

УДК 159.922.8

Шаповалова В.С.

**РОЛЬ БАЗИСНЫХ УБЕЖДЕНИЙ
В ИНТЕНСИВНОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ
СТУДЕНЧЕСКИХ СТРАХОВ****Шаповалова Владислава Сергеевна**
ассистентНациональный фармацевтический университет,
ул. Пушкинская 53, г. Харьков, 61002, Украина;
E-mail: Vladysha89@mail.ru**АННОТАЦИЯ**

В статье рассматривается понятие «страх» и его проявление у студентов во время учебно-познавательной деятельности. Автор акцентирует внимание на нежелательности возникновения страхов у студентов так, как юношеский период является важным этапом в становлении личности в целом, а также становлении личности будущих специалистов. Приведены взгляды ученых относительно понятия базисных убеждений и их влияния на личность. Убеждения человека выступают в качестве своеобразного внутреннего средства структурирования опыта, моделирования психических состояний и формирования поведения. Выделяют ситуационные (т.е. касающиеся определенной жизненной ситуации) и базисные (относящиеся к себе и к миру в целом) убеждения. Представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи базисных убеждений с частотой и интенсивностью студенческих страхов, возникающих в процессе учебно-познавательной деятельности. Для всей выборки в целом (т.е. безотносительно к курсу) была выявлена существенная, сдерживающая студенческие страхи, роль убеждения о контроле.

Ключевые слова: личность; страхи; студенческие страхи; учебно-познавательная деятельность студентов; базисные убеждения.

UDC 372.881.161.1

*Shapovalova V.S.***THE ROLE OF BASIC BELIEFS
IN THE INTENSITY
OF STUDENTS' FEARS****Shapovalova Vladislava Sergeevna***Assistant Lecturer*

National University of Pharmacy, 53 Pushkinskaya St., Kharkiv, 61002, Ukraine;

E-mail: Vladysha89@mail.ru**ABSTRACT**

The article considers the “fear” concept and its manifestation among students during the learning and cognitive activities. The author focuses on the undesirable fear appearance of students, because adolescence is an important stage in the development of personality in general and the formation of future specialists. The author discusses the scientist’s views of the concept of basic beliefs and their influence on the individual. Beliefs are the internal structuring means of experience, modeling of mental states and formation of behavior. There are situational (i.e., relating to the certain situations) and basic (relating to himself and to the world in general) beliefs. The results of empirical research of basic beliefs interrelation with the frequency and intensity of student fears arising during the learning and cognitive activities are presented in the article. For the whole sample (i.e. not relating to the course) there was detected a significant, constraining role of student fears and beliefs about control.

Keywords: personality; fears; student fears; educational and cognitive activity of students; basic beliefs.

Постановка проблемы. В условиях высшей школы продолжается дальнейшее становление личности и происходит становление личности, как будущего профессионала. Студенты могут переживать интенсивные негативные эмоции в стенах вуза в связи с учебно-познавательной деятельностью. Их тревога может выражаться в виде конкретных страхов пребывания на определённых занятиях, страхов проверки знаний, опасений контактировать с определёнными лицами (преподавателями, представителями вузовской администрации и т. п.), страха определённых действий.

Среди главных задач юношеского возраста можно назвать следующие: приобретение ощущение личной тождественности и целостности; профессиональное самоопределение; саморефлексия; достаточный уровень развития ценностных представлений, волевой сферы, самостоятельности и ответственности, то есть развитие готовности к жизненному самоопределению. И все негативные воздействия, которые встречаются на пути у студентов в рамках стен учебного заведения могут препятствовать полноценному развитию всего выше перечисленного.

Глубинные представления личности об окружающем мире и о собственном Я организованы в форме базисных убеждений, имеющих в основном когнитивную природу. К настоящему времени накоплено много эмпирических научных данных [5, 6], а также результатов психотерапевтической и консультативной практики [2, 4], которые дают основания рассматривать базисные убеждения в качестве внутренних условий актуализации тех, или иных страхов человека.

Система базисных убеждений – это основа картины мира индивида [1], «мира допущений» («assumptive world» [9], того, что А.Н. Леонтьев называл «Образ Мира». Это «...глобальные, устойчивые представления индивида о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональные состояния и поведение человека» [5, с. 28].

