

СТАТИСТИЧЕСКА ИЗВАДКА ОТ ПРОВЕДЕНО ИЗСЛЕДВАНЕ ПО НАУЧЕН ПРОЕКТ ЗА ПРОЯВИТЕ НА АГРЕСИВНОСТ И ДЕПРЕСИЯ НА СТУДЕНТИ

¹⁾Анжелина Янева, ¹⁾Елица Стоянова, ²⁾Марияна Алберт,
¹⁾Бояна Митрева, ¹⁾Валерия Луканова, ¹⁾Таня Гавраилова

¹⁾Софийски университет „Св. Климент Охридски“

²⁾Медицински колеж „Йорданка Филаретова“, МУ – София

Резюме. Статията представя част от данните от проведена анкета за проучване нивата на агресия и депресия на студенти, практикуващи спорт в Университета. Изследването е по научно-образователен проект, финансиран от Софийския университет, и проследява данните за въздействието или липсата на въздействие върху психическата страна на личността на студентите от всички специалности и факултети в Софийския университет и Медицинския колеж „Йорданка Филаретова“, специалност „Рехабилитатор“. На този етап са проследени активността на студентите и най-общите статистически данни на изследваните студенти, практикуващи различни спортни дисциплини в рамките на обучението им в Университета.

Ключови думи: студенти; спорт; агресия; депресия

Увод

Противодействието на негативната тенденция за влошаване на здравния статус (здравно състояние) на човека в глобален мащаб довежда закономерно до създаване и предлагане на най-различни теории и средства за компенсиране на вредите, които имат сериозни икономически и социални измерения. В научноизследователското пространство се публикуват стотици материали, някои от тях обаче са твърде „семпли“ и объркващи за незапознатите читатели (Simeonova & Bazelkov, 2019).

Много са и авторите, изследвали възможностите на спортистите, свързани с физическите, техническите и функционалните проявления на личността, но много по-малко са изследователите, които проучват други характеристики на личността на спортуващите, като нивата на агресия и депресия и/или съществуващите зависимости с практикуваните спортове.

Проблемите, които си поставят изследователите и специалистите психолози и психотерапевти, са свързани с търсене на факторите и ситуации-те, увеличаващи или намаляващи агресивността и депресията. Агресията и депресията са явления, широко разпространени в съвременния живот, предмет на изследвания от широк кръг специалисти, а техните прояви могат да бъдат оценявани и в двата аспекта – като положителни и нужни явления, както и като отрицателни и ненужни.

При голяма част от хората агресивността е станала начин за комуникация, а депресията, в повечето случаи – като липса на комуникация. Много са факторите както за провокиране на агресията и депресията, така и за нейното редуциране.

В най-голяма степен тези състояния може да се подпомогнат, като се развие емоционалната интелигентност чрез спорта, което освен за редуцирането на агресията може да спомогне до известна степен и за редуциране на депресията (Yaneva & Stoyanova, 2019). Именно развитието на емоционалната интелигентност чрез средствата на спорта може да подпомогне студентите да се приспособяват към динамичните процеси в Университета и осигуряване на битието им.

Нивата на агресия и депресия са показател както за способността на студентите да управляват, въздействат и контролират своите емоции, отношение, поведение, в резултат на което се определя и нивото на емоционалната интелигентност, така и за психическото и волевото състояние на индивида. В съвременното общество учебната и информационната претовареност на студентите, ограничената двигателна активност, липсата на достатъчно движение в живота на човека се отразяват крайно неблагоприятно на тяхното здраве, физическо развитие и дееспособност (Yaneva & Stoyanova, 2019).

Спортното възпитание и двигателна активност са фактори със социокултурна значимост и имат отношение както към физическото, така и към психическото здраве и стабилност на индивида (студента) (Prokhorov, 2005). Задачата за цялостното нравствено-етично възпитание на подрастващото поколение в духа на ценностите за здравословен начин на живот е поддържане на добро здраве, формиране на физически всестранно развити личности, стимулиране трудовата и умствената работоспособност (Galoy, 2019).

