

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СНА И АГРЕССИВНОСТИ У СТУДЕНТОВ ДЕВУШЕК

Нестеренко А.А., Коржовник Е.А.

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь

Кафедра нормальной физиологии

Научный руководитель – к.м.н., доц. Емельянчик Ю.М.

Актуальность. Поведение человека в социальной среде зависит как от сопутствующих факторов, так и индивидуальных особенностей. Учитывая современный ритм жизни, исследование индивидуальных особенностей влияющих на поведение является весьма актуальным.

Цель работы - исследование индивидуальных особенностей организации сна и агрессивности у студентов девушек.

Методы исследования. Работа выполнена путём обследования 82 девушек-добровольцев, в возрасте 18-22 лет, которые являлись студентами Гродненского государственного медицинского университета. Хронотип у них определялся при помощи теста Хорна-Остберга. В данном тесте под хронотипом понимают характер организации биоритмов человека. При этом в характеристике хронотипа прежде всего учитывались суточные циркадные биоритмы как наиболее устойчивые и изученные. По результатам тестирования выделялись три основные разновидности хронотипа: утренний тип («жаворонки»), вечерний тип («совы») и индифферентный тип («голуби»).

Для оценки агрессивности использовалась экспресс методика (тест А. Ассингера), которая основана на определении трёх типов личности: агрессивных, излишне агрессивных и миролюбивых. Данный тест позволяет определить, достаточно ли человек корректен в отношении с окружающими и легко ли общаться с ним. Для большей объективности ответов проводилась не только оценка, но и взаимооценка, когда коллеги отвечали на вопросы друг за друга. Это позволяло понять, насколько верна их самооценка.

Результаты. В результате проведенного исследования среди студентов девушек преобладали лица со склонностью к агрессивности 53%, миролюбивых студентов – 35%, а излишне агрессивных – 12%. По индивидуальным особенностям организации сна доминировал индифферентный тип, который составил 62% от количества обследованных, вечерний тип 26% и утренний тип – 12%. Следует отметить, что большинство лиц индифферентного типа имело миролюбивый характер - 45%, агрессивный – 39%, излишне агрессивных – 16%. Представителей утреннего типа было меньше всего 12%. Причём у большинства лиц этой группы отмечалась очень высокая агрессивность - 70%, миролюбивых - 20% и излишне агрессивных - 10%. Вечерний тип по количеству лиц занимал промежуточное положение 26%. Причём среди данной категории лиц также как и утреннего типа преобладали лица склонные к агрессивности - 76%, миролюбивых - 19%, излишне агрессивных – 5%.

Выводы. Таким образом, среди студентов девушек гродненского медуниверситета преобладали лица склонные к агрессивности, причём больше всего таких лиц встречалась у утреннего и вечернего типа. По всей видимости это возможно связано с несоответствием начала занятия их биологическим ритмам, когда для утреннего типа начало занятий является поздним, а для вечернего типа слишком ранним. По всей вероятности этим же объясняется самый большой процент миролюбивых лиц у индифферентного типа. В то же время количество излишне агрессивных студентов было очень мало и какой либо связи у этих лиц с хронотипом установлено не было, что на наш взгляд излишняя агрессивность связана с генотипом и воспитанием человека.