УДК 159.9

Никитин А.С.
магистрант 3 курса
направление 34.04.01 «Психология», программа «Психология здоровья»
кафедра педагогики и психологии
Тольяттинский государственный университет
(г. Тольятти, Россия)

ИНТЕРЕС К СПОРТУ И ДЕСТРУКТИВНАЯ АГРЕССИВНОСТЬ ПОДРОСТКОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Аннотация: *в статье рассматривается связь интереса к спорту с проявлениями агрессивности у подростков, систематически занимающихся волейболом. На выборке из 40 школьников от 13 до 15 лет (20 волейболистов и 20 сверстников, не занимающихся спортом регулярно) сопоставлены результаты авторской анкеты интереса к спорту, опросника А. Басса и А. Дарки, теста А. Ассингера и методики Е. П. Ильина и П. А. Ковалева. Показано, что группы различаются прежде всего по враждебности, вспыльчивости и конфликтности, но не по вербальной агрессии и наступательности. Внутри группы спортсменов интерес к спорту обратно связан с конфликтностью и враждебностью, причём наибольшее значение имеют отношение к результату и правилам и внутренняя мотивация.*

Ключевые слова: *интерес к спорту, агрессивность, враждебность, конфликтность, подросток, волейбол, спортивная мотивация.*

Представление о том, что спорт дисциплинирует подростка и тем самым снижает его агрессивность, давно стало частью педагогического здравого смысла. Эмпирические данные выглядят куда скромнее. Ю. Янг и соавторы объединили в метаанализе 11 исследований с участием 1811 детей и подростков и не обнаружили статистически значимого общего влияния занятий спортом на агрессию: доверительный интервал для величины эффекта (g = 0,46) простирался от -0,24 до 1,16, а разброс результатов между работами оказался очень большим

[8]. Х. Ванг и соавторы в метаанализе 2025 г. пришли к более тонкому выводу. Спортивные вмешательства, по их данным, снижают у подростков враждебность, но заметно не влияют на агрессию и гнев, исключение составили бесконтактные виды спорта, где значимым оказался и эффект в отношении гнева [9].

Из этих результатов следует простой, но неудобный для практики вывод. Сам по себе факт занятий спортом ещё ничего не объясняет. Одинаковые тренировки один подросток посещает по собственному желанию, другой по настоянию родителей, и вряд ли стоит ожидать, что спорт подействует на них одинаково. Поэтому в работе принято рассматривать не принадлежность к секции, а интерес к спорту как устойчивое избирательное отношение к спортивной деятельности. В его структуре мы выделяем эмоциональную вовлечённость, познавательный интерес, поведенческую активность, мотивацию занятий, отношение к результату и правилам, а также намерение продолжать занятия.

Агрессивность понимается как свойство личности, то есть устойчивая готовность к агрессивным реакциям, в отличие от единичного агрессивного акта. Р. Бэрон и Д. Ричардсон подчёркивают, что об агрессии имеет смысл говорить там, где поведение направлено на причинение вреда другому, а тот стремится этого избежать [3]. Д.Ю. Булаев предлагает анализировать агрессивность подростков одновременно на уровне поведенческих актов и как сложное личностное образование, связанное с эмоциональной сферой и социальной ситуацией развития [2, с. 12]. Для спорта такое разведение принципиально. Напористость в борьбе за мяч соответствует правилам игры, а оскорбление партнёра после ошибки уже относится к деструктивной агрессивности.

Масштаб проблемы хорошо виден в данных А.В. Егоровой, А.А. Реана и О.А. Тихомандрицкой, полученных на выборке почти в 11 тыс. российских подростков: физическая агрессия, по их наблюдениям, «более явно выражена у респондентов мужского пола, а враждебность и гнев – женского» [4, с. 205]. Отсюда понятно, почему в нашем исследовании группы уравнивались по полу.

Гипотеза формулировалась так: подростки, систематически занимающиеся волейболом, в меньшей степени проявляют физическую и вербальную агрессию, раздражительность, негативизм и склонность к конфликтному поведению, а внутри спортивной группы интерес к спорту обратно связан с показателями агрессивности.

