

DOI: 10.35853/LAU.WS.2019.SP12
УДК 159.947.5:316.64

О роли иррациональных убеждений в продуктивности учебной деятельности студентов

Александр М. Боднар¹,
ORCID: 0000-0003-2131-2698, e-mail: kk001127788@gmail.com
Эльвира Л. Боднар²,

ORCID: 0000-0002-2600-5446, e-mail: abodnar@rambler.ru
^{1,2} Уральский федеральный университет им. первого Президента России
Б. Н. Ельцина, г. Екатеринбург, Россия

Аннотация. В статье рассмотрены понятия рациональности/иррациональности, прежде всего в свете теории А. Эллиса, показавшего влияние рациональных и иррациональных убеждений человека на его поступки. Рассмотрено также соотношение между понятиями «мотивация на достижение успеха» и «мотивация на избегание неудачи», а также связь между этими мотивациями и иррациональностью. Обращение к теме иррациональных убеждений обусловлено фактом возрастания роли иррациональности в жизни современного общества с одновременным снижением потребности в рационально мыслящих людях, поскольку рациональность мешает манипулировать сознанием, что столь успешно делают интернет-СМИ-реклама. Школы и вузы также способствуют этой тенденции: с внедрением Болонской системы и ЕГЭ отмечается снижение рефлексивности учащихся.

Методология. Теоретико-методологическая основа исследования включает основные философско-психологические положения о феноменах рациональности/иррациональности, рефлексии, мотивации достижения, исследования этой проблематики в психологии конца XX – начала XXI в. Применение в эмпирической части работы методик диагностики иррациональных установок А. Эллиса и мотивации достижения успеха / избегания неудачи А. А. Реана обеспечили достижение цели: выявлены особенности взаимосвязи иррациональных убеждений и мотивации достижения успеха или избегания неудач у студентов.

Результаты исследования. Из двадцати одной возможной корреляции между показателями иррациональности и мотивации у студентов статистически значимыми оказались только две. Столь малое их количество обнадеживает: иррациональность, вероятно, не является сколько-нибудь значимым фактором влияния на учебную мотивацию студентов. Показана необходимость специальной работы по повышению фрустрационной толерантности студентов.

Ключевые слова: рациональность, иррациональные поведенческие установки, рефлексия, мотивация достижения, мотивация избегания неудачи.

Для цитирования: Боднар А. М., Боднар Э. Л. О роли иррациональных убеждений в продуктивности учебной деятельности студентов // Благополучие и безопасность в условиях социальных трансформаций: сб. науч. тр. X Междунар. симпозиума (г. Екатеринбург, 9–10 июля 2019 г.) / ред. Е. Б. Перельгина, О. Ю. Зотова, А. В. Дроздова, Л. В. Тарасова. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2019. – С. 117–125. – ISBN 978-5-7741-0376-8. – DOI: 10.35853/LAU.WS.2019.SP12.



On the Role of Irrational Beliefs in the Efficacy of Students' Learning Activities

Aleksandr M. Bodnar¹,

ORCID: 0000-0003-2131-2698, e-mail: kk001127788@gmail.com

Elvira L. Bodnar²,

ORCID: 0000-0002-2600-5446, e-mail: abodnar@rambler.ru

^{1,2}Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

Abstract. The paper considers the concepts of rationality-irrationality, primarily, in the wake of A. Ellis's theory showing the impact of rational and irrational beliefs on man's actions. The authors also examined the balance between motivation for achievement and motivation towards failure avoidance as well as the linkage between these motivations and irrationality. The turn to the subject of irrational beliefs results from a growing role of irrationality in the life of modern society in parallel with a declining need for people who think rationally. Schools and universities also have contributed to this tendency: with the introduction of the Bologna reform the USE (Unified State Examination) a decrease in the students' ability to reflex can be observed. The theoretical and methodological basis of the study embraced fundamental philosophical-and-psychological propositions for rationality-irrationality, reflection, achievement motivation, explorations of this field in the psychology of the late twentieth and early twenty-first centuries. The application of A. Ellis's Irrational Belief Scale and the A.A. Rean's questionnaire Motivation for Success and Fear of Failure helped to meet the objective of the empirical part of the research: characteristics of the interrelations between irrational beliefs, achievement motivation and failure avoidance among students were revealed. The most interesting finding was that out of 21 possible correlations between the indicators of irrationality and motivation, only two were statistically significant. This very low number is encouraging: irrationality is unlikely to be a driver of students' motivation for an educational activity. The paper also substantiates the necessity to pursue special work to improve frustration tolerance among students. The paper aims to study interrelations between irrational beliefs and motivations to succeed or to avoid failure and the role of this motivation in the efficacy of learning, and irrational beliefs on man's actions,. The authors also revealed the interrelations between irrational beliefs and achievement motivation, or failure avoidance among students.
Keywords: rationality, irrational behavior, achievement motivation, failure avoidance motivation.

