

tion that can be used with students of special medical teams to improve their health.

**Key words:** special medical team, training, health, health, internal organs, the digestive system.

Отримано 8.09.2011

УДК 796.8:159.9:796

**В. Й. Мазур, А. П. Скорич**

## **ХАРАКТЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОПТИМАЛЬНОЇ АГРЕСИВНОСТІ У СПОРТСМЕНІВ-БОРЦІВ**

Виявлені позитивні риси агресивності спортсменів по відношенню до адаптованості в спорті і до адаптованості поза спортом. Вони супроводжують спортивний і життєвий успіх. Встановлені суперечливі по відношенню до адаптованості риси агресивності спортсменів, які виступають в ролі позитивних чинників. По відношенню до життя поза спортом – негативними. Визначено специфіку взаємозалежності показників агресивності і навичок самоконтролю і комунікативної діяльності спортсменів. Розроблена програма формування оптимальних показників агресивності спортсменів.

**Ключові слова:** адаптованість, спорт, спортсмени, борці, експеримент, самоконтроль, агресивність, діяльність.

На основі Закону України «Про фізичну культуру і спорт», Національної доктрини розвитку освіти, Концепції фізичного виховання в системі освіти України, Концептуальних засадах подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні, Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації» ми визначили, що одним з напрямів діяльності у сфері спорту є виховання спортсменів.

Це робить актуальною розробку проблем формування у спортсменів таких якостей, які з одного боку є надзвичайно важливими в різних його видах, а з іншої – розвиваються в процесі занять ними. Агресивність, по відношенню до занять єдиноборствами, є однією з таких якостей.

Теоретико-методологічною основою дослідження послужили праці з проблем:

1) агресивності особистості в спорті (Бизова В.М., 2000; Краєв Ю.В., 1999; Худадов М.О., 1997 та ін.) і поза спортивною діяльністю (Берковіч Л., 2001; Левітов Н.Д., 1972; Лоренц К., 1994; Реан А.О., 1996 та ін.);

2) соціально-психологічної адаптації особистості (Андреева Г.М., 1996; Травникова Н.Г., 2000; Реан А.О., 1999);

3) формування особистості засобами спорту (Блудов Ю.М., 1987; Іпатов А.А., 2003; Павлов Ю.Н., 2004 та ін.).

На сьогодні бракує досліджень подібного роду. Стосовно спортсменів, що займаються боротьбою, цей аспект проблеми агресивності залишається абсолютно недослідженим. Це відно-

ситься до вивчення: вираженості і оптимальності агресивності в спортивній боротьбі, особливостей і значущості адаптованості борців до життя поза спортом залежно від їх агресивності, можливості педагогічної корекції агресивності з врахуванням її особистісної обумовленості.

**Мета дослідження** – розробити і обґрунтувати програму формування оптимальної агресивності спортсменів-борців за допомогою корекції особливостей їх самоконтролю і комунікативної діяльності.

**Завдання дослідження:**

1. Виявити особливості агресивності борців порівняно із спортсменами інших спеціалізацій та особами, що не займаються спортом.

2. Встановити специфіку адаптованості борців до спортивної діяльності та життя поза спортом; визначити характер взаємозалежності показників агресивності і адаптованості борців.

3. Розкрити особливості самоконтролю і комунікації спортсменів та їх зв'язок з показниками агресивності.

4. Розробити і апробувати програму формування оптимальних для адаптованості показників агресивності через корекцію особливостей їх самоконтролю і комунікабельності.

Як стратегічні використані три методи: констатуючого і порівняльного дослідження, а також формуючого експерименту. Застосовувалися методи аналізу наукової літератури, опитування (бесіда, анкетування, широко відомі і апробовані методики), аналіз навчальної документації, нестандартизоване педагогічне спостереження, математична і статистична обробка даних.

**Результати дослідження.** Почати аналіз феномену агресії необхідно з визначення суті цього явища, терміни «агресія» і «агресивність» характеризують різні сторони одного явища. Під агресією розуміють конкретну форму поведінки, спрямовану на заподіяння шкоди з відповідною мотивацією і специфічними емоційними станами і переживаннями.

Агресивність трактується як стійка риса особистості, що виявляється в перевазі агресивних форм поведінки (Реан А.О., 1996).

