

Научно-исследовательский журнал «Обзор педагогических исследований»

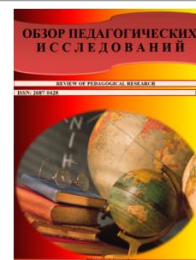
<https://opi-journal.ru>

2025, Том 7, № 7 / 2025, Vol. 7, Iss. 7 <https://opi-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.5. Теория и методика спорта (педагогические науки)

УДК 796.015.68:159.9



Методы преодоления эффекта свидетеля в командных игровых видах спорта: педагогические и психологические аспекты

¹ Быков А.В.,

¹ Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова

Аннотация: материалы и методы: в работе использованы материалы теоретического анализа научной литературы по проблеме эффекта свидетеля в командных игровых видах спорта за период 1968-2025 гг. Для систематизации данных о механизмах возникновения и методах преодоления эффекта свидетеля применялись методы сравнительного анализа теоретических подходов, обобщения результатов эмпирических исследований и структурно-функционального анализа педагогических и психологических интервенций. В качестве основы исследования выступил анализ научных источников с акцентом на изучение диффузии ответственности, социального сравнения и страха оценки как основных факторов проявления пассивности в спортивных командах.

Результаты: установлено, что эффект свидетеля в командных игровых видах спорта проявляется через три основных механизма: диффузию ответственности (равномерное распределение обязанностей между участниками), социальное сравнение (ориентацию на поведение более опытных игроков) и страх оценки (тревожность относительно возможных ошибок и негативной реакции команды). Выявлена эффективность комплексного подхода к преодолению данного феномена, включающего четыре основных направления: формирование четких ролей и зон ответственности, систематическое предоставление обратной связи с видеоанализом игровых эпизодов, психологическую подготовку с развитием навыков эмоциональной регуляции, и укрепление командной сплоченности через целенаправленные групповые мероприятия. Определены ключевые принципы практической реализации: внедрение тренировок с фиксированными ролями, создание ситуаций для развития индивидуальной инициативы, структурированная обратная связь и интегративный подход к психологической поддержке спортсменов.

Заключение: проведенный теоретический анализ показал многофакторную природу эффекта свидетеля в командных игровых видах спорта, требующую комплексного педагогического и психологического воздействия. Выделены приоритетные направления практического применения: разработка индивидуализированных программ распределения ролевых функций, совершенствование систем обратной связи с использованием современных технологий видеоанализа, внедрение специализированных психологических тренингов по развитию уверенности и инициативности, и формирование устойчивой командной идентичности через укрепление межличностных отношений в коллективе. Результаты исследования могут быть использованы тренерами и спортивными психологами для разработки методических программ, направленных на повышение индивидуальной активности и командной эффективности в игровых видах спорта.

Ключевые слова: эффект свидетеля, командные игровые виды спорта, коллективная ответственность, спортивная психология, педагогические воздействия

Для цитирования: Быков А.В. Методы преодоления эффекта свидетеля в командных игровых видах спорта: педагогические и психологические аспекты // Обзор педагогических исследований. 2025. Том 7. № 7. С. 269 – 274.

Поступила в редакцию: 22 июня 2025 г.;
Одобрена после рецензирования: 19 августа 2025 г.;
Принята к публикации: 3 октября 2025 г.

Methods of overcoming the bystander effect in team sports: pedagogical and psychological aspects

¹ Bykov A.V.,

¹ Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov

Abstract: materials and methods: the work uses the materials of theoretical analysis of scientific literature on the problem of the bystander effect in team sports for the period 1968-2025. To systematize the data on the mechanisms of occurrence and methods of overcoming the bystander effect, the methods of comparative analysis of theoretical approaches, generalization of the results of empirical studies and structural-functional analysis of pedagogical and psychological interventions were used. The study is based on the analysis of scientific sources with an emphasis on the study of the diffusion of responsibility, social comparison and fear of evaluation as the main factors in the manifestation of passivity in sports teams.