For citation: Bodnar AM, Bodnar EL. On the Role of Irrational Beliefs in the Efficacy of Students' Learning Activities. In: Perelygina EB, Zotova OYu, Drozdova AV, Tarasova LV. (eds.) *Wellbeing and Security in the Face of Social Transformations: Collection of academic papers from the 10th International Symposium (Yekaterinburg, July 9–10, 2019)*. Yekaterinburg: Liberal Arts University – University for Humanities; 2019. p. 117–125. Available from: doi:10.35853/LAU.WS.2019.SP12.

Введение

Для достижения высоких результатов в учебной и профессиональной деятельности необходимо обладать рядом характеристик, обеспечивающих процессы целеполагания, реализации задуманного, оценку своих достижений и адекватную реакцию на успехи и неудачи. Эти характеристики человек приобретает в период ученичества, однако школа (в широком смысле) не успевает за скоростью изменений на рынке труда. Отсюда крайне важно, чтобы образовательный процесс обеспечивал развитие рефлексии учащихся, то есть способности мышления к критическому самоанализу, без которого им трудно самостоятельно

определять ориентиры профессионального развития и сохранять конкурентоспособность [2]. Однако в реальности наблюдается обратное: с внедрением Болонской системы и ЕГЭ отмечается снижение рефлексивности учащихся, а значит, осознанности и самостоятельности их решений и поступков. Снижение рефлексивности – это обратная сторона повышения удельного веса иррациональности в решениях и поступках в ущерб рациональному в поведении людей [8].

Говоря об иррационализме, философы подчеркивают такие характерные для него черты, как отрицание роли разума в познании мира и опору на интуицию, веру, откровение и прочую мистику. В пределе речь идет об отрицании роли науки и ненужности формирования научной картины мира. Рационализм же, напротив, опирается на логику и разум, на научный метод и научную картину мира. Глядя на сменяющие друг друга эпохи жизни общества, легко видеть, что, по крайней мере со времен эпохи Просвещения, рациональное мышление преобладает в периоды стабильности и процветания, а иррационалистические настроения порождаются периодами социальных, политических и духовных кризисов. Сегодня у нас – эпоха перемен со всеми вытекающими из этого факта последствиями [9].

Именно факт возрастания роли иррациональности в жизни современного общества с одновременным снижением потребности в рационально мыслящих людях является причиной нашего обращения к теме иррациональных убеждений, воспитываемых такими глобальными манипуляторами сознанием, как Интернет, СМИ и реклама.

Установки и убеждения, являясь призмой, через которую человек смотрит на мир, определяют степень успешности его взаимодействия с окружающей средой. В зависимости от того, насколько убеждения рациональны, гибки и соответствуют реальному положению дел, они могут быть как полезными в сложных жизненных ситуациях, так и ведущими к неадекватному поведению. Следование иррациональным убеждениям приводит к дезадаптивным эмоциональным и поведенческим реакциям, вызывает затруднения в достижении психологического благополучия и жизненного успеха [11; 14].

