

УДК 796.8

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)2.12](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)2.12)

АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ И РЕСУРСЫ ДЛЯ СОВЛАДАНИЯ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СМЕШАННЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ

Чижова Екатерина Александровна^{ABCD}

студентка Алтайского государственного университета (Барнаул, Россия), e-mail: Chizhova001@bk.ru. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9289-5272>

Фокина Наталья Владимировна^{AD}

студентка Алтайского государственного университета (Барнаул, Россия), e-mail: novikova09041998@gmail.com. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4156-8420>

AGGRESSIVE BEHAVIOR AND RESOURCES FOR COPING WITH ATHLETES INVOLVED IN MIXED MARTIAL ARTS

Chizhova Ekaterina Aleksandrovna^{ABCD}

student of Altai State University (Barnaul, Russia), e-mail: Chizhova001@bk.ru. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9289-5272>

Fokina Natalya Vladimirovna^{AD}

student of Altai State University (Barnaul, Russia), e-mail: novikova09041998@gmail.com. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4156-8420>

Следует цитировать / Citation:

Чижова Е. А., Фокина Н. В. (2020). Агрессивное поведение и ресурсы для совладания у спортсменов, занимающихся смешанными единоборствами. *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*, (2 (18)), С. 90–98 URL: <http://journal.asu.ru/zosh/issue/archive>. DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)2.12](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)2.12).

Chizhova E. A., Fokina N. V. (2020). Aggressive behavior and resources for coping with athletes involved in mixed martial arts. *Health, Physical Culture and Sports*, (2 (18)), ... (in Russian). pp. 90–98 URL: <http://journal.asu.ru/zosh/issue/archive>. DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)2.12](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)2.12).

Поступило в редакцию / Submitted 15.04.2020

Принято к публикации / Accepted 26.05.2020

Аннотация. Смешанные единоборства (ММА) как вид спорта связывают с насилием, проявлением различных видов агрессии, воспитанием потенциальных агрессоров и т. д. Стоит различать здоровую спортивную агрессию и агрессию, имеющую разрушающий и повреждающий характер. Категория «агрессия» — достаточно изученный феномен, ему посвящены работы как зарубежных, так и отечественных авторов. Широко известны теории

А. Басса, Дж. Долларда, исследования А. Фроди, Дж. Маккорд и др. В разных подходах выделяют различные причины возникновения агрессии. Совладающее поведение как способ регуляции эмоций и поведения подробно описано Р. Лазарусом, выделены копинг-стратегии.

Целью исследования стало сравнение уровня агрессивности и репертуаров копинг-стратегий бойцов ММА и юношей, не занимающихся спортом. Для получения данных были использованы опросник агрессивности и враждебности Басса-Дарки и опросник Р. Лазаруса и С. Фолкмана. Математическая обработка данных проводилась с помощью пакета прикладных программ статистической обработки данных SPSS 20.00. Использовался метод: U-критерий Манна-Уитни для независимых выборок. Выявлены достоверные различия между бойцами и юношами, не занимающимися спортом, по шкалам «косвенная агрессия» и «раздражение» (опросник Басса-Дарки), а также по шкалам «поиск социальной поддержки», «положительная переоценка», «принятие ответственности» (опросник Р. Лазаруса и С. Фолкман). Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень агрессии юношей, занимающихся смешанными единоборствами, ниже, чем у юношей, не занимающихся спортом, что связано с большим количеством копинг-стратегий. У спортсменов имеется больше ресурсов для совладания с агрессией и ее проявлениями, благодаря чему спортсмены лучше управляют своим состоянием, не допуская девиаций в поведении. В отличие от спортсменов, согласно результатам исследования, юноши, не занимающиеся спортом, имеют гораздо меньше копинг-стратегий, следовательно, можно говорить о том, что им сложнее контролировать и корректировать свое поведение при переживании агрессии.

Ключевые слова: агрессия, агрессивное поведение, виды агрессивных реакций, копинг-стратегии, спортсмены.

