

показали, что для мальчиков 12-13 лет увлеченностью компьютерными играми наиболее предпочитаемый вид деятельности (30%). В связи с компьютеризацией досуга вытесняются такие виды досуговой деятельности, как общение со сверстниками, чтение книг, посещение музеев, театров, секций, кружков. Для мальчиков 14–17 лет увлеченность компьютерными играми уменьшается в 2 раза (12–14%). Возможно, это связано с тем, что ведущим видом деятельности подростков является интимно-личностное общение со сверстниками. Предпочтительные виды деятельности девочек в возрасте от 12 до 17 лет это общение с друзьями, просмотр телевизора, прослушивание музыки. Процент девочек в возрасте 12-13 лет, увлекающихся компьютерными играми составляет 16%.

Таким образом, компьютеризация досуга в основном отразилась на субкультуре мальчиков-подростков в возрасте 12-13 лет. Подростки отдают предпочтение «общению» с компьютером, нежели общению с друзьями или другим видам досуговой деятельности.

Компьютерная игра – это особый, виртуальный мир, где легко удовлетворить основные потребности подростка. Здесь можно самостоятельно принимать решения и не бояться ответственности. Подросток все больше уходит в виртуальную реальность, где реализует свои силы и способности, а личностный рост в мире реальном уходит на задний план. Важно помочь любителям компьютерных игр преодолеть свои личностные проблемы: проблемы межличностных и любовных отношений, повышать уверенность в себе и своих силах, формировать позитивное мышление и оптимистический взгляд в будущее. Тогда компьютерные игры станут для них лишь развлечением, средством развития каких-либо навыков, а не способом бегства от себя и от реальности.

**ШТРИХИ К КАРТИНЕ  
СТУДЕНЧЕСКОГО КРУГОЗОРА**

Бирюля Т.Г., Лесовская М.И.

*Красноярский государственный аграрный университет,  
Красноярск, e-mail: lesmari@rambler.ru*

В экстремальных ситуациях, включая периоды реформ, наиболее адаптивными будут люди с гибким интеллектом. Студенческая пора – благодатное время, когда поощряется выход за границы «профессиональной колеи» для формирования и обогащения своей компетентности. Интерес обучаемого – фундамент последующей познавательной и трудовой деятельности, а основой такого интереса является «расширение умственного кругозора» [1]. Не претендуя на всестороннюю оценку широты кругозора у студентов аграрного вуза, авторы использовали «метод 360 градусов» (круговой опрос), предложив студентам-экономистам I и III курсов (Э-1, 27 чел.; и Э-3, 18 чел.) и студентам-инженерам IV курса (И-4,20 чел.) лаконично объяснить смысл ряда научных понятий (1–3), лексических оборотов (4–6), терминов современной и архаичной систем мер и весов (7–14), психологии (15–17) и карты вин (18). Результаты (доля верных ответов, %) показаны в таблице.

Не менее трети понятий верно определили лишь 25% студентов. Затруднений не вызвала только «фобия» (боязнь поражения), в то время как исконный смысл выражений «золотая середина» (равновесие; «Книга Од» Горация), «золотое сечение» (число соизмерности, 1,618 или 62%; введено Л. да Винчи), «скрупула» (старинная аптечная мера, 1,244 г.) незнакомо всем респондентам. То, что перфекционизм – не «теологическая теория», а стремление к совершенству, известно лишь 6% студентов-инженеров и 4% экономистов-первокурсников (Э-3 – 0%). Вряд ли память перегружена математикой и информатикой: критерий Стьюдента (показатель достоверности отличий двух выборок) определен как «корректирую-

щий коэффициент»; метр – не доля земного меридиана, а ширина шага; «золотник» – «место залежей золота», «деталь колеса» и даже «деталь печки» (перепутали с колосником); йота – не черточка над «и» (по В. Далю), а «беспроводной интернет-доступ».

	Термины	Профиль, курс		
		Э-1	Э-3	И-4
1	Критерий Стьюдента	11	6	20
2	Лазер	33	0	25
3	Байт	30	72	50
4	Золотое сечение	0	0	20
5	Золотая середина	0	0	10
6	Йота	0	0	5
7	Метр	0	0	0
8	Килограмм	0	6	0
9	Скрупула	4	0	5
10	Карат	11	28	20
11	Унция	7	11	10
12	Золотник	19	0	5
13	Баррель	19	56	35
14	Пинта	4	0	15
15	Характер	19	17	10
16	Фобия	89	89	100
17	Перфекционизм	15	0	10
18	Бренди	85	72	85

Сужение кругозора – глобальная проблема. По мнению американских и немецких студентов (<http://news.nur.kz/160304.html>), Микеланджело – компьютерный вирус, Бетховен – собачья кличка, Германию никогда не разделяла стена, а «банановая республика» – не страна третьего мира, а сетевой магазин одежды Vanana Republic. На этом фоне локальные результаты вполне вписываются в мировую картину. Однако не хочется верить, что все ценности отечественного образования безвозвратно утонут в Болонском процессе.