Первым из психологов-прикладников, обративших внимание на негативную роль иррациональности своих пациентов, был А. Эллис, создатель рационально-эмоциональной поведенческой терапии – РЭПТ [4; 12]. Центральным понятием РЭПТ является понятие иррационального убеждения, а его антиподом – убеждение рациональное. Убеждения – это базовые представления человека о мире, о жизни, о других людях и о себе. Убеждения (как рефлекслируемые, так и нерелфлекслируемые) выполняют роль ориентира деятельности и выражаются в суждениях и поступках. Рациональные убеждения – это оценочные суждения, носящие характер предпочтения, выражаемые в виде желаний, симпатий или, наоборот, неприязни, которая, однако, является здоровой реакцией на негативные события. Под иррациональными убеждениями понимаются абсолютные по своей природе, догматические суждения, в которых содержатся такие слова-маркеры, как «должен», «следует», «обязан». Иррациональные убеждения приводят к отрицательным эмоциям, таким как вина, гнев, тревога, которые, как правило, препятствуют постановке цели и ее достижению и ведут к непродуктивным формам поведения.

Параллельно с формированием рациональных/иррациональных убеждений у человека формируются мотивы, помогающие или препятствующие достижению стоящих перед ним целей. В процессе обучения важно формировать у студентов мотивы, способствующие максимальному развитию внутреннего потенциала и самосовершенствованию – мотивы достижения [1; 6]. Актуальность этой проблематики обусловлена ее влиянием на деятельность, поэтому она рассматривается в таких сферах прикладной психологии, как психология труда, организационная, спортивная, военная психология, психология образования.

Выраженность и направленность мотивации может предсказать уровень успешности и в школьном, и в университетском образовании, и в профессиональной деятельности. Так, Р. Стернберг в своих исследованиях предикторов успеха в различных видах деятельности пришел к заключению, что уровень мотивации предвещает успех лучше, чем уровень интеллекта. Получение лучших результатов в продуктивной деятельности зависит не только от интеллектуальных способностей, но и от мотивационных характеристик, таких как интерес к делу, уверенность в возможности достигнуть положительного результата. А люди с одним и тем же уровнем интеллекта достигают разных результатов деятельности в зависимости от их отношения к преодолению стоящих перед ними препятствий. Поэтому простое владение знаниями не может обеспечить успешность их применения в различных жизненных ситуациях [5, с. 47–49].

Мотивация достижения успеха ориентирует студента на улучшение профессиональных навыков и получение высоких результатов в учебной деятельности, в то время как преобладание мотивации избегания неудач может быть связано с негативными эмоциями, сопровождающими учебный процесс, снижением прикладываемых усилий и даже избеганием сложных задач [10].

В современной психологической науке нет однозначного мнения относительно вопроса о том, противоположны ли мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудач. Однако некоторые авторы убеждены, что мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудач (МУН) – это разные мотивационные полюса одной переменной, которые подчиняются «закону реципрокности»: чем больше выражена мотивация достижения успеха, тем меньше выражена мотивация избегания неудач [3; 7]. В нашей работе мы следуем за этими авторами.

Отношение человека к успехам и неудачам зависит от выраженности иррациональных убеждений [13; 14].

Например, студент имеет иррациональные убеждения типа «катастрофизация», которые Эллис определяет как «неадекватный масштаб переживаний», т. е. чрезмерную драматизацию сложных жизненных ситуаций – как объективных, так и субъективных, воспоминаний, опасений, прогнозов. В таком случае неудачи в учебе могут восприниматься им как нечто мучительное, и он будет стараться не допускать их, выбирая наиболее легкие варианты учебных задач. Логично предположить, что отсутствие иррациональных убеждений, выражающееся в адекватных эмоциональных и поведенческих реакциях на неизбежные трудности учебного процесса, позволит студенту не избегать их, а принимать, ориентируясь на достижение успеха в учебе. Однако иссле-

дования, касающиеся взаимосвязи иррациональных убеждений и мотивации достижения успеха или избегания неудач, на данный момент отсутствуют. Это – проблема, которой продиктована цель нашего исследования: выявить особенности взаимосвязи иррациональных убеждений и МУН у студентов.

Задачи исследования: проанализировать имеющиеся в философско-психологической литературе понятия рациональности/иррациональности, иррациональных убеждений, мотивации достижения и осуществить их операционализацию; выявить, какие именно показатели, в которых выражаются иррациональные убеждения, связаны с показателями мотивации достижения успеха / избегания неудач у студентов.