Базисные убеждения начинают формироваться в конце младенческого – начале преддошкольного возраста (т.е. на довербальных стадиях онтогенеза) в процессе об-

щения ребенка со значимыми взрослыми [3, 8]. Выделяют ситуационные (т.е. касающиеся определенной жизненной ситуации) и базисные (относящиеся к себе и к миру в целом) убеждения. В них эффективно сконцентрирован опыт переживания определенных эмоциональных состояний. Базисные убеждения также характеризуются той, или иной степенью гибкости, абстрагированности и глобальности.

Убеждения человека выступают в качестве своеобразного внутреннего средства структурирования опыта, моделирования психических состояний и формирования поведения. Они относительно постоянны на протяжении всей жизни, однако могут быть переструктурированы под влиянием психической травмы. В рамках одной из наиболее влиятельных когнитивистских концепций базисных убеждений, – теории Р. Янофф-Бульман [10], – были выделены компоненты структуры базисных убеждений (убеждения о доброжелательности окружающего мира, о его справедливости, а также о ценности и значимости собственного Я).

Учебная деятельность в вузе при определенных обстоятельствах может порождать у студентов разнообразные страхи, разрушительное влияние которых (и способность им противостоять) может быть опосредована базисными убеждениями личности. На данном этапе исследования проверялось **предположение** о взаимосвязи базисных убеждений с частотой и интенсивностью студенческих страхов, возникающих в процессе учебно-познавательной деятельности.

Методы исследования. В предыдущем исследовании для выявления многообразия студенческих страхов мы предлагали студентам дать письменные ответы на вопрос о том, что именно их беспокоит, и, чего они опасаются. Специально уточнялось, что нас интересуют страхи и поводы для беспокойства, возникающие у испытуемых именно как у студентов (т. е. связанные с посещением вуза). На основе контент-анализа письменных ответов был создан перечень студенческих страхов, состоящий из 71 пункта. Студенческие страхи, вошедшие в данный перечень, были отнесены к восьми

категориям (таксономическим группам): 1) обусловленные испытанием; 2) связанные с профессиональным будущим; 3) связанные с ответственностью; 4) обусловленные ошибками и оплошностями; 5) актуализирующиеся у студентов непосредственно на занятии; 6) обусловленные личностными качествами и недостатками самого студента; 7) социальные страхи, обусловленные взаимодействием участников учебно-воспитательного процесса в вузе; 8) связанные с личностью преподавателя. Перечень страхов (для оценки их у себя по четырёхбалльной шкале) был предложен испытуемым – 203 студентам Национального фармацевтического университета (121 первокурснику, 40 третьекурсникам и 42 шестикурсникам).

Для уточнения специфики взаимосвязей был использован вариант методики «Шкала базисных убеждений» Р. Янофф-Бульман, модифицированной М.А. Падун. У всех испытуемых фиксировались пять показателей: 1) базисное убеждение о *доброжелательности / враждебности окружающего мира* (убеждения индивида относительно возможности безопасно доверять окружающему миру); 2) базисное убеждение о *справедливости окружающего мира* (убеждение в том, что «каждый получает то, что заслуживает», т.е. вера индивида в справедливое распределение хороших и плохих событий между людьми); 3) базисное убеждение о *контроле* (убеждение человека в том, что он контролирует происходящее с ним); 4) базисное убеждение о *ценности и значимости собственного Я* («Образ Я» – убеждение индивида в том, что он достоин уважения и любви, что «он – хороший»); 5) базисное убеждение об *удаче* (в том, что он в целом – «человек везучий»).

Результаты исследования. Для всей выборки в целом (т.е. безотносительно к курсу) была выявлена существенная, сдерживающая студенческие страхи, роль убеждения о контроле. Убежденные в контролируемости происходящих событий студенты демонстрировали меньше страхов ответа у доски ($r_{xy} = -0,15$; $p < 0,05$), пребывания у доски как такового ($r_{xy} = -0,16$; $p < 0,05$). Они меньше

других испытывают страх перед некоторыми предметами ($r_{xy} = -0,15$; $p < 0,05$). Им не присущ страх ответственности ($r_{xy} = -0,16$; $p < 0,05$).