**Список литературы**

1. Дьюи Дж. Психология и педагогика мышления. – М., 1999.
2. Шмелев А.Г. Из чего состоит рейтинг качества персонала и как его получать? / HR-Лаборатория «Гуманитарные технологии» (Human Technologies). – Материалы сайта [www.ht.ru/cms/about](http://www.ht.ru/cms/about).

**ЛИЧНОСТНЫЕ И АФФЕКТИВНЫЕ ПРЕДИКТОРЫ АГРЕССИИ ДЕВУШЕК И ЖЕНЩИН**

Васюхина Е.А.

*Саратовский государственный социально-экономический университет, Саратов, e-mail: morgan-svi@hotmail.com*

Одной из главных задач профилактики агрессивного и, в частности, аутоагрессивного поведения является выявление их личностных предикторов для локализации групп повышенного риска, их мониторинга и фокусирования превентивных программ.

С целью выявления личностных предикторов гендер- и аутоагрессии исследованы 30 девушек и женщин 16-23 (18,9 ± 0,2) лет.

**Методы исследования.** «Big five», «Temperament and Character Inventory» C.R. Cloninger (TCI-125), «Buss-Perry Aggression Questionnaire» (BPAQ), «Suicidal Behaviors Questionnaire – Revised» (SBQ-R), «Positive and Negative Suicidal Ideation (PANSI) Inventory», «Toronto Alexithymia Scale» (TAS), «Beck Depression Inventory» (BDI), «Self Rating Depression Scale» (SRDS) и «Self Rating Anxiety Scale» (SRAS) W.W.K. Zung.

Статистическая обработка проводилась с использованием программного обеспечения «Statistica 8.0» и включала использование параметрических и непараметрических критериев достоверности получен-

ных результатов, корреляционный анализ. Рассчитывали коэффициент детерминации («квадрат коэффициента корреляции»), показывающий, в какой степени изменчивость одной переменной обусловлена (детерминирована) влиянием другой.

**Результаты исследований и их обсуждение.** Из факторов «Big five» статистически достоверную связь с компонентами агрессии (BPAQ) демонстрируют факторы «нейротизм» и «сознательность». С этими факторами коррелируют когнитивный и поведенческий (но не эмоциональный) компоненты агрессии. Фактор «сознательность» отрицательно коррелирует с враждебностью ( $r = -0,548 \pm 0,160$ ;  $t = 3,4$ ;  $p < 0,001$ ) и физической агрессией ( $r = -0,374 \pm 0,178$ ;  $t = 2,1$ ;  $p < 0,05$ ). Фактор «нейротизм», напротив, положительно коррелирует с враждебностью ( $r = 0,431 \pm 0,173$ ;  $t = 2,4$ ;  $p < 0,05$ ) и, на грани со статистической достоверностью, – с физической агрессией ( $r = 0,359 \pm 0,179$ ;  $t = 1,9$ ;  $p < 0,1$ ). Фактор «дружелюбие» демонстрирует лишь тенденцию к отрицательной связи с физической агрессией ( $r = -0,332 \pm 0,181$ ;  $t = 1,8$ ;  $p < 0,1$ ). Расчет коэффициента детерминации показывает, что влияние факторов личности «большой пятерки» оказывает влияние на изменчивость компонентов агрессии в размере от 12,8% (влияние фактора «нейротизм» на варьирование поведенческого компонента агрессии) до 30,0% (влияние фактора «сознательность» на когнитивный компонент).

Полученные результаты расширяют спектр известных личностных предикторов различных компонентов агрессии (что отчасти может объясняться гендерными различиями исследованных выборок): так, ранее отмечалось, что низкий уровень «дружелюбия» может рассматриваться в качестве наиболее важного личностного предиктора физической агрессии [1] и делинквентного поведения (в формировании которого также отмечалось участие факторов «сознательность» и «нейротизм») [2].

