

---

---

# ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

## EXPERIMENTAL MATERIALS

---

---

*Вестник Челябинского государственного университета.*  
*Образование и здравоохранение. 2021. № 2—3 (14—15). С. 46—50.*

УДК 159.9.07  
ББК 88.41

DOI: 10.24411/2409-4102-2021-102-304

### Изучение иррациональных убеждений у студентов медицинского университета

*Н. Г. Быструшкина<sup>1</sup>, О. А. Тимова<sup>1,2</sup>*

<sup>1</sup> Южно-Уральский государственный медицинский университет Минздрава России  
Челябинск, Россия

<sup>2</sup> Уральский государственный педагогический университет, г. Челябинск, Россия

**Обоснование:** период обучения в высшем учебном заведении является чрезвычайно важным этапом в становлении личности профессионала не только потому, что связан с накоплением профессиональных знаний и навыков, но и с формированием его мировоззрения, системы отношений к профессиональным обязанностям, к субъектам трудовой деятельности и к жизни в целом.

**Цель:** теоретическое обоснование и эмпирическое изучение иррациональных убеждений у студентов медицинского университета.

**Материалы и методы:** в статье представлены данные эмпирического исследования «Диагностика наличия и выраженности иррациональных установок» А. Эллиса.

Исследование было проведено в 2020 году в ходе которого было опрошено 70 студентов, обучающихся на первом курсе Южно-Уральского государственного медицинского университета.

**Результаты:** в статье изложены результаты сравнительного исследования иррациональных убеждений, влияющих на восприятие ситуационных условий как стрессогенных у студентов медицинского университета и у сотрудников скорой медицинской помощи.

**Заключение:** Обнаружено сходство в доминировании установок, относящихся к группам «должествование в отношении себя» и «катастрофизация». Однако у студентов данные иррациональные убеждения выражены достоверно сильнее.

**Ключевые слова:** *иррациональные убеждения, когнитивные установки, катастрофизация, должествование в отношении себя, фрустрационная толерантность/*

#### Введение

Период обучения в высшем учебном заведении является чрезвычайно важным этапом в становлении личности профессионала не только потому, что связан с накоплением профессиональных знаний и навыков, но и из-за формирования его мировоззрения, системы отношения к профессиональным обязанностям, к субъектам трудовой деятельности и к жизни в целом [3; 5]. В качестве одной из задач учебно-воспитательной работы, проводимой в вузе, несомненно, должна выступать подготовка студентов к будущим условиям труда.

В современном российском обществе работа врачей, с одной стороны, связана с повышенной ответственностью за правильность диагностических и лечебных действий, с другой стороны, отличается высоким уровнем эмоциональных и психофизических перегрузок [2], а с третьей сто-

роны, сопровождается невозможностью восстановления сил из-за высокой интенсивности труда и длительной продолжительности рабочего дня. Появление коронавирусной инфекции стало дополнительным фактором, вызывающим нервно-психическое напряжение. Стрессогенность условий профессиональной деятельности возросла и благодаря регламентации времени приема пациентов, внедряемой в последние годы в систему здравоохранения.

Интенсификация труда вызывает высокую текучесть кадров (прежде всего, высококвалифицированных специалистов), широкую распространенность среди медицинских работников синдрома эмоционального выгорания. Однако, как утверждают представители когнитивного направления в психологии (например, Дж. Келли, А. Эллис, А. Бандура), способность справляться с ситуациями стресса, предотвращать возникновение и раз-

витие тревоги и страха зависит не столько от объективных условий жизни и деятельности, сколько от их восприятия и интерпретации конкретным человеком [1]. Например, в теории рационально-эмоционального поведения Эллиса указывается на тот факт, что по мере роста иррациональных убеждений профессиональный стресс, депрессия, тревога и общий стресс становятся более заметными [5]. Таким образом, учебно-воспитательная работа, осуществляемая в медицинском вузе, должна быть направлена и на решение задачи, состоящей в развитии у студентов личностных качеств и навыков, способствующих успешному преодолению стресса.

С целью диагностики способов реагирования на стрессовые ситуации в 2020 году было проведено исследование, в ходе которого было опрошено 70 студентов, обучающихся на первом курсе Южно-Уральского государственного медицинского университета г. Челябинска. Для получения эмпирических данных применялась методика «Диагностика наличия и выраженности иррациональных установок», разработанная на основе положений теории рационально-эмотивной терапии, автором которой является А. Эллис.