Results: it was found that the bystander effect in team sports is manifested through three main mechanisms: diffusion of responsibility (equal distribution of responsibilities between participants), social comparison (focus on the behavior of more experienced players) and fear of evaluation (anxiety about possible mistakes and negative reactions of the team). The effectiveness of a comprehensive approach to overcoming this phenomenon has been revealed, including four main areas: the formation of clear roles and areas of responsibility, systematic provision of feedback with video analysis of game episodes, psychological preparation with the development of emotional regulation skills, and strengthening team cohesion through targeted group activities. The key principles of practical implementation have been defined: the introduction of training with fixed roles, the creation of situations for the development of individual initiative, structured feedback and an integrative approach to psychological support for athletes.

Conclusion: the conducted theoretical analysis has shown the multifactorial nature of the bystander effect in team sports, requiring complex pedagogical and psychological influence. The priority areas of practical application are identified: development of individualized programs for distributing role functions, improvement of feedback systems using modern video analysis technologies, implementation of specialized psychological trainings for developing confidence and initiative, and formation of a stable team identity through strengthening interpersonal relationships in the team. The results of the study can be used by coaches and sports psychologists to develop methodological programs aimed at increasing individual activity and team effectiveness in team sports.

Keywords: bystander effect, team game types of dispute, collective responsibility, sports psychology, pedagogical influences

For citation: Bykov A.V. *Methods of overcoming the bystander effect in team sports: pedagogical and psychological aspects. Review of Pedagogical Research.* 2025. 7 (7). P. 269 – 274.

The article was submitted: June 22, 2025;
Approved after reviewing: August 19, 2025;
Accepted for publication: October 3, 2025.

Введение

Эффект свидетеля представляет собой социально-психологический феномен, при котором индивиды демонстрируют сниженный уровень инициативности и активности в присутствии других людей, исходя из предположения, что кто-то другой возьмёт на себя ответственность за действия [3]. Данный феномен характеризуется снижением индивидуальной вовлечённости и возложением ответственности на группу в целом. В контексте командных игровых видов спорта, таких как флорбол, футбол, хоккей и баскетбол, эффект свидетеля может проявляться в критических моментах игры, когда несколько игроков пассивно ожидают действий со стороны партнёров по команде, что может привести к упущению возможностей для результативных игровых решений или

недостаточной координации действий при обороне и атаке.

Более того, исследования показывают, что эффект свидетеля особенно ярко проявляется в стрессовых ситуациях, требующих быстрого принятия решений и высокого уровня согласованности действий среди участников команды [10]. Исследования показывают, что данный феномен связан с активацией специфических мозговых структур, включая медиальную префронтальную кору, которая играет ключевую роль в социальных процессах и принятии решений [1].

Основные механизмы возникновения эффекта свидетеля включают несколько ключевых компонентов, подтверждённых многочисленными исследованиями в области социальной психологии и спортивной педагогики. Исследователи выделяют три основных фактора, способствующих проявлению

нию пассивности наблюдателей: диффузию ответственности, плюралистическое неведение и опасения оценки [12].

Диффузия ответственности заключается в том, что члены команды могут предполагать, что ответственность за выполнение игровых действий или принятие решений равномерно распределяется между всеми участниками, что приводит к снижению личной инициативности [6]. В результате игроки склонны избегать активных действий, полагаясь на то, что кто-то другой выполнит необходимые задачи. Это может проявляться в критических моментах, таких как принятие решений во время стандартных положений или в ситуациях, требующих быстрой реакции на изменение игровых условий.

Социальное сравнение в командных игровых видах спорта проявляется, когда спортсмены ориентируются на поведение своих товарищей по команде в стрессовых ситуациях. Это может привести к пассивности, поскольку игроки ожидают, что более опытные или лидирующие участники возьмут на себя инициативу в ключевые моменты игры. Например, во время финальных минут матча спортсмены могут медлить с принятием решений, наблюдая за реакцией лидеров команды, что снижает оперативность и координацию коллективных действий.

Страх оценки в контексте командных игровых видов спорта выражается в тревожности, связанной с возможностью совершить ошибку, которая может повлечь за собой негативную реакцию со стороны товарищей по команде или тренерского штаба [7]. Это состояние часто связано с боязнью быть осуждённым или потерять статус в коллективе, что может привести к снижению уровня активности спортсмена, избеганию инициативных действий и снижению качества выполнения технических и тактических элементов игры.

