

УДК 159.9

## **Исследование особенностей агрессивности и психологического стресса у студентов с разным уровнем адаптивности**

**Анастасия О. Ломака**

**Магистр 2 года обучения**

**Донской государственный технический университет**

**пл. Гагарина 1, Ростов-на-Дону, 344000**

**E-mail: nastya15lomaka@yandex.ru**

**ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-1348-9995>**

**Виктория Н. Власова**

**Доктор философских наук, доцент**

**Заведующий кафедрой педагогики РостГМУ**

**ул. Суворова 119, Ростов-на-Дону, 344022**

**E-mail: vetkina-anna@mail.ru**

**ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-6799-7429>**

### **Аннотация**

Настоящая статья посвящена исследованию связи адаптивного потенциала студентов со степенью их агрессивности и стрессового состояния. В ходе исследования были опрошены студенты очной формы обучения, обучающиеся по программе бакалавриата. Средний возраст испытуемых – от 17 до 22 лет. В рамках эмпирического исследования были использованы следующие стандартизированные методики: Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО – АМ), Тест агрессивности. Опросник Л. Г. Почебута, Шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона. В ходе обработки данных применялся параметрический t критерий Стьюдента, метод корреляционного анализа. Данные обрабатывались при помощи компьютерной программы «SPSS» 17.0 for Windows». В результате проведенного исследования, нами были выдвинута и подтверждена следующая гипотеза: возможно, могут существовать различия в психологическом стрессе и адаптивности у студентов с разным уровнем адаптивности. Теоретическая значимость проведенного исследования определяется тем, что полученные результаты могут быть использованы психологами, которые работают в образовательных учреждениях, для психологической поддержки и сопровождения студентов, а также данные результаты могут быть внедрены в учебный процесс в рамках чтения лекций. Полученные результаты исследования могут использоваться также в практике

консультирования. Новизна исследования состоит в том, что в работе впервые особенностей агрессивности и психологического стресса у студентов были изучены с помощью многоуровневого личностного опросника «Адаптивность», теста агрессивности, опросника Л. Г. Почебута и шкалы психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона в комплексе. В выводах отмечается выдвинутая гипотеза нуждается в дальнейшем изучении и доказательстве.

### **Ключевые слова**

адаптивность, агрессивность и психологический стресс у студентов, уровень адаптивности студентов

## **Study of the characteristics of aggressiveness and psychological stress in students with different levels of adaptability**

**Lomaka Anastasia Olegovna**

Master 2 years of study

Don State Technical University

pl. Gagarina 1, Rostov-on-Don, 344000

E-mail: [nastya15lomaka@yandex.ru](mailto:nastya15lomaka@yandex.ru)

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-1348-9995>

**Vlasova Victoria Nikolaevna**

Doctor of Philosophy, Associate Professor

Head of the Department of Pedagogy, Rostov State Medical University

st. Suворov 119, Rostov-on-Don, 344022

E-mail: [vetkina-anna@mail.ru](mailto:vetkina-anna@mail.ru)

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-6799-7429>

### **Annotation**

This article is devoted to the study of the relationship of the adaptive potential of students with the degree of their aggressiveness and stress. During the study, full-time students studying under the undergraduate program were interviewed. The average age of the subjects is from 17 to 22 years. The following standardized methods were used as part of an empirical study: Multilevel personality questionnaire "Adaptability" (MLO - AM), Aggression test. Questionnaire L.G. Pochebuta, Psychological Stress Scale PSM-25 Lemur-Tieux-Fillion. In the course of data processing, the Student t parametric test and the correlation analysis method were used. The data was processed using the computer program "SPSS" 17.0 for Windows ". As a result of the study, we put forward and confirmed the following hypothesis: perhaps there may be differences in

psychological stress and adaptability in students with different levels of adaptability. We believe that the theoretical and practical significance of the study is determined by the fact that the results can be used by psychologists who work in educational institutions for psychological support and accompaniment of students, and these results can be incorporated into the educational process as part of lectures. The results of the study can also be used in counseling practice. The novelty of the research is that the characteristics of aggressiveness and psychological stress in students was studied using a multilevel personality questionnaire "Adaptability", test the aggression questionnaire L. G. Pochebut and psychological stress scale of PSM-25 Lemur-Tessier-Fillion of the complex. In addition, we came to the conclusion that the proposed hypothesis needs further study and proof.

### **Keywords**

adaptability, aggressiveness and psychological stress in students, students' adaptability level

### **Введение**

Один из важнейших этапов становление профессионала – его обучение в университете. Самая продуманная организация образовательного процесса может оказаться малоэффективной, если студенты в силу своего физического и психологического состояния не могут участвовать в освоении образовательной программы. Нет ничего более важного для обучения, чем отношение обучающихся к учебной деятельности и их заинтересованность в обучении. Конечный итог обучения будет во многом зависеть от морально-психологического состояния учебного коллектива, его способности переносить сложности. Для этих задач на помощь приходят психологи, которые работают в университетах и помогают студентам справляться с различными сложностями, возникающими в процессе освоения образовательной программы.

