

УДК 378

Савчук Валерия Анатольевна,
Магистрант
АНО ВО «Российский новый университет»
e-mail: leri89047@gmail.com

Научный руководитель:
Трофимова Евгения Михайловна
к.пс.н., доцент, доцент кафедры
общей психологии и психологии труда
АНО ВО «Российский новый университет»
e-mail: jmt662008@yandex.ru
SPIN: 2341-9064

СТРЕСС КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ АГРЕССИВНОСТИ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Аннотация: Студенческая жизнь сопряжена с воздействием множественных стрессогенных факторов, на которые накладывается и переживание студентами проявлений возрастного кризиса. Все это может являться факторами формирования агрессивных форм поведения у студентов. Целью данной статьи является теоретическое обоснование такого влияния.

Ключевые слова: стресс, агрессия, студенты.

Abstract: Student life is associated with the impact of multiple stressful factors, which are superimposed on the students' experience of manifestations of the age crisis. All these can be factors in the formation of aggressive behaviors among students. The purpose of this article is to provide a theoretical justification for such an influence.

Keywords: stress, aggression, students.

Исследование особенностей студентов, подвергшихся стрессу актуально, так как научное обоснование этого явления позволит не только понять, как различные факторы стресса формируют агрессивность, но и разработать эффективные стратегии борьбы со стрессом и проявлениями агрессивности. Изучение формирования агрессивности у студентов вследствие повседневной стрессовой



обстановки в свою очередь улучшит образовательный процесс и поможет студентам в повышении их учебных результатов.

Современная наука не уделяет достаточного внимания влиянию переносимых стрессов у студенческой молодежи и формированию на этом фоне агрессии, которая в свою очередь влияет на здоровье и успешность их в учебном процессе. По разработанной Д.Б. Элькониным периодизации психического развития, по тяжести переживания сравним с кризисами трёх и одиннадцатилетнего возраста. [№4] А большинство выпускников школ, и новоиспеченных студентов российских вузов это как раз молодые люди и девушки, переживающие данный кризис. В современной науке психологи связывают студенческую агрессию с периодом взросления. [№ 5]

Данные российских ученых показывают, что 90% преподавателей время от времени сталкиваются с агрессивностью у студентов [№ 6]. Есть и другие данные, по частоте разновидностей агрессивного поведения студентами: проявление вербальной агрессии у студентов по вузам Ставрополя отмечено 67,2 %, физической – 54,2 %

[№ 7].

Анализ литературных источников позволил сделать вывод о том, что эффективность и процесс учебной деятельности во многом зависит от здоровой психологической обстановки в окружении студента, а также внимания и поддержки со стороны преподавателей и руководства вуза. Личностные особенности, поддержка со стороны семьи и вуза взаимодействуют и влияют друг на друга, формируя сложную систему, которая снижает влияние факторов стресса и таким образом влияет на обучение и развитие студента. Они взаимно поддерживают и моделируют друг друга, формируя базу для успешного обучения и личностного роста.

Прикладное значение представленного в статье исследования заключается в разработке путей ранней диагностики и дальнейшей реабилитации студентов с выявленным стрессовым состоянием и предотвращение развития их агрессии.



Цель исследования - теоретически обосновать взаимосвязь стресса и уровня агрессии у студентов, и на основе результатов исследования разработать пути решения проблемы агрессии среди студенческой молодежи.

Объект исследования – агрессия как психологический феномен.

Предмет исследования - взаимосвязь стресса и появления агрессии у студентов.

В сфере профессиональной деятельности психолога данное исследование направлено на реализацию нескольких задач:

1. Теоретическое обоснование развития агрессии: исследование должно предоставить теоретический фундамент для понимания и обоснования понятия развития агрессии у студенческой молодежи;
2. Анализ взаимосвязи между уровнем стресса и развитием агрессии у студентов;
3. Разработка путей коррекции стресса и агрессии: на основе выявленных особенностей разработка рекомендаций и стратегий для улучшения уровня психологической устойчивости и адаптации студентов.