Abstract. Mixed martial arts (MMA) as a sport is associated with violence, the manifestation of various types of aggression, the education of potential aggressors, and so on. It is necessary to distinguish between healthy athletic aggression and aggression, which is destructive and damaging in nature. The category “aggression” is a sufficiently studied phenomenon, the study of which is the work of both foreign and domestic authors. The theories of A. Bass, J. Dollard, and the research of A. Frody, J. McCord, and others are widely known. Different approaches distinguish various causes of aggression. Coping behavior as a way of regulating emotions and behavior is described in detail by R. Lazarus, coping strategies are highlighted.

The aim of the study was to compare the level of aggressiveness and the repertoires of the coping strategies of MMA fighters and young men who are not involved in sports. The Bass-Darki questionnaire of aggressiveness and hostility and the R. Lazarus and S. Folkman questionnaire were used to obtain data. Mathematical data processing was carried out using the software package for statistical data processing SPSS 20.00. Methods used: Mann-Whitney U-test for independent samples. Significant differences were found between fighters and youth who are not involved in sports, on the scales: “indirect aggression”, and “annoyance” (Bass-Darki questionnaire), as well as on the scales: “search for social support”, “positive reassessment”, “acceptance of responsibility” (questionnaire by R. Lazarus and S. Folkman). The results obtained indicate that the level of aggression of young men engaged in mixed martial arts is lower than that of young men who are not involved in sports, which is associated with a large number of coping strategies. Athletes have more resources to cope with aggression and its manifestations, so that athletes better manage their condition, avoiding deviations in behavior. Unlike athletes, according to the results of the study, young men who are not involved in sports have much less coping strategies, therefore, we can say that it is more difficult for them to control and adjust their behavior when experiencing aggression.

Keywords: aggression, aggressive behavior, types of aggressive reaction, coping strategies, athletes.

Введение. Смешанные единоборства (ММА) — это раздел единоборств, который включает в себя различные виды техник, школ и направлений. Как правило, многие люди связывают данный вид спорта с насилием, проявлением различных видов агрессии, воспитанием потенциальных агрессоров и т. д., но ведь никто не застрахован от проявления агрессии. Все наше окружение состоит из сцен, наполненных агрессивным поведением. Оно проявляется в быту, на работе, в образовательных учреждениях и тем самым несет за собой насилие и негатив, не имея благоприятных сторон.

Чего мы хотим и к чему стремимся? Жить в мире без агрессии и насилия. Но каждый из нас, испытав негатив по отношению к себе или касающейся нас ситуации, проявляет агрессию. Многие утверждают, что в силах решать конфликты мирным путем, через разговор и прибегают к агрессии в очень редких случаях. Разница между нашими словами и действиями ярко выражена и проявляется со всей остротой. Это и есть реальность на сегодняшний день.

Спорт так же является средой, где агрессия проявляется во всех ее формах. Но стоит различать здоровую спортивную агрессию и агрессию, имеющую разрушающий и повреждающий характер.

Категория «агрессия» — широко изученный феномен. Его разработке посвящены работы зарубежных психологов, таких как А. Маслоу, Э. Фромм, К. Лоренц, А. Басс и другие. В отечественной психологии изучением агрессии занимались А. Алтунина, А. А. Реана, А. П. Назаретян, А. Фенько и другие. Однако единой теории, объясняющей этот феномен, до сих пор нет.

Самой известной считается теория агрессии А. Басса, который определяет агрессию как реакцию, результатом которой является получение болевых раздражителей другим телом (А. Buss, 1963).

Широко распространена концепция «фрустрации-агрессии» Дж. Долларда, Н. Миллера и Р. Сирса. Авторы рассматривают агрессию как следствие фрустрации, отмечая, что агрессия может подавляться страхом наказания

(Dollard, J., Miller, N. E., Doob, L. W.; Mowrer, O. H.; Sears, R. R., 1939).

Э. Фромм понимал агрессию как действия, которые имеют намерением или могут причинить ущерб другому существу (человек, животное или группа) или объекту (Fromm, E. S. 1973).

Согласно Т. Уилсон, агрессивное поведение — это физическое действие или угроза, уменьшающее свободу или генетическую пригодность другого человека (Wilson, E. O. 1975). Н. Д. Левитов описывает проявления агрессивного поведения как стеническое переживание гнева с ослаблением самоконтроля (Левитов Н. Д., 1972).