Адекватними діагностичними показниками агресивності є: фізична, непрямая, вербальна форми агресії, а також емоційні переживання, характерні для агресії: роздратування, негативізм, образа, підозрілість, ворожість і почуття провини (Вікк А., 1961). Формування агресивності має складну детермінацію. Частково агресивність обумовлена біологічними особливостями людини (Семенюк А.М., 2003). Але в значній мірі агресивність обумовлена дією соціальних чинників, до яких відносяться: сім'я, особливості системи заохочень і покарань, громадська думка, норми і традиції (Кудрявцев А.І., 2001).

До психологічних чинників агресивності належать: нейродинамічні – властивості нервової системи і темпераменту (Знаков В.В.,

1990; Семенюк Л.М., 2003; Фельдштейн Д.І., 1972), мотиваційні (Левітов Н.Д., 1972; Ситковська О.Д., 2002), емоційні (Антонян Ю.М., Дмитрієва Т.Б., 2002; Ратінов Н.А., 1998) і комунікативні (Бандура А., Уолтерс Р., 1999) характеристики особистості.

Поняття «адаптація» і «адаптованість» співвідносяться один з одним як процес і його результат. Адаптованість – це рівень пристосованості суб'єкта до умов конкретного середовища, що формується в ході процесу активного пристосування людини до зміни зовнішніх і внутрішніх умов існування (Андреев А.А., 2000). У вивченні адаптованості використовуються дві групи діагностичних показників: об'єктивні і суб'єктивні (Андреев А.А., 2000; Д'яконова Т.І., 2000; Травникова Н.Г., 2000).

До об'єктивних показників адаптованості відносять: успішність людини в провідному виді діяльності групи, її статус в груповій взаємодії і успішність засвоєння нею норм середовища. А суб'єктивними показниками адаптованості є особливості самопочуття, задоволеність людини груповим членством (своїм статусом, успішністю, ставленням до неї членів групи). Цей показник характеризує суб'єктивну «ціну зусиль з адаптації» (Д'яконова Т.І., 2000; Травникова Н.Г., 2000).

Спорт може сприяти як зниженню, так і підвищенню агресивності. Цей ефект залежить від думки тренера щодо корисності агресії в спорі (Бизова В.М., 2000), стереотипних уявлень про типового спортсмена даної спеціалізації (Ільїна Н.А., 2000). Агресивність спортсмена обумовлена наявністю досвіду досягнення високого спортивного результату завдяки використанню насильницьких стратегій (Дмитрієв Д. А., 2000) і специфікою самого виду спорту (боротьба), де висока агресивність є умовою досягнення високого результату (Чернов Ю.І., 1979).

Чинниками адаптованості до боротьби є властивості особистості і нервової системи спортсмена, його психічний стан під час змагальної та тренувальної діяльності, зміст і характер спілкування борця з тренером і спортсменами, що тренуються в одній групі (Бадалян А.С., Осипянц М.М., 1992; Худадов Н.А., 1997).

Значення агресивності для адаптованості до спорту і життя поза спортом суперечливо. Висока агресивність спортсменів, позитивна для спортивної адаптованості, в деяких аспектах є негативною по відношенню до адаптованості в житті поза спортом (Шустер О.С., 1999).

Визначені специфічні риси агресивності спортсменів, що займаються боротьбою. В порівнянні з особами, що не займаються спортом, борці більш схильні до фізичної, непрямой агресії, негативізму, підозрливості, відчуття образи, провини ( $p < 0,001$ ) і роздратування ( $p < 0,01$ ). У них вище загальний індекс ворожості і агресивності ( $p < 0,001$ ). Порівняльний аналіз коефіцієнтів варіації у борців і не спортсменів за показниками агресивності свідчить про те, що у борців коефіцієнти варіації менші, ніж у їх однолітків, що не займаються спортом. Агресивність борців не тільки вища, але і є вельми однорідною.

Проте в порівнянні із спортсменами не борцівських спеціалізацій борці не є агресивнішими. У борців більш виражений негативізм і менш – підозрілість, чим у інших спортсменів ( $p < 0,05$ ). Напряму спортивної спеціалізації обумовлює лише особливості агресивності. Варіативність ознак агресивності в групах спортсменів не борцівських спеціалізацій і борців свідчить про їх нормальний розподіл.