Таким образом, исследование имеет как теоретическую, так и практическую направленность, целями которых являются обоснование связи переносимых стрессов, развития агрессии и разработка практических мер для ее коррекции в студенческой среде. Результаты изучения профильной литературы и электронных информационных сервисов, а также использование личного опыта автора, анализ взаимосвязи между уровнем стресса и развитием агрессии у студентов могут быть использованы при организации и улучшении учебного процесса у студентов. Понимание того, какой уровень стресса у студентов, какие факторы оказывают на него влияние, а также на развитие агрессии, может помочь педагогам и образовательным учреждениям создать более эффективные методы обучения подобных студентов, учитывающие индивидуальные особенности каждого студента; разработать персонализированные программы, осуществлять поддержку различных подходов к обучению, адаптацию методов работы согласно уникальным предпочтениям и потребностям студентов.



Стрессы могут вызывать расстройства физической, психической и социальной составляющей жизни человека. Стрессовые реакции или ответы на них могут быть различными или сочетанными, а именно физиологическими, поведенческими, когнитивными, эмоциональными. В качестве стрессоров рассматриваются события, которые разделяются по величине негативизма и времени, требуемому на адаптацию. Сложность при рассмотрении стресса начинаются уже при переводе этого иностранного слова на русский язык. Слово «стресс» (в англ. – stress) переводится как напряжение, давление, нагрузка. Однако в дальнейшем оно стало употребляться без перевода. При этом существует различие между научным и бытовым смыслом слова «стресс».

Под стрессом понимают состояние психического переживания, возникающее под влиянием особо сложных, обстоятельств жизни или вызванный внезапными экстремальными ситуациями [№2]. Стресс, другими словами, - это психологическое и физиологическое состояние организма, когда существует несоответствие между его способностью между его способностью удовлетворительно справиться с требованиями окружающей среды и уровнем этих требований.

Понимание стресса было обосновано Г. Селье введением понятий «эустресс» и «дистресс». Эустресс – это состояние потери равновесия, которое субъект переживает при несоответствии выдвинутых ему требований и имеющихся у него ресурсов для их реализации. Дистресс -

Стресс, это состояние, имеющее несколько значений, а именно,

1. Стресс как событие, является ситуативным, раздражающим феноменом, который отягощает течение событий
2. Стресс как реакция, на определенные события в этом случае эмоциональная реакция, связанная со стрессовым переживанием.
3. Стресс как промежуточная реакция между раздражителем и реакцией на него
4. Стресс как трансактный процесс. Стресс может быть процессом столкновением индивида с окружающим миром. Р. Лазарус считает, что он



начинается со специфической оценки события и ресурсов по его преодолению. В этом случае стресс протекает в постоянном взаимодействии с окружающим миром.

5. С физиологической точки зрения стресс может оказать влияние на иммунитет. Происходит нарушение образования новых лимфоцитов и их высвобождения в кровоток, производства антител в ответ на инфицирование. В 1981 году группа ученых (Р.Лазарус и другие) основываясь на своих наблюдениях заявили, что люди сходят с ума в большинстве своем не из-за крупных происшествий в жизни, а по вине мелких ежедневных «трагедий». Понятие «хронические стрессоры» определяется временной протяженностью в отличие от критических событий и ежедневных стрессов, хронические, длятся значительно более длительное время и состоят из повторяющихся более тяжелых испытаний (в семье или на работе) стрессоры вызывают нарушение адаптации в сочетании с внутренними и внешними факторами. Поэтому можно утверждать, что человек с точным когнитивным представлением о ситуации имеет больше возможностей для ее разрешения, чем человек с иным восприятием действительности.

Исследование стресса как фактора влияния на формирование личностных характеристик и форм поведения выделяют агрессию и агрессивное поведение. Рассмотрим подробнее исследование данного феномена у студенческой молодежи.

Согласно последним данным у студентов возрастом от 19 до 22 лет после сессии развивается или усугубляется агрессия, что связывают это с перенесенным экзаменационным стрессом [№ 11].

О взаимосвязи стресса и агрессии говорят так же и исследования, проводимые Е.П. Ильиным и М.С. Пономаревой, чьи исследования показали, что агрессивные реакции на события окружающей действительности увеличивают склонность к переживанию гнева и страха. А склонность к проявлению эмоции страха в юности существенно превышает показатели в подростковом возрасте. В исследованиях других ученых указывается связь агрессии с особенностями развития эмоциональной сферы в период юности, указывая что эмоции оказывают существенное влияние на поведение студентов обоих полов [№9].