Исследование проводилось на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5» городского округа город Кумертау Республики Башкортостан. Участвовали 40 подростков от 13 до 15 лет (средний возраст 14,0 лет). Экспериментальную группу (ЭГ) составили 20 школьников, которые занимаются волейболом в спортивной школе от 1 до 5 лет и тренируются 3–5 раз в неделю. В контрольную группу (КГ) вошли 20 учеников той же школы без регулярных спортивных занятий. В каждой группе было по 10 мальчиков и 10 девочек, распределение по возрасту совпадало. Волейбол выбран намеренно: это командная игра без прямого силового контакта, и агрессия в ней выражается главным образом через раздражение, резкие слова и спор с партнёром или судьёй.

Диагностический комплекс включал четыре методики. Интерес к спорту оценивался авторской анкетой из 30 утверждений, сгруппированных в 6 блоков по 5 утверждений, ответы давались по пятибалльной шкале, общий балл мог составлять от 30 до 150. Для оценки структуры агрессивности использовался опросник А. Басса и А. Дарки в стандартизации А.А. Хвана, Ю.А. Зайцева и Ю.А. Кузнецовой, выполненной на подростковой выборке [7]. Агрессивность в общении измерялась тестом А. Ассингера, а вспыльчивость, наступательность, обидчивость, неуступчивость и общая конфликтность методикой «Личностная агрессивность и конфликтность» Е.П. Ильина и П.А. Ковалева [6]. Различия между группами проверялись U-критерием Манна–Уитни, связи внутри ЭГ коэффициентом ранговой корреляции Спирмена, критический уровень значимости был принят равным $p \leq 0,05$.

Начнём с интереса к спорту. Общий балл у волейболистов составил 122,6 из 150, в КГ 74,6. Высокий уровень интереса выявлен у 65% волейболистов и лишь у 10% их сверстников. Менее ожидаемым оказалось другое: внутри ЭГ слабее всего выражен компонент «отношение к результату и правилам» (17,8 балла из 25 при 22,4 балла по намерению продолжать занятия). Часть спортсменов признались, что тяжело переживают проигрыш и болезненно воспринимают замечания тренера. Привычка тренироваться, по-видимому, формируется быстрее, чем умение принять поражение. Один волейболист показал низкий интерес и ходил на тренировки в основном по инициативе родителей, что само по себе хорошо иллюстрирует разрыв между посещением секции и внутренним интересом.

Профиль агрессивности по опроснику Басса–Дарки представлен на рисунке 1. Вербальная агрессия оказалась ведущей формой в обеих группах (6,1 и 6,6 балла), и это вполне согласуется с возрастом участников: разногласия у подростков чаще выражаются резким тоном и спором, чем физическим давлением.