Агресията и депресията са актуална тема в съвременността, поради липсата на духовност и ценностна система у подрастващите, а бързите темпове на развитие на информационните технологии допринасят за отчуждаването и обезличаването на човека, отключвайки първичните му инстинкти.

Ценностните ориентации са способни да формират стабилна връзка на субекта със самия себе си, здравето си и света около него на светогледно ниво, като се различават по ниво на обобщение и степен на значимост за индивида. Ценностните ориентации са в състояние да влязат в ролята на обобще-

ни принципи, въз основа на които се вземат важни решения, преодоляват се сложни социокултурни проблеми и могат да се формират житейски ориентации на индивида (Mitina, 2018).

Все по-разпространява се агресия и депресия и техните различни проявления провокират изследователски екип от Департамента по спорт да стартира проучване, заложено в два последователни изследователски проекта през 2019 и 2020 г., финансирани от Софийския университет. Дълго време агресивността се определя като индивидуално поведение и вътрешен инстинкт, но понякога нежелани събития в съчетание с определени сигнали на външната за организма среда предизвикват агресивно поведение, много често като подражание на модели на поведение, междуличностни ситуации и взаимодействия.

Методология на изследването

Проучването на нивата на агресия и депресия на студенти, практикуващи спорт в Университета, е проведено в рамките на две календарни години – 2019 и 2020, включващо три учебни години (2018/2019; 2019/2020 и 2020/2021).

Това изследване стартира с проучване на въздействието или липсата на въздействие върху психическата страна на личността на студенти от Софийския университет, практикуващи спортовете джудо (бойно изкуство), фитнес (спорт с уреди за изграждане на тялото, без противник или партньор), баскетбол (спортна игра с близка дистанция и съприкосновение между партньорите и противниците) и тенис (спортна игра с голяма дистанция между противниците) през 2019 г. Изследванията са осъществени по проект № 80-10-63/2019 и са публикувани в поредица от публикации през 2019 и 2020 г.

През 2020 г. изследването по проект № 80-10-45/2020 е разширено, като са включени студенти, спортуващи гореизброените спортове, но и към студенти от Софийския университет, спортуващи и други спортове, както и към студенти от Медицинския колеж „Йорданка Филаретова“, специалност „Рехабилитатор“.

Целта на настоящата статия е да се проследи и отчете активността на студентите и най-общите статистически данни на изследваните студенти, практикуващи различни спортни дисциплини в рамките на обучението си в Университета.

Научният колектив си постави следните *задачи*, като част от общите задачи на проекта:

- проучване и анализ на литературните източници по изследвания проблем;
- проучване нивата на агресия и депресия на студенти от Софийския университет „Св. Климент Охридски“ и Медицинския колеж „Йорданка Филаретова“;
- систематизиране и обработка на данните от изследването.

Предметът на проектното изследване е отношението на студентите към проявите на агресивност и депресия.

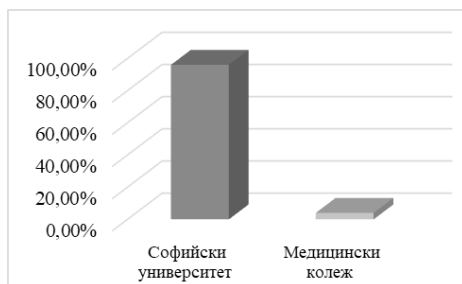
Обектът на проектното изследване е активността на студентите към проблемите, поставени от преподавателите по спорт, свързани с агресивността и депресията на съвременното общество.

Организация на изследването

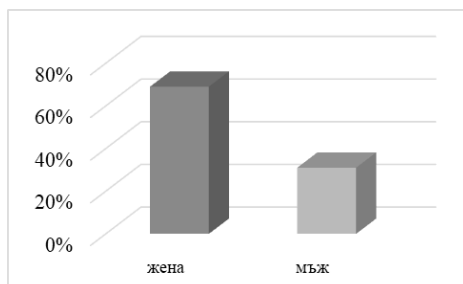
Изследването, което е продължение от 2019 г., използва изготвената вече тестова батерия с въпросника на А. Бюс и А. Дюрке и изследователска матрица. Индивидуалните картони за изследване на студентите са заместени с анкетни карти, които се попълват онлайн¹⁾. Към въпросите (75 бр., разпределени в 8 скали), на които се отговаря с „да“ и „не“, се попълва обща част с информация за студентите, като се запазва анонимността им. Данните от анкетата се нанасят в изследователската матрица и се обработват в Excel.