Из четырех факторов темперамента TCI-125 с установленной нейробиологической и генетической детерминацией положительную связь с когнитивным компонентом агрессии («враждебность») демонстрируют факторы «избегание вреда» ( $r = 0,432 \pm 0,184$ ;  $t = 2,3$ ;  $p < 0,05$ ) и, на грани со статистической достоверностью, – «поиск новизны» ( $r = 0,344 \pm 0,191$ ;  $t = 1,7$ ;  $p < 0,1$ ). При этом фактор «избегание вреда» положительно коррелирует и с интегральной шкалой агрессии ( $r = 0,401 \pm 0,187$ ;  $t = 2,1$ ;  $p < 0,05$ ). Представляется, что обнаруженные корреляции объясняются общностью нейромедиаторной детерминации фактора «избегание вреда» и агрессии. Фактор «избегание вреда» и «черты тревожного ряда» (нейротизм, тревожность) связаны с серотониновой нейромедиаторной системой [3]. С другой стороны, серотонинергическая система выступает в качестве наиболее значимого биохимического механизма контроля агрессивных импульсов – обнаружена отрицательная корреляция показателей активности серотониновой системы и агрессивности: низкое содержание производных серотонина в спинномозговой жидкости человека коррелирует со склонностью к агрессии и, в частности – к аутоагрессии [4].

Преимущественно социально обусловленные факторы характера противоположным образом связаны с когнитивным и поведенческим компонентами агрессии: «самонаправленность» отрицательно коррелирует с враждебностью ( $r = -0,436 \pm 0,183$ ;  $t = 2,4$ ;  $p < 0,05$ ), а фактор «сотрудничество» положительно связан с физической агрессией ( $r = 0,406 \pm 0,186$ ;  $t = 2,2$ ;  $p < 0,05$ ).

Коэффициент детерминации демонстрирует, что влияние факторов личности TCI-125 оказывает влияние на изменчивость компонентов агрессии в размере от 16,0% (влияние фактора темперамента «избегание

вреда» на варьирование интегральной шкалы агрессии) до 19,0% (влияние фактора характера «самонаправленность» на когнитивный компонент).

В качестве личностных предикторов суицидальных тенденций (PANSI) выступает нейротизм ( $r = 0,454 \pm 0,168$ ;  $t = 2,7$ ;  $p < 0,01$ ) и самотрансцендентность (способность к выходу за пределы собственного Я) ( $r = 0,433 \pm 0,170$ ;  $t = 2,5$ ;  $p < 0,05$ ). Коэффициент детерминации показывает, что влияние этих личностных факторов на суицидальные тенденции составляет 18,7-20,6%.

Обнаружены тенденции существования положительных связей эмоционального компонента агрессии (BPAQ) и суицидального поведения (SBQ-R) ( $r = 0,277 \pm 0,181$ ;  $t = 1,6$ ;  $p < 0,1$ ), а также физического компонента агрессии (BPAQ) и суицидальных тенденций (PANSI) ( $r = 0,319 \pm 0,179$ ;  $t = 1,8$ ;  $p < 0,1$ ), что может объясняться нейробиологической общностью происхождения механизмов гетеро- и аутоагрессии [5].

С позиций модели личности С.Р. Cloninger, антисоциальное поведение детерминировано следующим комплексом личностных (темпераментальных) факторов: низким «избеганием вреда», высоким «поиском новизны» и низкой «зависимостью от награды» [6]. С использованием критерия  $\pm 0,67s$  (где  $s$  – стандартное отклонение), выделены крайние группы выраженности этих личностных особенностей, выраженности компонентов агрессии (BPAQ) и аутоагрессии (SBQ-R и PANSI) в этой подгруппе не выявлено. Однако у одной из участниц показатели аутоагрессии очень высоки. Использование одновыборочного  $t$ -критерия Стьюдента демонстрирует отличия от групповых средних ее значений суицидального поведения (SBQ-R) и суицидальных тенденций (PANSI) на самом высоком уровне статистической значимости (соответственно  $t = 13,2$  и  $t = 7,8$ ;  $p < 0,001$ ). У этой же девушки достоверно выше групповых средних уровень факторов «нейротизм» и «дружелюбие», тогда как уровень фактора «открытость опыту» достоверно ниже.

Алекситимия как дефицит способности к идентификации и вербализации эмоций, демонстрирует статистически достоверные связи с отдельными факторами личности «большой пятерки» и модели С.Р. Cloninger. Из факторов «большой пятерки» алекситимия отрицательно коррелирует с фактором «сознательность» ( $r = -0,416 \pm 0,181$ ;  $t = 2,3$ ;  $p < 0,05$ ) и положительно – с фактором «нейротизм» ( $r = 0,387 \pm 0,184$ ;  $t = 2,1$ ;  $p < 0,05$ ). В модели С.Р. Cloninger с алекситимией положительно коррелируют темпераментальные факторы «избегание вреда» ( $r = 0,482 \pm 0,175$ ;  $t = 2,7$ ;  $p < 0,05$ ) и, на грани со статистической достоверностью, «зависимость от награды» ( $r = 0,341 \pm 0,187$ ;  $t = 1,8$ ;  $p < 0,1$ ).

