

УДК 159.01

Зуєв І. О., Мошенська К. О.

РАЦІОНАЛЬНІ ТА ІРРАЦІОНАЛЬНІ ЖИТТЄВІ УСТАНОВКИ СТУДЕНТІВ

У статті наведені дані дослідження раціональних та ірраціональних установок студентів. Виявлено, що найбільш характерними є раціональні установки «намагайся», «поспішай» та ірраціональна установка катастрофізації й низька раціональність сприйняття життєвих подій.

Ключові слова: життєві установки, раціональні установки, ірраціональні установки, студенти, вища освіта.

Постановка проблеми. Дані сучасних досліджень констатують збільшення кількості людей, які отримують вищу освіту при загальній тенденції до знецінення сутності навчального процесу. Сьогодні поширеним є уявлення про освіту в українському вищому навчальному закладі як «навчання заради диплому», а не «навчання заради знань». Актуальність нашої роботи полягає в поширенні явища знецінення вищої освіти молоддю. Тому важливим є дослідження життєвих установок (позитивних і негативних) в контексті ставлення до вищої освіти, оскільки ставлення до освіти розпочинає складатися у ранньому віці у вигляді певних батьківських приписів та директив.

Мета статті: дослідити раціональні та ірраціональні установки студентів.

Результати теоретичного дослідження. Вивчення проблеми установок розпочалося у психології достатньо давно. До вчених, які розглядали поняття установки, належать Г. Олпорт, Г. Спенсер, Д. М. Узнадзе, А. Еліс, Е. Берн, С. В. Максимова та інші.

Розуміння установки змінювалось та трансформувалося від теорії до теорії. О. Г. Асмолов [1] звертає увагу на те, що розуміння поняття «установка» дуже варіативне, що, насамперед, пов'язане з різноманітністю психологічних теорій: атитюд (соціальна установка), батьківська установка, установка свідомості, моторна, сенсорна установка, цільова установка, квазіпотреба, ціннісна орієнтація, риса тощо [1, 6].

Г. Олпорт визначає установку або атитюд як стан розумової та нервової готовності, що засновується на досвіді та спрямовує реакції індивіда по відношенню до всіх об'єктів та ситуацій, із якими він пов'язаний [1]. Д. М. Узнадзе вивчав цілісну особистість, мотиви та вчинки якої можуть бути неусвідомлюваними, однак, як представник діяльнісного підходу, автор відмічав, що жодна дія не виникає із нічого, а є наслідком установки – готовності суб'єкта до сприйняття майбутніх подій і дій у певному напрямку [6]. Важливо відмітити, що автор вважав виникнення установки результатом взаємодії індивіда із середовищем. Він відніс поняття установки до загальнопсихологічної категорії, завдяки якій можна пояснити непрямий вплив зовнішнього середовища на психічні реакції індивіда. Теоретичні роздуми вченого на цю тему виходили за рамки наявного емпіричного матеріалу, тому позиції його теорії знайшли своє відображення в дослідженнях його учнів. Е. Берн на основі позицій людей, які вони прийняли в дитинстві, описав можливі життєві сценарії – переможець, переможений та не-переможець. Він виділяв такі види установок – директив, які транслюються батьками та обмежують автономність особистості: будь досконалістю, будь сильнішим, радуй інших, намагайся та поспішай. О. Л. Луценко досліджувала значення установки у соціальній адаптації [1, 3].

У нашому дослідженні, згідно підходів А. Еліса та С. О. Максимової, під життєвою установкою розуміється стиль психологічного реагування на різні аспекти життєдіяльності людини, який формується внаслідок засвоєння індивідом у дитинстві батьківських приписів та директив, та може мати форму бар'єру до самореалізації, або, навпаки, нести компенсаторний характер та сприяти продуктивній життєвій активності людини [4].

А. Еліс виділяє такі групи ірраціональних установок:

1. Катастрофічні установки. Ця установка характеризується гіперболізацією негативного характеру явища або ситуації. Установка проявляє себе у виразах негативного характеру крайньої мірою, наприклад «Краще хай станеться кінець світу, ніж... (щось)».

2. Установки обов'язкової повинності. Центральною ідеєю цієї установки є ідея обов'язку. Вона проявляється у трьох вимірах: я повинен іншим людям, інші люди повинні мені та все навколо мені повинне.

3. Установки обов'язкової реалізації своїх потреб.

4. Глобальні оцінні установки [5].

Схожий погляд на поняття установки можна відстежити в теорії трансактного аналізу Е. Берна, а саме – в теорії життєвих сценаріїв [5].