По мнению Альберта Эллиса, человек переживает отрицательные эмоции не из-за самого события, а вследствие иррациональных убеждений, применяемых при его оценке и интерпретации. Иррациональные убеждения формируются в течение всей жизни и представляют собой установки, не имеющие под собой объективных оснований, но вызывающие эмоциональные реакции такой интенсивности, которая не соответствует значимости события. Именно их наличие не позволяет конструктивно решать возникающие проблемы, провоцирует межличностные конфликты, приводит к нарушениям адаптации человека, к постоянному переживанию стресса. А. Эллис полагал, что построение нелогичных, иррациональных мыслительных убеждений присуще любому чело-

веку. По его мнению, наиболее распространенные группы иррациональных установок можно объединить в следующие группы: катастрофические установки, установки обязательного долженствования, установки обязательной реализации своих потребностей, глобальные оценочные установки. Установление данных нерациональных способов реагирования, приводящих к переживанию стресса при отсутствии для этого объективных оснований, является основной целью применения методики диагностики наличия и выраженности иррациональных убеждений.

### Результаты

Результаты изучения иррациональных убеждений у студентов, обучающихся на первом курсе медицинского университета, представлены в табл. 1. В ней указаны данные относительно среднегрупповой величины, степени внутригрупповой изменчивости и однородности каждой группы когнитивных установок, которые были получены посредством расчета среднего арифметического значения, стандартного отклонения и коэффициента вариации.

Согласно данным, приведенным в табл. 1, если рассматривать обобщенный портрет студентов медицинского университета, то можно отметить, что все группы иррациональных убеждений имеют средний уровень выраженности. В наибольшей степени способны спровоцировать переживание стресса когнитивные установки, обозначаемые как «Должестование в отношении себя» и «Катастрофизация». Выраженность первой группы установок означает, что участники исследования наиболее часто испытывают стресс в тех ситуациях, когда вследствие стечения неблагоприятных обстоятельств не могут исполнить взятые на себя обязательства. Как правило, это присуще людям с повышенным уровнем личной ответственности, с сильно выраженным чувством долга. Однако, возможно, что в силу возраста

Таблица 1

### Среднегрупповые показатели величины иррациональных установок у студентов медицинского университета

Группы иррациональных установок	Средняя величина	Степень внутригрупповой изменчивости	Степень однородности
Катастрофизация	16,36	3,06	18,71
Должестование в отношении себя	15,63	3,49	22,33
Должестование в отношении других	19,27	2,95	15,33
Самооценка и рациональность мышления	19,24	3,90	20,24
Фрустрационная толерантность	19,24	4,20	21,81

студенты-первокурсники склонны преувеличивать собственные способности, возможности, не учитывать временные ограничения, поэтому при неисполнении своих обязательств переживают стресс. Второе место по степени выраженности занимает такая группа когнитивных установок, как катастрофизация. Для нее характерно резкое преувеличение негативного характера возникающих затруднений, восприятие любой проблемы как неразрешимой и неуправляемой «катастрофы вселенских масштабов».

Анализ значений стандартного отклонения и коэффициента вариации демонстрирует то, что наибольшее сходство в величине иррациональных убеждений характерно для группы «Должестование в отношении других». Это указывает на согласованность требований испытуемых, которые они предъявляют к поведению других людей. Однако, следует подчеркнуть, что в целом группа испытуемых имеет неоднородный состав по величине всех типов когнитивных установок. В связи с этим был проведен более детальный анализ процентного распределения степени сформированности иррациональных убеждений среди студентов первого курса медицинского университета. Полученные данные отражены в табл. 2.

Указанные в табл. 2 данные подтверждают общегрупповую тенденцию, обнаруженную при анализе средних арифметических значений. Действительно, 52,86 % студентов, принявших участие в исследовании, имеют высокий уровень должествований в отношении себя. Лишь 4 % первокурсников

не переживают при неисполнении взятых на себя обязательств. Второе место занимает катастрофизация событий. Высокий уровень сформированности данных когнитивных установок зафиксирован у 44 % испытуемых, а средний — у 48 %. Реже всего встречается высокий уровень требований, предъявляемый к поведению других людей. Поскольку высокий уровень требований к своему поведению, осознание личной ответственности за результаты своей деятельности может выступать как особенностью юношеского возраста, так и профессионально значимым качеством личности врача, то нами была сделана попытка сравнить результаты изучения иррациональных убеждений у студентов и у сотрудников скорой медицинской помощи. С этой целью мы использовали эмпирические данные, полученные ранее А.В. Першиной [4]. Ниже они представлены в табл. 3.

