

УДК 159.9.07

ГРНТИ 15.01.21

DOI 10.24412/2409-3203-2021-26-158-161

ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Толкач Ирина Фёдоровна

канд. искусствоведения, доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин
Белорусский государственный аграрный технический университет
Республика Беларусь, г. Минск

Аннотация: Статья посвящена изучению иррациональных установок студентов технического университета. Определены уровни иррациональных установок по пяти шкалам и средние значения по каждой шкале. Выявлено наличие у большинства студентов высокой степени выраженности установок по шкалам «Долженствование в отношении себя» и «Катастрофизация». Показано присутствие иррациональных установок по шкалам «Долженствование в отношении других», «Фрустрационная толерантность», «Самооценка и рациональность мышления». Отсутствие иррациональных установок отмечено в единичных случаях. Средние значения по всем шкалам находятся в пределах от 26,5 до 34,8 баллов, что соответствует границе уровней выраженного наличия и наличия иррациональной установки.

Ключевые слова: иррациональные установки, студенты технического университета.

IRRATIONAL ATTITUDES OF TECHNICAL UNIVERSITY STUDENTS

Tolkach Irina F.

PhD Art criticism, associate professor of the Department of social and humanitarian disciplines
Belarusian State Agrarian Technical University
Belarus, Minsk

Abstract: The article is devoted to the study of irrational attitudes of students of the technical university. The levels of irrational attitudes on five scales and the average values on each scale are determined. It is revealed that the majority of students have a high degree of expression of attitudes on the scales of "Obligation to yourself" and "Catastrophization". The presence of irrational attitudes on the scales of "Obligation to others", "Frustration tolerance", "Self-assessment and rationality of thinking" is shown. The absence of irrational attitudes is noted in isolated instances. The average values for all scales are in the range from 26.5 to 34.8 points, which corresponds to the boundary between the levels of pronounced presence and the presence of an irrational attitude.

Keywords: irrational attitudes, students of the technical university.

Сталкиваясь с различными ситуациями в реальной жизни, каждый человек интерпретирует их разными способами. Либо он оценивает реальную ситуацию, либо опирается на различные иррациональные установки, воспринятые и усвоенные в течение жизни. Исследователи определяют установку как предрасположенность реагировать на происходящие события определенным образом [1, с.41]. При этом большое количество установок, которые накапливаются у человека, начиная с детства, носит непродуктивный, иррациональный характер. Иррациональные установки провоцируют создание множества стрессовых ситуаций, ограничивают возможности развития человека, дают исходно ложное представление о происходящих в жизни событиях [2]. Именно поэтому изучение

иррациональных установок и изменение их на рациональные установки является важной задачей в любом возрасте. Этим обусловлена актуальность данной темы.

Изучение иррациональных установок проводилось с помощью методики «Диагностика иррациональных установок», разработанной на основе теории рационально-эмотивной терапии А. Эллиса [3]. Опросник содержит 50 утверждений, каждое из которых имеет шесть вариантов ответа. Все утверждения сгруппированы по пяти шкалам: «Катастрофизация», «Долженствование в отношении себя», «Долженствование в отношении других», «Фрустрационная толерантность», «Самооценка и рациональность мышления». Каждая из шкал имеет три уровня. Так, менее 30 баллов по шкале свидетельствует о выраженном наличии иррациональной установки, от 20 до 45 баллов говорит о наличии иррациональной установки, более 45 баллов – об отсутствии иррациональной установки.

В исследовании приняли участие 30 студентов инженерных специальностей Белорусского государственного аграрного технического университета. В ходе исследования были получены результаты, отраженные таблице 1.

Таблица 1 - Распределение иррациональных установок студентов по уровням (количество студентов, %)

	Выраженное наличие установки	Наличие установки	Отсутствие установки
Катастрофизация	66,7	33,3	-
Долженствование в отношении себя	76,7	23,3	-
Долженствование в отношении других	13,3	86,7	-
Фрустрационная толерантность	16,7	83,3	-
Самооценка и рациональность мышления	36,7	53,3	10

Как отмечено в таблице, по шкале «Катастрофизация» у 66,7% студентов обнаружено выраженное наличие иррациональной установки, у 33,3% студентов установка присутствует, отсутствие установки у респондентов не выявлено. По данной шкале студенты отмечают ситуации в своей жизни, которые вызывают у них ужас. Это может быть взаимодействие с некоторыми людьми, определенные жизненные ситуации, жизненные периоды, поведение некоторых детей, недоброжелательное отношение к ним любимых людей, болезни членов семьи, неправильное поведение друзей в общественных местах, крах в работе или учебе, неудачи, лишение денег.

По шкале «Долженствование в отношении себя» у 76,7% студентов выявлено выраженное наличие иррациональной установки, а 23,3% респондентов показали присутствие данной установки в своей жизни. Студентов, у которых данная установка отсутствует, не выявлено. Установки по данной шкале дают информацию о том, что респонденты считают обязанными делать в своей жизни. Так, они должны быть более компетентными; должны выполнять определенные обязанности; должны добиваться больших успехов в учебе и работе; во всех сферах жизни должны делать работу только хорошо; должны быть лучше, чем есть; не должны совершать учебные и профессиональные ошибки; если у них что-либо не получается, то они и не должны были этого делать изначально.

По шкале «Долженствование в отношении других» у 13,3% студентов наблюдается выраженное наличие социальной установки, у 86,7% - установка присутствует.