Е. Берн на основі позицій людей, які вони прийняли в дитинстві, виділяв три можливі життєві сценарії – переможець, переможений та не-переможець. На його думку, батьківські ірраціональні трансакції, тобто негативні життєві установки є причиною формування того чи іншого життєвого сценарію – деякої моделі світосприйняття, ставлення до навколишнього світу, у тому числі й до освіти, що є предметом наших наукових домагань.

Він виділяв такі види установок-директивів, які транслюються батьками та обмежують автономність особистості: будь досконалістю, будь сильнішим, радуй інших, намагайся та поспішай. Пізніше, опираючись на теорію Е. Берна та власну практику психотерапевти Б. та М. Гулдінг, звернувши увагу на те, що причиною багатьох проблем, із якими звертаються клієнти є ранні рішення, що приймаються людиною в дитинстві під впливом негативних установок, які транслюються від батьків або осіб, які замінюють їх. Вони виділили 13 видів таких негативних послань: «Не живи» (загальна заборона), «Не дорослішай», «Не будь дитиною», «Не май успіху», «Не будь першим», «Не роби», «Не будь близьким», «Не будь здоровим», «Не будь самим собою», «Не будь значимим», «Не думай», «Не відчувай», «Не належ». Цією типологією у своїх дослідженнях користується і С. В. Максимова, яка пізніше виділила 14-й вид приписів «Не твори» [4] та описала їх у своїй роботі щодо установок у творчості.

Методика та процедура дослідження. Вибірку досліджуваних склали 60 студентів (32 дівчини та 28 хлопців) 3 курсу вищих навчальних закладів віком від 19 до 21 року: 23 студенти факультету психології ХНУ імені В. Н. Каразіна, 20 студентів факультету радіоелектроніки ХНУ імені В. Н. Каразіна, 7 студентів факультету психології та соціології ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 10 студентів факультету інтегрованих технологій та хімічної техніки НТУ «ХПІ».

За допомогою діагностики життєвих установок особистості тестом С. В. Максимової [4] ми виявляли наявність у досліджуваних тенденції до актуалізації життєвих приписів, директив та бар'єру до творчої діяльності, що разом становлять сукупність ірраціональних життєвих установок особистості. Методика діагностики наявності та вираження ірраціональних установок А. Еліса була використана для виявлення ірраціональних установок особистості.

Аналіз результатів дослідження. У таблиці 1 представлено показники (середні значення та відсотки) за кожною з установок особистості, виділені С. В. Максимовою.

Для зручності інтерпретації середні бали досліджуваних за кожною установкою було переведено у відсоткове відношення до максимально можливої кількості набраних балів за кожною шкалою. Це дало змогу виділити провідні типи обмеження особистості у дитячому віці, які формують життєві установки особистості у дорослому житті.

Таблиця 1

Вираження життєвих установок за методикою С. В. Максимової

Назва установки	Середній бал		Макс.
	Загальний	% від максим.	
Не існую	3,27	32,7%	10
Не будь дорослим	3,75	31,25%	12
Не будь маленьким	4,41	36,75%	12
Не будь успішним	3,91	32,58%	12
Не будь першим	3,78	31,5%	12
Не роби	3,03	25,25%	12
Не будь близьким	3,28	27,33%	12
Не будь здоровим	2,73	22,75%	12
Не будь собою	3,68	30,67%	12
Не будь значимим	3,48	29%	12
Не думай	3,8	31,67%	12
Не відчувай	3,78	31,5%	12
Не належ	0,83	41,5%	2
Будь досконалістю	3,4	42,5%	8
Будь сильним	3,38	29,75%	8
Радуй інших	2,88	36%	8
Намагайся	4,13	51,62%	8
Поспішай	4,11	51,38%	8
Не твори	9,05	34,8%	26

З даних таблиці 1 можна побачити, що установками, які найбільш часто зустрічаються у студентів є установки-директиви намагайся – 51,62%, поспішай – 51,38%, будь досконалістю – 42,5% та установка-припис не належ – 41,5%. Установка «намагайся» характерна для людей, які внаслідок батьківських директив приходять до висновку, що головне не результат, а процес діяльності. Такі люди часто чимось зайняті, але рідко досягають значимого результату. Установка «поспішай» характерна для людей, які завжди запізнюються, люблять робити декілька справ одночасно, не живуть «тут і зараз», відкладають справи на потім та весь час тривожаться про це. Установка «будь досконалістю» виникає внаслідок постійної критики зі сторони батьків, порівнянь із іншими, вказування на помилки. Як наслідок, людина постійно прагне до мети, але, досягаючи її, не відчуває задоволення, що призводить до постійного невдоволення собою та оточенням. Установка «не належ» характерна для людей, які не відчувають себе частиною свого соціального оточення, через що їх вважають «нелюдимими» та «нетовариськими».

Таблиця 2 відображає середні значення вираження ірраціональних установок за методикою А. Еліса серед досліджуваних.