Відмінності агресивності борців і осіб, що не займаються спортом ставлять запитання: чи формують заняття боротьбою самбо і дзюдо агресивність або займатися цим видом спорту приходять більш агресивні підлітки? З 8-ми показників агресивності, що вивчаються, за 7-ми у борців вони вищі. Такий показник агресивності, як роздратування у борців-початківців достовірно не відрізняється від цього показника у їх однолітків не пов'язаних із заняттями спортом. Таким чином, борці-початківці починаючи займатися боротьбою самбо і дзюдо відрізняються більшою вираженістю агресивності.

Визначено вплив агресивності спортсменів на їх адаптацію до спорту, його специфіка у борців. У борців виявлено 34 залежності показників агресивності і адаптованості до спорту, 9 з них досягли 99,9%, 10 – 99% і 15 – 95% рівня достовірності. У спортсменів не борцівських спеціалізацій зв'язки показників адаптованості до спорту і агресивності є в два рази меншими і не такими глибокими (17 з них: 5 – на 99,9%, 5 – на 99% і 7 – на 95% рівня достовірності).

Таким чином, адаптованість борців до спорту у великій мірі обумовлена проявами їх агресивності. Найбільш значущий чинник адаптованості – індекс ворожнечі (6 зв'язків), підозрілість і фізична агресія (по 5 зв'язків). Найменше виражена – вербальна (2 зв'язки) і непрямая або опосередкована (1 зв'язок) агресія. Найбільшою мірою від характеристик агресивності борців залежить задоволеність самовдосконаленням в спорті (6 зв'язків).

Задоволеність борців заняттями спортом підвищується з посиленням фізичної агресії ( $p < 0,001$ ) і загальної агресивності ( $p < 0,01$ ) і знижується з посиленням підозрілості ( $p < 0,01$ ) і ворожості ( $p < 0,05$ ). Чим вищий рівень підозрілості ( $p < 0,001$ ), роздратування, ворожості ( $p < 0,01$ ) і відчуття провини ( $p < 0,05$ ) – тим нижча спортивна успішність борців.

У спортсменів різних спеціалізацій деякі характеристики агресивності взагалі не пов'язані з адаптацією до спорту (непряма агресія, провина). Абсолютна більшість зв'язків характеристик агресивності і адаптованості – позитивні. Найбільш сильно впливає на адаптованість роздратування (6 зв'язків). Задоволеність спортивною діяльністю залежить від роздратування ( $p < 0,001$ ) і фізичної агресії ( $p < 0,05$ ), а спортивна успішність – від роздратування ( $p < 0,001$ ).

Кількісна і більш тісна залежність показників агресивності і задоволеності самореалізацією поза спортом свідчить про те, що для борців агресивність є значущим чинником самореалізації. У самбістів і дзюдоїстів виявлено 71 зв'язок обговорюваних харак-

теристик, у не спортсменів – 51, а у спортсменів інших спеціалізацій – лише 17 зв'язків. Фактично, у борців не можна виділити абсолютно незначущого для самореалізації показника агресивності, оскільки найменша кількість зв'язків цих характеристик – 4. Таким чином, при розгляді значущості агресивності для реалізації в житті поза спортом у борців мова йде про більше, або менше значення конкретного показника агресивності для самореалізації. Тоді як у спортсменів інших спеціалізацій 7 з 10 характеристик агресивності мають тільки лише по одному зв'язку з показниками самореалізації, тобто, вони не є серйозними чинниками самореалізації. До показників подібного роду відносяться фізична і вербальна агресія, роздратування, образа, почуття провини, індекси ворожості і агресивності.

Найбільш значущими чинниками самореалізації у борців є показники індексу агресивності, вербальної, фізичної і непрямой агресії, а також почуття образи (9–10 зв'язків у кожного). Приблизно половина зв'язків самореалізації і агресивності – негативні. Найбільшою мірою від характеристик агресивності залежить задоволеність борців своєю привабливістю (7 зв'язків), найменшою – задоволеність безпекою, чуттєвими задоволеннями (по 2 зв'язки) і особистісним зростанням (1 зв'язок). У не спортсменів від характеристик агресивності сильно залежить самореалізація в сфері матеріального успіху (6 зв'язків) і моральності (5 зв'язків) і не залежить – задоволеність чуттєвими задоволеннями і яскравими враженнями.

Найбільше впливають на показники самореалізації: непряма агресія і почуття провини (по 8 зв'язків), найменше, – фізична агресія і роздратування (по 2 зв'язки). У спортсменів не борцівських спеціалізацій багато (8) аспектів самореалізації не залежать від характеристик агресивності. Самий значущий чинник самореалізації – це непряма агресія (6 зв'язків), решта характеристик агресивності має по 1-2 зв'язки із задоволеністю реалізацією різних цінностей.

