

1. Выявлена обратно-пропорциональная, средняя корреляционная связь между иррациональными установками и уровнем стрессоустойчивости ($r = -0,537$, $p \leq 0,01$). Полученные результаты между вышеперечисленными характеристиками свидетельствует о том, что чем выше будет иррациональная установка, тем ниже будет уровень стрессоустойчивости. И наоборот.

2. Выявлена обратно-пропорциональная, средняя корреляционная связь между шкалой «Оценка фрустрационной толерантности личности» и уровнем стрессоустойчивости ($r = -0,548$, $p \leq 0,01$).

3. Выявлена обратно-пропорциональная, средняя корреляционная взаимосвязь между шкалой «Самооценка и рациональность мышления» и уровнем стрессоустойчивости ($r = -0,389$, $p \leq 0,05$). Результаты свидетельствуют о средней взаимосвязи выраженности данных качеств у испытуемых.

Таким образом, с помощью Ранговой корреляции Спирмена была установлена взаимосвязь стрессоустойчивости с различными аспектами иррациональных установок.

Заключение. Таким образом, иррациональные установки формируются из наших субъективных интерпретаций внешнего мира и то какой мы личностный смысл в эти события вкладываем. Если мы придаем слишком большой смысл происходящему, на этом фоне может возникнуть и стресс и тревожность. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что наблюдается существенная взаимосвязь между уровнем стрессоустойчивости и различными аспектами иррациональных установок.

Список использованной литературы:

1. Хуторная, М.Л. Развитие стрессоустойчивости студентов в условиях интеллектуальных испытаний: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / М.Л. Хуторная. – Тамбов, 2007. – 32 с.

2. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия: рационально-эмоциональный подход / А. Эллис; под ред. В.А. Чулкова. – Санкт-Петербург: Сова, 2002. – 272 с.

Хребтова А.Ю. (Научный руководитель – Каратерзи В.А.,
старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

НАЛИЧИЕ ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УСТАНОВОК У СТУДЕНТОВ

Интерес к изучению иррациональных структур отдельной личности и общества связан социальными изменениями и явлениями, происходящими в общественной жизни, необходимость осмысления которых закономерно требует обращения к идеалам, нормам, установкам и культурным смыслам.

Одной из главных особенностей данного периода является установка на поиск своих ценностно-смысловых и смысложизненных оснований, ориентация на индивидуализацию собственного поведения. Как элемент структуры личности ценностно-смысловые установки характеризуют внутреннюю готовность к совершению определенной деятельности по удовлетворению потребностей и интересов.

Поэтому можно заметить, что установка предполагает определенный стиль деятельности и направляет деятельность и активность человека [1].

Важно представить определение установки, которое сформулировано Д.Н. Узнадзе: «Установка выступает целостным динамическим и субъективным состоянием, состоянием готовности к заданной активности, состоянием, обусловленным двумя факторами: потребностью самого субъекта и соответствующей объективной

ситуацией». Вообще, негативные эмоции появляются у людей не вследствие окружающих их событий, а вследствие их негативной интерпретации людьми. [2].

С точки зрения Альберта Эллиса установки могут быть как объективными рациональными, так и иррациональными – не имеющими отношения к реальной действительности. Рациональные установки помогают человеку двигаться вперед, способствуют более успешной адаптации к разнообразным условиям жизни. Иррациональные (негативные) установки приводят к негативным переживаниям, приводят к утрате жизненных сил и энергии, могут приводить к ощущению неудовлетворенностью жизнью. [3].

Таким образом можно сделать вывод о том, что для каждой личности характерен свой определенный уровень переживания волнения и страха, который вызывает негативные эмоции и является предпосылкой к возникновению иррациональных установок.

Материал и методы. Изучение теоретических основ стрессоустойчивости и иррациональных установок, опрос, анализ, синтез, методика диагностики иррациональных установок А. Эллиса.

Результаты и их обсуждение. Исследование проводилось среди студентов университета ВГУ имени П.М. Машерова и ГрГУ имени Янки Купалы с помощью методики диагностики иррациональных установок А.Эллиса и в результате проведенного опроса среди студентов было установлено, что большинство испытуемых по шкале фрустрационная толерантность личности (80% или 32 человека) имеют наличие иррациональной установки по этой шкале, т.е. характеризуется такими словами-маркерами как «что, если», «а вдруг», «а ведь может быть» и т.п., а также средняя вероятность возникновения и развития стресса. У 10% или 4 человек выявлено ярко-выраженное и отчетливое наличие иррациональной установки, что представляет собой тенденцию верить в то, что ожидания негативного развития событий оправдываются. У 10% или 4 человек иррациональная установка отсутствует.