Резултати и анализ

Линкът за попълване на анкетата²⁾ е изпратен по имейлите на 4106 студенти. Имейлите са предоставени от студентите в системата за онлайн записване за спорт в СУ³⁾ през учебната 2019/2020 г. Оказва се, че действителните имейли в онлайн системата за записване са на 3804 студенти. От тях само 879 студенти от Софийския университет са попълнили анкетата, като 29% не са отговорили на всички въпроси. Обобщено са анализирани отговорите на 614 студенти от Софийския университет „Св. Климент Охридски“ (96%) и 25 (4%) студенти от Медицинския колеж „Й. Филаретова“ (фиг. 1).



Фигура 1. Разпределение на участниците по висши училища

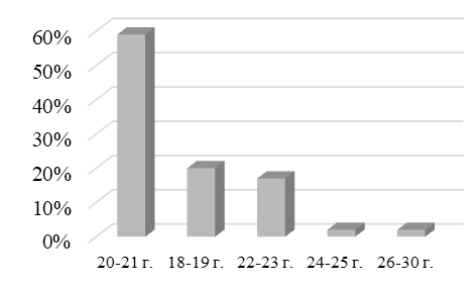


Фигура 2. Разпределение по пол

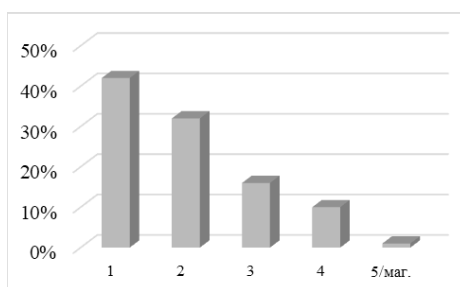
Разпределението по пол е представено на фигура 2, като ясно се вижда, че студентките са 69%, а студентите – 31%, което показва, че студентките са по-активни в попълването на такъв вид онлайн анкети.

В изследването през 2019 г., което също бе анонимно, но на хартиен носител, попълването на въпросниците бе контролирано от преподавателите по спорт със студенти, които посещават заниманията по спортовете джудо, тенис, фитнес и баскетбол, където разпределението по пол бе сравнително еднакво (47% мъже към 53% жени), макар че в един от спортовете студентите са само жени (фитнес за жени).

На фигури 3 и 4 са представени данните на изследваните, разпределени по възраст и курс. Съвсем очаквано най-много са участниците от първи и втори курс – 74%, на възраст от 18 до 21 години – 79%.



Фигура 3. Разпределение по възраст

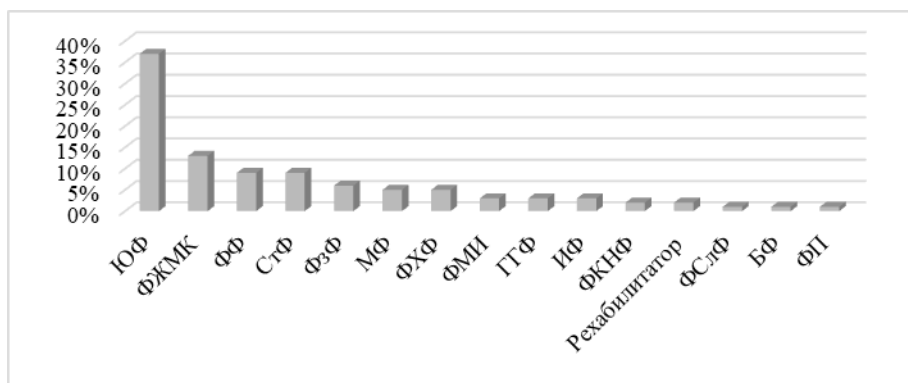


Фигура 4. Разпределение по курсове

На фигура 5 са представени данните на студентите, участващи в изследването, разпределени по факултети и специалности. Очаквано, най-много студенти (37%) от Юридическия факултет (ЮФ) на Софийския университет са попълнили анкетата поради факта, че спортът е задължителен като учебна дисциплина в Университета. След тях поради същите причини са студентите (17%) от Факултета по журналистика и масова комуникация (ФЖМК).