Были проведены исследования, выявляющие детерминанты возникновения агрессии и агрессивного поведения. Так, А. Фроди (Frodi A., 1975) и С. Тернер (Turner C. W., 1976) проанализировали роль агрессивных и негативных стимулов на активизацию агрессивных мыслей, воспоминаний и моторных реакций. В исследованиях Дж. Маккорд (McCord J., 1983) было показано влияние факта отвержения родителями в детстве: около 50%, будучи взрослыми, были осуждены за тяжелые преступления.

Существует также биологический подход к возникновению агрессии. Причину агрессии связывают с влиянием генов (Osborn, West, 1979) и гормонов (Archer, 1988; Whiting, Pope).

Среди психологических особенностей, побуждающих агрессивное поведение, обычно выделяют заниженную самооценку, неразвитость коммуникативных навыков, недостаточную развитость интеллекта, низкий уровень самоконтроля, повышенную возбудимость нервной системы вследствие различных причин (травмы, болезни и пр.).

Часто в понятия «агрессия», «агрессивность» и «агрессивное поведение» вкладывают один и тот же смысл. Определим и дифференцируем понятия.

Агрессия — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам сосуществования людей, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический, моральный ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Агрессивность многими авторами рассматривается как некоторая структура.

К. Лоренц пишет о том, что агрессия имеет врожденную природу (Лоренц, 2009). Автор подчеркивает естественность доминирования внутривидовой агрессии и у животных, и у людей. Агрессии нельзя избежать, но ее уровень можно регулировать, например, с помощью смены деятельности.

Способом регуляции агрессии является использование различных стратегий совладающего поведения. Р. Лазарус (Lazarus, R. S., 1980; 1981; 1984) определил копинг как стремление к разрешению проблем, которое проявляется индивидом в ситуации, имеющей условия для активизации адаптивных возможностей, с целью сохранения физического, личностного и социального благополучия. Была разработана трехфакторная модель копинг-механизмов, включающих в себя копинг-стратегии (реакции личности на возникшую опасность с целью ее преодоления), копинг-ресурсы (поддерживают внутреннее состояние индивида в процессе совладания со стрессом и способствуют расширению репертуара копинг-стратегий) и копинг-поведение (поведение, обусловленное наличием ресурсов с использованием копинг-стратегий). Копинг-стратегии являются базовым понятием этой модели.

Р. Лазарус выделяет следующие виды стратегий:

- Конфронтация — попытка решить проблему с помощью не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления алгоритма конкретных действий, которые направлены или на изменение ситуации, или на отреагирование негативных эмоций в связи с возникшими трудностями.

- Дистанцирование — преодоление негативных переживаний о проблеме через субъективное снижение значимости ситуации и степени эмоциональной вовлеченности.

- Самоконтроль — преодоление негативных переживаний с помощью целенаправленного подавления или сдерживания эмоций, уменьшение их влияния на оценку ситуации и выбор стратегии поведения при высоком контроле за поведением и стремлении к самообладанию.

- Поиск социальной поддержки — попытка разрешить проблему с помощью привлечения внешних ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки.

- Принятие ответственности — признание своей роли в возникновении проблемной ситуации и ответственности за ее решение.

- Бегство-избегание — преодоление негативных переживаний с помощью отрицания проблемы, фантазирования, отвлечения и т. п.

- Планирование решения проблемы — преодоление проблемы с помощью целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов ее решения, выработки плана и стратегии с учетом объективных условий, прошлого опыта, а также имеющихся ресурсов.

- Положительная переоценка — преодоление негативных переживаний с помощью ее положительного переосмысления или оценки как стимула для личностного роста.

Опираясь на описанные теории, в том числе взгляды К. Лоренца, можно предположить, что занятия спортивной деятельностью могут являться формой регуляции эмоций, «переключателем» негативной агрессии в здоровую спортивную агрессивность.

Спортивная агрессия — деструктивное мотивированное поведение, которое присутствует в жизни почти каждого спортсмена. Спортсмены разных направлений, в том числе те, кто занимается смешанными единоборствами, с самого начала своей спортивной карьеры воспитывают у себя самоконтроль, самообладание, ответственность и дисциплину.