Респонденты по данной шкале определяют, что окружающие люди должны сделать по отношению к ним. Они отмечают, что другие должны придерживаться законов, правильно вести себя в общественных местах, родители должны быть более лояльны в требованиях, дети должны исполнять свои обязанности, друзья обязаны выполнять свои обещания и откликаться на просьбы, члены семьи должны лучше о них заботиться.

По шкале «Фрустрационная толерантность» у 16,7% респондентов иррациональные установки проявляются в высокой степени, у 83,3% - они наличествуют. Результаты данной шкалы свидетельствуют о способности переносить любые жизненные невзгоды и неудачи, об уровне стрессоустойчивости в целом. Так, фрустрационная толерантность студентов говорит об отсутствии у них чего-либо невыносимого, спокойствии и легкости переживания своих низких достижений в учебе и работе, давления, стресса, неприятных ситуаций, неприятного общения, неудач, несбывшиеся ожиданий.

По шкале «Самооценка и рациональность мышления» высокая степень иррациональных установок отмечена у 36,7% студентов, присутствуют установки у 53,3% студентов, у 10% студентов данный вид установок не выявлен. Самооценка студентов понижается, если их игнорируют, если они чувствуют себя неуклюжими, у них возникают эмоциональные проблемы, их не одобряют родные и друзья; когда они делают серьезные ошибки, причиняют боль окружающим, нарушают закон. Даже большие учебные и профессиональные достижения не вызывают у них чувство удовлетворения и осознания собственной значимости. Всех людей они делят на «хороших» (которые прилежно учатся, зарабатывают одобрение родителей) и «плохих» (которые приносят зло окружающим, постоянно грешат).

Итак, иррациональные установки в разной степени присутствуют у студентов инженерных специальностей по всем шкалам. При этом средние значения по каждой из шкал не имеют явного разброса значений и отражены в диаграмме (рис.1).

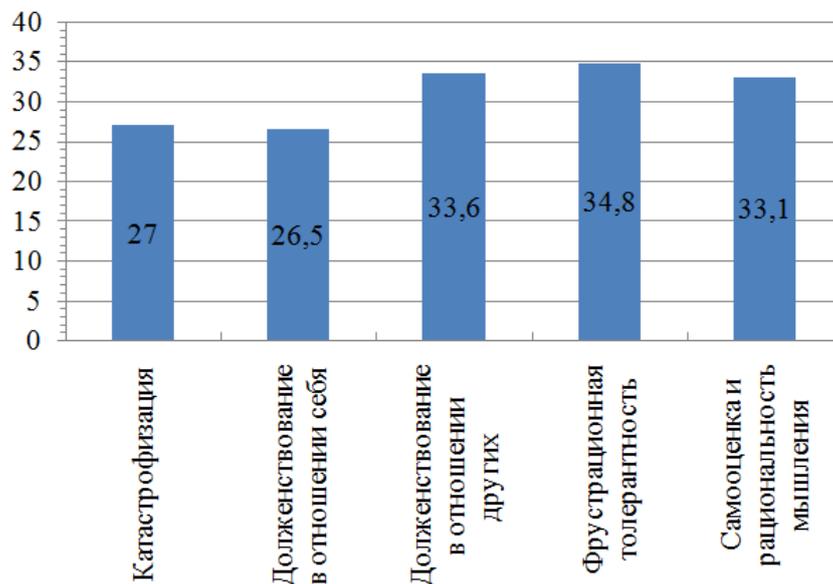


Рисунок 1 – Средние значения иррациональных установок студентов по шкалам

Так, среднее значения по шкале «Долженствование в отношении себя» составляет 26,5 балла, по шкале «Катастрофизация» – 27 баллов, что соответствует уровню выраженного наличия иррациональной установки. Среднее значение по шкале «Самооценка и рациональность мышления» соответствует 33,1 балла, по шкале «Долженствование в отношении других» – 33,6 балла, по шкале «Фрустрационная толерантность» – 34,8 балла. Данные значения соответствуют уровню присутствия

установки в жизни студентов, однако находятся в непосредственной близости к уровню явной выраженности установки.

Обобщая вышеизложенное, отметим, что в наибольшей степени иррациональные установки в группе студентов инженерных специальностей присутствуют по шкалам «Долженствование в отношении себя» и «Катастрофизация». Наличие иррациональных установок зафиксировано по шкалам «Долженствование в отношении других», «Фрустрационная толерантность» и «Самооценка и рациональность мышления». Лишь единичные случаи отсутствия иррациональных установок отмечено по шкале «Самооценка и рациональность мышления». Средние значения по всем шкалам находятся на границе уровней выраженности иррациональной установки и присутствия установки. Данные результаты свидетельствуют о наличии в жизнедеятельности студентов негативной интерпретации происходящих событий, а, следовательно, иррационального, ошибочного поведения, которое влечет за собой стрессовые состояния. Такой тип поведения требует не только анализа и понимания происходящего, но и навыка переосмысления отношения к проблемным ситуациям.

Список литературы:

1. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – М., 2003. – 672 с.
2. Каменюкин, А.Г. Антистресс-тренинг. URL: <https://www.e-reading.life/book.php?book=1047536> (дата обращения: 15.05.2021).
3. Тест Альберта Эллиса. Методика диагностики иррациональных установок. Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) URL: <https://psycabi.net/testy/482-test-alberta-ellisametodika-diagnostika-nalichiya-i-vyrazhennosti-irratsionalnykh-ustanovok-ratsionalno-emotivnaya-terapiya-ret> (дата обращения: 18.05.2021).