

Список литературы:

1. Андрусъ А. М. Прививки: польза или вред? / А.М. Андрусъ // Научные горизонты. – 2019. – № 1(17). – С. 205-210.
2. Калюжная Т. А. Преодоление антипрививочного скепсиса: поиски решения выхода из сложившейся ситуации / Т.А. Калюжная, М. В. Федосеенко, Л. С. Намазова-Баранова, А. Г. Гайворонская, Ф. Ч. Шахтактинская, Н. Е. Ткаченко, М. И. Броева, Т. Е. Привалова, Е. А. Вишнёва, Д. С. Чемакина, Ю. Ю. Касаткина, К. М. Гайворонская // Педиатрическая фармакология. –2018. –15 (2). – С.141-148.
3. Ленец Е. А. Медико-социальные аспекты вакцинопрофилактики и антипрививочного движения / Е.А. Ленец, К. В. Почивалова // Вестник современных исследований. – 2019. – № 1(28). – С.38-39.
4. Невинский А. Б. Социально-этические аспекты вакцинопрофилактики гриппа / А.Б. Невинский, Л. В. Крамарь, В. А. Титовская // Биоэтика. – 2015. – 2(16). – С. 51-53.
5. Шувалова А. С. Некоторые правовые аспекты иммунопрофилактики детей и подростков / А.С. Шувалова // Медицинское право: Теория и практика. – 2015. – № 1(1). С.495-499.

УДК 159.9

Фондеркина П.Ю., Леонова Т.И.

ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ

Кафедра общей и специальной психологии с курсом педагогики
Рязанский государственный медицинский университет
Рязань, Российская Федерация

Fonderkina P.Y., Leonova T.I.

IRRATIONAL ATTITUDES OF YOUNG PEOPLE

Department of General and Special Psychology with a course in pedagogy
Ryazan state medical university
Ryazan, Russian Federation

E-mail: po.ur.fonder@gmail.com

Аннотация. Данная статья посвящена эмпирическому исследованию иррациональных установок молодых людей. Описывается уровень их выраженности. Указывается, что выраженное наличие имели установки катастрофизации и долженствования в отношении себя.

Annotation. This article is devoted to an empirical study of the irrational attitudes of young people. The level of their severity is described. It is indicated that there was a pronounced presence of catastrophization and obligation attitudes towards themselves.

Ключевые слова: иррациональные установки, поведение, негативные эмоции, молодые люди.

Key words: irrational attitudes, behavior, negative emotions, young people.

Введение

Проблема развития личности молодых людей традиционно является актуальной в современной психологии, поскольку они, не обладая большим социальным опытом [4] и навыками саморегуляции, могут быть подвержены возможным неадекватным эмоциональным переживаниям, которые могут быть связаны, помимо прочего, с формированием нежелательных иррациональных установок.

Иррациональные установки – это жесткие эмоционально-когнитивные связи, усвоенные в течение жизни, которые имеют характер предписания, требования, носят абсолютистский характер [9] и связаны с неверной эмоционально-отрицательной интерпретацией событий.

Условно выделяют четыре группы наиболее распространенных иррациональных установок: катастрофизация, долженствование в отношении себя, долженствование в отношении других и оценочная установка. Катастрофическая установка связана с восприятием людьми различных неблагоприятных ситуаций как неразрешимых и гиперболизацией негативных сторон происходящего. Установки обязательного долженствования характеризуют стремление человека к созданию жестких требований по достижению успеха в определенных сферах жизни, обращенных к себе и к другим людям, которые всегда должны реализовываться независимо от меняющихся внешних условий. Оценочная установка определяет ориентацию человека на оценку своей личности и личности других людей целиком, а не отдельных черт и поступков [10].

Цель исследования – изучение иррациональных установок молодых людей.

Материалы и методы исследования

Нами было проведено исследование особенностей иррациональных установок 50 молодых людей (18-23 лет) с помощью методики «Диагностика иррациональных установок» А. Эллиса.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе проведенного исследования было выявлено наличие у молодых людей всех описанных иррациональных установок: катастрофизации, долженствования в отношении себя, оценочной установки, долженствования в отношении других (см. Таблицу 1), а также низкой фрустрационной толерантности, что может говорить о том, что в целом для молодых людей свойственно наличие иррациональных когнитивных убеждений. Они склонны мыслить категорично, подвержены стереотипизации мышления, вследствие чего обладают низкой стрессоустойчивостью к «нетипичным», трудным жизненным ситуациям.

Таблица 1

Выраженность иррациональных установок

Катастрофизация	Долженствование в отношении себя	Низкая фрустрационная толерантность	Оценочная установка	Долженствование в отношении других
25,84	26,6	31,74	32,04	32,62

Было определено, что выраженное наличие (показатели менее 30) имели следующие иррациональные установки: катастрофизация, связанная с низкой устойчивостью молодых людей к стрессу и фрустрации, и долженствование в отношении себя, указывающая на их склонность к предъявлению чрезмерно высоких требований к себе.

Вероятно, молодежь имеет тенденцию к гиперболизации возникающих в жизни трудностей и в целом негативной их оценке, носящей искаженный характер. Можно предположить, что подобный результат связан с обилием информационного потока в СМИ и интернете, часто носящим негативный характер, что приводит к повышению тревожности, на фоне которой иррациональные установки начинают сильнее оказывать влияние на психику молодых людей. Помимо этого, такой показатель может быть детерминирован личностной незрелостью молодежи, высоким уровнем их инфантилизма [8], которые не способствуют обретению стрессоустойчивости, а, наоборот, приводят к восприятию жизненных трудностей как невыносимых [2].