Современная парадигма изучения эффекта свидетеля в спорте включает междисциплинарный подход, объединяющий методы нейронауки, социальной психологии и спортивной педагогики. Исследования с использованием функциональной магнитно-резонансной томографии показали, что при увеличении количества наблюдателей происходит снижение активности в областях мозга, ответственных за подготовку к оказанию помощи, включая пре- и постцентральную извилины и медиальную префронтальную кору [10].

Особое внимание уделяется роли диспозиционных факторов, таких как личный дистресс и симпатия, которые влияют на поведение помощи в групповых ситуациях [5]. Это показывает, что спортсмены с высоким уровнем личного дистресса

более подвержены эффекту свидетеля, поскольку присутствие других наблюдателей усиливает их эмоциональную реактивность.

Цель исследования – определить эффективные методы преодоления эффекта свидетеля в командных игровых видах спорта через анализ педагогических и психологических подходов к формированию активного игрового поведения спортсменов.

Материалы и методы исследований

В рамках исследования применялся комплексный методологический подход, включающий систематическое наблюдение за игровыми ситуациями на различных этапах соревнований в различных командных игровых видах спорта, проведение интервью со спортсменами и тренерами. Особое внимание уделяется изучению механизмов командного взаимодействия и факторов, влияющих на принятие решений в критических игровых ситуациях.

Результаты и обсуждения

Формирование чётких ролей и распределение ответственности. Назначение конкретных зон ответственности и распределение индивидуальных задач среди спортсменов оказало значительное влияние на снижение эффекта свидетеля. Например, в баскетболе каждому игроку назначается ответственность за определённую зону на площадке: один игрок отвечает за подстраховку в защите, другой – за перехваты передач, третий – за завершение атакующих действий.

Исследования показывают, что чёткое распределение ролей способствует формированию так называемой «коллективной эффективности» – убеждённости команды в своей способности организовать и выполнить действия, необходимые для достижения определённых уровней производительности [9]. В ходе тренировок используются сценарные упражнения, где каждый участник должен выполнять строго определённые функции, что не только минимизирует пассивность, но и способствует повышению уровня осознанности действий.

Системы обратной связи и анализ результативности. Регулярное предоставление обратной связи способствует повышению активности участников за счёт детального анализа игровых эпизодов и обсуждения допущенных ошибок. Современные подходы включают использование видеоаналитики с акцентом на выполнение каждым игроком индивидуальных обязанностей [8].

Исследования психологических интервенций в спорте показывают, что структурированная обратная связь является одним из наиболее эффективных методов повышения индивидуальной и командной результативности. Применение индиви-

дуальных бесед с каждым спортсменом, где даются персонализированные рекомендации по повышению уровня вовлечённости, позволяет игрокам лучше осознавать свою роль в команде и повышать мотивацию к дальнейшему совершенствованию.

Психологическая подготовка и развитие эмоциональной регуляции. Использование целенаправленных упражнений для развития уверенности в своих силах и инициативности у спортсменов включает применение ролевых игр, где спортсмены моделируют критические игровые ситуации, требующие принятия решений под давлением. Исследования показывают важность развития навыков эмоциональной регуляции для преодоления эффекта свидетеля [14].

Также применяются упражнения на визуализацию успешных действий, позволяющие игрокам представлять себя в успешных игровых эпизодах, что способствует повышению уверенности. Групповые занятия с психологом включают обсуждение методов преодоления тревожности и техники самоуспокоения, такие как контролируемое дыхание и позитивные аффирмации.

Развитие командной идентификации и сплочённости. Исследования демонстрируют, что командная идентификация значительно снижает проявления социального «бездельничества» и способствует проявлению социального «усердия» в командных видах спорта [4]. Работа над улучшением сплочённости команды включает проведение тимбилдинговых мероприятий, организацию групповых дискуссий и регулярные встречи с командным психологом.

Эффективность данного подхода подтверждается исследованиями, показывающими, что высокий уровень командной сплочённости снижает проявления эффекта свидетеля в эстафетных командах и других коллективных видах спорта [13].

В результате нами разработаны практические рекомендации по преодолению эффекта свидетеля в командных игровых видах спорта.

1. Внедрение тренировок с фиксированными ролями

Метод заключается в заранее установленном распределении функций среди игроков в рамках тренировочного процесса, что минимизирует эффект пассивности и способствует повышению ответственности каждого участника. В ходе тренировок используются сценарии, имитирующие реальные игровые ситуации, где каждый игрок должен последовательно выполнять свои задачи. Чередование ролей применяется для улучшения универсальности игроков и повышения их уровня адаптивности в различных игровых сценариях.