На протяжении всего времени обучения студенты тестируются психологами. В ходе такой работы психологи могут оценить нервно-психическую устойчивость студентов, степень их агрессивности, а также наличие уровня стресса. Оценка различных характеристик происходит один раз в семестр. Это делается не только для того, чтобы оценить личностные характеристики, но и взаимоотношения в коллективе. Общение, взаимодействия, общая работа – важная часть студенческой жизни.

Актуальность проблемы адаптации обусловила активный и плодотворный поиск понимания ее сущности, содержания, особенностей и путей эффективного влияния на нее в интересах производственной практики.

### **Материалы и методы исследования**

В рамках эмпирического исследования согласно заявленной теме нами была поставлена следующая цель – определить особенности агрессивности

и психологического стресса у студентов с разным уровнем адаптивности. *Объектом эмпирического исследования* выступили студенты очной формы обучения, обучающиеся по программе бакалавриата с разным уровнем адаптивности. *Предмет исследования* – особенности агрессивности и психологического стресса у студентов с разным уровнем адаптивности.

Нами были выдвинута следующая *гипотеза* исследования: возможно, могут существовать различия в психологическом стрессе и агрессивности у студентов с различным уровнем адаптивности.

Теоретико-методологическую основу исследования составили: 1) исследованием личности как системным образованием занимались А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов; системно-уровневая концепция развития личности (А. Н. Леонтьев, А. Г. Асмолов, К. А. Абульханова-Славская, Б. Ф. Ломов); 2) концепция профессиональной адаптации А. В. Карпова, В. Я. Тернопола, Ю. П. Поваренкова, ориентировочные оценки тревожности Ю. Л. Ханина, метод диагностики общей самооценки личности Г. Н. Казанцевой; 3) с социальными условиями и условной конкретной деятельностью связывают процесс адаптации М. П. Будякина, А. В. Карлов, В. Е. Орел. 4) в авторской программе Т. М. Лукьянова, наряду с вышеуказанными, рассматривается метод определения социальной адаптации А. Г. Антоновского, А. В. Панихина проводит оценку адаптации студентов-первокурсников с помощью методики «Адаптивность» А. Г. Маклакова.

В исследовании использованы следующие психодиагностические методики:

- «Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО – АМ)»,
- «Тест агрессивности. Опросник А. Г. Почебута»,
- «Шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона».

## Дискуссия

Агрессивность имеет качественные и количественные характеристики. Также, как и любое свойство, она обладает разным уровнем выраженности: от практически полного отсутствия до её предельного развития. Любой человек имеет конкретную степень агрессивности. Низкий уровень агрессивности приводит к пассивности, ведомости и т. д. Высокий уровень агрессивности формирует облик личности, которая может стать чрезмерно конфликтной, неспособной на осознанную кооперацию и т. д.

В своем фундаментальном труде «Агрессия» Р. Бэрн и Д. Ричардсон выделяют четыре главных детерминанты агрессии: индивидуальные, биологические, социальные и внешние [Перченко, 2019].

Под агрессией, по Э. Фромму, понимаются всевозможные воздействия, которые приносят вред или намериваются причинить вред другим людям, окружающей среде, либо животным [Дубовицкая, 2010].

Э. Фромм обозначает пять ключевых разновидностей человеческой агрессии:

доброкачественную, злокачественную, инструментальную, псевдоагрессию (непреднамеренная, игровая, самоутверждение), оборонительную (наступление или противодействие). Он различает агрессию биологически адаптивную, содействующую поддержанию существования, высококачественную, и злокачественную, никак не связанную с сохранением существования [Федотова, 2015, Манучарян, 2016].

Агрессивное поведение – «это любая модель действия, обращённого на унижение или нанесение ущерба другому живому существу, не желающему такого обращения», пишут Р. Бэрн и Д. Ричардсон, выделяя при этом никак не эмоциональный аспект, а бихевиористический подход проявления агрессии [Темирбаева, 2016].

Разработка проблемы стрессового состояния с позиций современной науки обнаружила своё отражение в трудах, приуроченным биохимическим (А. А. Виру, Л. Е. Панин, А. И. Робу) [Абакумова, 2008], физиологическим (Ф. З. Меерсон, В. М. Федотов) [Филиппова, 2013], клиническим (П. Д. Горизонтов, Ц. П. Короленко) [Мартыненко, 2019], психофизиологическим и психологическим (Л. А. Китаев-Смык, Ф. П. Космолинский) нюансам её проявлений [Сергеева, 2008].

Несмотря на накопленные знания о проблеме стресса, некоторые её стороны исследованы не полностью. В связи с этим требуется сделать анализ имеющихся научных исследований по данной теме [Сафронова, 2017].

Основоположником учения о стрессе является канадский учёный Г. Селье [Леонтьев, 2014]. Хотя в отдельных, более ранних источниках, проблема стресса поднималась ещё в работах В. Вундта и У. Джемса [Маклаков, 2011]. У. Кеннон – основоположник гомеостаза, он предвосхитил взгляды Г. Селье на проблему психофизиологической стрессовой реакции, описав один из нестандартных аспектов стрессового состояния – нейроэндокринный процесс. Он исследовал феномен, который назвал реакцией «борьбы-бегства». Данная реакция рассматривается им как мобилизация организма, подготавливающая мышцы к действию в ответ на воспринимаемую опасность, она предоставляет вероятность личности сражаться с опасностью или уйти от проблемной ситуации.