В то же время, базисное убеждение в ценности и значимости собственного Я, наоборот, как-бы предрасполагает к более частому и интенсивному переживанию ряда студенческих страхов. Речь идет здесь о страхе заболеть и много пропустить ($r_{xy} = 0,18$; $p < 0,05$), о страхе пропустить важную контрольную работу ($r_{xy} = 0,14$), о страхе спорить с преподавателем ($r_{xy} = 0,15$; $p < 0,05$) и особенно – о страхе отработок ($r_{xy} = 0,26$; $p < 0,01$).

Акцентированная вера в свою везучесть (т.е. базисное убеждение в удаче) оборачивается повышенной вероятностью актуализации страха заболеть и много пропустить ($r_{xy} = 0,18$; $p < 0,01$). Убежденные в доброжелательности окружающего мира студенты заметно меньше других опасаются оказаться в центре внимания ($r_{xy} = -0,15$; $p < 0,05$). Их мало беспокоит перспектива оказаться подготовленными хуже всех ($r_{xy} = -0,21$; $p < 0,01$).

Двойственной оказалась роль базисного убеждения в справедливости окружающего мира: с одной стороны, такие студенты больше других боялись заболеть и много пропустить ($r_{xy} = 0,17$; $p < 0,05$). Однако именно они оказались наиболее свободными от страха ответственности ($r_{xy} = -0,17$; $p < 0,05$) и особенно – страха подготовленности хуже всех ($r_{xy} = -0,20$; $p < 0,01$).

Таким образом, анализ корреляций на материале данных всей выборки испытуемых показал, что базисные убеждения затрагивают в основном сферы социальных страхов, страхов, проявляющихся непосредственно на занятии и страха ответственности.

В первокурсников из пяти видов базисных убеждений, которые были продиагностированы, три вида (убеждения в доброжелательности, справедливости и контроле) чаще сочетаются со сниженными показателями студенческих страхов. Возможно, именно эти убеждения выступают в качестве внутренней опоры, помогающей студентам эффективно справляться с пугающими ситуациями учебно-познавательной деятельности

в условиях вуза. Из 21 статистически значимого коэффициента корреляции на эти три убеждения приходится 17, причем все они – отрицательные. Убеждение в справедливости затрагивает у первокурсников страхи, связанные с самим занятием и испытаниями на нем («академзадолженность», «выгонят из аудитории», «творческое задание», «подготовленность хуже всех»), с взаимоотношениями с другими людьми («оказаться в центре внимания», «преподаватель»), с ответственностью. Убеждение о контроле в основном относится к социальным страхам (быть «белой вороной», одиноким в группе; не сложатся отношения в группе; подвергнуться критике), а также к страху ответственности и страху допустить ошибку. Убеждение в доброжелательности отрицательно коррелирует со страхами подготовленности хуже всех, творческого задания, оказаться в центре внимания и страхом быть выгнанным из аудитории. Все указанные корреляции значимы на уровне $p < 0,05$.

Два других базовых убеждения (в ценности и значимости собственного Я и в удаче) связаны со сферой студенческих страхов в основном противоположным образом, т.е. позитивно. Хотя убеждение в собственной ценности и сдерживает страх оказаться в центре внимания ($r_{xy} = -0,18$; $p < 0,05$), но оно же располагает к более интенсивному переживанию страха заболеть и много пропустить ($r_{xy} = 0,22$; $p < 0,05$), а также страха отработок ($r_{xy} = 0,33$; $p < 0,05$). Студенты, слишком верящие в удачу, больше других опасаются лишиться стипендии ($r_{xy} = 0,23$; $p < 0,05$).

Отличительная особенность испытуемых студентов 3-го курса – весьма незначительное количество коэффициентов корреляции между показателями студенческих страхов и шкалами опросника базисных убеждений. Ни одного сколько-нибудь тесного коэффициента корреляции не образовали шкалы убеждения в справедливости, контроля и удачи. Только одна корреляция выявлена между убеждением в собственной ценности (образ Я) и показателем страха спорить с преподавателем ($r_{xy} = 0,33$; $p < 0,05$). Дело обстоит так, как если бы третьекурсники

были склонны уходить от таких споров, опасаясь снижения самооценки и самоуважения. Убеждение в доброжелательности окружающих страхует третьекурсников от страха передачи ($r_{xy} = -0,39$; $p < 0,05$), но в то же время сопряжено с повышенной вероятностью страха оказаться не допущенным к зачету, экзамену ($r_{xy} = 0,32$; $p < 0,05$) и страха будущего ($r_{xy} = 0,44$; $p < 0,01$).