Выраженное наличие установки на долженствование в отношении себя может быть связано с общественной ориентацией на потребительское отношение к миру и окружающим людям. Культура полезности приводит к оцениванию человека путем измерения его достижений и неудач и пренебрежению ценностью его личности [2]. Кроме того, у молодого поколения наблюдается достаточно высокий уровень конформности, что приводит к желанию не выделяться, жить как «должен, обязан», а не как «хочу» [6]. Избегание социального неодобрения, боязнь свободы создают стрессогенную среду, в которой человек воспринимает себя ценным только в случае материальной успешности, что повышает вероятность возникновения у него сомнений в себе и тенденции осуждать других людей за их поступки и действия [5].

Также было выявлено наличие (показатели в пределах от 30 до 40) установки долженствования в отношении других, оценочной установки и низкой фрустрационной толерантности.

Возможно, это связано с тем, что молодые люди склонны предъявлять высокие требования не только к себе, но и к другим, распространяя на свое окружение мысль о том, что любовь, уважение и признание нужно заслужить [7]. Что может указывать и на высокую стереотипность мышления, навязанную в детстве. Примером могут служить гендерные стереотипы – мальчик обязан быть сильным и не выражать эмоции, а девочка, наоборот, быть хрупкой и нежной [3].

Также им, вероятно, свойственно на основании отдельных черт и поступков людей оценивать их личность в целом, делить на «хороших» и «плохих», причем подобное убеждение распространяется как на самого себя, так и на окружающих людей.

С наличием иррациональных установок связана и низкая фрустрационная толерантность молодых людей, которая указывает на невысокий уровень их стрессоустойчивости.

Выводы:

1. в ходе проведенного исследования было выявлено, что для молодого поколения свойственно выраженное наличие иррациональных когнитивных установок катастрофизации и долженствования в отношении себя, а также наличие оценочной установки и долженствования в отношении других;

2. молодежь склонна к гиперболизации жизненных трудностей, предъявлению высоких, а зачастую и неадекватных требований к себе и окружающим людям, а также имеет низкую фрустрационную толерантность.

Список литературы:

1. Асмолов, А.Г. Непроходимый путь: от культуры полезности – к культуре достоинства / А.Г. Асмолов // Вопросы психологии. – 1990. – № 5. – С. 5–13.

2. Демиденко А.С. Социальная инфантильность российской молодежи: специфика научного дискурса [Электронный ресурс] / А.С. Демиденко // ИСОМ. – 2018. – № 3-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-infantilnost-rossiyskoj-molodezhi-spetsifika-nauchnogo-diskursa> (дата обращения: 20.03.2021).

3. Кычкина В.Г. Влияние гендерных стереотипов на поведение студентов [Электронный ресурс] / В.Г. Кычкина, У.Г. Борисова // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2019. – №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-gendernyh-stereotipov-na-povedenie-studentov> (дата обращения: 20.03.2021).

4. Леонова Т.И. Взаимосвязи между ценностями и самоотношением студентов / Т.И. Леонова, А.М. Лесин // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием памяти академика РАО А.В. Петровского (15-16 октября 2019 г.). – М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2019. – С. 141-144.

5. Лесин А.М. Особенности ценностных ориентаций студентов-первокурсников / А.М. Лесин // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2018. – Т.6. – № 4 (23) . – С. 672-682.

6. Никонова Э.И. Конформное поведение в студенческой группе как стратегия выбора личностной позиции [Электронный ресурс] / Э.И. Никонова // ВЭПС. – 2017. – №3. – С. 151-154.

URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/konformnoe-povedenie-v-studencheskoj-gruppe-kak-strategiya-vybora-lichnostnoy-pozitsii> (дата обращения: 20.03.2021).

7. Ремеева А.Ф. Особенности иррациональных установок девиантных подростков [Электронный ресурс] / А.Ф. Ремеева, И.А. Пальчиков // Психология и право. – 2013. – Том 3. – № 2.

URL: <https://psyjournals.ru/psyandlaw/2013/n2/61028.shtml> (дата обращения: 14.03.2021).

8. Фондеркина П.Ю. Значимость различных ценностей молодых людей / П.Ю. Фондеркина, А.М. Лесин // Сборник материалов VII Всероссийской конференции студентов и молодых ученых с международным участием Психология и медицина: пути поиска оптимального взаимодействия 2020 г. – ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. – Рязань, 2020. – Стр. 183-187.

9. Эллис А. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии / А. Эллис Пер. с англ. – СПб.: Изд-во Сова, 2009. – 371 с.

10. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход / А. Эллис Пер. с англ. – СПб.: Изд-во Сова, 2009. – 269 с.

УДК 159.9.072.432

**Халилова А.С.-А., Халилов О.С.
ОСОБЕННОСТИ ПРОКРАСТИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ С
РАЗНЫМ УРОВНЕМ ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИИ**

Кафедра физиологии нормальной
Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского
Медицинская академия им. С.И. Георгиевского
Симферополь, Российская Федерация

**Khalilova A.S.-A., Khalilov O.S.
FEATURES OF PROCRASTINATION IN MEDICAL STUDENTS WITH
DIFFERENT LEVELS OF INTERNET ADDICTION**

Department of Normal Physiology
Crimean Federal University named after V.I. Vernadsky
Medical Academy named after S.I. Georgievsky
Simferopol, Russian Federation

E-mail: arzy.khalilova.2000@mail.ru

Аннотация. В статье представлены результаты исследования распространённости и особенности прокрастинации у студентов. Акцентируется внимание на наличии взаимосвязи прокрастинации с некоторыми личностными характеристиками и интернет-аддикцией у студентов-медиков. Описаны особенности выраженности академической прокрастинации у молодых людей с разным уровнем интернет-аддикции.

Annotation. The article presents the results of a study of the prevalence of procrastination in the student environment. Attention is focused on the presence of the relationship of procrastination with some personal characteristics and Internet