На сегодняшний день возможно отметить новые тенденции изучения в данной сфере:

- исследование воздействия стресса на состояния здоровье и на формирование болезней. Например, определено то, что продолжительные стрессы имеют наиболее разрушительное влияние на тело и организм человека, нежели сильные, но непродолжительные. Исследования в сфере психосоматики (М. Фридман, Р. Розенман, К. Саймонтон, С. Саймонтон и др.) позволили выявить воздействие факторов психологического и эмоционального стрессового состояния, а также образа жизни в появлении ряда болезней [Очирова, 2014];

- изучение условий, оказывающих большое влияние в преодолении стресса. В современных исследованиях стрессовых состояний вопрос совладания считается основным (С. Фолкман, С. Хобфолл, С. Карвер, Б. Бирн и др.) [Симонов, 2009];
- исследование фактора общественной помощи и общественных взаимоотношений на степень и глубину переживания личностью стрессовых ситуаций (Н. Е. Водопьянова, Р. Лазарус);
- создание комплексных проектов управления стрессом (Д. Гринберг, Б. Лосик, Н. Е. Водопьянова) [Смирнов, 2010], которые включают в себя способность защищать собственные полномочия, тайм-менеджмент, способность положительно принимать жизненные ситуации, религиозность/духовность, освоение техник релаксации. Д. Гринберг полагает, что общество обладает большими возможностями контроля над уровнем стресса в своей жизни, чем это может показаться на первый взгляд.

Исследование психологической литературы демонстрирует, что в общественные науки понятие «адаптация» попало из биологии, где адаптация рассматривается как сложная система биологического приспособления множества разновидностей животного и растительного мира к изменяющимся условиям среды обитания.

Понятие «адаптивность», «адаптивная направленность» и т. д. трактуются в предельно широком смысле. Имеются в виду не только процессы приспособления индивида к природной среде, решающие задачу сохранения телесной целостности, выживания, нормального функционирования и т. д., но и процессы адаптации к социальной среде в виде выполнения предъявляемых со стороны общества требований, ожиданий, норм, соблюдение которых гарантирует «полноценность» субъекта как члена общества [Ктениду, 2010].

### **Результаты исследования**

На первом этапе исследования, с целью выявить степень адаптивности у студентов, нами был применён многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО – АМ), разработанный А. Г. Маклаковым и С. В. Чермяниным [Дугарова, 2006].

На основании полученных данных определяется, что 33 % студентов имеют низкую степень адаптивности, об этом свидетельствуют низкие показатели, набранные в ходе исследования, 67 % студентов набрали высокие баллы, что характерно для личностей с высокой степенью адаптивности.

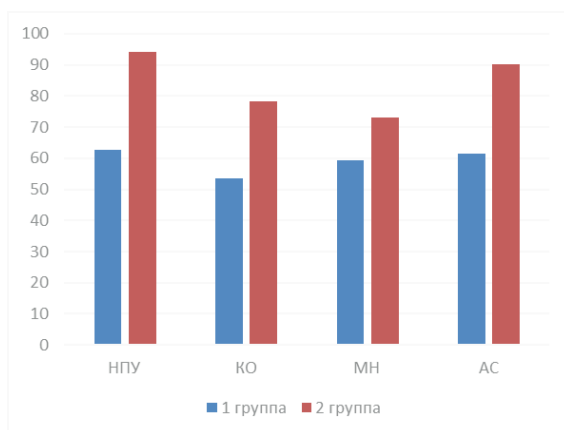
Опираясь на данные, полученные в ходе процедуры обследования все испытуемые были разделены нами на 2 группы: 1 группа – студенты с низким уровнем адаптивности, 2 группа – студенты с высоким уровнем адаптивности.

1 группа – студенты с низким уровнем адаптивности (13 человек, 33 %). Участники данной группы обладают довольно низкой нервно-психической

устойчивостью, это проявляется в быстрой физической и психической усталости. Показатели коммуникативных способностей студентов 1 группы ниже среднего, что может влиять на взаимоотношения в группе, следовательно, адаптационный период может складываться гораздо сложнее и дольше, нежели, чем у людей с высоким уровнем коммуникативной компетенции. Эта группа обладает признаками явных акцентуаций характера и некоторыми признаками психопатий, а психическое состояние можно охарактеризовать как пограничное. Процесс адаптации протекает тяжело. Возможны нервно-психические срывы, длительные нарушения функционального состояния.

2 группа – студенты с высоким уровнем адаптивности (47 человек, 67 %). Для данной группы участников характерна высокая адаптивность, студенты второй группы легко ориентироваться в новых условиях их деятельности, находить способы коммуникации с новыми людьми. Им присуще умение быстрого входа в коллектив, достаточно легко принимают решения в трудных для себя решениях. Испытуемые этой группы, как правило, не конфликтны и обладают довольно высокой эмоциональной устойчивостью. Высокий уровень нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции, высокая адекватная самооценка, адекватное восприятие действительности. высокий уровень социализации, адекватная оценка своей роли в коллективе, ориентация на соблюдение общепринятых норм поведения.

