личности как закрытость и самообвинение.

Согласно опросу спортсменов была выделена потребность агрессивности, автономии и проявления своей личности, а также потребности подвига. Смешанные единоборства сильно ограничивает уровень агрессивных реакций или агрессивного поведения вне спортивного зала. Значимыми и убедительными являются ответы 32 исследованных, которые утверждают, что их спортивная подготовка как можно больше должна повышать уровень агрессии на ринге, что, по их мнению, одновременно является фактором, уменьшающим агрессию в личной жизни. В заключении подчеркиваю, что оценка итогов проведенной работы еще раз показывает, что занятия смешанными единоборствами имеют во многих случаях положительное влияние на развитие потребностей, которые очень нужны для общества.

Литература

1. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. - С-Пб - "Питер"– 2000. С. 352
2. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта // Учебное пособие для студентов высшего педагогического учебного заведения - М. Издательский центр "Академия 2000. - С.288
3. Диагностика состояния агрессии (Опросник Басса-Дарки) // Энциклопедия психологических тестов. Общение, лидерство, межличностные отношения. - М.: Изд-во "АСТ 1997. С. 90-91.