Таким образом, мы зафиксировали незначительное участие сферы убеждений в регуляции студенческих страхов у третьекурсников.

У студентов выпускного, – шестого, – курса складывается противоположная ситуация. Показатели по всем пяти шкалам опросника базисных убеждений образовали 27 статистически значимых коэффициентов корреляции, среди которых – 22 отрицательных и только 5 – положительных.

Это означает, что сфера убеждений в целом и отдельные ее компоненты, в частности, к шестому курсу превращается в фактор в основном сдерживания целого ряда студенческих страхов. Так, убеждение в доброжелательности окружающего мира отрицательно коррелирует с профессиональными страхами – неверного выбора специальности ($r_{xy} = -0,42$; $p < 0,01$) и перспективой стать плохим специалистом ($r_{xy} = -0,37$; $p < 0,05$). Это же убеждение оказалось важным для сдерживания социальных страхов студентов – стоять перед аудиторией ($r_{xy} = -0,36$; $p < 0,05$) и конфликта ($r_{xy} = -0,37$; $p < 0,05$). Убежденные в доброжелательности окружающих студенты меньше других боятся быть не допущенными в экзамену, зачету ($r_{xy} = -0,37$; $p < 0,05$) и подготовленности хуже всех ($r_{xy} = -0,40$; $p < 0,01$).

Существенной оказалась роль базисного убеждения в удаче. Шестекурсники, имеющие такое убеждение, сообщали об отсутствии (или весьма малой частоте и интенсивности) страха ответственности ($r_{xy} = -0,39$; $p < 0,01$), страха быть выгнанным из аудитории ($r_{xy} = -0,40$; $p < 0,01$), страха получить замечание ($r_{xy} = -0,33$; $p < 0,05$), а также ряда профессиональных страхов – стать плохим специалистом ($r_{xy} = -0,31$; $p < 0,05$), не реализовать свои способности ($r_{xy} = -0,32$; $p < 0,05$),

а также страха работы над будущим дипломным проектом ($r_{xy} = -0,39$; $p < 0,01$).

Шестикурсники, убежденные в ценности собственного Я, не боятся конфликта ($r_{xy} = -0,50$; $p < 0,01$). Их не пугает ответственность ($r_{xy} = -0,36$; $p < 0,05$), перспектива опоздать на пару ($r_{xy} = -0,43$; $p < 0,01$) и оказаться подготовленным хуже всех ($r_{xy} = -0,39$; $p < 0,01$).

Несколько менее заметной оказалась сдерживающая роль двух оставшихся видов базисных убеждений. Так, убеждение в справедливости окружающего мира отрицательно коррелирует с интенсивностью и частотой страха стать плохим специалистом ($r_{xy} = -0,32$; $p < 0,05$), страха спорить с преподавателем ($r_{xy} = -0,39$; $p < 0,01$), страха критики в свой адрес ($r_{xy} = -0,31$; $p < 0,05$). Убеждение о контроле страхует шестикурсников от излишнего переживания страха экзамена ($r_{xy} = -0,36$; $p < 0,01$), страха ответственности ($r_{xy} = -0,38$; $p < 0,05$) и страха будущего ($r_{xy} = -0,39$; $p < 0,01$).

Тем не менее, в некоторых случаях базисные убеждения, по-видимому, предрасполагают шестикурсников к более выраженному переживанию некоторых студенческих страхов. Так, убеждение в доброжелательности окружающих положительно связано со страхом заболеть и много пропустить ($r_{xy} = 0,35$; $p < 0,05$). Шестикурсники, убежденные в справедливости окружающего мира, больше других боятся опоздать на пару ($r_{xy} = 0,32$; $p < 0,05$). Убежденные в ценности и значимости собственного Я опасаются, что не поймут научную информацию ($r_{xy} = 0,36$; $p < 0,05$); их же отличает повышенное беспокойство в связи с возможными дополнительными вопросами преподавателя ($r_{xy} = 0,31$; $p < 0,05$). Убеждение о контроле тесно связано с показателем страха стоять перед аудиторией ($r_{xy} = 0,31$; $p < 0,05$).