Далее мы использовали описательную статистику испытуемых с низким и высоким уровнями адаптивности. Посчитали средние значения по шкалам адаптивности, чтобы наглядно выявить различия между 1 и 2 группами.



**Рисунок 1.** Сравнительный график средних значений по шкалам опросника «Адаптивность» 1 и 2 групп

Благодаря сравнительному графику (Рисунок 1) мы видим, что испытуемые первой группы имеют значительно ниже показатели по шкалам, чем вторая группа испытуемых с высоким уровнем адаптивности. Опросник «Адаптивность» помог нам разделить испытуемых на две группы: на тех, кто менее адаптивен и высоко адаптивен. Средние значения у 2 группы испытуемых по всем четырем шкалам (нервно-психическая устойчивость, коммуникативные особенности, моральная нормативность и адаптивные способности) выше, чем средние значения 1 группы студентов с низкими адаптивными способностями. Следовательно, процесс адаптивности к новым условиям обучения у 1 группы проходит более затруднительно, нежели у 2 группы студентов. Они значительно медленнее осваиваются в коллективе, возможны нервно-психические срывы, длительные нарушения функционального состояния. Далее мы рассматривали другие характеристики, применимые в совокупности с ведущей методикой в работе «Адаптивность», а именно агрессивность и стресс.

Использование Т-критерия Стьюдента позволило нам проинтерпритировать полученные результаты с точки зрения наличия значимого различия, данные представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Средние значения, Т- критерий Стьюдента студентов с низким и высоким уровнями адаптивности

Наименование шкалы	Среднее Значение (1 группа)	Среднее Значение (2 группа)	Т-критерий Стьюдента	Значимость
Нервно-психическая устойчивость	62,7	94,1	-1,655	,104
Коммуникативные особенности	53,5	78,4	-9,638	,000*
Моральная нормативность	59,4	73,2	-6,058	,000*
Адаптивные способности	61,4	90,1	-8,320	,000*

В таблице 1 представлены результаты, показывающие наличие значимых различий между 1 и 2 групп студентов. Анализ данных, представленный в Таблице 1 показывает, что существуют значимые различия по трём шкалам адаптивности: коммуникативные особенности, адаптивные способности. Таким образом, на основании проведённого анализа, мы можем говорить, что у студентов с высоким



уровнем адаптивности преобладают значения в коммуникативных особенностях, моральной нормативности и самих адаптивных способностях.

На втором этапе исследования для выявления выраженности агрессивности мы использовали методику Л. Г. Почебута [Перченко, 2019]. В ней измерялись показания по пяти шкалам: вербальная агрессия, физическая агрессия, предметная агрессия, эмоциональная агрессия и самоагрессия, данные представлены в Таблице 2.

Таблица 2.

Выраженность общей агрессивности у студентов 1 группы с низким уровнем адаптивности

Уровни агрессивности	Низкий уровень 0–10 баллов	Средний уровень 11–24 балла	Высокий уровень 25 и более баллов
Количество в процентах	15%	38%	46%

Из рисунка 2 мы видим, что у студентов 1 группы с низким уровнем адаптивных способностей обнаружена та или иная проблема в агрессивном поведении.



**Рисунок 2.** Выраженность общей агрессивности у студентов 1 группы с низким уровнем адаптивности

У большинства студентов этой группы (46 %) наблюдается повышенный уровень агрессивности. Это свидетельствует о том, что их взаимоотношения в коллективе затрудняются из-за их вспыльчивости, так же они склонны причинять

физическую боль как по отношению к другим, так и к себе, менее адаптивны, направлены на достижение целей путем агрессивного поведения, более вспыльчивы и не готовые к уступкам. Испытуемые, набравшие по данному опроснику более 25 баллов, применяют так же вербальную агрессию, им кажется куда проще повысить тон или применить сквернословие, нежели решить проблему «мирным путём», спокойной беседой. У 38 % респондентов наблюдается средний уровень агрессивного поведения, это может говорить о том, испытуемые, набравшие количество баллов от 11 до 24 уже менее агрессивны, они значительно меньше используют физическое насилие и реже проявляют вербальную агрессию по отношению к другим и себе. Данные представлены в Таблице 3.

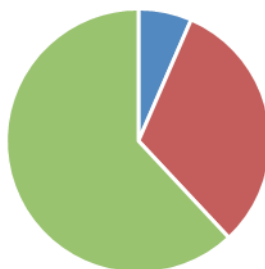
Таблица 3

Выраженность общей агрессивности у студентов 2 группы с высоким уровнем адаптивности

Уровни агрессивности	Низкий уровень 0–10 баллов	Средний уровень 11–24 балла	Высокий уровень 25 и более баллов
Количество в процентах	57 %	29 %	6 %

Из рисунка 3 видно, что 57 % студентов имеют низкую степень агрессивности, что указывает на их самообладание, спокойствие в стрессовых ситуациях и способность к аналитике своего поведения.