Прежде чем мы перейдем к анализу результатов по пройденным методикам, хотелось бы представить интервью с одним из профессиональных бойцов и пронаблюдать отношение спортсмена к проявлению агрессии.

Чемпион АСС Гусейн Халиков: «В моей команде ребята адекватные, уравновешенные и воспитанные. Много примеров знаю, как люди, не имеющие отношения к спорту, а наоборот, всячески его избегающие (пьющие, употребляющие наркотики), создавали значительно больше проблем и проявляли сильную агрессию, нежели чем спортсмены. По моему мнению, это связано с тем, что спортсмен знает и всегда думает о последствиях агрессив-

ного поведения, направленного в чью-либо сторону. Мне редко приходилось сталкиваться с агрессией, так как мой круг общения в основном состоит из спортсменов и людей достаточно спокойных, ну и места с повышенным уровнем агрессивности (клубы, заведения для пьющих и курящих) я не посещаю. В случае столкновения с агрессором я не отвечаю агрессией, я предпочитаю отойти в сторону и не поддаваться на провокации, так как умею грамотно расценивать возможности обеих сторон.

Я в спорте с 2001 г., единственное, что всегда присутствует при выходе в октагон, это волнение. Каким бы ты профессиональным бойцом не был, оно присутствует, и никакая агрессия не способна его приглушить. Я выхожу на бой всегда с холодной головой, четко следую поставленной цели и не поддаюсь на всяческие провокации. Да, иногда в спаррингах наличие агрессивного поведения присутствует. Но тяжело это назвать агрессией, так как по истечении раунда вы пожалели друг другу руки и разошлись. Это скорее спортивный интерес. Безусловно, есть те, кто желает себя показать с сильной стороны и за счет этого наносит сопернику целенаправленно увечья, но это бывает крайне редко, все-таки люди бывают разные. Повреждения и травмы являются частью смешанных единоборств, но целенаправленно выйти на ринг, чтобы избить человека или максимально сильно травмировать его, — это уже не спорт. Концентрация и сосредоточение на поставленной цели — залог успеха любого бойца». Анализируя данное интервью, можно лишь сказать, что наши гипотезы, касающиеся агрессии бойцов, совпадают с мнением человека, который посвятил свою жизнь данному виду спорта.

Феномен агрессии зачастую используют как синоним слову боец или единоборец. Смешанным единоборствам приписывают хладнокровие, неконтролируемую агрессию, неумение вести спокойных и мирных переговоров и т. д. Мы намерены разрушить данный стереотип и наглядно показать, что агрессия встречается у всех людей независимо от того, каким видом спорта они занимаются или не занимаются вовсе.

Материалы и методы. Выбор психодиагностических методик обусловлен основной гипотезой исследования и теоретическим анализом психолого-педагогической литературы.

I. С целью выявления уровня агрессивного поведения у юношей, чья жизнь связана с единоборствами, и у юношей, не занимающихся спортом, был использован опросник агрессивности и враждебности Басса-Дарки.

Под агрессивностью Басс и Дарки подразумевали свойство личности, определяющееся наличием деструктивных тенденций главным образом в области субъектно-объектных отношений.

Под враждебностью понимается реакция, порождающая негативные чувства и отрицательные оценки людей на события. Составляя опросник, определяющий проявления агрессии и враждебности, разработчики методики выделили следующие виды реакции на окружающее:

1. Физическая агрессия — применение физической силы против другого лица.

2. Косвенная агрессивность — агрессия, окольным образом направленная на постороннее лицо или направленная просто вовне, безличностная.

3. Раздражение — резкое проявление негативных чувств при любом возбуждении (вспыльчивость, грубость);

4. Негативизм — оппозиционный способ поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против всех установившихся традиций и законов;

5. Обида — зависть к окружающим людям, перетекающая в ненависть, за действительные и зачастую вымышленные действия.

6. Подозрительность — в разбросе от недоверия и осторожности до крайней убежденности в том, что посторонние люди планируют и готовы приносить вред.