Рассматривая статистические данные, полученные А. В. Першиной, можно отметить, что у сотрудников скорой медицинской помощи высокий уровень также наиболее характерен для иррациональных убеждений, обозначаемых как «Должестование в отношении себя» и «Катастрофизация». Однако процентное распределение высокого, среднего и низкого уровней в группе студентов отличается от распределения в группе специалистов. Для уточнения значимости этих различий результаты обоих исследований были подвергнуты анализу с помощью метода Фишера. Полученные данные приведены в табл. 4.

Таблица 2

**Процентное распределение уровней сформированности иррациональных установок в группе студентов медицинского университета**

Группы иррациональных установок	Уровни(в %)		
	высокий	средний	низкий
Катастрофизация	44,29	48,57	7,14
Должестование в отношении себя	52,86	42,86	4,29
Должестование в отношении других	8,57	77,14	14,29
Самооценка и рациональность мышления	15,71	60,00	24,29
Фрустрационная толерантность	24,29	41,43	34,29

Таблица 3

**Процентное распределение уровней сформированности иррациональных установок в группе сотрудников скорой медицинской помощи**

Группы иррациональных установок	Уровни (в %)		
	высокий	средний	низкий
Катастрофизация	16,66	61,67	21,67
Должестование в отношении себя	20,00	68,33	11,67
Должестование в отношении других	15,00	66,67	18,33
Самооценка и рациональность мышления	15,00	65,00	20,00
Фрустрационная толерантность	8,34	73,33	18,33

Таблица 4

**Показатели достоверности межгрупповых различий  
в распределении уровней сформированности иррациональных установок  
в группах студентов медицинского университета  
и сотрудников скорой медицинской помощи**

Группы иррациональных установок	Уровни		
	высокий	средний	низкий
Катастрофизация	3,49*	1,38	2,44*
Должестование в отношении себя	3,99*	2,94*	1,59
Должестование в отношении других	1,14	1,32	0,61
Самооценка и рациональность мышления	0,11	0,58	0,59
Фрустрационная толерантность	2,54*	3,74*	2,09*

Таким образом, данные, указанные в табл. 4, свидетельствуют о том, что, несмотря на доминирование в обеих группах иррациональных убеждений «Должестование в отношении себя», «Катастрофизация», существуют достоверные межгрупповые различия в распределении высокого, среднего и низкого уровней когнитивных установок. У студентов медицинского университета достоверно чаще встречается высокий уровень катастрофизации событий и требований, предъявляемых к себе. Кроме того, от специалистов студенты отличаются тем, что у них реже встречается средний уровень фрустрационной толерантности. По нашему мнению, это свидетельствует о том, что студенты разделяются на 2 подгруппы, одна из которых склонна преувеличивать, а другая — преуменьшать возможность неблагоприятного выхода из трудной ситуации, своей способности справляться с ситуациями, вызывающими сильные негативные эмоции, физический и душевный дискомфорт.

#### Заключение

На основе полученных эмпирических данных можно сделать следующие выводы:

У студентов первого курса медицинского университета преобладают когнитивные установки

«Должестование в отношении себя» и «Катастрофизация».

По сравнению с сотрудниками скорой медицинской помощи, у студентов медицинского университета достоверно более часто встречается высокий уровень таких иррациональных убеждений, как «Должестование в отношении себя», «Катастрофизация», «Фрустрационная толерантность».

Необходимо отметить, что выраженность обнаруженных иррациональных убеждений усугубляет восприятие возникающих в учебной и трудовой деятельности, а также в повседневной жизни проблем как ситуаций стресса, препятствует поиску конструктивных способов разрешения. В связи с этим для повышения стрессоустойчивости обучающихся, их способности адаптироваться к условиям выполнения будущих профессиональных обязанностей представляется необходимым формировать навыки рефлексии, точности оценки степени сложности затруднений, целенаправленного и осознанного анализа фрустрационной ситуации, готовности к настойчивому поиску разнообразных способов преодоления препятствий как профессионально значимых качеств личности будущих врачей.