Гипотеза: существует положительная взаимосвязь между преобладанием мотивации избегания неудач и выраженностью иррациональных убеждений; существует положительная взаимосвязь между мотивацией достижения успеха и отсутствием иррациональных убеждений.

Методы исследования

В исследовании приняли участие 53 студента гуманитарных направлений (24 мужчины, 29 женщин). Использовался метод теоретического анализа и обобщения научной литературы и периодических изданий, освещающих вопросы иррациональных убеждений, мотивации достижений и психологии мотивации студентов. Инструментами, операционализирующими основные понятия нашего исследования и применявшимися в эмпирической его части, являются методика диагностики наличия и выраженности иррациональных установок А. Эллиса и опросник «Мотивация успеха и избегания неудачи» (МУН) А. А. Реана. Для обработки результатов исследования использовались методы первичной и вторичной статистической обработки результатов, пакет SPSS Statistics.

Методика Эллиса состоит из шести шкал. Четыре шкалы соответствуют иррациональным убеждениям, выделенным А. Эллисом: «катастрофизация», «долженствование в отношении себя», «долженствование в отношении других», «оценочная установка» и двух дополнительных шкал: «фрустрационная толерантность личности» и «общая рациональность мышления». Низкий балл по шкалам, относящимся к иррациональным убеждениям, говорит о проявлении данного убеждения у испытуемого. Высокий балл указывает на отсутствие данных иррациональных убеждений. Под низкой фрустрационной толерантностью А. Эллис понимает выраженность у человека такого иррационального убеждения, как обязательная реализация потребностей, которое означает, что человек воспринимает свои желания как то, что должно непременно выполниться, иначе он испытывает чрезмерно сильные негативные эмоции. Шкала «общая рациональность мышления» описывает общее соотношение убеждений человека с внешней реальностью. Низкий балл по общей рациональности мышления свидетельствует о яркой выраженности иррациональности мышления испытуемого, указывает на наличие у человека различного рода ошибок мышления.

Методика А. А. Реана диагностирует положение человека между полюсами позитивной мотивации – на достижение успеха и негативной мотивации – на избегание неудач. Выраженная мотивация на достижение успеха означает, что испытуемый надеется на положительные

результаты, испытывает потребность в успешной реализации своих целей. Она соотносится с уверенностью в своих силах, ответственностью, инициативностью и активностью, а также с настойчивостью в достижении целей.

Испытуемые, проявляющие направленность на избегание неудачи, высказывают чрезмерный страх перед возможностью неудачи, порицания, срыва планов. Таких людей отличают повышенная тревожность, низкая самооценка, избегание ответственности.

Результаты и обсуждение

Сравнение мужской и женской выборок по показателям выраженности иррациональных установок и мотивации достижения успеха / избегания неудач отражено в таблице 1.

Таблица 1

Сравнение показателей методик диагностики иррациональных убеждений и МУН у студентов мужского и женского пола

Шкалы	t	знач.	Сред. арифм.	
			Муж.	Жен.
Катастрофизация	0,09	0,93	31,08	31,31
Долженствование в отношении себя	2,92	0,01**	5,83	8,47
Долженствование в отношении других	1,83	0,07	33,42	36,83
Оценочная установка	0,99	0,33	36,38	38,62
Фрустрационная толерантность	0,41	0,68	36	36,9
Общая рациональность мышления	1,70	0,095	128,88	140,72
Мотивация достижения успеха / избегания неудач	-2,28	0,027*	13,71	11,69

Мы видим, что признак пола сцеплен, значимо коррелирует, во-первых, с мотивацией: у юношей – на успех, у девушек – на избегание неудач; во-вторых, юноши в большей мере, чем девушки, проявляют иррациональные убеждения типа «долженствование в отношении себя» (жесткие требования по отношению к самому себе). В этом наша выборка оказалась типичным случаем, ибо подтверждения именно такого положения вещей мы находим в литературе [3].