7. Вербальная агрессия — проявление негативных чувств как через форму (истерика, крик, визг), так и через смысл словесных ответов (ругань, проклятия, угрозы).

8. Чувство вины — проявляет возможное убеждение тестируемого в том, что он является плохим человеком, что поступает плохо, а также угрызения совести, ощущаемые им.

II. Для определения копинг-стратегий использован опросник Р. Лазаруса и С. Фолкман.

Данная методика была разработана для определения копинг-механизмов и способов преодоления трудностей в различных ситуациях и сферах психической деятельности.

Опросник состоит из 8 групп копинг-стратегий, выделенных Р. Лазарусом:

- 1) Конфронтация;
- 2) Дистанцирование;
- 3) Самоконтроль;
- 4) Поиск социальной поддержки;
- 5) Принятие ответственности;
- 6) Бегство-избегание;
- 7) Планирование решения проблем;
- 8) Положительная переоценка.

Математическая обработка данных проводилась с помощью пакета прикладных программ статистической обработки данных SPSS 20.00. Использовался метод: U-критерий Манна-Уитни для независимых выборок.

Выборка исследования. В исследовании испытуемыми выступили 45 юношей, которые были разделены на 2 группы. Первая группа — спортсмены, занимающиеся смешанными еди-

ноборствами более 5 лет (20 человек). Вторая группа — юноши, не занимающиеся спортом (25 человек).

Результаты. Полученные результаты по методике Басса-Дарки у группы «неспортсменов»: высокие показатели по шкалам «вербальная» и «косвенная агрессия», «физическая агрессия» и «раздражение». Высокий показатель по этим шкалам говорит о том, что испытуемые проявляют агрессию как через оскорбления, так и через применение физической силы против другого лица. Юноши, не занимающиеся единоборствами, часто бывают вспыльчивы и грубы, но в основном это явление имеет безличностный характер, направлено просто вовне.

Результаты юношей, занимающихся смешанными единоборствами, показали высокие значения по шкалам «вербальная» и «физическая агрессия», «подозрительность». Отличительной особенностью данных испытуемых является высокий показатель по шкале «подозрительность», это говорит о том, что испытуемые крайне недоверчивы и осторожны по отношению к другим.

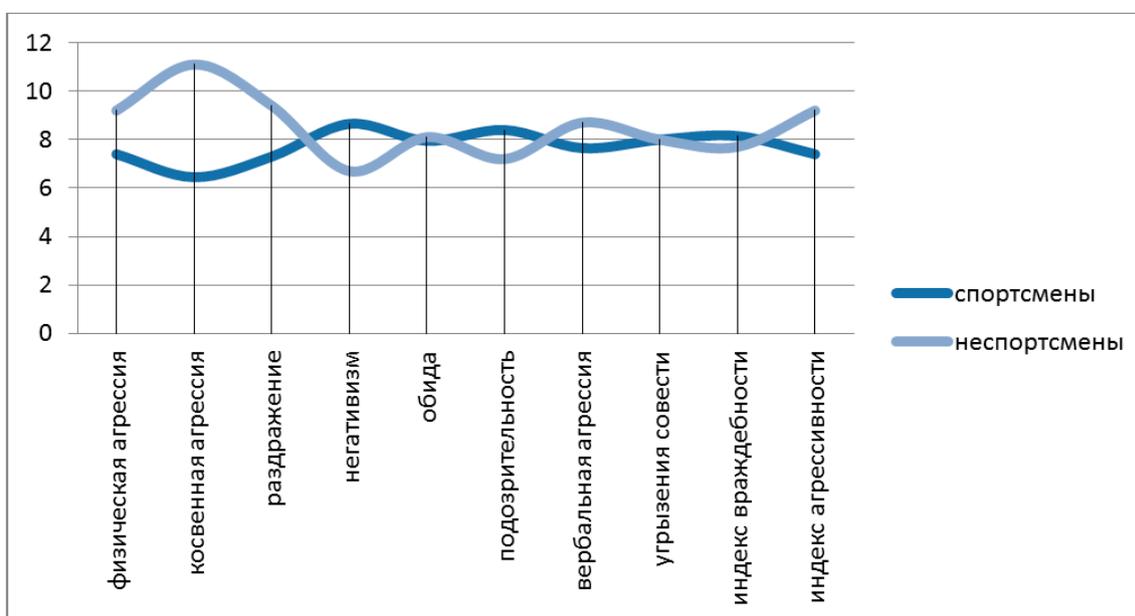


Рис. 1. Сравнение средних значений по шкалам Басса-Дарки в группе спортсменов, занимающихся смешанными единоборствами, и неспортсменов