Выводы:

1. Предположение о взаимосвязи базисных убеждений с частотой и интенсивностью студенческих страхов, возникающих в процессе учебно-познавательной деятельности, подтвердилось;

2. Число отрицательных взаимосвязей между показателями выраженности базисных убеждений и показателями студенческих страхов значительно превышает число положительных; это дает основание для утверждения о преимущественно сдерживающей роли базисных убеждений, как внутреннего условия противостояния студенческим страхам; окончательная проверка этого утверждения требует, однако, использования более сложных и надежных методов математико-статистической обработки результатов, превосходящих корреляционный анализ в плане возможности трактовки результатов в категориях «причины – следствия»;

3. Сдерживающая студенческие страхи роль базисных убеждений отчетливо проявилась на студентах 1-го и особенно 6-го курсов; третькурсники не продемонстрировали указанные закономерности – число коэффициентов корреляции в их группе минимально; это позволяет уточнить сделанный выше вывод о «кризисном» характере развития личности студентов средних курсов: значимость сферы убеждений в регуляции переживания студенческих страхов на средних курсах заметно снижается;

4. В группе первокурсников наиболее заметна в плане сдерживания страхов роль убеждения в справедливости окружающего мира и убеждение в контроле; Для шестикурсников наиболее заметно в такой роли выступили базисное убеждение в доброжелательности окружающих и убеждение в удаче.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Андреева Г.М. Психология социального познания: Учеб. пособие. М.: Аспект Пресс, 2000. 288 с.
2. Бек Дж. С. Когнитивная терапия: полное руководство / пер. с англ. Е.А. Черненко. М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2006. 400 с.
3. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Собр. соч. в 6-ти томах. М.: Педагогика, 1983. Т. 3. 328 с.
4. Когнитивная психотерапия расстройств личности / Под ред. А. Бека, А. Фримена; пер. с англ. С.А. Комаров. СПб.: Питер, 2002. 544 с.
5. Кузнєцов М.А., Бабарикіна І.В. Шкільні страхи: Види, умови прояву та шляхи подолання. Х.: ХНПУ, 2012. 227 с.
6. Ольховецький С.М. Психологічні чинники та засоби подолання страхів у підлітковому та молодшому юнацькому віці: Дис. ... канд. псих. наук. К., 2007. 223 с.
7. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. 206 с.
8. Сергиенко Е.А. Раннее когнитивное развитие: Новый взгляд. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. 464 с.
9. Beder J. Loss of the assumptive world – How we deal with death and loss. Omega, 2004. Vol. 50(4). P. 255-265.
10. Janoff-Bulman R. Shattered assumptions: Toward a new psychology of trauma. N.Y.: Free Press, 1992. 289 p.

REFERENCES:

1. Andreeva G.M. Psychology of Social Cognition: Textbook. M.: Aspekt Press, 2000. P. 288.
2. Bek Dzh. S. Cognitive Therapy: a Complete Guide. M.: ООО «I.D. Vilyams», 2006. P. 400.
3. Vygotskij L.S. History of Development of Higher Mental Functions // Collected Works in 6 volumes. M.: Pedagogika, 1983. V. 3. P. 328.
4. Cognitive Therapy of Personality Disorders / Edited by A. Beck, A. Freeman; trans. from engl. S.A. Komarov. SPB.: Piter, 2002. P. 544.
5. Kuznetsov M.A., Babarikina I.V. School Fears: Types, Manifestations and Remedies. Kh.: HNPU, 2012. P. 227.
6. Olkhovetskiy S.M. Psychological Factors and Means of Overcoming Fear in Adolescence and Early Adolescence: PhD Thesis in Phycology. Science. K., 2007. P. 223.
7. Padun M.A., Kotelnikova A.V. Trauma and the Picture of the World: Theory, Empiricism, prActice. M.: Izd-vo «Institut psixologii RAN», 2012. P. 206.
8. Sergienko E.A. Early Cognitive Development: A New Look. M.: Izd-vo «Institut psixologii RAN», 2006. P. 464.
9. Beder J. Loss of the assumptive world – How we deal with death and loss. Omega, 2004. Vol. 50(4). P. 255-265.
10. Janoff-Bulman R. Shattered assumptions: Toward a new psychology of trauma. N.Y.: Free Press, 1992. P. 289.