УДК 378.37.037.1

ББК 74.200.5

DOI 10.47475/2500-0365-2024-9-3-83-91

САМОРАЗРУШАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ У МОЛОДЁЖИ, ЗАНЯТОЙ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ

И. С. Крутько, Н. В. Попова

Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия

Аннотация. Статья содержит результаты исследования саморазрушающего поведения студентов-спортсменов и роли спортивной деятельности в работе со студентами-спортсменами. Исследование проведено в 2022 году методом анкетирования и тестирования студентов Института физической культуры, спорта и молодёжной политики Уральского федерального университета имени первого Президента России Б. Н. Ельцина. Результаты показали, что студенты-спортсмены демонстрируют признаки саморазрушающего поведения, связанные с личностными особенностями и отсутствием навыков профилактики, которые отчасти заменяются спортивной деятельностью.

Ключевые слова: *спортивная деятельность, профилактика, аутоагрессия, саморазрушающее поведение, молодёжь, нервно-психическая устойчивость.*

Актуальность. Проблема саморазрушающего поведения подростков и молодёжи (далее по тексту — молодёжь) в последние десятилетия становится актуальнее: Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) декларирует его в качестве одной из главных проблем здоровья человечества. За последние два года значительно увеличилось количество обращений к психологам по запросам молодых людей, связанных с непреодолимой потребностью нанесения самоповреждений. Молодость — время доформирования основных личностных структур, это период повышенной уязвимости к нарушениям психического здоровья. Внимание к собственному телу связано с его изменением, ростом, появлением сексуальности; тело и внешний вид становятся объектом экспериментов, связанных с взрослением, а поиск и экспериментирование — с разными видами риска, символизируют и личную, и социальную значимость внешней атрибутики. Молодость стрессогенна. Несовпадение моделей внешнего и внутреннего мира вызывает генерализованное напряжение у взрослеющего человека, которое может быть канализировано разными способами, в том числе и направлено на самого себя. В этом смысле акты саморазрушающего поведения выступают сигналами проблем в сфере личностного взросления.

В молодости человек ищет и пробует различные способы разрядки генерализованной тревоги, часто эти способы спонтанны, импульсивны и зависят от окружающих условий. Если конструктивно справиться с негативом не получается, возникает случайный выбор доступных стратегий облегчения, а саморазрушающие формы могут закрепляться как способ утилизации сильных эмоциональных переживаний, без прямого доступа до них. При этом ключевым психологическим механизмом формирования саморазрушающего поведения признана эмоциональная дисрегуляция [6].

Проблема саморазрушающего поведения молодёжи регулярно попадает в фокус внимания исследователей. Известны работы А. Н. Алехина, Н. Н. Васягиной, Т. А. Донских, Е. А. Змановской, Ю. А. Клейберг, А. Е. Личко, Р. О. Коннор, Ю. В. Попова, Л. Б. Шнейдера и др. До сих пор не существует единой модели саморазрушающего поведения, проясняющей ее суть, единой классификации, понимания форм, механизмов, и даже не принята единая терминология.

Системно саморазрушающее поведение пока не представлено: авторы выделяют такие его компоненты, как суицидальное поведение (в основе — острый конфликт и отсутствие психической устойчивости), поведение с физическим ущербом организму (аддиктивное поведение), самоповреждающее поведение (в основе — соматизация тревоги), поведение с нарушением норм и правил социума, поведение во вред будущему статусу [2]. Предложенные компоненты описывают внутриличностные особенности человека, комбинация которых приводит к накоплению аффекта, требующего разрядки.

Причинами самоповреждающего поведения в молодости исследованы в работах А. Е. Тарасовой. Это: эмоциональная дисрегуляция, неблагополучные социальные факторы, отрицание себя, коммуникации в референтной группе, наличие кризисного состояния [11]. Таким образом, сама ситуация становления внутреннего мира молодого человека вкупе с личностными особенностями и спецификой социальной среды определяют саморазрушающее поведение молодёжи.

Поиск способов снятия накопленного напряжения приводит молодого человека в спортивную деятельность, где сброс напряжения и агрессии в пределах соревнований оказывает эффективное влияние на результаты, особенно для тех видов спорта, в которых высокая физическая агрессия, насильственные стратегии являются неотъемлемыми элементами спортивного состязания. Поэтому в спорте возможно различение таких видов агрессии, как реактивной — враждебной и инструментальной, которая не включает гнев, но позволяет получить результат и разрядку [5].