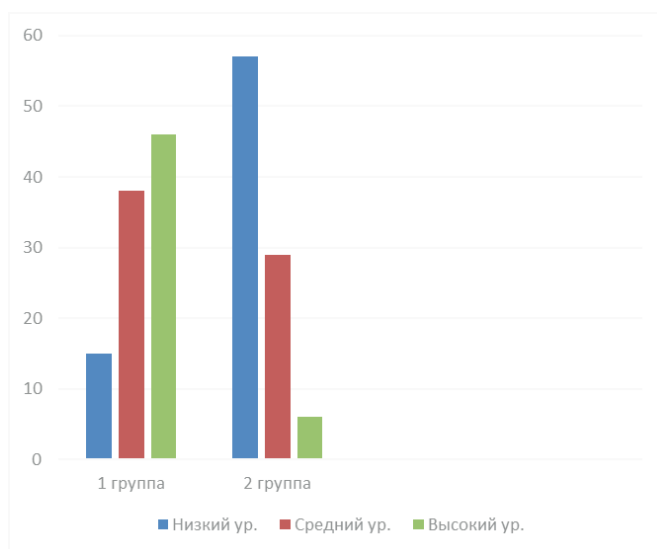
% студентов 2 группы



**Рисунок 3.** Выраженность общей агрессивности у студентов 2 группы с высоким уровнем адаптивности

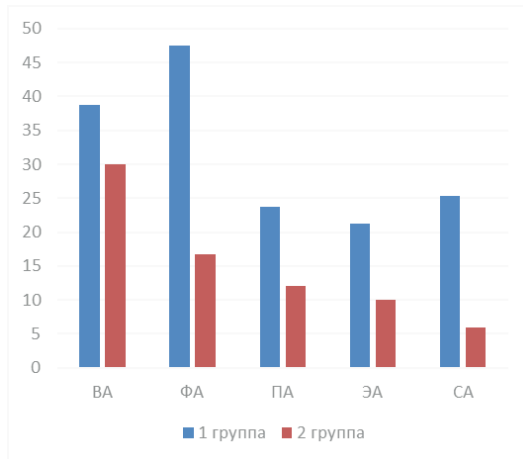
Такие люди, как правило, уравновешены и находятся в гармонии с окружающими и самими собой, им легко подстроиться под новую среду общения и деятельности, респонденты этой подгруппы неконфликтны и их довольно сложно вывести из себя. У 29 % испытуемых наблюдается средняя степень агрессивности, они уже более вспыльчивы, но зачастую не начинают конфликт сами. Могут применять вербальную агрессию в межличностном общении с коллегами. 6 % студентов всё же склонны к повышенному проявлению агрессивного враждебного поведения.

Согласно результатам двух прошлых исследований агрессивности у студентов первой и второй групп с разным уровнем адаптивности, можно составить следующую диаграмму.



**Рисунок 4.** Различия выраженности общей агрессивности у студентов с низким и высоким уровнем адаптивности

Из рисунка 4 видно, что среди испытуемых первой группы с низким уровнем адаптивности преобладает количество человек, набравших высокие баллы по шкалам агрессивности – 46 %. В то время как у испытуемых второй группы, напротив, преобладают те испытуемые, которые набрали по шкалам агрессивности низкие баллы, их количество составило – 57 %. Меньшая часть из студентов 1 группы обладают низким уровнем агрессивности – 15 % человек, но ещё меньшее количество человек среди испытуемых 2 группы с высоким адаптационным потенциалом имеют высокие показатели агрессивности – 6 % респондентов.



**Рисунок 5.** Показатели выраженности видов агрессивности у студентов 1 и 2 группы

Из рисунка мы видим, что у студентов группы № 1 (низкий уровень адаптивности) повышены показатели по шкалам агрессивности, а именно: вербальная агрессия – 38,8, физическая агрессия – 47,5, предметная агрессия – 23,7, эмоциональная агрессия – 21,2, самоагрессия – 25,4.

У студентов группы № 2 (высокий уровень адаптивности) показатели по шкалам агрессивности значительно ниже: вербальная агрессия – 30, физическая агрессия – 16,7, предметная агрессия – 12, эмоциональная агрессия – 10, самоагрессия – 6.

Далее мы рассматриваем средние значения 1 группы студентов с низким уровнем адаптивности, изучаем стандартное отклонение и выявляем ошибку среднего.

**Таблица 4.** Стандартные отклонения 1 группы студентов с низким уровнем адаптивности

Наименование шкалы	X среднее	Стандартное отклонение	Ошибка среднего
Вербальная агрессия	38,8947	23,96733	5,49848
Физическая агрессия	47,5263	22,20202	5,09349
Предметная агрессия	23,7368	19,24070	4,41412
Эмоциональная агрессия	21,2632	9,39173	2,15461
Самоагрессия	25,4211	19,09426	4,38052

Исходя из данных, представленных в таблице 4, мы можем отметить, что показатели по всем пяти шкалам повышены. Самое высокое значение по шкале физической агрессии (47,5), следует за ней и занимает второе место – шкала вербальной агрессии (38,8). Предметная, эмоциональная и самоагрессия находятся в примерно схожем диапазоне (от 21,2 до 25,4). Стандартное отклонение в четырёх из пяти шкал скачкообразно, высоко. Данные представлены в Таблице 5.