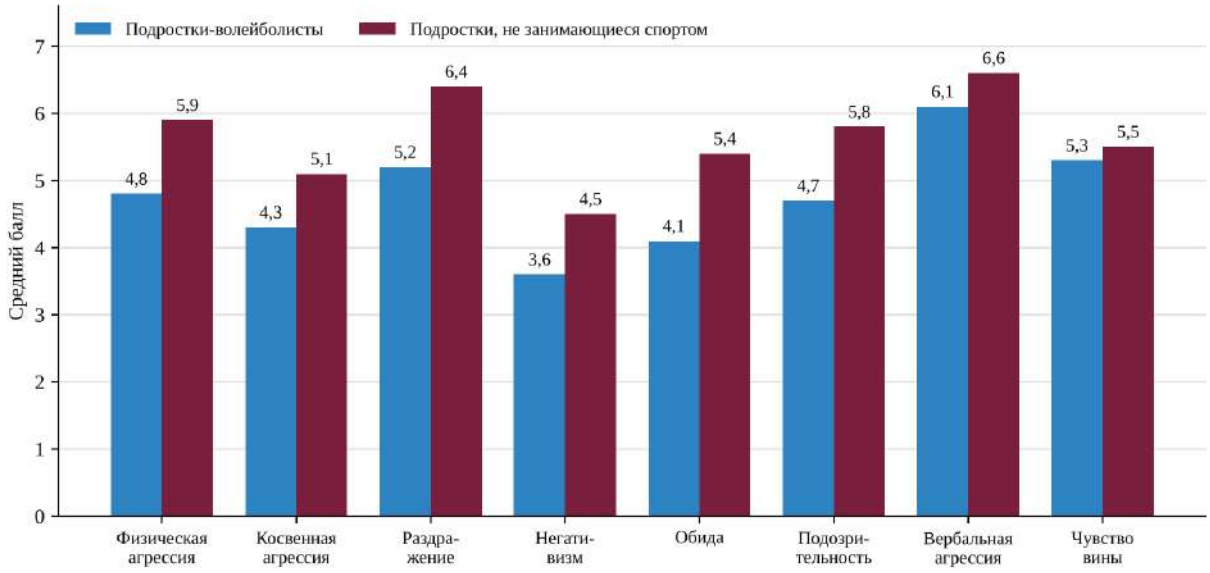


Рисунок 1. Показатели агрессивности подростков по опроснику А. Басса и А. Дарки, баллы.

Индекс агрессивности в КГ составил 18,9 балла против 16,1 в ЭГ, индекс враждебности 11,2 против 8,8. Тест А. Ассингера дал ту же направленность: 31,4 балла у волейболистов соответствуют невысокой агрессивности в общении, 36,8 балла в КГ умеренной. По методике Е.П. Ильина и П.А. Ковалева общая конфликтность составила 19,1 и 23,0 балла. Совпадение результатов трёх независимых инструментов снижает вероятность того, что различия объясняются особенностями одной методики. Статистическая проверка основных показателей приведена в таблице 1.

Таблица 1. Сравнение показателей агрессивности подростков ЭГ и КГ по U-критерию Манна–Уитни.

Показатель	ЭГ, баллов	КГ, баллов	Uэмп	p
Индекс враждебности (Басс–Дарки)	8,8	11,2	89	0,004
Вспыльчивость (Ильин–Ковалев)	5,1	6,4	88	0,004
Общая агрессивность (Ассингер)	31,4	36,8	92	0,006
Общая конфликтность (Ильин–Ковалев)	19,1	23,0	95	0,007
Раздражение (Басс–Дарки)	5,2	6,4	97	0,008
Индекс агрессивности (Басс–Дарки)	16,1	18,9	102	0,011
Физическая агрессия (Басс–Дарки)	4,8	5,9	126	0,046
Наступательность (Ильин–Ковалев)	5,4	6,2	139	0,109
Вербальная агрессия (Басс–Дарки)	6,1	6,6	153	0,208
Чувство вины (Басс–Дарки)	5,3	5,5	181	0,612

Всего значимые различия получены по 14 показателям, и все они выше у подростков, не занимающихся спортом. Помимо приведённых в таблице, это обида, подозрительность, негативизм, обидчивость и неуступчивость (p от 0,013 до 0,041). Важнее, впрочем, то, где различий нет. Наступательность, вербальная и косвенная агрессия, чувство вины у групп сопоставимы. Значит, волейболисты не менее активны и не менее готовы отстаивать свою позицию, отличает их

другое. Их резкая реакция реже переходит в длительную обиду, недоверие и стремление продолжать конфликт, когда игровая ситуация уже закончилась.

Уровень значимости, однако, ничего не говорит о величине различий. Мы дополнительно рассчитали размер эффекта $r = |Z| / \sqrt{N}$. Для вспыльчивости, враждебности, общей агрессивности в общении, конфликтности и раздражения он составил от 0,44 до 0,48, что по ориентирам Дж. Коэна приближается к большому эффекту. Для физической агрессии и негативизма эффект средний (около 0,32), для вербальной агрессии малый (0,20). Картина, следовательно, неоднородна: сильнее всего группы расходятся в устойчивых, накапливающихся формах реагирования и слабее всего в мгновенной словесной реакции. Тот же акцент на враждебности обнаружили и Х. Ванг с соавторами [9]. Оценка остаётся приблизительной: при 20 участниках в группе доверительные интервалы для r широки.