Если рассматривать спорт как деятельность для конструктивной разрядки напряжения, логично предположить, что спортсмены находятся в зоне профилактики деструкций, ибо она помогает легитимным путем канализировать накопленные реакции, сбросить негатив и разрядить проблемные эмоциональные заряды молодости. Действительно, достаточно много исследований свидетельствует о конструктивном воздействии спорта на молодёжь и ее негативных сценариях взросления. Потому мы предполагаем, что у студентов-спортсменов саморазрушающее поведение должно встречаться редко или вообще отсутствовать. Важно, что спортсмены относятся к собственному телу как к инструменту проявленности и достижений, притом практически не существует социальных регуляторов отношений с телом, формирования его корректного образа, который формируется стихийно.

Если тело подводит, не позволяет достигать желаемых результатов, то у молодого человека формируется небрежное и даже враждебное отношение к нему, часто через отражённую самооценку, при которой присваиваются оценки значимых других. Отчуждённость и безразличие к телесной безопасности в свою очередь приводит к ангедонии и распространению саморазрушающих образцов взаимодействия с телом при внутренних конфликтах молодёжи.

Однако иногда социально одобряемое поведение, а спортивная деятельность таковой и является, становится легальным способом проявления аутоагрессии. Саморазрушающее поведение как раз в основе имеет агрессию, направленную на самого себя [1]. Молодой человек, не имея возможности даже осознать, а тем более открыто проявить гнев, страх, ярость и злость, начинает контейнировать напряжение в агрессию и направлять её не на то, что её вызвало, а на самого себя. Когда хочется ударить обидчика, но это невозможно, поскольку срабатывает какой-либо блок, запрет (личностный, социальный, коммуникативный), и напряжение рикошетом возвращается обратно.

Если учитывать возрастные особенности, например, необходимость молодого человека «держать лицо», то формируется благодатная почва для психологических самоистязаний. Предположим, что у ряда спортсменов, а возможно, у целых спортивных направлений аутоагрессия выступает как компенсаторный механизм или самомотиватор, закрепляется и используется параллельно занятиям спортом. Такая «психологическая аптечка» эффективно помогает оставаться в строю и быть функциональным, но этот эффект кратковременен, а в долгой перспективе такой компенсаторный механизм приносит психологический и физический вред.

Конечно, глубинные причины саморазрушения в спорте обусловлены базовыми внутриличностными механизмами, например, внутренними состояниями, отношением с миром и собой. Внешне они проявляются через косвенные виды деятельности. Предполагаем, что спорт выступает одной из них, которая и компенсирует, и одновременно активирует саморазрушающее поведение. Таким образом, можно спроектировать модель саморазрушающего поведения спортсменов (рис. 1).

Несомненно, спортивная деятельность повышает способность выдерживать нагрузки, формирует высокий уровень активации, эмоциональное напряжение. На наш взгляд, спортивная деятельность оказывается способом разрядки возрастного и/или внутриличностного напряжения молодого человека и проявлений саморазрушающего поведения должно быть минимальное количество. Кроме того, спортсмены, нагружая тело тренировками, привыкают к дисциплине и ответственности [7].



Рис. 1. Модель саморазрушающего поведения спортсменов

В спортивной деятельности агрессивность поощряется, ибо при этом повышается уровень спортивной квалификации. Однако достаточно ли спорта для ее разрядки? Возможно, что сам молодой человек может оказаться субъектом агрессии, тогда аутоагрессивность и саморазрушение оказываются понятным феноменом у спортсменов [10].

Исходя из вышеуказанного, изучение саморазрушающего поведения молодёжи, занятой спортивной деятельностью, представляет особый интерес. Феноменология этого поведения скрыта и малоизучена.

В соответствии с исследованиями внутриличностных основ саморазрушающего поведения [3], актуально оценить уровень агрессивности спортсменов, а также такие структуры, как: тревожность, агрессивность, копинг-стратегии, акцентуации характера, нервно-психическую устойчивость и определить их проявленность у этого контингента испытуемых, чтобы понять, действительно ли спортивная деятельность оказывается ведущим фактором для работы с молодёжью с саморазрушающим поведением.

Цель исследования — изучение особенностей саморазрушающего поведения студентов в спортивной деятельности.