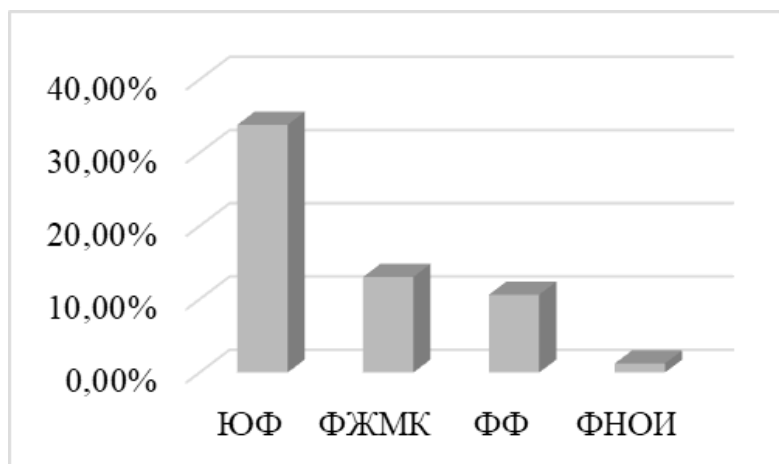
Разпределението на записаните студенти чрез онлайн системата е представено на фигура 6, където се вижда, че извадката е идентична с участващите в настоящото изследване.

Неприятно впечатление прави фактът, че са малко или липсват участници от предимно педагогически факултети, като Педагогическия факултет и Факултета по науки за образованието и изкуствата (ФНОИ, преди ФНПП до учебната 2017/2018 г.), където има специалност „Учител по ФВС“, филологическите факултети (Славянска филология и Класически и нови филологии) – ФСлФ и ФКНФ, както и Богословския и Биологическия факултет. Подобни са данните за активността на студентите от проведени онлайн проучвания на 1074 студенти през периода 2016 – 2018 г. и мнението им за спорта и спортната дейност в Университета: „Спортът в СУ“^(4),5) и „Мотиви за включване във физическа активност и доброволчество в спорта“⁽⁶⁾.



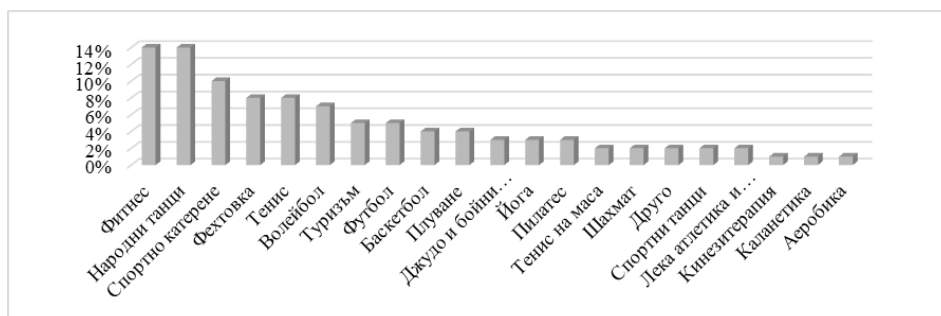
Фигура 5. Разпределение на студентите по факултети/специалности

В изследването са участвали студенти от различни спортни дисциплини, разпределението на които е представено на фигура 7, което е сравнено с извадка за най-много записали се студенти в онлайн системата за „Спорт“ за учебната 2019/2020 г. (фиг. 8).