С помощью U-критерия Манна-Уитни получены достоверные различия, подтвержденные на уровне значимости $p \leq 0,01$, между бойцами и юношами, не занимающимися спортом,

по шкалам: «косвенная агрессия» ($Z = -1,928$; $p = 0,054$), и «раздражение» ($Z = -1,187$; $p = 0,039$). Данный результат подтверждает гипотезу нашего исследования, что занятие смешанны-

ми единоборствами не побуждают человека к агрессии. Занятия смешанными единоборствами позволяют регулировать различные виды эмоциональных реакций, именно поэтому результаты параметров агрессивного поведения спортсменов показали низкие баллы почти по всем шкалам в сравнении с параметрами агрессивного поведения юношей контрольной группы.

Анализ результатов по методике Р. Лазаруса для определения копинг-стратегий у юношей, не занимающихся спортом, показал высокие баллы по шкалам: «самоконтроль», «бегство-избегание» и «планирование решения проблемы». Это свидетельствует о том, что юношам, не занимающимся спортом, присуще произвольные проблемно-фокусирован-

ные усилия по изменению ситуации, включающие аналитический подход, они признают свою роль в проблеме с сопутствующей темой попыток ее решения и при этом способны регулировать свои чувства и действия.

Анализ результатов по методике копинг-стратегий у спортсменов, занимающихся смешанными единоборствами, показал высокие значения по шкалам: «самоконтроль», «планирование решения проблем» и «положительная переоценка». Спортсмены при разрешении проблем используют аналитический подход. Также результаты говорят об усилении по созданию положительного значения с фокусированием на росте собственной личности и умении регулировать собственные чувства, эмоции и действия.

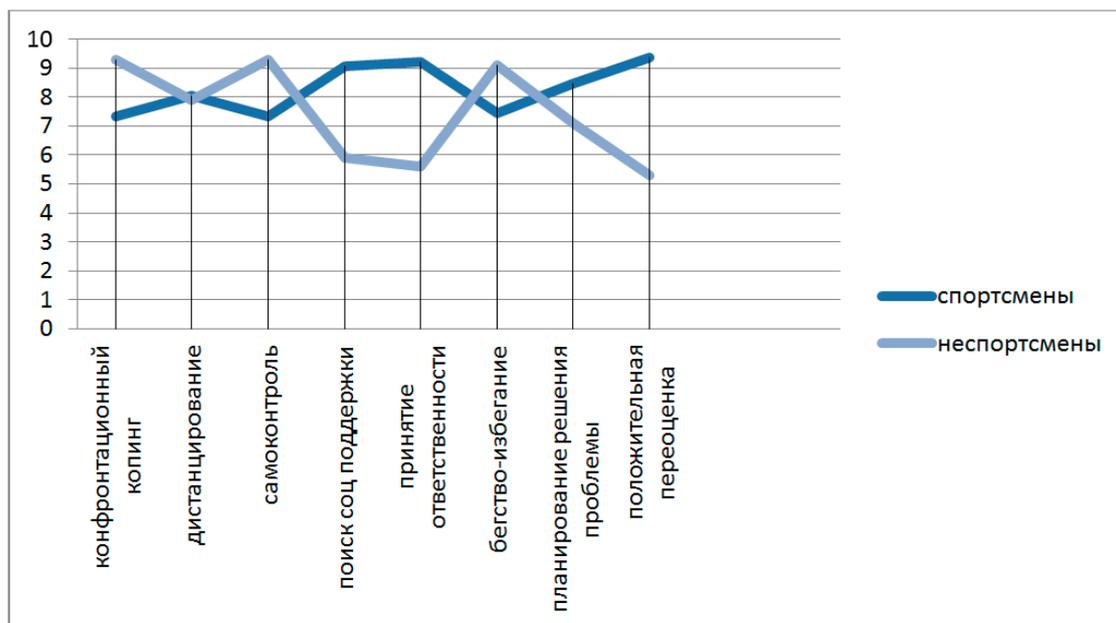


Рис. 2 Сравнение средних значений копинг-стратегий в группе спортсменов, занимающихся смешанными единоборствами, и неспортсменов