Задачи исследования:

– выявление проявленности саморазрушающего поведения у студентов-спортсменов;

– исследование специфики саморазрушающего поведения у студентов-спортсменов;

– определение возможностей спортивной деятельности для профилактики саморазрушающего поведения в молодости.

Материалы и методы исследования.

Изучение саморазрушающего поведения студентов-спортсменов проведено в 2022 году в рамках Института физической культуры, спорта и молодёжной политики УрФУ (n = 96, возраст 18–24).

В исследовании использовалась авторская анкета, которая включала два блока вопросов: первый блок направлен на самодиагностику признаков саморазрушающего поведения, этот своеобразный чек-лист был позаимствован нами у Ричарда О'Коннора, всего признаков 40 [4]; второй блок вопросов был связан с исследованием цели жизни и средств её реализации, тревожности и форм самоповреждения в повседневности. В этот же блок входила проективная задача написать мини-эссе, где необходимо было описать два своих состояния — после победы на соревнованиях, и второе — когда ты испытываешь поражение.

У этой же выборки студентов были изучены следующие личностные особенности:

– агрессивные реакции — использован опросник диагностики агрессии Басса-Перри (BPAQ, Арнольд Басс, Марк Перри (1992), адаптация: С. Н. Ениколопов, Н. П. Цибульский (2007));

– копинг-стратегии личности — использована методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н. А. Сирота и В. М. Ялтонский, 1995);

– акцентуации характера — использован тест Леонгарда-Шмишека. Данные проверены на достоверность различия, использован t-критерий Стьюдента; считаются достоверными при $p < 0,05$ (при 5 % уровне значимости);



Рис. 2. Распределение студентов-спортсменов по степени проявленности саморазрушающего поведения

– нервно-психическая устойчивость — использован тест «Диагностика уровня нервно-психической устойчивости» или методика «Прогноз» (Санкт-Петербургская военно-медицинская академия), которая предназначена для определения уровня НПУ, риска дезадаптации в стрессе и стрессоустойчивости.

Результаты исследования и их обсуждение. Для выявления проявленности саморазрушающего поведения у студентов-спортсменов проведено анкетирование. Анализ заполненного чек-листа испытуемых позволил разделить респондентов на три группы по признаку самоидентификации выраженности саморазрушающего поведения в их жизни (рис. 2).

Таким образом, были выявлены три группы испытуемых студентов-спортсменов, Последние две мы объединили в одну — экспериментальную, условно назвав её «студенты с признаками саморазрушающего поведения»; вторая группа студентов — контрольная — не проявляет признаков самодеструктивного поведения. Отметим, что студенты этой группы регулярно занимаются спортом не первый год. Казалось бы, спорт позволяет выплескивать агрессию, контейнировать, однако признаки саморазрушающего поведения выражены у 41 % выборки.

Результаты второй части анкеты с использованием метода контент-анализа показали основные виды саморазрушающего поведения спортсменов (табл. 1). Полученные данные свидетельствуют о наличии индикаторов саморазрушающего поведения у всех студентов-спортсменов. Однако, в экспериментальной группе респондентов,

Таблица 1

Основные виды саморазрушающего поведения спортсменов

Ранг у эксперим. группы	Виды саморазрушений в поведении студентов-спортсменов	Относительная частота в %	
		эксперим. группа	контрол. группа
I	Доведение себя до изнеможения и травм на тренировках	24	17
II	Использование азартных видов развлечений («травка», карты, автоматы, экстримальный спорт, игры в сети…)	20	24
III	Распитие алкоголя до опьянения и потери саморегуляции (более одного раза в неделю)	17	22
IV	Нанесение физического вреда другому человеку (драки, БДСМ, контактные бои)	15	13
V	Наличие пластики, татуировок и пирсинга, другие виды	12	21
VI	Расстройства пищевого поведения (заедание и вызов рвоты, длительное голодание)	7	1
VII	Причинение боли самому себе: порезы, расчёсывание, удары	5	2
	Итого:	**100 (246 упоминаний)**	**100 (87 упоминаний)**

признающих наличие саморазрушающего поведения, их проявленность, во-первых, выше (246 упоминаний против 87 — у экспериментальной); во-вторых, иное распределение этих упоминаний, что косвенно подтверждает факт разрядки напряжения при занятии этими видами деятельности. Вероятно, тому существуют внутриличностные причины. Обратимся к их анализу.