2. Создание ситуаций для развития индивидуальной инициативы

Метод направлен на развитие у спортсменов навыков принятия самостоятельных решений и ответственности за свои игровые действия. Во время тренировок моделируются сценарии, в которых спортсмены оказываются в условиях численного преимущества или дефицита времени для принятия решений. Применение игр с ограниченным количеством передач или зональной оборонной позволяет создавать условия, требующие от каждого спортсмена активного участия и принятия решений.

3. Структурированная обратная связь и видеоанализ

Регулярная обратная связь является ключевым компонентом повышения вовлечённости и коррекции поведения спортсменов. Она включает как коллективный, так и индивидуальный анализ игровых моментов с акцентом на положительные действия и области для улучшения. Использование персонализированных отчётов с рекомендациями по улучшению помогает создать прозрачную и конструктивную коммуникацию в команде.

4. Интегративный подход к психологической поддержке

Важнейшим компонентом для снижения эффекта свидетеля является целенаправленная работа над улучшением сплочённости команды и оказанием психологической поддержки спортсменам. Это включает практики по управлению стрессом, упражнения на развитие эмпатии и формирование навыков взаимоподдержки, что способствует снижению напряжённости и улучшению морального состояния спортсменов.

Выводы

Эффект свидетеля представляет собой многофакторную проблему в командных игровых видах спорта, требующую комплексного подхода к решению. Современные исследования показывают, что данный феномен имеет как когнитивные, так и нейрофизиологические основания, включая активацию специфических мозговых структур и влияние диспозиционных факторов личности.

Для эффективного преодоления эффекта свидетеля необходимо использование интегрированных педагогических и психологических подходов, включающих: формирование чётких зон ответственности с фиксацией индивидуальных ролей игроков; систематическое предоставление структурированной обратной связи; развитие навыков эмоциональной регуляции и психологической устойчивости; укрепление командной идентификации и сплочённости.

Список источников

1. Alexander W.H., Brown J.W. Medial prefrontal cortex as an action-outcome predictor // *Nature Neuroscience*. 2011. Vol. 14. P. 1338 – 1344.
2. Brown D.J., Fletcher D. Effects of psychological and psychosocial interventions on sport performance: A meta-analysis // *Sports Medicine*. 2017. Vol. 47. P. 77 – 99.
3. Darley J.M., Latané B. Bystander intervention in emergencies: Diffusion of responsibility // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1968. Vol. 8. P. 377 – 383.
4. De Backer M., Boen F., De Cuyper B., Høigaard H., Vande Broek K. A team fares well with a fair coach: Predictors of social loafing in interactive female sport teams // *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2015. Vol. 25. P. 897 – 908.
5. Eisenberg N., Eggum N.D. Empathic responding: Sympathy and personal distress // *The social neuroscience of empathy*. Cambridge: MIT Press, 2009. P. 71 – 84.
6. Fischer P., Krueger J.I., Greitemeyer T., Vogrincic C., Kastenmüller A., Frey D., Heene M., Wicher M., Kainbacher M. The bystander-effect: A meta-analytic review on bystander intervention in dangerous and non-dangerous emergencies // *Psychological Bulletin*. 2011. Vol. 137. P. 517 – 537.
7. Graziano W.G., Habashi M.M. Searching for the prosocial personality // *The Oxford handbook of prosocial behavior*. New York: Oxford University Press, 2015. P. 231 – 255.
8. Gutman T., Lev-Arey D., Erez T., Tarrasch R. Coach Assist: Assessing Youth Basketball Coaches' Feedback on Participation in an Acceptance and Commitment Therapy-Based Intervention // *International Sport Coaching Journal*. 2025. Vol. 12. P. 1 – 14.
9. Høigaard R., Boen F., De Cuyper B., Peters D.M. Team Identification Reduces Social Loafing and Promotes Social Laboring in Cycling // *Journal of Applied Sports Psychology*. 2013. Vol. 25. P. 33 – 40.
10. Hortensius R., de Gelder B. The neural basis of the bystander effect – The influence of group size on neural activity when witnessing an emergency // *NeuroImage*. 2014. Vol. 93. P. 53 – 58.
11. Hortensius R., Schutter D.J.L.G., de Gelder B. Personal distress and the influence of bystanders on responding to an emergency // *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*. 2016. Vol. 16. P. 672 – 688.
12. Latané B., Darley J.M. The unresponsive bystander: Why doesn't he help? New York: Appleton Century Crofts, 1970. 156 p.
13. Prapavessis H., Carron A.V. The effect of group cohesion on competitive state anxiety // *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 1996. Vol. 18. P. 64 – 74.
14. Tosuntaş Ş.B. Diffusion of responsibility in group work: Social loafing // *Journal of Pedagogical Research*. 2020. Vol. 4. P. 344 – 358.
15. Zanon M., Novembre G., Zangrando N., Chittaro L., Silani G. Brain activity and prosocial behavior in a simulated life-threatening situation // *NeuroImage*. 2014. Vol. 98. P. 134 – 146.

