

С. М. Струганов

S. M. Struganov

*Восточно-Сибирский институт МВД России,
доцент кафедры физической подготовки,
кандидат педагогических наук, доцент*

**ВЛИЯНИЕ РЕГУЛЯРНЫХ ЗАНЯТИЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
НА ПРОЯВЛЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ
АГРЕССИВНОГО СОСТОЯНИЯ У КУРСАНТОВ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ
(на примере Восточно-Сибирского института МВД России)**

**INFLUENCE OF REGULAR ACTIVITIES
OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT
ON THE MANIFESTATION OF DIFFERENT FORMS
OF AGGRESSIVE STATE OF THE COURSANETS
OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS
OF THE MIA OF RUSSIA (on the example
of the East-Siberian Institute of the Ministry
of Internal Affairs of Russia)**

***Аннотация.** В статье изучены основные формы проявления агрессии среди курсантов-спортсменов и курсантов, не занимающихся спортом, проанализированы основные проявления их агрессивности, сформулированы соответствующие выводы и разработаны рекомендации по снижению этого состояния.*

***Summary.** The article shows the main forms of aggression among cadets-athletes and cadets who are not involved in sports, the main demonstration of their aggressiveness is analyzed, relevant conclusions are formulated and recommendations for reducing this condition are developed.*

***Ключевые слова:** агрессия, формы агрессии, курсант, физическая культура и спорт, профилактика агрессивного состояния.*

***Keywords:** aggression, forms of aggression, cadet, physical culture and sport, prevention of aggressive state.*

В современном обществе человек все чаще сталкивается с проявлением агрессии: физической, косвенной или же вербальной в адрес себя или своих близких, — и в попытке защитить себя от ее воздействия человек может так же неосознанно сам начать проявлять ее. Причиной проявления агрессии может быть множество факторов, таких как отсутствие или недостаток желаемых вещей или состояний, недовольство человека условиями окружающей жизни, ближними или самим собой [1, с. 485–520; 2, с. 202–215].

Агрессия начинает проявляться почти во всех сферах жизни, но только в одних случаях она может быть неосознанной и необдуманной, приносящей вред окружающим, а в других — являться движущим мотивом к достижению какой-либо цели, напряженной конкурентоспособности, самосохранению и защите угнетенных, способствовать скорейшему выздоровлению или физическому либо интеллектуальному развитию. Как пример полезного проявления агрессии можно взять спорт [2, с. 210; 3, с. 304].

Как известно, спорт является фактором социализации и развития личности, ведь благодаря ему возникают и проявляются разнообразные межличностные отношения. По своей состязательной сути спорт уже агрессивен, так как спортсмены на соревнованиях стремятся любой ценой победить соперника. Но если рассматривать с другой стороны, именно занятия спортом помогают сформировать личность спортсмена, так как агрессию в данном случае можно воспринимать как форму противостояния сопернику, мобилизацию функциональных возможностей спортсмена на достижение конкретного результата. Но самой главной особенностью занятий спортом является то, что он позволяет спортсменам выражать свои агрессивные чувства во время занятий, тем самым уменьшая агрессию по отношению к другим членам общества в обычной жизни [4, с. 199; 5, с. 232].

Цель исследования: изучить уровень и проявление агрессии у курсантов, обучающихся в образовательных организациях системы МВД России.

Задачи исследования:

1. Проведение исследования по опроснику Басса-Дарки для выявления агрессии среди курсантов-спортсменов, занимающимися разными видами спорта, и курсантов, не занимающихся регулярно физической культурой и спортом.
2. Анализ результатов и разработка рекомендаций по снижению агрессии у курсантов образовательных организаций системы МВД России.

Организация и методы исследования. Для достижения цели были использованы следующие методы исследования:

1. Тестирование испытуемых при помощи опросника Басса-Дарки «Диагностика состояния агрессии» на проявление агрессивности и враждебности.

Первый этап исследования проходил в октябре 2017 года. Этот этап заключался в проведении анкетирования у 72 курсантов образовательных организаций системы МВД России при помощи анкеты-опросника Басса-Дарки, состоящей из ряда вопросов, направленных на определение психологического состояния респондентов. В опросе участвовали 41,6 % курсантов-спортсменов и 58,4 % курсантов, не занимающихся регулярно физической культурой и спортом.

Результаты исследования. Все результаты анкетирования оценивались по 100-балльной шкале (таблица).

**Результаты тестирования среди курсантов,
обучающихся в образовательных организациях системы МВД России,
при помощи анкеты-опросника Басса-Дарки**

| Критерии Группы респондентов | Физическая агрессия (балл) | Косвенная агрессия (балл) | Вербальная агрессия (балл) | Враждебность (балл) | Агрессивность (балл) |
|---|---|--|---|--------------------------------|---------------------------------|
| Курсанты- спортсмены (группа № 1) | 67,83 повышенный уровень | 54,00 повышенный уровень | 50,83 средний уровень | 44,36 повышенный уровень | 55,21 повышенный уровень |
| Курсанты, не занимающиеся спортом (группа № 2) | 51,85 средний уровень | 52,30 повышенный уровень | 59,23 повышенный уровень | 45,60 повышенный уровень | 51,30 повышенный уровень |

В таблице мы видим результаты проведенного тестирования среди курсантов, обучающихся в образовательных организациях системы МВД России. Тестирование проводилось среди двух групп обучающихся: у активно и регулярно занимающихся физической культурой и спортом и у обучающихся, которые занимаются физическими упражнениями только на учебных занятиях по физической подготовке. Тестирование проводилось по пяти критериям: «физическая агрессия», «косвенная агрессия», «вербальная агрессия», «враждебность и агрессивность». Максимальное количество баллов было набрано среди спортсменов по показателю «физическая агрессия» — 67,83, минимальное количество баллов набрано также среди спортсменов по показателю «враждебность» — 44,36.