Можно ли на этом основании утверждать, что волейбол снижает враждебность? Сравнительный дизайн такого вывода не допускает. Не исключено, что менее враждебные подростки охотнее выбирают командный спорт и дольше в нём остаются. Поэтому основную гипотезу мы проверяли внутри ЭГ, где все участники регулярно тренировались, но заметно различались по силе интереса. Результаты корреляционного анализа приведены в таблице 2.

Таблица 2. Связь общего показателя интереса к спорту с агрессивностью у подростков-волейболистов (n = 20).

Показатель агрессивности	rs	p
Общая конфликтность	-0,64	0,002
Индекс враждебности	-0,61	0,004
Общая агрессивность (Ассингер)	-0,59	0,006
Раздражение	-0,58	0,007
Индекс агрессивности	-0,56	0,010
Подозрительность	-0,55	0,012
Негативизм	-0,51	0,022
Обида	-0,49	0,029
Физическая агрессия	-0,34	0,142
Вербальная агрессия	-0,29	0,214

Все связи отрицательны: чем выше интерес к волейболу, тем ниже раздражительность, негативизм, обида, подозрительность, враждебность и конфликтность. Самая тесная связь получена с конфликтностью. Заинтересованный подросток реже обостряет разногласия, поскольку отношения с партнёрами имеют для него самостоятельную ценность. С физической и вербальной агрессией связи значимости не достигли. Отчасти это статистический эффект: при n = 20 критическое значение rs для $p \leq 0,05$ составляет около 0,45. Есть и обратная сторона. В таблице 2 рассчитано 10 коэффициентов, и при самой строгой поправке Бонферрони (0,05 / 10 = 0,005) устойчивыми остаются только связи с конфликтностью и враждебностью. Именно на них, по мнению автора, и следует опираться в практической работе.

Анализ отдельных компонентов интереса уточняет картину. Теснее всего с раздражением и негативизмом связано отношение к результату и правилам (rs = -0,63 и -0,60), с конфликтностью и враждебностью внутренняя мотивация (rs = -0,57 и -0,52). Подросток, который играет ради удовольствия и развития навыков,

переживает поражение как эпизод, а не как удар по самооценке. Похожую закономерность описали Л. Ван и соавторы: связь спортивной мотивации с агрессией у них во многом объяснялась эмоциональным интеллектом и самоконтролем [10]. Проверить опосредующий эффект на выборке из 20 человек нельзя, но направление связей совпадает. Откуда берётся сама внутренняя мотивация, вопрос открытый. Т.А. Басина и К.А. Соболева указывают, что «показатели мотивации к занятиям спортом подростков значимо выше при использовании демократического стиля общения» тренера [1, с. 100]. Стиль тренера в нашей работе не измерялся, хотя это направление явно стоит проверить.

Гипотеза, таким образом, подтвердилась частично. Связь интереса к спорту с агрессивностью статистически значима, а волейболисты отличаются от сверстников более низкими показателями физической агрессии, раздражительности, негативизма и конфликтности. Предположение о меньшей вербальной агрессии не подтвердилось: словесное выражение недовольства одинаково свойственно подросткам и на площадке, и вне её. Л. Берковиц, как отмечает Е.П. Ильин, рассматривал фрустрацию лишь как источник готовности к агрессии, тогда как открытое нападение зависит от ситуационных сигналов [5]. Для команды это означает, что исход спорного эпизода решают следующие несколько секунд, то есть реакция партнёров и тренера.

Результаты исследования стали основой программы психологического сопровождения «Игра без конфликта». Она рассчитана на 8 еженедельных групповых занятий по 45–60 минут, которые ведёт педагог-психолог совместно с тренером. Содержание построено на реальных ситуациях волейбольной подготовки: ошибке партнёра, проигранном розыгрыше, замечании тренера, спорном решении судьи. Подростки учатся замечать нарастание раздражения, делать паузу перед ответом, отделять оценку действия от оценки личности и разрешать командные конфликты по единому алгоритму. Активность и соревновательная напористость программой не подавляются. Ожидаемый эффект пока остаётся прогнозным: эффективность предполагается оценивать

повторной диагностикой через 1–2 недели после окончания занятий и контрольным срезом через 2–3 месяца.