#### Список литературы

1. Васильева, Т. И. Самоэффективность как феномен личности третьего тысячелетия / Т. И. Васильева // *Личность и общество: проблемы взаимодействия : материалы междунар. науч. конф.* (23 апреля 2008). — Челябинск : Изд-во М. Волковой, 2008. — С. 20—26.
2. Загуровский, В. М. Дезадаптационные нарушения вследствие стрессорных факторов в работе членов бригад скорой медицинской помощи / В. М. Загуровский // *Медицина неотложных состояний.* — 2005. — № 1. — С. 11—20.
3. Караваяева, С. А. Формирование социогуманитарной культуры студентов университета / С. А. Караваяева // *Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение.* — 2019. — № 3—4 (7—8). — С. 14—22.
4. Першина, А. В. Особенности практического мышления у сотрудников скорой медицинской помощи / А. В. Першина, Н. Г. Быструшкина // *Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение.* — 2019. — № 3—4 (7—8). — С. 45—48.

5. Dud, D. P. Professional stress in relation to anxiety, depression and irrational beliefs among dental and psychotherapy students / D. P. Dud // *Procedia — Social and Behavioral Sciences*. — 2015. — No. 187. — Pp. 158—162.

### Сведения об авторах

**Быструшкина Наталья Геннадьевна** — кандидат психологических наук, доцент, Южно-Уральский государственный медицинский университет, Челябинск, Россия. *psynb@mail.ru*

**Титова Ольга Александровна** — преподаватель, Южно-Уральский государственный медицинский университет, Челябинск, Россия; аспирант, Уральский государственный педагогический университет, Екатеринбург, Россия. *kachanova74101@mail.ru*

*Bulletin of Chelyabinsk State University.*

*Education and Healthcare. 2021. № 2—3 (14—15). P. 46—50.*

## The study of irrational beliefs among students of medical university

**N.G. Bystrushkina**

*South Ural State Medical University, Chelyabinsk, Russia. psynb@mail.ru*

**O.A. Titova**

*South Ural State Medical University, Chelyabinsk, Russia, Ural State Pedagogical University. kachanova74101@mail.ru*

**Background:** the period of study at a higher educational institution is an extremely important stage in the formation of a professional's personality, not only because it is associated with the accumulation of professional knowledge and skills, but also because of the formation of his worldview, the system of attitude to professional duties, to the subjects of labor activity and to life in General.

**Aims:** theoretical substantiation and empirical study of irrational beliefs among students of medical University

**Materials and methods:** the article presents data from the empirical study “Diagnostics of the presence and severity of irrational attitudes” by A. Ellis.

The study was conducted in 2020, during which 70 first-year students of the South Ural state medical University were interviewed.

**Results:** the article presents the results of a comparative study of irrational beliefs that affect the perception of situational conditions as stressful in medical University students and emergency medical personnel.

**Conclusion:** There is a similarity in the dominance of attitudes related to the groups “ought-to-oneself” and “catastrophization”. However, these irrational beliefs are significantly more pronounced in students.

**Keywords:** *Irrational beliefs, cognitive attitudes, catastrophization, self-esteem, frustration tolerance.*

### References

1. Vasilyeva T.I. Samoeffektivnost' kak fenomen lichnosti tret'ego tysyacheletiya [Self-efficacy as a phenomenon of the personality of the third millennium]. *Lichnost' i obshchestvo: problemy vzaimodeistviya* [Personality and society: problems of interaction]. Chelyabinsk, Publishing house of M. Volkova, 2008. Pp. 20—26. (In Russ.)
2. Zagurovsky V.M. Deadaptatsionnye narusheniya vsledstvie stressornykh faktorov v rabote chlenov brigad skoroi meditsinskoj pomoshchi [Maladaptation disorders due to stress factors in the work of members of emergency medical teams]. *Meditsina neotlozhnykh sostoyanii* [Medicine of emergency conditions], 2005, no. 1, pp. 11—20. (In Russ.)
3. Karavaeva S.A. Formirovanie sotsiogumanitarnoi kul'tury studentov universiteta [Formation of Socio-Humanitarian Culture of University Students]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta. Obrazovanie i zdravookhranenie* [Bulletin of Chelyabinsk State University. Education and healthcare], 2019, no. 3—4 (7—8), pp. 14—22. (In Russ.)
4. Pershina A.V., Bystrushkina N.G. [Features of practical thinking among emergency medical personnel]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta. Obrazovanie i zdravookhranenie* [Bulletin of Chelyabinsk State University. Education and healthcare], 2019, no. 3—4 (7—8), pp. 45—48. (In Russ.)
5. Dud D.P. Professional stress in relation to anxiety, depression and irrational beliefs among dental and psychotherapy students. *Procedia — Social and Behavioral Sciences*, 2015, no. 187, pp. 158—162.