По шкале долженствования в отношении других выявлено, большинство студентов (85% или 34 человека) имеют наличие иррациональной установки по этой шкале, т.е. характеризующейся словами-маркерами: «должен» («должно», «должны», «не должен» и т.п.), «обязательно», «во что бы то ни стало», «кровь из носу». У 12,5% или 5 человек отсутствует иррациональная установка. У 2,5% или 1 человека имеется ярко-выраженное наличие иррациональной установки, т.е. есть восприятие того, как другие люди должны вести себя со студентами, как говорить в их присутствии, что делать.

По шкале Катастрофизации можно сделать вывод о том, что большинство студентов 34 человека (85%) имеют наличие иррациональной установки по этой шкале, т.е. восприятие неблагоприятных событий как неизбежных, которые невозможно предотвратить, а также студенты имеют среднюю вероятность развития стресса. У 6 человек (15%) выявлено, ярко-выраженное и отчетливое наличие иррациональной установки, что свидетельствует о том, что студенты оценивают каждое неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое. Эта установка характеризуется резким преувеличением негативного характера явления или ситуации и отражает иррациональное убеждение в том, что в мире есть катастрофические события.

По шкале долженствования в отношении себя выявлено, что большинство студентов 32 человека (80%) имеют наличие иррациональной установки по этой шкале, т.е. характеризуется словами-маркерами: «должен» («должно», «не должен», и т. п.), «обязательно», «во что бы то ни стало», «кровь из носу». У 8 человек (20%) выявлена ярко-выраженное наличие иррациональной установки, ведущей к стрессам. Наличие убеждения в том, что кому-то что-то должны, будет служить источником стресса в

следующем случае: когда что-либо будет напоминать об этом долге и что-либо одновременно будет мешать его исполнить.

По шкале самооценка и рациональность мышления большинство студентов (75% или 30 человек) имеют наличие иррациональной установки по этой шкале, включающих установки дихотомического мышления, максимализма, персонализации. У 25% или 10 человек иррациональная установка по шкале самооценки и рациональности мышления отсутствует.

Таким образом, в результате проведенного исследования можно сделать вывод о том, что наличие иррациональных установок имеется у большинства студентов в большей или меньшей степени их выраженности.

Заключение. Таким образом, установки формируются из наших субъективных предпочтений внешнего мира и то какой мы личностный смысл в эти события вкладываем. Одной из главных особенностей данного периода в этом возрасте является установка на поиск своих ценностно-смысловых и смысложизненных оснований и ориентация на индивидуализацию линий собственного поведения. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что наблюдается наличие практически у всех студентов наличие иррациональных установок.

Список использованной литературы:

1. Толкач, И.Ф. Иррациональные установки студентов технического вуза / И.Ф. Толкач // Эпоха науки. – 2021. – №26. – С. 158–161.
2. Узнадзе, Д.Н. Психология установки / Д.Н. Узнадзе. – СПб.: Питер, 2011. – 416 с.
3. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия: рационально-эмоциональный подход / А. Эллис; под ред. В.А. Чулкова. – Санкт-Петербург: Сова, 2002. – 272 с.

Цветков А.И. (Научный руководитель – Косаревская Т.Е.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВЗАИМОСВЯЗЬ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ И УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ

Проблема школьной мотивации является одной из центральных в современном образовании, требующая совместных усилий разных специалистов – педагогов, психологов, администрации, а также родителей школьников. Мотивация – главный компонент регуляции учебной деятельности. Ученые, занимавшиеся проблемой мотивации учебной деятельности, подчеркивают большую значимость ее формирования и развития, так как именно она является гарантом формирования познавательной активности учащегося [1; 2].

Цель исследования – выявить особенности влияния семейного воспитания детей младшего школьного возраста на их учебно-познавательную мотивацию.

Материал и методы. Анализ психолого-педагогической литературы по вопросам взаимосвязи семейного воспитания и учебной мотивации у школьников.

Результаты и их обсуждение. Учебная деятельность младших школьников регулируется и поддерживается сложной многоуровневой системой мотивов: познавательных, социальных и узколичных. Мотивы заложены в самой учебной деятельности и связаны с ее результатом и процессом. Многочисленные исследования показывают, что для формирования полноценной учебно-познавательной мотивации у младших