Таблица 5

Стандартные отклонения 2 группы студентов с высоким уровнем адаптивности

Наименование шкалы	X среднее	Стандартное отклонение	Ошибка среднего
Вербальная агрессия	30,0750	21,36903	5,28341
Физическая агрессия	16,7500	14,30394	2,75892
Предметная агрессия	12,0250	11,63656	1,94737
Эмоциональная агрессия	10,0500	8,21490	1,37811
Самоагрессия	6,9000	8,57785	1,36658

Данные таблицы 5 указывают нам на то, что у студентов 2 группы с высокими адаптивными способностями, как и у 1 группы повышены показатели по шкалам вербальной и физической агрессии. Схожая тенденция наблюдается и в стандартных отклонениях, что указывает на то, что именно по этим двум шкалам были большие разбросы в ответах испытуемых. На первом месте – вербальная агрессия (21,3), на втором – физическая агрессия (14,3), а далее три другие шкалы, имеющие средние значения от 8,2 до 11,6.

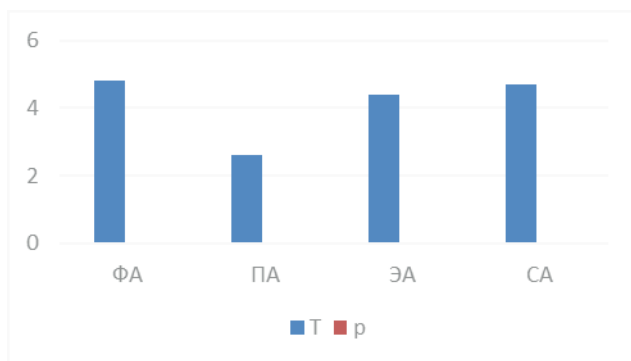
Далее для определения значимости различий выраженности эмоциональных барьеров нами был применён t – критерий Стьюдента. В результате чего были получены следующие данные, представленные в Таблице 6 и на Рисунке 6.

Из таблицы 6 мы видим, что по четырём видам агрессивности были выявлены значимые различия между представителями 1 и 2 групп, проявление представленных видов агрессивности у студентов с низкой степенью адаптивности значительно выше, чем у студентов с высокой степенью адаптивности.

Таблица 6

Средние значения агрессивности студентов с низким и высоким уровнями адаптивности

Наименование шкалы	Среднее значение (1 группа)	Среднее значение (2 группа)	T-критерий Стьюдента	Значимость
Вербальная агрессия	38,8	30	-,849	,400
Физическая агрессия	47,5	16,7	4,892	,000*
Предметная агрессия	23,7	12	2,648	,011*
Эмоциональная агрессия	21,2	10	4,449	,000*
Самоагрессия	25,4	6,9	4,797	,000*



**Рисунок 6.** Показатели значимости различий видов агрессии (физическая, предметная, эмоциональная, самоагрессия) у студентов с низкой степенью адаптивности и студентов с высокой степенью адаптивности

На третьем этапе исследования с целью установить наличие стрессового состояния в настоящее время у студентов нами была применена шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона [Ктениду, 2010]. Методика содержит 25 вопросов, включающая в себя два фактора: наличие стрессового состояния или его отсутствие.

После проведения исследования нами были полученные данные по 2-м группам студентов, которые явились следствием обработки тестовых бланков ответов.



**Рисунок 7.** Выраженность стрессового состояния в процентном соотношении у студентов 1 группы с низким уровнем адаптивности

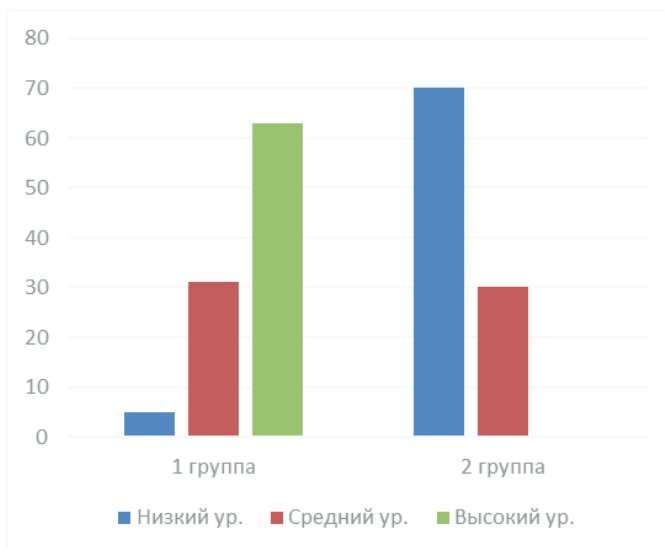
Из рисунка 7 мы видим, что у студентов с низким уровнем адаптивности преобладает высокое стрессовое состояние. Это проявляется в силе реакции организма на ту или иную ситуацию. Такие люди склонны к переживанию депрессий, у них снижена концентрация и имеются колебания в настроении. У 31 % студентов с низким уровнем адаптивности наблюдается средний уровень стресса. Этим испытуемым характерно более редкое и менее продолжительное чувство стресса, нежели у испытуемых с повышенным стрессовым беспокойством, о котором говорилось ранее. Им присуще нечастое чувство подавленности, в зависимости от ситуации, не на постоянной основе.