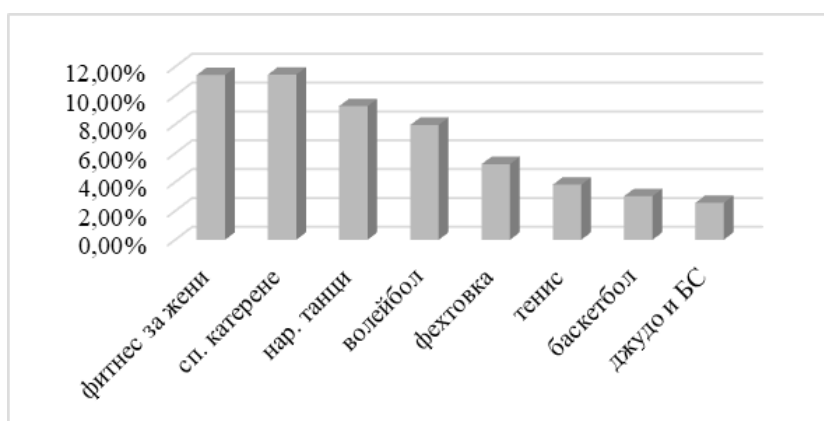


Фигура 6. Разпределение на студентите по факултети, записали се онлайн за „Спорт“ в СУ

Резултатите на записаните студенти чрез онлайн системата и участващите студенти в настоящото изследване са идентични, като най-много са участниците в спортовете фитнес, спортно катерене, народни танци, волейбол, фехтовка, тенис, баскетбол, джудо и бойни спортове и т.н.



Фигура 7. Разпределение на студентите по спортове



Фигура 8. Разпределение на студентите по спортове, записали се онлайн за „Спорт“ в СУ

Резултатите от отговорите на студентите по въпросника на А. Бюс и А. Дюрке ще бъдат представени в следващи публикации. Най-общо може да се спомене, че на 10 от всичките 75 въпроса студентите са отговорили с почти равен брой положителни и отрицателни отговори. Например на въпрос № 9 – „Струва ми се, че не съм способен да ударя някого“, отговорите са 49,30% – „да“, и 50,70% – „не“; № 20 – „Ако някой важничи, правя обратното на това, което иска той“ – 50,08% (да) и 49,92% (не); № 32 – „Потиска ме това, че не съм направил нещо повече за родителите си“ – 51,33% и 48,67%, и т.н. Интерпретациите на тези отговори ще бъдат направени съобразно поставените в плана на проекта задачи и сравнени с резултатите от предишния проект за изследване нивата на агресия и депресия от 2019 г. и възможността за влиянието на епидемичната обстановка в страната, и по-конкретно в университетите.

Изводи и препоръки

Активността на студентите в проучването напълно се съотнася с общия брой спортуващи в условията на Университета, което дава основание да се приеме, че извадката е представителна.

Разпределението на участниците в експеримента е в съответствие с възможностите на студентите от различните факултети да спортуват, и интересите на студентите към съответните видове спорт.

Анализът на резултатите от изследването дава основание да се направят следните препоръки за практиката.

– Да се разширят усилията на специалистите по спорт за разясняване на ползите от спортуването в условията на стрес, пандемия и други негативни тенденции на съвременното общество.

– Да се изследват преподавателите и служителите в системата на образованието за нивата на агресия и депресия, като част или другата страна на процеса на обучение.

– Да се изследва влиянието на епидемичната обстановка за проявите на агресия и депресия при студентите от Университета.

Благодарности. Финансирането за извършване на настоящото изследване е осигурено по проект № 80-10-45/2020, финансиран от бюджета на СУ за научни изследвания.

БЕЛЕЖКИ

1. Анкетните карти се попълват онлайн в сайта: <https://app.crowdsignal.com/>
2. <https://sport-conference.survey.fm/Тест-агресия-депресия>
3. <https://sport.uni-sofia.bg>
4. <https://sport-conference.survey.fm/Спортът-в-Софийския-университет>
5. <https://sport-conference.survey.fm/Спорт-в-СУ>
6. <https://sport-conference.survey.fm/Мотиви-за-включване-във-физическа-активност-и-доброволчество-в-спорта>
7. Изследването е представено по време на 12. международна научна конференция „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта“, организирана и провеждана от Департамента по спорт при СУ „Св. Климент Охридски“.

ЛИТЕРАТУРА

Галой, Н. (2019). Опыт психологического сопровождения занятий спортом в дошкольном образовательном учреждении как практика воспитания здорового образа жизни. *Сб. „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта“*, ISSN 1314-2275, СУ, София.