Алекситимия на высоком уровне безошибочного суждения положительно коррелирует с уровнем депрессии по шкале Бека ( $r = 0,508 \pm 0,172$ ;  $t = 2,9$ ;  $p < 0,01$ ) и в еще большей степени – по шкале Цунга ( $r = 0,632 \pm 0,155$ ;  $t = 4,1$ ;  $p < 0,001$ ). Отмечены также корреляции алекситимии с тревогой (SRAS,  $r = 0,407 \pm 0,182$ ;  $t = 2,2$ ;  $p < 0,05$ ). При этом не выявлены достоверные корреляции выраженности алекситимии с компонентами агрессии (BPAQ), суицидальными тенденциями (PANSI) и суицидальным поведением (SBQR).

Уровень депрессии по шкале Бека положительно коррелирует с нейротизмом ( $r = 0,631 \pm 0,152$ ;  $t = 4,1$ ;  $p < 0,001$ ) и фактором TCI-125 «настойчивость» ( $r = 0,443 \pm 0,175$ ;  $t = 2,5$ ;  $p < 0,05$ ), отражающим склонность к преодолению препятствий, а по

шкале Цунга – с фактором TCI-125 «избегание вреда» ( $r = 0,385 \pm 0,184$ ;  $t = 2,1$ ;  $p < 0,05$ ). Влияние личностных особенностей на уровень депрессии варьирует от 14,8% («избегание вреда») до 39,8% (нейротизм). В самой высокой степени статистической значимости выраженность депрессии коррелирует с уровнем тревоги (SRAS,  $r = 0,702 \pm 0,142$ ;  $t = 4,9$ ;  $p < 0,001$ ). Расчет частного коэффициента корреляции депрессии и тревоги демонстрирует, что при исключении влияния алекситимии связь между депрессией и тревогой снижается до ( $r = 0,628 \pm 0,147$ ;  $t = 4,2$ ;  $p < 0,001$ ). Несмотря на то, что различия «исходного» и «частного» коэффициентов корреляции не достигают уровня статистической значимости, можно предположить, что алекситимия в некоторой степени оказывает влияние на связь между депрессией и тревогой, являясь возможным источником как депрессии, так и тревоги. Коэффициент детерминации показывает, что уровень алекситимии может влиять на выраженность депрессии в размере от 25,8% (BDI) до 39,9% (SRDS) и, в меньшей степени, – на уровень тревоги (SRAS, 16,5%).

Отмечена высокая положительная корреляция уровня депрессии (BDI) с выраженностью суицидальных тенденций (PANSI,  $r = 0,482 \pm 0,165$ ;  $t = 2,9$ ;  $p < 0,01$ ) и, в еще большей степени, – суицидальным поведением (SBQR,  $r = 0,547 \pm 0,158$ ;  $t = 3,4$ ;  $p < 0,001$ ). Коэффициент детерминации демонстрирует, что влияние уровня депрессии на изменчивость суицидальных тенденций (PANSI) составляет 23,2%, а на суицидальное поведение (SBQR) – 29,9% от общего влияния всей суммы факторов.

**Заключение.** Личностными предикторами когнитивного и поведенческого компонентов агрессии девушек и женщин (предикторов эмоционально-когнитивного компонента агрессии не выявлено) с позиций пятифакторной модели являются низкий уровень фактора «сознательность» (который обуславливает до 30% варьирования когнитивного компонента агрессии) и высокий уровень нейротизма. С позиций модели C.R. Cloninger в качестве темпераментального предиктора когнитивного компонента агрессии и агрессии в целом выступает высокий уровень фактора «избегание вреда» (что может объясняться общностью серотонинергической детерминации этого фактора и агрессии), тогда как характерологическими предикторами когнитивного и поведенческого компонентов агрессии соответственно являются «самонаправленность» и «сотрудничество». В качестве личностных предикторов суицидальных тенденций девушек и женщин выступают высокие уровни факторов «нейротизм» и «самотрансцендентность». Алекситимия, положительно коррелируя как с депрессией, так и тревогой, не выступает в качестве предиктора агрессии и, в частности, суицидального поведения, на выраженность которого у девушек и женщин до 30% общего влияния всей суммы факторов оказывает влияние уровень депрессии, зависящий, в свою очередь, от факторов «нейротизм», «настойчивость» и «избегание вреда».