References

1. Alexander W.H., Brown J.W. Medial prefrontal cortex as an action-outcome predictor. *Nature Neuroscience*. 2011. Vol. 14. P. 1338 – 1344.
2. Brown D.J., Fletcher D. Effects of psychological and psychosocial interventions on sport performance: A meta-analysis. *Sports Medicine*. 2017. Vol. 47. P. 77 – 99.
3. Darley J.M., Latané B. Bystander intervention in emergencies: Diffusion of responsibility. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1968. Vol. 8. P. 377 – 383.
4. De Backer M., Boen F., De Cuyper B., Høigaard H., Vande Broek K. A team fares well with a fair coach: Predictors of social loafing in interactive female sport teams. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2015. Vol. 25. P. 897 – 908.
5. Eisenberg N., Eggum N.D. Empathic responding: Sympathy and personal distress. *The social neuroscience of empathy*. Cambridge: MIT Press, 2009. pp. 71 – 84.
6. Fischer P., Krueger J.I., Greitemeyer T., Vogrincic C., Kastenmüller A., Frey D., Heene M., Wicher M., Kainbacher M. The bystander-effect: A meta-analytic review on bystander intervention in dangerous and non-dangerous emergencies. *Psychological Bulletin*. 2011. Vol. 137. P. 517 – 537.
7. Graziano W.G., Habashi M.M. Searching for the prosocial personality. *The Oxford handbook of prosocial behavior*. New York: Oxford University Press, 2015. P. 231 – 255.
8. Gutman T., Lev-Arey D., Erez T., Tarrasch R. Coach Assist: Assessing Youth Basketball Coaches' Feedback on Participation in an Acceptance and Commitment Therapy-Based Intervention. *International Sport Coaching Journal*. 2025. Vol. 12. P. 1 – 14.

9. Høigaard R., Boen F., De Cuyper B., Peters D.M. Team Identification Reduces Social Loafing and Promotes Social Labor in Cycling. *Journal of Applied Sports Psychology*. 2013. Vol. 25. P. 33 – 40.
10. Hortensius R., de Gelder B. The neural basis of the bystander effect – The influence of group size on neural activity when witnessing an emergency. *NeuroImage*. 2014. Vol. 93. P. 53 – 58.
11. Hortensius R., Schutter D.J.L.G., de Gelder B. Personal distress and the influence of bystanders on responding to an emergency. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*. 2016. Vol. 16. P. 672 – 688.
12. Latané B., Darley J.M. *The unresponsive bystander: Why doesn't he help?* New York: Appleton Century Crofts, 1970. 156 p.
13. Prapavessis H., Carron A.V. The effect of group cohesion on competitive state anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 1996. Vol. 18. P. 64 – 74.
14. Tosuntaş Ş.B. Diffusion of responsibility in group work: Social loafing. *Journal of Pedagogical Research*. 2020. Vol. 4. P. 344 – 358.
15. Zanon M., Novembre G., Zangrando N., Chittaro L., Silani G. Brain activity and prosocial behavior in a simulated life-threatening situation. *NeuroImage*. 2014. Vol. 98. P. 134 – 146.

Информация об авторе

Быков А.В., кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой Физической культуры и спорта, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1207-160X>, Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова, av.bykov@narfu.ru