Таблиця 2

Вираження ірраціональних життєвих установок за методикою А. Еліса

Шкала	Середній бал
Катастрофізація	27,52
Повинність щодо себе	28,48
Повинність щодо інших	28,95
Фрустраційна толерантність	29
Самооцінка та раціональність мислення	31,68

Отримані дані свідчать про найменше вираження установок катастрофізації, повинності відносно себе та інших, а також найбільше вираження самооцінки та раціональності мислення.

Відносно низький показник за шкалою «катастрофізації» свідчить про те, що для досліджуваних є достатньо характерним оцінювати кожен несприятливий подій як жахливу та нестерпну, що становить слабку життєву установку щодо ставлення до життєвих невдач, здатності до життєвості. Студенти суб'єктивно перебільшують значення негативних життєвих подій.

Середній рівень значення фрустраційної толерантності, або, іншими словами стресостійкості, відображає не низький, але й не високий рівень стійкості до фруструючих подій у досліджуваних.

Схильність до ірраціональної установки за шкалою самооцінки та раціональності мислення виражено в найбільшій мірі. Досліджувані схильні оцінювати себе не диференційно, просто, узагальнено, з певними обмеженнями та є тенденція недооцінювати раціональну сферу для вирішення життєвих проблем, пасивне і фатальне сприйняття життєвих подій. Це свідчить про очевидну наявність у студентів даної установки й можливість виникнення в них стресів з приводу неадекватної самооцінки та на ґрунті розвинутих в них ірраціональних думок.

Загалом можна стверджувати, що ірраціональні установки переважають над раціональними в наших досліджуваних студентів.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Домінуючими серед студентів є раціональні установки «намагайся», «поспішай», «не належ», «будь досконалістю», а також виявлені високий показник негативних установок схильності до катастрофізації, а також високий рівень установки самооцінки та раціональності мислення. Загалом установки студентів носять в основі нерациональний характер, сформовані під впливом інших людей (батьків), зокрема ірраціональна схильність сприймати життєві події як катастрофи. Подальші дослідження можуть бути пов'язані з чинниками розвитку раціональних та особливо ірраціональних установок у молодих людей.

Використані джерела

1. Асмолов А. Г. Деятельность и установка / А. Г. Асмолов. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1979. – 150 с.
2. Берн Э. Трансакционный анализ в психотерапии / пер. с англ. А. Грузберга / Э. Берн. – М.: Эксмо, 2009. – 416 с.
3. Луценко Е. Л. Значение теории установки для исследования психологической адаптации : статья / Луценко Е. Л. // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. Серія психологія. – № 981. – с. 125 – 130.
4. Максимова С. В. Творчество: созидание или деструкция? : монография / С. В. Максимова. – М.: Академический проект, 2006. – 224 с.
5. Осипова А. А. Общая психокоррекция : учебное пособие / А. А. Осипова. – М.: Сфера, 2002 – 510 с.
6. Узнадзе Д. Н. Психология установки / Д. Н. Узнадзе. – СПб.: Питер, 2001. – 416 с.

Zuiev I. O., Moshenska K. O.

RATIONAL AND IRRATIONAL LIFE ATTITUDES OF STUDENTS

This article describes the research of students rational and irrational attitudes. Results of modern studies show the growth of people who receive higher education. But despite this results the attitude to higher education is still getting worse. Today, the idea of education in the Ukrainian university as "learning for a diploma" rather than "learning for knowledge" is widespread. Depreciation process of higher education is relevance of this work. Therefore, it is important to research rational and irrational attitudes in the context of attitudes toward higher education. The study of attitudes began in psychology long time ago. It was engaged in works of G. Allport, H. Spencer, D. Узнадзе, E. Берне and others. Research that is described in this article is based on an approach to understanding of the attitudes by A. Ellis and S. Максимова. According to them, life attitude is a style of response to life circumstances that is formed under the influence of parental directives and instructions. If the attitude vector is directed towards rationality, then it is a mean of adaptation or compensation. And if it's directed towards irrationality – it becomes a barrier to action in life, including the cognitive level, which includes studying at the university. The group of test subjects consisted of Kharkiv Universities students. The methods used in this study made it possible to identify the tendency of subjects to actualize life prescriptions, adjustments and barriers to creative activity. Together, these phenomena constitute individual's irrational life attitudes. Research showed that the attitudes of students are increasingly irrational. Besides it's being formed under the influence of other people (parents). Among the students there are next dominant attitudes: "try", "hurry up", "do not belong", "be perfect", a high propensity for catastrophization, an average level of self-evaluation and rationality of thinking.

Key words: *life attitudes, rational attitudes, irrational attitudes, students, high education.*

Стаття надійшла до редакції 30.10.2017 р.