Группа курсантов, регулярно не занимающихся физической культурой и спортом, имеет по всем критериям примерно одинаковое количество баллов, максимальное по показателю «вербальная агрессия» — 59,23 балла и минимальное по показателю «враждебность» — 45,60 балла.

Для снижения агрессивности у всех групп необходимо проводить тренинги, направленные на получение социальных умений, так как именно отсутствие таковых является главной причиной проявления агрессии и враждебности. К тренингам, позволяющих расширить социальные умения, относятся следующие [2, с. 203; 6, с. 69; 7, с. 222].

1. Моделирование. Участникам тренинга показываются примеры и модели адекватного поведения, в результате чего наблюдается улучшение их собственного поведения.

2. Ролевые игры. Метод предлагает лицам представить себя в ситуации, требующей реализации базовых умений, полученных в ходе моделирования или родственных с ним процедур. Данный метод дает возможность проверить на практике изученные ранее модели поведения.

3. Установление обратной связи. Во время тренинга социальных умений с индивидами устанавливается обратная связь в виде реакций — как правило, позитивных — на их поведение. Они поощряются или вознаграждаются за желательное и адекватное поведение в социуме. Если они обращаются к прежним моделям поведения, то положительное подкрепление отсутствует.

4. Перенесение навыков из учебной ситуации в реальную жизненную обстановку. Внимание уделяется тому, чтобы все приобретенные навыки участников применялись в реальных жизненных ситуациях. Иногда эти программы завершаются тем, что их участников учат общим принципам, которые уместны в любой обстановке. А также прилагаются немалые усилия к тому, чтобы учебные ситуации содержали как можно больше элементов, характерных для жизненной обстановки.

Группы формируются так, чтобы участники тренингов не слишком отличались по уровню отсутствия социальных навыков. Обучение длится до тех пор, пока все члены группы не добьются заметных успехов.

Анализ данных, представленных в таблице, показывает, что уровень враждебности и агрессивности у обеих групп респондентов одинаков, но различаются способы проявления. Так, например, у первой группы физическая агрессия имеет повышенный уровень проявления, а у второй — средний уровень проявления, то есть курсанты-спортсмены более склонны к демонстрации силы при агрессивном поведении.

Повышенный уровень вербальной агрессии у второй группы говорит о том, что респонденты из этой группы склонны при проявлении агрессии использовать вокальные и вербальные компоненты речи. А респонденты из первой группы почти не демонстрируют такое поведение.

Проведение данных тренингов помогает будущим защитникам правопорядка контролировать свои эмоции и поведение в экстремальных ситуациях оперативно-служебной деятельности, тем самым повышая их коммуникативную подготовку, а также находить психологический контакт с незнакомыми людьми и располагать их к общению и сотрудничеству.

Список основных источников

1. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд. – СПб. : Питер : М. : Смысл, 2003. – 860 с. [Вернуться к статье](#)
2. Сельченко, К. В. Психология человеческой агрессивности / К. В. Сельченко. – Минск : Харвест, 2005. – 656 с. [Вернуться к статье](#)
3. Бэрон, Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – СПб. : Питер, 2001. – 352 с. [Вернуться к статье](#)
4. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : М. : Харьков ; Питер, 2008. – 352 с. [Вернуться к статье](#)

5. Фромм, Э. *Анатомия человеческой деструктивности* / Э. Фромм. – М. : АСТ, 2004. – 635 с. [Вернуться к статье](#)
6. Исмиянов, В. В. Влияние подбора средств физической культуры на формирование психических качеств личности студентов железнодорожного вуза / В. В. Исмиянов, Л. Д. Рыбина // *Вестн. Сибир. акад. права, экономики и управления.* – 2011. – № 2. – С. 68–70. [Вернуться к статье](#)
7. Хальзов, В. И. Физическое воспитание в общей системе профессиональной подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России / В. И. Хальзов, А. С. Кропанов // *Вестн. Санкт-Петербург. ун-та МВД России.* – 2012. – № 2 (54). – С. 220–223. [Вернуться к статье](#)

УДК 611.8+159.944.4

В. В. Трифонов

V. V. Trifonov

*Могилевский институт МВД Республики Беларусь,
доцент кафедры прикладной физической
и тактико-специальной подготовки,
кандидат биологических наук, доцент*

ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИХ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ ОРГАНИЗМА

TYPOLOGICAL PROPERTIES OF THE NERVOUS SYSTEM AS ONE OF THE FACTORS DEFINING ORGANISM STRESS RESISTANCE

Аннотация. Изучалась зависимость стрессоустойчивости организма от типологических свойств нервной системы. Показано, что лица со слабым типом нервной системы менее стрессоустойчивы, чем испытуемые с промежуточным типом.

Summary. The correlation between stress resistance of the organism and the typological properties of the nervous system was studied. It is shown that subjects with a weak type of nervous system are less stress-resistant than subjects with an intermediate type.

Ключевые слова: *экстремальная ситуация, стрессоустойчивость, тип нервной системы.*

Keywords: *extreme situation, stress resistance, type of nervous system.*

В настоящее время условия служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел (далее — ОВД) характеризуются ростом экстремальности. Сотрудникам все чаще приходится применять специальные меры административного принуждения, в частности силовое воздействие. Возникающие при этом ситуации носят стрессогенный характер и в большинстве случаев обу-