У работы есть очевидные ограничения. Выборка невелика и ограничена одним видом спорта и одной школой, все методики относятся к самоотчётным, а отдельный анализ мальчиков и девочек при 10 участниках в подгруппе был бы ненадёжным. Между тем А.В. Егорова и соавторы прямо указывают на «необходимость учета возрастных и половых особенностей при создании программ профилактики» [4, с. 205]. Расширение выборки, сравнение командных и индивидуальных видов спорта и проверка динамики после программы составляют ближайшие задачи.

Главный вывод представляется нам достаточно надёжным. Благоприятная связь спорта с поведением подростка проявляется не там, где он просто посещает тренировки, а там, где есть внутренняя мотивация и принятие правил игры. Профилактика деструктивной агрессивности поэтому должна работать с отношением подростка к ошибке, поражению и партнёрам, а не ограничиваться записью в секцию.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Басина Т.А., Соболева К.А. Особенности мотивации к занятиям спортом подростков, занимающихся под руководством тренеров с разным коммуникативным стилем // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2025. № 3 (18). С. 94–102 https://doi.org/10.46741/sgjournal.2025.18.3.010

2. Булаев Д.Ю. К вопросу об агрессивности подростков: теоретический обзор // Казанский педагогический журнал. 2023. Т. 29, № 4. С. 9–29

3. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Питер, 2001. 352 с.

4. Егорова А.В., Реан А.А., Тихомандрицкая О.А. Половозрастные особенности проявления различных типов агрессии в старшем подростковом

возрасте // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. Т. 14, № 2. С. 205–222

5. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения. СПб.: Питер, 2014. 368 с.

6. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий. СПб.: Питер, 2004. 701 с.

7. Хван А.А., Зайцев Ю.А., Кузнецова Ю.А. Опыт стандартизации опросника измерения агрессивных и враждебных реакций А. Басса и А. Дарки // Психологическая диагностика. 2008. № 1. С. 35–58

8. Yang Y. [et al.] Effects of sports intervention on aggression in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis // PeerJ. 2023. Vol. 11. Article e15504. https://doi.org/10.7717/peerj.15504

9. Wang H. [et al.] Impact of sports interventions on aggressive behavior among adolescents: a systematic review and meta-analysis // Frontiers in Psychology. 2025. Vol. 16. Article 1697324. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1697324

10. Wang L., Jia J., Jiang Y. Sport motivation is associated with lower aggression via emotional intelligence and self-control: a serial mediation study in undergraduates // Frontiers in Psychology. 2026. Vol. 17. Article 1762835. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1762835

Nikitin A.S.
master's degree student of 3rd year
field of study 34.04.01 «Psychology», program «Health Psychology»
Department of Pedagogy and Psychology
Togliatti State University
(Togliatti, Russia)

INTEREST IN SPORTS AND DESTRUCTIVE AGGRESSIVENESS AMONG ADOLESCENT VOLLEYBALL PLAYERS

Abstract: *the article examines the relationship between interest in sports and manifestations of aggressiveness among adolescents who play volleyball regularly. Results from a custom-designed questionnaire on interest in sports, the Arnold Buss and Ann Durkee questionnaire, the Alexander Assinger test, and the Evgeny Ilyin and Pavel Kovalev assessment method were compared in a sample of 40 school kids aged 13–15: 20 volleyball players and 20 peers who do not participate in sports regularly. The groups differed primarily in hostility, irritability, and proneness to conflict, but not in verbal aggression or offensiveness. Among the volleyball players, interest in sports was inversely associated with proneness to conflict and hostility, with attitudes toward results and rules, as well as intrinsic motivation, playing the most significant roles.*

Keywords: *interest in sports, aggressiveness, hostility, proneness to conflict, adolescent, volleyball, sports motivation.*