В таблице 2 приведены две, оказавшиеся статистически значимыми, корреляции из двадцати одной возможной: 1) положительная связь между иррациональными убеждениями группы «катастрофизация» (чрезмерное преувеличение негативного характера ситуации) и мотивацией избегания неудач и 2) положительная связь между низким уровнем фрустрационной толерантности (мышление по типу «я этого не переживу», установка, которую можно назвать «персонифицированной катастрофизацией») и мотивацией избегания неудач. Но отсюда логически следует, что высокая фрустрационная толерантность связана с мотивацией достижения успеха.

Таблица 2

Значимые корреляции между показателями МУН и иррациональными убеждениями

Корреляции Пирсона	
Иррациональные убеждения	МУН
Катастрофизация	0,28*
Фрустрационная толерантность	0,40**

Заключение

Тенденции МУН в связи с полом, обнаруженные на нашей выборке, не противоречат литературным данным.

Малое количество статистически значимых связей между МУН и иррациональностью мышления обнадеживает в том плане, что иррациональность, вероятно, не является сколько-нибудь значимым фактором влияния на учебную мотивацию студентов. Но обнаруженная существенная положительная связь между МУН и фрустрационной толерантностью заслуживает внимания. Она, во-первых, указывает на необходимость специальной работы по повышению фрустрационной толерантности в течение учебного процесса. Такая работа необходима студентам всех специальностей в качестве своеобразного «общеукрепляющего» средства, но авторам, сотрудникам факультета психологии, хочется подчеркнуть особую ее важность для будущих психологов и педагогов, поскольку для них фрустрационная толерантность есть профессионально важное качество. Во-вторых, связь между МУН и фрустрационной толерантностью требует анализа в аспекте проблемы направленности, чтобы понять, что в этой связке является по преимуществу причиной, а что – следствием, т. е. на какой фактор стоит прежде всего обращать внимание при разработке мер по оптимизации психологической готовности личности к учению, повышению продуктивности учебной деятельности студентов.

Информация об авторах

Александр Михайлович Боднар, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета им. первого Президента России Б. Н. Ельцина (Екатеринбург, Россия).

Эльвира Львовна Боднар, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета им. первого Президента России Б. Н. Ельцина (Екатеринбург, Россия).

Information about the authors

Aleksandr M. Bodnar, Cand. Sci. (Pedagogy), Ass. Prof., associate professor at General and Applied psychology chair, Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia.

Elvira L. Bodnar, Cand. Sci. (Psychology), Ass. Prof., associate professor at General and Applied psychology chair, Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia.

Список литературы

1. Бакшаева Н. А., Вербицкий А. А. Психология мотивации студентов. М. : Юрайт, 2018. 178 с.
2. Батенева Е. В. Рефлексия как предмет исследования: социально-философский и педагогический аспекты // Философия образования. 2019. № 3. С. 31–45.
3. Виндекер О. С. Структура и психологические корреляты мотивации достижения : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург : Урал. гос. ун-т им. А. М. Горького, 2010. 26 с.
4. Воеводин И. В., Бохан И. А. Когнитивно-поведенческая копинг-профилактика аддиктивных и аффективных состояний у студентов (новый подход к оценке иррациональных когнитивных установок и копинга) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. 2015. № 2. С. 42–50.
5. Гордеева Т. О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы // Современная психология мотивации / под ред. Д. А. Леонтьева. М. : Смысл, 2002. С. 47–102.
6. Гордеева Т. О. Психология мотивации достижения. М. : Смысл, 2006. 336 с.

7. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб. : Питер, 2000. 512 с.
8. Комаровская Н. В. Эволюция «homo economicus» // Вестник МГИМО Университета. 2016. № 1 (46). С. 129–142.
9. Кондратьев В. М., Матронина Л. Ф. Образование в эпоху перемен // Философия образования. 2009. № 1. С. 6–11.
10. Семенова Л. Г. Развитие мотивации достижения в профессиональном становлении студентов вуза // Вестник ТГУ. 2008. № 2 (58). С. 354–359.
11. Сердюкова Е. Ф. Иррациональные суждения как причина возникновения у человека эмоциональных проблем // Известия Чеченского государственного университета. 2016. № 3. С. 78–81.
12. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: рационально-эмоциональный подход. М. : ЭКСМО, 2002. 272 с.
13. Эллис А., МакЛарен К. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия: руководство для психотерапевтов. Ростов н/Д. : Феникс, 2008. 157 с.
14. Ellis A. Reason and Emotion in Psychotherapy. N. Y. : Lyie Stuart, 1962. 444 p.