Саме у борців виявлена найбільша кількість зв'язків показників агресивності і адаптованості до життя поза спортом (49). У спортсменів інших спеціалізацій виявлено 23, а у не спортсменів – всього 4. Борці проявляють велику агресивність в досягненні адаптованості до життя поза спортом. Найбільш сильно впливають на характеристики адаптованості борців показники агресивності: загальної ворожнечі (11 зв'язків) і почуття образи (8 зв'язків), найменше – фізична (2 зв'язки) і непряма (1 зв'язок) агресія.

Самими залежними від агресивності борців аспектами адаптованості до життя поза спортом є загальна задоволеність навчанням (6 зв'язків) і понижений настрій (5 зв'язків). У більшості випадків зв'язки є негативними, що говорить про негативний вплив агресивності борців на їх адаптованість до життя поза спортом. У осіб, що не займаються спортом, від характеристик агресії залежать лише 2 показники адаптованості до життя – це астеничний стан і задоволеність результатами навчання. Тільки 4 характеристики агресивності впливають на них (по 2 на кожну, всього при  $p < 0,05$ ).

У спортсменів різних спеціалізацій найсильніший чинник адаптації – це вербальна агресія (8 зв'язків), немає зв'язків у загальній ворожнечі. Найбільш залежний від агресивності показник – це астенічний стан (7 зв'язків), незалежний – соціальна фрустрація і соціальний статус (по 1 зв'язку). Вивчені зв'язки самоконтролю і комунікабельності з характеристиками агресивності, їх специфіка у борців. Кількісні відмінності показників самоконтролю і перешкод у спілкуванні в борців і спортсменів інших спеціалізацій відсутні. В порівнянні з особами, що не займаються спортом, у борців вищою є схильність до неадекватного прояву емоцій в спілкуванні ( $p < 0,05$ ), інших відмінностей немає.

У борців фізична агресія є тим вищою, чим меншим є їхнє бажання зближуватися з людьми на емоційній основі, проявляти самоконтроль в емоційній сфері і попередній самоконтроль у діяльності ( $p < 0,05$ ). Високе роздратування пов'язане з негнучкістю емоцій ( $p < 0,05$ ) і низьким поточним самоконтролем у діяльності ( $p < 0,001$ ). Ворожість негативно пов'язана з неадекватністю в емоційних проявах і позитивно – з негнучкістю емоцій ( $p < 0,05$ ). Характер взаємозв'язків показників агресивності з комунікацією і самоконтролем у борців щодо спортсменів різних спеціалізацій і осіб, що не займаються спортом, має виражену специфіку.

Отримані результати, що показують ефективність програми формування оптимальних для адаптованості борців показників агресивності через корекцію особливостей їх самоконтролю і комунікативної діяльності.

Завдання формуючого педагогічного експерименту сформульовані на основі тенденцій, виявлених в ході емпіричного дослідження і полягають в тому, щоб у спортсменів, які займаються спортивною боротьбою:

1. Понизити прояви роздратування, підозрілості і ворожості (агресивних емоційних станів).
2. Розвинути здатність до підтримки адекватних і неворожих реакцій в спілкуванні.
3. Сформувати навички здійснення довірливих неагресивних відносин з іншими людьми.
4. Удосконалити навички самоконтролю в тих видах агресії, які є найбільш негативними стосовно соціальної адаптованості борців.

Програма складається з 7-ми педагогічних занять загальною тривалістю 14 академічних годин. Чисельність у кожній з груп – не більше 10-11 осіб.

У результаті педагогічного експерименту агресивність борців знизилася по 7 показникам з 10, 2 з них – на 99% рівні достовірності. Знизилася: підозрілість, почуття образи ( $p < 0,01$ ), фізична і вербальна агресія, роздратування, загальна агресивність і ворожість ( $p < 0,05$ ). Знизився рівень неадекватності в прояві емоцій, їх негнучкість, небажання зближуватися і підвищився соціальний самоконтроль ( $p < 0,05$ ).

Змінився характер взаємозв'язку характеристик агресивності, самоконтролю і комунікабельності у борців. Збільшилася як кількість зв'язків (до 15), так і рівень їх тісноти. Всі зв'язки мають негативний характер – тобто, чим нижчим є рівень вираженості агресивності – тим вищим є самоконтроль і комунікабельність.