С помощью U-критерия Манна-Уитни получены достоверные различия, подтвержденные на уровне значимости $p \leq 0,01$, между спортсменами и юношами, не занимающимися спортом, по шкалам: «поиск социальной поддержки» ($Z = -1,995$; $p = 0,052$), «положительная переоценка» ($Z = -1,949$; $p = 0,051$), «принятие ответственности» ($Z = -1,661$; $p = 0,097$). Для спортсменов более характерны принятие ответственности за собственные действия, поиск социальной поддержки и положительная переоценка ситуации.

Обсуждение результатов. Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень агрессии юношей, занимающихся смешанными единоборствами, ниже, чем у юношей, не занимающихся спортом, что связано с большим количеством копинг-стратегий. У спортсменов имеется больше ресурсов для совладания с агрессией и ее проявлениями, благодаря чему спортсмены лучше управляют своим состоянием, не допуская девиаций в поведении.

В отличие от спортсменов, согласно результатам исследования, юноши, не занимающиеся

спортом, имеют гораздо меньше копинг-стратегий, следовательно, можно говорить о том, что им сложнее контролировать и корректировать свое поведение при переживании агрессии. Бесспорно, каждый человек в своем характере имеет долю агрессивности и каждый проявляет ее в разной степени по-разному: кто-то исключительно в защитной форме, а кто-то в деструктивной форме. Но в каком бы состоянии и на какой бы стадии развития ни находился человек и чем бы он ни руководствовался, у него всегда есть право выбора. И каждый из нас как существо разумное способен контролировать агрессию и предотвращать ее проявление, используя копинг-стратегии.

Выводы. Очевидно, что насилие (физическое, сексуальное, эмоциональное) является

самым серьезным проявлением и нежелательным следствием агрессивного поведения. Человеческое насилие принципиально отличается от такового среди животных. Оно практически лишено биологической целесообразности, оно активно эксплуатирует человеческие чувства, оно паразитирует на человеческом интеллекте, наконец, оно многократно усиливается использованием оружия. Поскольку агрессия имеет глубокие биологические и социальные корни, избавиться от агрессивного поведения, по всей видимости, невозможно. Можно лишь говорить о необходимости снижения его проявлений через создание системы эффективного социального контроля на нескольких уровнях — общества, семьи и малых групп, самой личности.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- Алтунин А. Психическая агрессивность // Студенческий меридиан. 1997. № 2. С. 5–15.
- Ашкинази А. С., Марищук В. Л. и др. Сравнительная характеристика агрессии и агрессивности у единоборцев, спортсменов других специализаций и неспортсменов: Материалы 8-го Международного конгресса «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». 2004. Т. 1. Алматы: Мин. обр. и науки Республики Казахстан, казахская академия спорта и туризма. С. 160–165.
- Битюцкая Е. В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2011. № 1. С. 100–111.
- Корягина Н. А., Михайлова Е. В. Социальная психология. Теория и практика: учебник и практикум для СПО. М.: Юрайт. 2019.
- Лоренц К. Агрессия. М.: Наука. 1994.
- Лоренц К. Агрессия (так называемое зло). М., 2009. 204 с.
- Левитов Н. Д. Психическое состояние агрессии // Вопросы психологии. 1972. № 6.
- Одинцова М. А. Преодолевающее поведение лиц, объединенных схожим травматическим опытом. Известия Саратовского университета. Новая серия: Философия. Психология. Педагогика. 2015. Т. 15. № 1. С. 104–110.
- Платонова Н. М. Агрессия у детей и подростков. СПб.: Речь. 2004.
- Румянцева Т. Г. Агрессия и контроль // Вопросы психологии. 1991. № 1. С. 81–89.
- Сафонов В. К. Агрессия в спорте. СПб.: Изд-во С. — Петерб. ун-та. 2003.
- Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности; пер. с нем. Э. Телятниковой. М.: АСТ. 2009.
- Archer J. (1988). *The Behavioral Biology of Aggression*. Great Britain: Cambridge University Press: 11.
- Buss A. (1963). Physical aggression in relation to different frustrations. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. 67 (1), 1–7.
- Dollard J., Miller N. E., Doob L. W., Mowrer O. H., Sears, R. R. (1939). *Frustration and Aggression*. New Haven, CT, US: Yale University Press.
- Folkman S., Lazarus R. S. (1980). *J. Hlth Soc. Behav.* Vol. 21.
- Folkman S., Person J. (1984). *Soc. Psychol.* Vol. 46, (5).
- Lazarus R. S. (1981). *Models for Clinical Psychopathology*. Ney York, 1981.
- Lazarus R. S., Folkman S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.