Личностные особенности, прослеживаемые во второй части анкеты у студентов экспериментальной группы, представляют интерес: абсолютное большинство (92 %) не задумывались или не видят смысла своей жизни; большинство (88 %) не имеет долгосрочных целей в жизни, а краткосрочные цели материальны и не вдохновляют. Студенты этой группы подтверждают высокий уровень тревожности в ежедневной жизни, притом многие указывают на её волнообразный характер, вплоть до паники и деструктивных форм (75 %).

Тестирование по методике Басса-Перри показало результаты по шкалам физической агрессии, гнева и враждебности (табл. 2).

Агрессивность по всем шкалам более выражена у студентов-спортсменов из контрольной группы. В экспериментальной она ниже, вероятно, разряжена. Студенты-спортсмены из экспериментальной группы демонстрируют менее выраженные результаты.

Вероятно, агрессивность как личностная черта менее выражена у студентов-спортсменов с саморазрушающим поведением, а также гнев как эмоциональное выражение сопровождения реакции фрустрации проявлен меньше. Это свидетельствует о том, что группа респондентов с саморазрушающим поведением чуть более сдержанна и нормативна. Однако свидетельствует ли это о том, что они более эмоционально устойчивы?

Из копинг-стратегий у них превалирует «избегание проблем» — 48,5 %, «поиск социальной поддержки» — 34 %, «решение проблем» свойственно лишь 17,5 %. Абсолютное большинство опрошенных экспериментальной группы подтверждают, что занятия спортом помогают разрядиться, выплеснуть накопленный негатив и получить временную разрядку, т.е. свидетельствуют о положительном влиянии спорта на их повседневную жизнь.

Исследование акцентуации характера по тесту Леонгарда-Шмишека показало выраженность следующих акцентуаций у студентов-спортсменов обеих групп (табл. 3).

В экспериментальной группе демонстративный тип акцентуации, когда много эмоций напоказ, выражен у почти половины обследуемых (41 %). Возбудимый тип акцентуации представлен у 37 % обследуемых. В состоянии напряжения такие молодые спортсмены направляют свою агрессию на себя. Гипертимный тип акцентуации проявлен у 32,0 % обследуемых: их саморазрушающее поведение связано с гиперактивностью, реакцией группирования и тягой к риску, одновременно — с легкомыслием и пренебрежением опасностью.

Циклотимный тип представлен у трети выборки молодых людей (31 %): они склонны к девиациям, такие акцентуанты находятся в поиске наказания, а не удовольствия. Экзальтированная акцентуация — у пятой части выборки (по 19 % в экспериментальной и контрольной группах), они демонстрируют бурные эмоциональные реакции, впечатлительность и демонстрацию переживаний, с быстрыми решениями и желанием манипулировать. Эмотивный тип акцентуации неярко проявлен (12 %). Только 4 % молодых спортсменов не демонстрируют акцентуаций характера (против 19 % в контрольной группе).

Акцентуации у студентов-спортсменов выражены как в экспериментальной, так и контрольной группах. Данные таблицы 3 свидетельствуют о том, что в выборке студентов-спортсменов с саморазрушающим поведением они проявлены более. Их основным мотивом оказывается инфантильно-демонстративный, связанный

Таблица 2

Результаты изучения агрессивности спортсменов с помощью опросника уровня агрессивности Басса-Перри

Шкалы опросника	Контрольная группа студентов		Эксперимент. группа студентов	
	M	SD	M	SD
Физическая агрессия	29,31	10,09	31,12	6,75
Вербальная агрессия	20,3	7,36	18,43	5,22
Гнев	**23,3**	**10,6**	17	6,43
Враждебность	22,36	11,21	22,7	9,23
Общий уровень агрессивности	98,34	34,22	81,31	19,07

Таблица 3

Типы акцентуации характера студентов-спортсменов

Тип акцентуации характера	% от количества студентов	
	экспер.группа	контр. группа
демонстративный	41	22
возбудимый	37	12
гипертимический	32	23
циклотимный	31	8
тревожный	21	14
экзальтированный	19	19
эмотивный	12	9
акцентуация не выявлена	4	19

с самоутверждением, «на спор» или «как все»; для доказательства своей «силы» и значимости в референтной группе.

Таким образом, рассмотренные показатели по личностным детерминантам саморазрушающего поведения спортсменов достаточно понятны и не выявляют каких-либо ярких оснований, характерных именно для этой выборки.