Проявлениями вербальной агрессии у студентов могут быть отрицательные отзывы, на критические замечания, выражение недовольства и отрицательных эмоций в виде недоверия, затаенной обиды на родственников, сокурсников и учителей. Также это могут быть и оскорбления, ирония, обвинения, обидные шутки, а также обычный крик, иногда неосознанно применяемый для психологической разрядки [№10].

Новый, непривычный образ жизни, новый социальный статус, новые интересы и круг общения, адаптация к этим условиям приводит к возрастному кризису, который может являться причиной состояния стресс-фрустрации и провоцировать агрессию. Учеными Н.В. Тарабаринной и К.Д. Шафранской установлено, что лица, принадлежащие к студенческой молодежи, в больше чем половине случаев проявляют экстрапунитивные реакции, и вдвое реже - интрапунитивные и импунитивные. [№12]. Кроме того, имеет место связь между типом нервной системы испытуемых обоего пола и типом реакции на фрустрацию: для обладателей сильного типа нервной системы характерна экстрапунитивная форма, со слабым типом - интрапунитивная

[№11]. Ученые В.Е. Василенко и С.В. Михейкина делают заключение о том, что экстрапунитивные формы реакции с ростом интеллекта становятся более редкими, а интро и импунитивные – учащаются [№13]. [№8].

Агрессивное поведение прежде всего рассматривается как деструктивное, что вызывает необходимость коррекции такого поведения и создания программ для этого. Однако нельзя не отметить и конструктивную роль в ситуациях стресса, на чем акцентируют внимание многие исследователи (см., например, [№3]). В этом случае агрессия рассматривается как способ эмоциональной разрядки или же переключения внимания на другую форму деятельности.

Список литературы.

1. Михейкина С.В. Психологические особенности агрессивного поведения и его коррекция в юношеском возрасте: Дисс... канд. психол. наук. Ставрополь, 2004. 158 с.
2. Шогенов Б.Ю. УДК 159.9 научный руководитель: Кумахова Д.Б. к. филол. н. доцент « Экономика и социум» № 1(68) 2020. С. 917.



3. С. В. Хребина, Р. Н. Юндин Психологические особенности проявления агрессивного поведения современных студентов // Гуманитарные науки. 2020. № 3. С. 136-143.
4. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М., 1989.
5. Ли Чжэньнин. Индивидуально-личностные детерминанты агрессии российских и китайских студентов с разными типами гендерной идентичности: автореф. дисс.... канд. психол. наук. – М., 2017 – 23 с.
6. О причинах проявления агрессии и агрессивного поведения студентов современного вуза /Р.М.Магомедова // Казанский педагогический журнал, 2012 № 1. С. 131-137.
7. Михейкина С. В. Психологические особенности агрессивного поведения и его коррекция в юношеском возрасте: Дисс... канд. психол. наук. Ставрополь, 2004. 158 с.
8. Михейкина С.В. Психологические особенности агрессивного поведения и его коррекция в юношеском возрасте: Дисс... канд. психол. наук. Ставрополь, 2004. 158 с.
9. Михейкина С.В. Психологические особенности агрессивного поведения и его коррекция в юношеском возрасте: Дисс... канд. психол. наук. Ставрополь, 2004. 158 с.
10. Педагогическая психология. - Ростов-н/Д.: Феникс, 2008 – 541 с.
11. Столяренко Л. Д. Педагогическая психология. - Ростов-н/Д.: Феникс, 2008 – 541 с.
12. В.В. Степанова. Исследование форм агрессии у студентов вуза в период после сессии / Сборник трудов Всероссийской студенческой научно-практической конференции «Научные исследования студентов в решении актуальных проблем АПК» 16 - 17 февраля 2023 года.
13. Тарабарина Н.В. Экспериментально-психологическое и биохимическое исследование состояния фрустрации и эмоционального стресса при неврозах: Автореф. дисс... канд. психол.наук. Л., 1973.
14. Василенко В.Е. Взаимосвязь показателей интеллекта и фрустрационных реакций // Ананьевские чтения-1998: Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1998. С.28-29.