Найбільше число зв'язків з характеристиками агресивності мають показники самоконтролю в емоційній сфері (5) і соціального самоконтролю (4), найменше – фізична агресія (1). Найтісніше з самоконтролем і комунікабельністю пов'язані фізична агресія і загальна ворожість (по 3 зв'язків). У цілому, педагогічна дія на самоконтроль, комунікативні особливості і агресивність борців сприяла формуванню позитивних тенденцій у сфері агресивності.

Після участі в педагогічному експерименті змінилася в позитивну сторону специфіка взаємозалежностей показників агресивності і спортивної адаптованості. Зникли деякі зв'язки (наприклад, усунено негативний вплив підозрливості, роздратування, ворожості і почуття провини на успішність борців в спорті, підозрливості, роздратування і образи на задоволеність спортом) і з'явилися нові (число зв'язків зросло до 22, абсолютна більшість – позитивні).

В ході корекційної роботи борці засвоїли навички прояву агресивності – особливо фізичної ( $p < 0,001$ ), ворожості ( $p < 0,01$ ) і загальної ( $p < 0,05$ ), використання яких дозволяє збільшити їх спортивну успішність. Так, борці розвинули здатність до емоційного контролю проявів фізичної агресивності ( $p < 0,05$ ) і ворожості ( $p < 0,001$ ). А також – до соціального самоконтролю фізичної агресивності ( $p < 0,001$ ) і ворожості ( $p < 0,05$ ). У них посилилася здатність до поточного контролю над ворожістю ( $p < 0,05$ ).

Отже, в ході педагогічного експерименту борці набули таких навичок проявів агресивності, використання яких сприяє підвищенню задоволеності і успішності в спорті. Після участі в корекційній роботі борці набули навичок прояву агресії, позитивних по відношенню до самореалізації. Істотно скоротилася кількість зв'язків агресивності і самореалізації (з 71 до 32), причому всі вони мають суто позитивний характер.

Найбільшого впливу на самореалізацію борців набули такі соціально безпечні форми агресії, як непряма (6 зв'язків) і почуття провини (5 зв'язків), найменше, – ворожість (1 зв'язок). Істотно скоротився склад сфер самореалізації, залежних від характеристик агресивності борців (з 20 до 13).

Вплив педагогічної дії на агресивність і адаптованість борців до життя поза спортом можна вважати позитивним. Істотно скоротилося число зв'язків агресивності і адаптованості (з 49 до 13). Подолано негативний вплив багатьох характеристик агресивності на адаптацію борців до життя.

Педагогічна програма формування агресивності борців за допомогою корекції пов'язаних з нею характеристик самоконтролю і комунікабельності показала свою ефективність. В результаті експерименту відбулися позитивні зміни характеристик агресивності і соціальної адаптованості борців.

## **Висновки**

1. Агресивність борців є більш вираженою в порівнянні з особами, що не займаються спортом: їм властива велика агресивність як в поведінкових реакціях – фізична, вербальна і непрямая агресія, так і в емоційних станах – негативізм, роздратування, підозрілість, почуття образи і провини. Виявлено, що спочатку починають займатися боротьбою більш агресивні підлітки.

2. Успіхів в спорті, незалежно від спеціалізації, добиваються агресивніші спортсмени, проте напрям спортивної спеціалізації обумовлює її специфіку. Заняття боротьбою призводять до зниження інтеграції показників агресивності, хоча заняття іншими видами спорту підвищують взаємозалежність показників агресивності.

3. Вираженість і інтеграція показників адаптованості до спортивної діяльності у борців і спортсменів інших спеціалізацій є однаковою. Адаптованість борців до життя поза спортом за показниками самореалізації, задоволеності навчанням і особистим життям, академічною успішністю, здатністю вирішувати життєві проблеми, соціометричним статусом в учбовій групі і соціальною фрустраційністю має виражену специфіку щодо осіб, що не займаються спортом і спортсменів інших спеціалізацій.

4. Агресивність є чинником адаптованості борців до спорту, впливаючи на їх успішність в спортивній діяльності і задоволеність нею. По відношенню до успішності негативними чинниками є: підозрілість, роздратування, ворожість і почуття провини. По відношенню до задоволеності спортивною діяльністю різні прояви агресії у борців мають як позитивний, так і негативний характер.

