

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»
**Взаимосвязь перфекционизма с иррациональными убеждениями у студентов
с высокой успеваемостью**

Научный руководитель – Карловская Наталья Николаевна

Колесник Марина Андреевна

Студент (бакалавр)

Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, Омск, Россия

E-mail: marishkako00@mail.ru

Одним из актуальных на сегодняшний день вопросов является проблема перфекционизма. Согласно М. Холлендеру, перфекционизм представляет собой «повседневную практику предъявления к себе требований более высокого качества выполнения деятельности, чем того требуют обстоятельства» [4, с. 158]. Жизнь в современном мире предъявляет высокие требования к личности, пропагандируется стремление к продуктивности, следование активной жизненной позиции. В связи с этим возникает вопрос, где проходит грань между рациональным стремлением к саморазвитию и иррациональным невротическим перфекционизмом. Пропаганда идеальной жизни активно распространяется в социальных сетях, частыми пользователями которых являются молодые люди. Особый интерес для исследователей представляет студенческая группа, поскольку получение образования - важный этап становления личности, одно из основных условий будущей профессиональной самореализации и социального успеха.

Нашу выборку составили высоко успевающие студенты. С одной стороны, достижение выдающихся результатов социально одобряемо и способствует успешному учебно-профессиональному росту студента. В то же время, возникает вопрос, является ли перфекционизм рациональным способом достижения социально желательных результатов или представляет собой стратегию невротической гиперкомпенсации, в основе которой лежат иррациональные убеждения? Иррациональные убеждения, с точки зрения А. Эллиса, представляют собой жесткие эмоционально-когнитивные связи, которые имеют характер предписания, требования, приказа, носят абсолютистский характер [3]. На сегодняшний день обнаружена специфичность иррациональных убеждений в связи с выбранной профессией (у студентов-медиков и студентов-педагогов обнаруживается высокий уровень долженствования в отношении себя, при этом у медиков высокий уровень в области катастрофизации) [1,2]. При этом не исследуемым остается вопрос о связи иррациональных убеждений с академической успеваемостью.

Объект исследования - перфекционизм.

Предмет исследования - иррациональные убеждения и личностные адаптации как факторы перфекционизма.

Цель исследования - изучение взаимосвязи иррациональных убеждений с выраженностью перфекционизма у студентов с высокой успеваемостью.

В исследовании приняли участие 45 учащихся ВУЗов в возрасте от 18 до 25 лет, имеющих высокие успехи в учебной деятельности (средний балл 4,5 и выше). Выборку составили 15 юношей и 30 девушек.

В психодиагностический комплекс вошли: «Опросник перфекционизма» Н. Г. Гараян и А. Б. Холмогоровой; методика А. Эллиса «Диагностика наличия и выраженности иррациональных установок».

По результатам исследования большая часть выборки (80%) обладает высоким и средним уровнем перфекционизма. При этом максимальные показатели демонстрируются по шкалам негативного селектирования и озабоченности оценками со стороны других.

Обнаружены корреляционные связи перфекционизма с иррациональными убеждениями (связи с компонентами иррациональных убеждений представлены в виде положительных корреляций, поскольку шкалы в методике Эллиса инвертированы). Наиболее выраженная положительная связь наблюдается между перфекционизмом и самооценкой и рациональностью мышления ($r = - 603$ при $p \leq 0,01$). Данные закономерности могут проявляться в дихотомическом мышлении, максимализме, сверхобобщении. В то же время, мы наблюдаем положительную связь с долженствованием в отношении себя ($r = - 392$ при $p \leq 0,01$) и с фрустрационной толерантностью ($r = - 370$ при $p \leq 0,05$). Убеждения долженствования в отношении себя свойственны перфекционистам, поскольку им близка практика предъявления к себе требований высокого порядка. Иррациональные установки фрустрационной толерантности могут быть связаны с непринятием жизненных трудностей и отклонений от желаемой человеком траектории, что так же закономерно коррелирует с перфекционистскими ценностями достижения недостижимого идеала.

Источники и литература

- 1) Быструшкина Н. Г., Титова О. А. Изучение иррациональных убеждений у студентов медицинского университета // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2021. №. 2-3 (14-15).
- 2) Ионина О. С. Изучение иррациональных установок студентов (на примере педагогического ВУЗа) // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2021 № 2 (50).
- 3) Эллис А., Макларен К. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия. Ростов н/Д, 2008.
- 4) Ясная В.А., Ениколопов С.Н. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 157–169.