- Митина, Л. (2018). Психологическите закономерности и условия професионального развития и сохранения здоровья субъектов высшего образования. *Сб. „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта“*, ISSN 1314-2275, СУ, София.
- Прокопов, Е. (2005). *Джудо*. София: Св. Климент Охридски. с. 8 – 9, 15, 31.
- Симеонова, Т. & Базелков, М. (2019). Моторика – самооценка на студенти с наднормено тегло от Шуменски университет. *Сб. „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта“*, ISSN 1314-2275, СУ, София.
- Янева, А. & Стоянова, Е. (2019). Етап от изследването на агресията и депресията на студенти от Софийския университет, спортуващи джудо, баскетбол, фитнес и тенис. *Сб. „Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта“*, ISSN 1314-2275, СУ, София.

REFERENCES

- Galoy, N. (2019). Opit psihologicheskogo soprovozhdenia zanyatiy sportom v doshkolnom obrazovatelnom uchrezhdenii kak praktika vospitania zdorovogo obraza zhizni. *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta*, ISSN 1314-2275, SU, Sofia.
- Mitina, L. (2018). Psihologicheskie zakonomernosti i uslovie professionalnogo razvitiia i sohraneniia zdorovyya subaektov visshego obrazovaniia. *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta*, ISSN 1314-2275, SU, Sofia.
- Prokopov, E. (2005). *Judo*. Sofia: Sv. Kliment Ohridski. s. 8 – 9, 15, 31.
- Simeonova, T. & Bazelkov, M. (2019). Motorika – samootsenka na studenti s nadnormeno teglo ot Shumenski universitet. *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta*, ISSN 1314-2275, SU, Sofia.
- Yaneva, A. & Stoyanova, E. (2019). Etap ot izsledvaneto na agresiyata i depresiyata na studenti ot Sofiiskia universitet, sportuvashhti dzhudo, basketbol, fitnes i tenis. *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta*, ISSN 1314-2275, SU, Sofia.

STATISTICAL SAMPLE OF A SCIENTIFIC PROJECT STUDY ON THE MANIFESTATIONS OF AGGRESSIVENESS AND DEPRESSION OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract. The article presents some of the data from a survey conducted to study the levels of aggression and depression of students practicing sports at the university. The study is a research and educational project funded by Sofia University and monitors the data on the impact or lack of impact on the mental side of students

of all specialties and faculties at Sofia University and Medical College "Yordanka Filaretova", specialty "Rehabilitator". At this stage, the activity of the students and the most general statistical data of the surveyed students, practicing different sports disciplines within their studies at the university, are traced.

Keywords: students; sports; aggression; depression

✉ **Prof. Dr. Anzhelina Yaneva**

ORCID ID: 0000-0002-9226-0090

Department of Sports

University of Sofia

Sofia, Bulgaria

E-mail: anji@abv.bg

✉ **Dr. Elitsa Stoyanova**

ORCID ID: 0000-0001-9428-1461

Department of Sports

University of Sofia

Sofia, Bulgaria

E-mail: e_y_s@abv.b

✉ **Dr. Mariana Albert, Assist. Prof.**

ORCID ID: 0000-0001-7678-4444

Medical College "Yordanka Filaretova"

Medical University – Sofia

Sofia, Bulgaria

E-mail: andial@mail.bg

✉ **Dr. Boyana Mitreva, Assist. Prof.**

ORCID ID: 0000-0002-6095-7117

Department of Sports

University of Sofia

Sofia, Bulgaria

E-mail: boyana_mitreva@abv.bg

✉ **Ms. Valeria Lukanova, Assist. Prof.**

ORCID ID: 0000-0001-8392-6201

Department of Sports

University of Sofia

Sofia, Bulgaria

E-mail: judoka_75@abv.bg

✉ **Ms. Tanya Gavrilova, Senior Lecturer**

ORCID ID: 0000-0002-9949-6119

Department of Sports

University of Sofia

Sofia, Bulgaria

E-mail: aqnat@abv.bg