Мы предположили, что выраженность саморазрушающего поведения связана с нервно-психической устойчивостью и резилентностью, что не позволяет студентам-спортсменам «приходить в норму» и «пересобираться» после ситуаций разрядки напряжения. Результаты тестирования по методике «Прогноз» показали, что разница в реакциях между экспериментальной и контрольной группами очевидна (табл. 4).

Таким образом, очевидно, что спортивная деятельность имеет значение для студентов, помогая им преодолевать особенности возраста, взросления и ряд личностных особенностей. Однако именно в спорте большое значение имеет нервно-психическая устойчивость, которая менее проявлена у студентов-спортсменов, которые демонстрируют признаки саморазрушающего поведения, вероятно, выступающего компенсаторным механизмом при переживании напряжения. Исследование этой намеченной связи необходимо вести далее, определяя ее характер, первопричины, проявления в спортивной деятельности.

Заключение. Спортивная деятельность играет значимую роль в процессе взросления и формирования личности студентов-спортсменов, однако только занятия спортом не обеспечивают их психологическое здоровье: почти у половины молодых людей, принявших участие в исследовании, проявлены какие-либо признаки саморазрушающего поведения. Спортивная деятельность является действенным механизмом регуляции поведения студентов, позволяя переключать агрессию вовне: на спортивную деятельность, не причиняя вреда другому. Вместе с тем саморазрушающие формы поведения у них присутствуют.

Изучение особенностей саморазрушающего поведения студентов-спортсменов показало, что в его основе лежит агрессивность и эмоциональная дисрегуляция, выраженная стратегия ухода от проблем, палитра акцентуаций характера; студенты-спортсмены используют ряд механизмов для сня-

Таблица 4

Распределение студентов-спортсменов по уровням НПУ по методике «Прогноз»

Группы студентов-спортсменов	Распределение студентов-спортсменов по уровням НПУ (число лиц в %)		
	Средний (5-й)	Выше среднего (6–10-й)	Ниже среднего (1–4-й)
Экспериментальная группа с саморазрушающим поведением	57,2	5,6*	23,3*
Контрольная группа	35,8*	71,2	7,3*

Примечание. * – $p < 0,05$ между показателями контрольной и экспериментальной группами.

тия негативного напряжения, в том числе и спорт.

Спортивная деятельность имеет потенциал для профилактики саморазрушающего поведения молодёжи, однако объявлять её панацеей ошибочно, поскольку около 40 % студентов-спортсменов проявляют признаки саморазрушающего поведения. Следовательно, только спорт не может однозначно снимать саморазрушающие тенденции в поведении молодёжи, именно поэтому требуются дополнительные меры.

В сфере работы с молодёжью существуют практики коррекции самоповреждающего поведения, большинство предлагаемых мер носят превентивный характер — это педагогическое, медицинское, психолого-педагогическое направления работы [9].

Наиболее подробно решение проблемы аутоагрессивного поведения представлено в трудах Н. А. Польской. Автор выделяет четыре этапа работы: функциональную оценку проблемного поведения; обучение навыкам профилактики самоповреждения; устранение положительного подкрепления самоповреждающего поведения; когнитивное реструктурирование — выявление, оценка и изменение иррациональных убеждений, в основе самоповреждения [8].

Данный подход рекомендован педагогическим работникам, которые столкнулись с молодым человеком, совершившим аутоагрессивный акт, для организации профилактической работы в условиях образовательных организаций.

Введение профилактики саморазрушающего поведения в профессиональное образование молодежи, в т.ч. спортсменов, целесообразно. Исследование существующих практик показывает их недостаточную эффективность. Вариантом усиления профилактической составляющей может быть подход, предложенный в Институте физкультуры, спорта и молодёжной политики УрФУ, при котором в процесс обучения внедрены тренинги саморегуляции, конструктивной самооценки, принятия решений. Обучение предполагает формирование у молодёжи навыков чувствования пограничных нагрузок, после которых молодой человек обращает накопленное напряжение на самого себя и начинается процесс саморазрушения. Также целесообразно тестирование нервно-психологической устойчивости студентов-спортсменов при приёме на соответствующие программы вузов.

Результаты настоящего исследования могут быть применимы в практике подготовки студентов-спортсменов, а также специалистов по направлению 39.04.03. «Организация работы с молодёжью».