#### Список литературы

1. Egan V. Sensational interests, sustaining fantasies and personality predict physical aggression / V. Egan, V. Campbell // *Personality and Individual Differences*. – 2009. – Vol. 47, № 5. – P. 464-469.
2. Heaven P. Personality and self-reported delinquency: Analysis of the «Big Five» personality dimensions // *Personality and Individual Differences*. – 1996. – Vol. 20, №1. – P. 47-54.
3. Cloninger, C.R. Anxiety proneness linked to epistatic loci in genome scan of human personality traits / C.R. Cloninger // *Am. J. Med. Genet.* – 1998. – Vol. 81, № 4. – P. 313-317.
4. Тиходеев О.Н. Генетический контроль предрасположенности к самоубийству // *Экологическая генетика*. – 2007. – Т.5, №4. – С. 22-43.
5. Розанов В.А. Нейробиологические основы суицидального поведения // *Вестник биологической психиатрии*. – 2004. – № 6. – Электронный бюллетень РОБП и УОБПС – <http://www.scorcher.ru/neuro/science/data/mem102.htm>
6. Cloninger C.R. Integrative psychobiological approach to psychiatric assessment and treatment / C.R. Cloninger, D.M. Svrakic // *Psychiatry*. – 1997. – Vol. 60, №2. – P. 120-141.

#### СТРЕСС КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

Воронова О.П., Одокиенко К.В.

*Северо-Восточный федеральный университет  
им. М.К. Аммосова, Нерюнгри, e-mail: Isinderella1@mail.ru*

В психологии понятие стресса рассматривается с многих точек зрения. Стресс понимается как нажим, давление, напряжение (англ.). Стрессом называют неспецифическую (общую) реакцию организма на воздействие (физическое или психологическое), нарушающее его гомеостаз, а также соответствующее состояние нервной системы организма (или организма в целом). Обучение в высшем учебном заведении – это стресс для большинства студентов. Воздействие стресса на учащегося начинается с самого начала учебного пути, и преследует его в той или иной степени постоянно. У студентов подверженных стрессу возникают проблемы с получением, переработкой и применением в дальнейшем полученных знаний, что препятствует академической успеваемости. Проблемы с успеваемостью в свою очередь создают дополнительные проблемы. Стресс усугубляется.

Жизнь студента наполнена напряжением, волнительными ситуациями и переживаниями. Возникновение стресса у студентов происходит в основном из-за большого потока новой информации, возникновения проблемных ситуаций, связанных с угрозой неуспеваемости, дефицита времени, конфликта с преподавателем, и, как правило, во время сессии. Конкретными причинами стресса для студента технического высшего учебного заведения может стать недостаток сна; несданные во время и незащищенные лабораторные работы; не выполненные или выполненные неправильно расчетно-графические задания; большое количество пропусков по какому-либо предмету; отсутствие на нужный момент курсовой работы или проекта по дисциплине; недостаточно полные знания по дисциплине; плохая успеваемость по определенной дисциплине. Мнение о том, что все болезни происходят «от нервов» признается справедливым и в научном обществе, и среди обывателей. Поэтому каждый студент должен помнить о необходимости сохранения душевного равновесия, особенно во время сессии. Масса экзаменов, зачетов, курсовых работ являются обоснованной причиной для стрессовой ситуации, однако дальнейшее развитие событий: усугубление недуга или преодоления возникших проблем, зависит только от характера человека.

Каждый студент в отдельности должен выделить для себя индивидуальные методы борьбы со стрессом. Но следует обозначить некоторые общие средства в борьбе со стрессом. В учебной деятельности важно оптимально распределить, время как на выполнение поставленных задач, так и на отдых. Если существует, какой, либо конфликт его следует разрешить, разногласия устранить. Очень важно чувство контроля ситуации, что вероятно является самым важным для преодоления стресса. Важный способ снятия психического напряжения – это активизация чувства юмора. Как считал С.Л. Рубинштейн, суть чувства юмора не в том, чтобы видеть и чувствовать комическое там, где оно есть, а в том, чтобы воспринимать как комическое то, что претендует быть серьезным, т.е. суметь отнестись к чему-то волнующему как к малозначающему и недостойному серьезного внимания, суметь улыбнуться или рассмеяться в трудной ситуации. Смех приводит к падению тревожности; когда человек отсмеялся, то его мышцы менее напряжены (релаксация) и сердцебиение нормализовано. Прогулки на свежем воздухе; посещение культурных и культурно-развлекательных учреждений (театр, музей, выставка, кино); общение с друзьями или другой приятной компанией так же являются неотъемлемыми методами борьбы со стрессом у студентов.