Из рисунка 8 мы наблюдаем противоположные значения по сравнению с результатами студентов с низким уровнем адаптивности. Здесь большее количество респондентов обладают низким стрессовым состоянием или полным его отсутствием (70%). Могут справиться с внешними раздражителями, не смотря на их силу и продолжительность. Студенты с низким стрессом эмоционально устойчивы, их вегетативная система находится в балансе своих подструктур (симпатическая, парасимпатическая).



**Рисунок 8.** Выраженность стрессового состояния в процентном соотношении у студентов 2 группы с высоким уровнем адаптивности

Из рисунка 9 мы наглядно видим, насколько разные показатели у студентов с низким и высоким уровнем адаптивности показатели стрессового состояния.



**Рисунок 9.** Общая выраженность значений психологического стресса у студентов с разным уровнем адаптивности



И действительно, у испытуемых с низким уровнем адаптивности повышены значения по стрессу и, наоборот, что касается респондентов с высоким уровнем адаптивных способностей, у которых психологический стресс либо просто ниже, либо отсутствует вовсе.

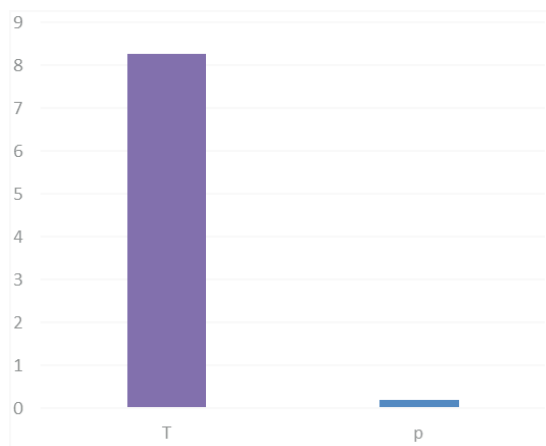
### Выводы

Далее для определения значимости различий выраженности стрессового состояния нами был применён t – критерий Стьюдента. В результате чего были получены следующие данные, представленные в Таблице 7 и Рисунке 10.

Таблица 7

T-критерий Стьюдента стрессового состояния 1 и 2 группы студентов

Наименование шкалы	Среднее значение (1 группа)	Среднее значение (2 группа)	T-критерий Стьюдента	Значимость
Наличие стресса	28,7	7,3	8,283	,000*



**Рисунок 10.** Показатели значимости различий наличия стрессового состояния у студентов с низкой и высокой степенью адаптивности

Из таблицы 7 и рисунка 10 мы видим, что  $T=8,283$  при  $p = 0,000^*$ , это означает, что студенты с низкой степенью адаптивности значительно чаще подвергаются стрессовому состоянию, чем студенты с высокой степенью адаптивности.

На основании проведенного эмпирического исследования и корреляционных данных можно утверждать, что *Гипотеза 1* о том, что могут существовать различия в психологическом стрессе и агрессивности у студентов с различным уровнем адаптивности, *полностью нашла свое подтверждение.*

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

### **Литература**

Абакумова И. В. Смыслодидактика. Учебник для магистров педагогики и психологии. М.: КРЕДО, 2008. 386 с.

Дубовицкая Т. Д. Методика исследования адаптивности студентов в вузе // Психологическая наука и образование: электронный журнал. 2010. № 2.

Дугарова Т. А., Шахмалова И. Ж. Особенности адаптации сельских студентов к обучению в вузе: проблемы и пути решения // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2006. № 1 (166). С. 57–62.

Ктениду М. Д. Связь типа родительского отношения с показателями приватности подростка // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2010. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/svyaz-tipa-roditelskogo-otnosheniya-s-pokazatelyami-privatnosti-podrostka> (дата обращения: 06.10.2019).

Леонтьев А. Н. Философия психологии: из научного наследия / Под ред. А. А. Леонтьева, Д. А. Леонтьева. М.: МГУ, 2014. 287 с.

Маклаков А. Г., Головешкин И. Д. Особенности адаптации студентов первого курса к образовательной среде вуза // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2011. № 3. С. 29–37.

Мартыненко Е. А. Психологическая суверенность личности как состояние границ субъекта // АНИ: педагогика и психология. 2019. № 3 (28). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-suverennost-lichnosti-kak-sostoyanie-granits-subekta> (дата обращения: 7.10.2019).

Манучарян Л. Х., Гордиенко Н. В. Результаты психолого-педагогического исследования по изучению уровня стрессоустойчивости и стресса студентов первокурсников и по определению их уровня адаптации к требованиям ВУЗа // Молодой ученый. 2016. № 5. С. 628–632.