Wilson E. O. (1975). *Sociobiology: The New Synthesis*. Cambridge.

Wilson E. O. (1978). *On human nature*. Harvard Univ. Press, Cambridge and London.

REFERENCES

- Altunin A. (1997). Psihicheskaja agressivnost'. *Studencheskij meridian*, 2, 5–15.
- Ashkinazi A. S., Marishhuk V. L. i dr. (2004). Sravnitel'naja harakteristika agressii i agressivnosti u edinoborcev, sportsmenov drugih specializacij i nesportsmenov: Materialy 8-go Mezhdunarodnogo kongressa "Sovremennyy olimpijskij sport i sport dlja vseh". T. 1. Alma-Aty: Min. obr. i nauki Respubliki Kazahstan, kazahskaja akademija sporta i turizma. Rr. 160–165.
- Bitjuckaja E. V. (2011). Sovremennye podhody k izucheniju sovladanija s trudnymi zhiznennymi situacijami. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14: Psihologija*. 1. Rr. 100–111.
- Korjagina N. A., Mihajlova E. V. (2019). *Social'naja psihologija. Teorija i praktika: uchebnik i praktikum dlja SPO*. Moskva: Jurajt.
- Lorenc K. (1994). *Agressija*. Moskva: Nauka.
- Lorenc K. (2009). *Agressija (tak nazyvaemoe zlo)*. Moskva. 204 s.
- Levitov N. D. (1972). Psihicheskoe sostojanie agressii. *Voprosy psihologii*, 6.
- Odicova M. A. (2015). Preodolevajushhee povedenie lic, ob#edinennyh shozhim travmaticheskim opytom. *Izvestija Saratovskogo universiteta. Novaja serija: Filosofija. Psihologija. Pedagogika*. T.15, 1. Rr. 104–110.
- Platonova N. M. (2004). *Agressija u detej i podrostkov*. Sankt Peterburg: Rech'.
- Rumjanceva T. G. (1991). Agressija i kontrol'. *Voprosy psihologii*, 1. Rr. 81–89.
- Safonov V. K. (2003). *Agressija v sporte*. Sankt Peterburg: Izd-vo S. — Peterb. un-ta.
- Fromm Je. (2009). *Anatomija chelovecheskoj destruktivnosti; per. s nem. Je. Teljatnikovej*. Moskva: AST.
- Archer J. (1988). *The Behavioral Biology of Aggression*. Great Britain: Cambridge University Press: 11.
- Buss A. (1963). Physical aggression in relation to different frustrations. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. 67 (1), 1–7.
- Dollard J., Miller N. E., Doob L. W., Mowrer O. H., Sears, R. R. (1939). *Frustration and Aggression*. New Haven, CT, US: Yale University Press.
- Folkman S., Lazarus R. S. (1980). *J. Hlth Soc. Behav.* Vol. 21.
- Folkman S., Person J. (1984). *Soc. Psychol.* Vol. 46, (5).
- Lazarus R. S. (1981). *Models for Clinical Psychopathology*. Ney York, 1981.
- Lazarus R. S., Folkman S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Wilson E. O. (1975). *Sociobiology: The New Synthesis*. Cambridge.
- Wilson E. O. (1978). *On human nature*. Harvard Univ. Press, Cambridge and London.