Статья поступила в редакцию: 18.10.2019
Принята к публикации: 29.11.2019

References

1. Bakshaeva NA, Verbitsky AA. *Psikhologiya motivatsii studentov [Psychology of students' motivation]*. Moscow: Urait; 2018. 178 p. (In Russ.).
2. Bateneva EV. Refleksiya kak predmet issledovaniya: sotsial'no-filosofskii i pedagogicheskii aspekty [Reflection as a Subject of Research: Social-Philosophical and Pedagogical Aspects]. *Filosofiya obrazovaniya = Philosophy of Education*. 2019;3: 31–45. (In Russ.).
3. Vindeker OS. *Struktura i psikhologicheskie korrelyaty motivatsii dostizheniya [The structure and psychological correlates of achievement motivation]*. Yekaterinburg: Ural State University after A. M. Gorky; 2010. 26 p. (In Russ.).
4. Voevodin IV, Bokhan NA. Kognitivno-povedencheskaya koping-profilaktika addiktivnykh i affektivnykh sostoyanii u studentov (novyi podkhod k otsenke irratsional'nykh kognitivnykh ustanovok i kopinga) [Cognitive-behavioural coping-prevention of addictive and affective disorders among the students (new approach to evaluation of irrational cognitions and coping)]. *Obozrenie psikiatrii i meditsinskoi psikhologii im. V. M. Bekhtereva = V. M. Bekhterev Review of Psychiatry and Medical Psychology*. 2015;2: 42–50. (In Russ.).
5. Gordeeva TO. Motivatsiya dostizheniya: teorii, issledovaniya, problemy [Achievement motivation: theories, research, problems]. In: Leontiev DA. (ed.) *Sovremennaya psikhologiya motivatsii [The contemporary psychology of motivation]*. Moscow: Smysl; 2002. p. 47–102. (In Russ.).
6. Gordeeva TO. *Psikhologiya motivatsii dostizheniya [Psychology of achievement motivation]*. Moscow: Smysl; 2006. 336 p. (In Russ.).
7. Il'in EP. *Motivatsiya i motivy [The motivation and motives]*. Saint Petersburg: Piter; 2000. 512 p. (In Russ.).
8. Komarovskaya NV. Evolyutsiya «homo economicus» [The Evolution of Homo Economicus]. *Vestnik MGIMO Universiteta = MGIMO Review of International Relations*. 2016;1(46): 129–142. (In Russ.).
9. Kondratyev VM, Matronina LF. *Obrazovanie v epokhu peremen [Education During the Epoch of Changes]*. *Filosofiya obrazovaniya = Philosophy of Education*. 2009;1: 6–11. (In Russ.).
10. Semenova LG. *Razvitie motivatsii dostizheniya v professional'nom stanovlenii studentov vuza [Development of achievement motivation in professional-personal growth of university students]*. *Vestnik TGU = Tambov University Review*. 2008;2(58): 354–359. (In Russ.).

11. Serdyukova EF. Irratsional'nye suzhdeniya kak prichina vozniknoveniya u cheloveka emotsional'nykh problem [Irrational Judgments are the Cause of Emotional Problems in Humans]. *Izvestiya Chechenskogo gosudarstvennogo universiteta = Chechen State University Bulletin*. 2016;3: 78–81. (In Russ.).

12. Ellis A. *Gumanisticheskaya psikhoterapiya: ratsional'no-emotsional'nyi podkhod [Humanistic psychotherapy: the rational and emotional approach]*. Moscow: Eksmo; 2002. 272 p. (In Russ.).

13. Ellis A, MacLaren K. *Ratsional'no-emotsional'naya povedencheskaya terapiya: rukovodstvo dlya psikhoterapevtov [Rational Emotive Behavior Therapy: A guide for Therapists]*. Rostov-on-Don: Phoenix; 2008. 157 p. (In Russ.).

14. Ellis A. *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: Lyie Stuart; 1962. 444 p.

Submitted 18.10.2019

Accepted 29.11.2019