Поступила в редакцию 11 марта 2023 г.

Список литературы

1. Абрамова, А. А. Аутоагрессивное несуицидальное поведение как способ совладания с негативными эмоциями / А. А. Абрамова, С. П. Ениколопов, А. Г. Ефремов, С. О. Кузнецова // Клиническая и специальная психология. — 2018. — Т. 7, № 2 (26). — С. 21–40.

2. Васягина, Н. Н. Делинквентное поведение подростков: феноменология, причины, возможности профилактики / Н. Н. Волошина // Вестник практической психологии образования. — 2018. — Том 15., № 1. — С. 12–17.

3. Змановская, Е. В. Психология девиантного поведения: структурно-динамический подход: автореф. … дис. д-ра псх. наук / Е. В. Змановская. — СПб., 2006. — 50 с.

4. Коннор, Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков / Д. Коннор. — СПб., 2005. — 288 с.

5. Кутергин, Н. Б. Формирование оптимальной агрессивности у спортсменов-борцов: автореф ... канд. пед. наук / Н. Б. Кутергин. — СПб., 2007. — 17 с.

6. Мыльникова, Ю. А. Клинические и социально-психологические предикторы аутоагрессивного поведения лиц допризывного возраста: дисс... канд. мед. наук / Ю. А. Мыльникова. — Краснодар, 2015. — 157 с.

7. Платонова, З. Н. Агрессия как фактор адаптации подростков, занимающихся спортом / З. Н. Платонова // Спортивный психолог. — 2009. — № 3 (28). — С. 20–23.

8. Польская, Н. А. Нарушения эмоциональной регуляции при самоповреждающем поведении / Н. А. Польская // Психологический журнал. — 2018. — Т. 39, № 4. — С. 27–37.

9. Попова, Н. В. Технологии управления отношением к здоровому образу жизни как профилактика девиаций студентов института физической культуры / Н. В. Попова, И. С. Крутько, Э. М. Арсланбекова // Теория и практика физической культуры. — 2022. — № 11. — С. 107–109.

10. Сафонов, В. К. Агрессия в спорте / В. К Сафонов — СПб.: Изд-во СПб ГУ, 2003. — 157 с.

11. Тарасова, А. Е. Причины самоповреждающего поведения подростков и молодежи / А. Е. Тарасова // Коллекция гуманитарных исследований. № 1 (16), 2019. — С.21–33.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Крутько, И. С. Саморазрушающее поведение у молодежи, занятой спортивной деятельностью / И. С. Крутько, Н. В. Попова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2024. — Т. 9, № 3. — С. 83–91. DOI 10.47475/2500-0365-2024-9-3-83-91

Сведения об авторах

Крутько Инна Сергеевна — доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры организации работы с молодёжью института физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия. **ORCID ID:** 0000-0001-6464-7493. **SPIN-код:** 7906-2481. **Author ID:** 283022. **E-mail:** busygina@rambler.ru

Попова Наталья Викторовна — кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры организации работы с молодёжью института физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия. **Scopus ID:** 57207947870. **ORCID ID:** 0000-0002-8711-6510. **SPIN-код:** 4452-2290. **Author ID:** 822722. **E-mail:** NV_Popova@mail.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION
2024, vol. 9, no. 3, pp. 83–91.

Self-destructive behavior in youth engaged in sports

Krutko I.S.[1], Popova N.V.[2]
Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin, Russia Yekaterinburg
[1]busygina@rambler.ru; [2]NV_Popova@mail.ru

Abstract. The article contains the results of a study of the self-destructive behavior of student-athletes and the role of sports activities in working with student-athletes. The study was conducted in 2022 by the method of questioning and testing students of the Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy of the Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin. The results showed that student-athletes demonstrate signs of self-destructive behavior associated with personal characteristics and the lack of prevention skills, which are partly replaced by sports activities. **The relevance of the study** lies in the increase in the number of requests to psychologists for reasons of bodily injury by young people. Sport is generally recognized as a tool for achieving a healthy lifestyle and the formation of a healthy personality, however, many students involved in sports activities show signs of auto-aggression. **The problem, purpose, objectives** of the study is to study the self-destructive behavior of student athletes; the role of sports activities in working with student-athletes; determination of the possibilities of sports activities for the prevention of self-destructive behavior in youth. **Materials and methods** consist in the study of self-destructive behavior of student-athletes conducted by the method of questioning and testing 96 students of the Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy of the Ural Federal University. **Results and its discussion.** Almost half of the student-athletes showed signs of self-destructive behavior, which are predetermined by the coping strategy of avoidance, high aggressiveness and accentuations, in addition, student-athletes with self-destructive behavior had low neuropsychic stability. It is important to develop the skills to overcome emotional dysregulation and resilience in the framework of training sessions for student-athletes at the university. **Conclusions and conclusion**. Student-athletes demonstrate signs of self-destructive behavior associated with personal characteristics, lack of prevention skills, which are partly compensated by sports activities.