Очирова Е. А., Дугарова Т. А. Эмоциональная напряженность как фактор психологической дезадаптации студентов 1 курса / Сборник материалов III Всероссийской научно-практической конференции студентов и аспирантов. Киров: Северо-Восточный федеральный университет им. М. К. Аммосова, 2014. С. 246–248.

Перченко Е. Л. Особенности социально-психологической адаптации курсантов с разным уровнем суверенности психологического пространства // Концепт. 2019.

№7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sotsialno-psihologicheskoy-adaptatsii-kursantov-s-raznym-urovнем-suverennosti-psihologicheskogo-prostranstva> (дата обращения: 04.11.2019).

Сафонова М. В., Тихонова Д. А. Сравнительный анализ профилей суверенности подростков с различными уровнями психологической суверенности // Вестник КГПИУ им. В.П. Астафьева. 2017. № 3 (41). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnyy-analiz-profiley-suverennosti-podrostkov-s-razlichnymi-urovnyami-psihologicheskoy-suverennosti> (дата обращения: 13.10.2019).

Сергеева С. В. Основные направления педагогического сопровождения адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу вуза // Известия вузов. Поволжский регион. Гуманитарные науки. 2008. № 3. С. 13–14.

Смирнов А. А. Адаптация студентов и образ вузы: монография. Ярославль: ЯрГУ, 2010. 168 с.

Симонов А. А., Живаев Н. Г. Психология вузовской адаптации. Ярославль: ЯрГУ, 2009. 115 с.

Темирбаева Д. К., Исалиева С. Т. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. № 50. С. 98–106.

Федотова Л. А., Адаптация в образовании: состояние, проблемы, перспективы. Волгоград: ВолгГТУ, 2015. 150 с.

Филиппова Г. Г. Материнство: сравнительно психологический подход. Психологический журнал. 2013. Т.20. № 5. С. 81–88.

## References

Abakumova I.V. (2008). Meaning of didactics. Textbook for masters of pedagogy and psychology. M.: CREDO. 386 p.

Dubovitskaya T.D. (2010). Methodology for the study of the adaptability of students at a university. Psychological science and education: electronic journal. No. 2.

Dugarova T.A., Shakhmalova I. Zh., (2006). Features of adaptation of rural students to study at a university: problems and solutions // Bulletin of Tomsk State Pedagogical University. No. 1 (166). P. 57–62.

Ktenidu M. D. (2010). Connection of the type of parental relationship with indicators of adolescent privacy. Bulletin of the Adygea State University. Series 3: Pedagogy and Psychology. No. 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/svyaz-tipa-roditelskogo-otnosheniya-s-pokazatelyami-privatnosti-podrostka>

Leontiev A.N. (2014). Philosophy of Psychology: From the Scientific Heritage / Ed. A.A. Leontiev, D.A. Leontiev. M.: MSU Publishing House, 287 p.

Maklakov A.G., Goloveshkin I.D., (2011). Features of the adaptation of first-year students to the educational environment of the university. Vestnik Pushkin LSU. No. 3. P. 29–37.

Martynenko E. A. (2019). Psychological sovereignty of the personality as a state of the subject's borders. ANI: pedagogy and psychology. No. 3 (28). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-suverennost-lichnosti-kak-sostoyanie-granits-subekta> (accessed: 10/30/2019).

Manucharyan L.Kh., Gordienko N.V. (2016). The results of psychological and pedagogical research to study the level of stress resistance and stress of first-year students and to determine their level of adaptation to the requirements of the university. Young scientist. No. 5. P. 628–632.

Ochirova E.A., Dugarova T.A. (2014). Emotional tension as a factor in the psychological maladjustment of 1st year students. Proceedings of the III All-Russian Scientific and Practical Conference of Students and Graduate Students. Kirov: Northeast Federal University named after M.K. Ammosov. P. 246–248.

Perchenko E. L. (2019). Features of the socio-psychological adaptation of cadets with different levels of sovereignty of the psychological space. Concept. No 7. Safonova M.V., Tikhonova D.A. (2017). Comparative analysis of the sovereignty profiles of adolescents with different levels of psychological sovereignty. Bulletin of KSPU im. V.P. Astafieva. No. 3 (41).

Sergeeva S.V. (2008). The main directions of pedagogical support for the adaptation of first-year students to the educational process of the university. News of universities. Volga region. Humanitarian sciences. No. 3. P. 13–14.

Smirnov A.A. (2010). Adaptation of students and the image of universities: a monograph. Yaroslavl: Yaroslavl State University, 168 p.

Simonov A.A., Zhivaev N.G. (2009). Psychology of university adaptation. Yaroslavl: Yaroslavl State University, 115 p.

Temirbaeva D.K., Isalieva S.T. (2016). Methodology for studying the adaptability of students at a university // Scientific-methodical electronic journal Concept. No. 50. p. 98–106.

Fedotova L.A. (2015). Adaptation in education: state, problems, prospects. Volgograd: VolgTGU, 150 p.

Filippova G.G. (2013). Motherhood: a comparatively psychological approach. Psychological Journal. No. 5. P. 81–88.