5. Характеристики агресивності борців впливають як позитивно, так і негативно на їх адаптованість до обставин життя поза спортом. Зв'язки агресивності з показниками адаптованості мають як загальні, так і особливі риси, обумовлені заняттями спортом взагалі, і спортивною боротьбою, зокрема. Негативно у борців агресивність впливає на: академічну успішність, задоволеність навчанням і соціальний статус.

6. Різні характеристики самоконтролю і комунікації борців тісно пов'язані з характеристиками їх агресивності. Взаємозалежність цих показників має ряд особливостей, обумовлених заняттями спортивною боротьбою. Вплив навичок самоконтролю на агресивність борців є позитивним, а наявність різних перешкод в спілкуванні – негативним.

7. Спеціально організована педагогічна дія за спеціально розробленою програмою сприяє корекції навичок самоконтролю і усуненню перешкод в спілкуванні, які тісно пов'язані з характеристиками агресивності борців. У ході педагогічного експерименту борці рідше почали проявляти агресію, подолали схильність до роздратування і навчилися використовувати гнучкі стратегії агресивного реагування, тобто, непрямую агресивність.

8. Педагогічна програма корекції агресивності борців обумовлює зміни її характеристик, які позитивно впливають на їхню соціальну адаптованість. Крім того, в результаті формуючого экс-



перименту відбулася позитивна зміна ряду показників адаптованості борців до спортивної діяльності і життя поза спортом. Виявлено зростання: успішності в спорті і навчанні, задоволеності спілкуванням, соціального статусу і задоволеності реалізацією різних життєвих цінностей.

### **Список використаних джерел:**

1. Авакесян Г.М. Интегральная диагностика психического состояния спортсменов / Г.М. Авакесян // Тезисы докладов 13-й научно-практической конференции по психологии физического воспитания и спорта (21–22 октября 1992 г.). – М. : ЦНИИС, 1992. – С. 29–30.
2. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы / В.С. Агеев. – М. : МГУ, 1990. – 239 с.
3. Агрессия и психическое здоровье / под. ред. Т.Б. Дмитриевой. – СПб. : Издательство «Юридический центр Пресс», 2002. – 464 с.
4. Алексеев А.В. Тест Люшера при оценке оптимального боевого состояния / А.В. Алексеев // Тезисы докладов 13-й научно-практической конференции по психологии физического воспитания и спорта (21–22 октября 1992 г.). – М. : ЦНИИС, 1992. – С. 24–25.
5. Бабушкин Г.Д. Влияние занятий спортом на послеспортивную профессиональную деятельность / Г.Д. Бабушкин // Тезисы докладов 13-й научно-практической конференции по психологии физического воспитания и спорта (21–22 октября 1992 г.). – М. : ЦНИИС, 1992. – С. 79–81.
6. Баев М.Н. Целенаправленное совершенствование подготовленности спортсменов в играх и единоборствах / М.Н. Баев, А.А. Гераскин // Тезисы докладов 13-й научно-практической конференции по психологии физического воспитания и спорта (21–22 октября 1992 г.). – М. : ЦНИИС, 1992. – С. 30–31.
7. Бандура А. Подростковая агрессия / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М. : Апрель Пресс, 1999. – 512 с.
8. Баранов Н.А. Психологические аспекты формирования ценностных ориентаций у спортсменов / Н.А. Баранов // Аняевские чтения – 2000 : тезисы научно-практической конференции. – СПб. : СПбГУ, 2000. – С. 75–76.
9. Бережкова Е.И. Влияние экспозиции социальной агрессии на агрессивность младшего школьника : автореф. дисс. ... канд. психол. наук / Е.И. Бережкова. – СПб. : ЛГОУ, 2003. – 18 с.

Found out the positive lines of aggressiveness of sportsmen in relation to adapted in sport and to adapted out of sport. They accompany sporting and vital success. The contradictory in relation to adapted lines of aggressiveness of sportsmen which play the role of positive factors are set. In relation to life out of sport – negative. Certainly specific of interdependence of indexes of aggressiveness and skills of self-control and communicative activity of sportsmen. The program of forming of optimum indexes of aggressiveness of sportsmen is developed.

**Key words:** adapted, sport, sportsmen, fighters, experiment, self-control, aggressiveness, activity.

*Отримано 30.08.2011*