Keywords*: sports activity, self-harm, prevention, auto-aggression, self-destructive behavior, youth.*

References

1. Abramova A.A., Yenikolopov S.P., Yefremov A.G., Kuznetsova S.O. Autoagressivnoye nesuitsidalnoye povedeniye kak sposob sovladaniya s negativnymi emotsiyami [Auto-aggressive non-suicidal behavior way of coping with negative emotions]. *Klinicheskaya i spetsialnaya psikhologiya* [Clinical and special psychology], 2018, vol. 7, no. 2 (26), pp. 21–40. (In Russ.).

2. Vasyagina N.N. Delinkventnoye povedeniye podrostkov: fenomenologiya, prichiny, vozmozhnosti profilaktiki [Delinquent behavior of adolescents: phenomenology, causes, prevention opportunities]. *Vestnik prakticheskoy*

psikhologii obrazovaniya [Bulletin of practical psychology of education], 2018, vol. 15, no.1, pp. 12–17. (In Russ.).

3. *Zmanovskaya Ye.V. Psikhologiya deviantnogo povedeniya: strukturno-dinamicheskiy podkhod: avtoref. dis. ...d-ra ps. mauk* [Psychology of deviant behavior: a structural-dynamic approach. Abstract pf thesis]. St. Petersburg, 2006. 50 p. (In Russ.).

4. Konnor D. *Agressiya i antisotsialnoye povedeniye u detey i podrostkov* [Aggression and antisocial behavior in children and teenagers]. St. Petersburg, 2005. 288 p. (In Russ.).

5. Kutergin, N.B. Formirovaniye optimal'noy agressivnosti u sportsmenovbortsov: avtoref... kand.ped.nauk. [Formation of optimal aggressiveness in Wrestlers. Abstract pf thesis] St. Petersburg, 2007. 17 p. (In Russ.).

6. Mylnikova Yu.A. Klinicheskiye i sotsial'no-psikhologicheskiye prediktory autoagressivnogo povedeniya lits doprizyvnogo vozrasta: diss….kand.med.nauk [Clinical and socio-psychological predictors of auto-aggressive behavior of persons of pre-conscription age. Thesis]. Krasnodar, 2015. 157 p. (In Russ.).

7. Platonova Z.N. Agressiya kak faktor adaptatsii podrostkov, zanimayushchikhsya sportom [Aggression as a factor of adaptation of adolescents involved in sports]. *Sportivnyy psikholog* [sports psychologist], 2009, no. 3 (28), pp. 20– 23. (In Russ.).

8. Polskaya N.A. Narusheniya emotsionalnoy regulyatsii pri samopovrezhdayushchem povedenii [Emotional regulation disorders in self-injurious behavior]. *Psikhologicheskiy zhurnal* [Psychological journal], 2018, vol. 39, no. 4, pp. 27–37. (In Russ.).

9. Popova N.V., Krutko I.S., Arslanbekova E.M. Tekhnologii upravleniya otnosheniyem k zdorovomu obrazu zhizni kak profilaktika deviatsiy studentov instituta fizicheskoy kultury [Healthy lifestyle attitude control technologies as a prevention of student deviations at the Institute of Physical Culture]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* [Theory and practice of physical culture], 2022, no. 11, pp. 107–109. (In Russ.).

10. Safonov V.K *Agressiya v sporte* [Aggression in sports]. SPb., 2003, 157 p. (In Russ.).

11. Tarasova A.E. Prichiny samopovrezhdayushchego povedeniya podrostkov i molodezhi [Reasons for self-injurious behavior adolescents and youth]. *Kollektsiya gumanitarnykh issledovaniy* [Collection of humanitarian research], 2019, no. 1 (16), pp. 21–33. (In Russ.).

Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция — Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная — https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/