

23. Решетова З.А. Формирование системного мышления в обучении/ Издательство: Юнити-Дана, 2002.
24. Философский энциклопедический словарь / Ред.-сост. Е.Ф. Губский и др. - М.: ИНФРА-М, 2012. - 570 с.: 70x100 1/16. - (Библиотека словарей "ИНФРА-М"). (переплет) ISBN 978-5-16-002594-0.
25. Цагарелли Ю.А. Системная диагностика человека. Казань, 2002. 156 с.

УДК 378.096:378.048.45

Н.Е. Жданова

ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет», Екатеринбург
N.E. Zhdanova
Russian State Vocational Pedagogical University, Ekaterinburg

О.Н. Шахматова

ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет», Екатеринбург
O.N. Shkhammatova
Russian State Vocational Pedagogical University, Ekaterinburg

А.А. Шихалева

ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет», Екатеринбург
A.A. Shihaleva
Russian State Vocational Pedagogical University, Ekaterinburg

Исследование перфекционизма в аспекте выраженности самооценки и агрессии студентов техникума

The study of perfectionism in the aspect of expression of self-esteem and aggression college students

Аннотация. В статье рассматриваются результаты исследования перфекционизма во взаимосвязи с индивидуально-психологическими характеристиками самооценки личности и агрессии студентов техникума. Полученные результаты позволяют психологической

службе техникума скорректировать направления своей работы с учетом условий развития конструктивного перфекционизма.

Abstract. The article deals with the results of the study of perfectionism in relation to the individual psychological characteristics of self-esteem and aggression of College students. The results obtained allow the psychological service of the College to adjust the direction of its work taking into account the conditions of the development of constructive perfectionism.

Ключевые слова: перфекционизма, самооценка личности, агрессия, студенчество.

Keywords: perfectionism, self-esteem, aggression, students.

За последние десятилетия произошли значительные изменения в молодежной среде, а именно изменились условия взросления современной молодежи. С появлением массовых информационных технологий увеличились и возможности для самореализации. По мнению психологов, на сегодняшний день характерны нетипичные для школьников и студентов прошлых лет мотивы самоутверждения, самосовершенствования и стремления к саморазвитию.

Перфекционизм (от латинского *perfectio* – совершенство) – стремление к совершенству и тенденция устанавливать высокие личные стандарты. Представление ученых о перфекционизме можно условно разделить на несколько периодов. В начале перфекционизм рассматривался как одномерная характеристика – установление личности для себя чрезмерно высоких стандартов, и как следствие невозможность испытывать удовлетворение результатом. С позиции современных исследователей перфекционизм – многомерный психологический конструкт, имеющий взаимосвязь с психологической структурой личности, эмо-

циональной, когнитивной и поведенческой сферой [5]. Развитый перфекционизм имеет и положительные и отрицательные проявления. Стремление к успеху; постановка реалистичных целей при учете собственных ограничений, концентрация внимания на собственных ресурсах и на способах оптимального выполнения деятельности, способность испытывать глубокое удовлетворение достигнутым результатом, стремление достичь совершенства – сильные стороны. Отрицательные характеристики - страх неудачи; неспособность испытывать удовольствия от работы; неуспех может быть основан на самокритике; стремлении избежать ошибки, перманентном чувстве тревоги, стыда и вины; нереалистично высокими ожиданиями от себя, уверенности в необходимости достижения совершенства. Рассматривая проявление перфекционизма в юношеском возрасте, следует отметить, что чрезмерная значимость достижения успеха, стремления быть лучшим, которые пропагандируют СМИ, интернет и т.п., могут стать серьезными дестабилизаторами психологического здоровья [4]. При своевременном выявлении перфекционистской направленности патологических форм, заниженной или завышенной самооценки и высокого уровня агрессии, возможно предотвращение развития депрессивных состояний, социальной пассивности, а также суицидального поведения студентов [7].

Цель работы - выявление взаимосвязи компонентов перфекционизма с уровнем самооценки и агрессии личности студента.

В своем исследовании мы предположили, что имеются устойчивые взаимосвязи между компонентами перфекционизма, самооценкой личности и видами агрессии. Дополнительной гипотезой выступило предположение, что существуют различия в выраженности компонентов перфекционизма у юношей и девушек. Исследование проводилось

на базе Государственного автономного профессионального образовательного учреждения Свердловской области «Ирбитский политехникум» (ГАПОУ СО «Ирбитский политехникум»), выборка составила 72 студента, обучающихся на первом курсе, из них 32 девушки и 40 юношей в возрасте 16 – 17 лет. В ходе эмпирического исследования были использованы методы: наблюдение (как вспомогательный метод исследования), психодиагностические методы: Многомерная шкала перфекционизма» П. Л. Хьюитта и Г. Л. Флетта, адаптированная версия И.И. Грачевой [2]; методика исследования самооценки личности С.А. Будасси [1]; диагностика агрессии Опросник Басса-Дарки [3], а также методы статистической обработки результатов, а именно дескриптивный, сравнительный и корреляционный анализ. Канадские ученые П.Хьютт и Г.Флетт, разработали шкалу, которая позволяет измерить уровень перфекционизма и позволяет определить характер соотношения его составляющих. Шкала основана на допущении о многомерной структуре перфекционизма и устанавливает, как общую выраженность перфекционизма, так и степень выраженности трёх его компонентов: Я-ориентированный перфекционизм (ЯОП); объектно-ориентированный перфекционизм (ООП); социально-предписанный перфекционизм (СПП) [6].

При интерпретации результатов исследования были сформированы две подвыборки: по полу (юноши и девушки) и по уровню выраженности перфекционизма (высокий, средний, низкий). В результате описательной статистики было установлено, что у респондентов преобладает средний уровень выраженности всех компонентов перфекционизма. Скорее всего, это связано с тем, что большая часть студентов в группе не предъявляют чрезмерно высоких требований ни к себе, ни к другим, но вместе с тем и болезненно не реагируют на ошибки, приравнивая их к собственным неудачам.

Средний уровень интегрального показателя перфекционизма характерен для половины участников исследования (50% выборки). Низкий и высокий уровни выражены одинаково – по 25%. Изучение интегрального показателя перфекционизма выявило, что респонденты с средним уровнем перфекционизма более конструктивно выражают негативные эмоции, стараясь не затронуть чувств окружающих людей. Кроме того, для них является естественным демонстрация оппозиционных намерений по отношению не устраивающей их действительности. Часть студентов (22%), склонны к проявлению оппозиционной манеры поведения. Можно предположить, что они склонны к участию в демонстрациях, митингах, а также активно противостоять устоявшимся традициям, обычаям.

Средний уровень перфекционизма, ориентированного на себя, присущ 67% респондентов. Они ставят для себя явно завышенные цели, но вместе с этим предъявляют к себе требования, которые заставляют их двигаться вперед. Следует отметить, что средний уровень перфекционизма, ориентированного на себя, необходим, как своеобразная помощь личности в достижении успеха. Они могут демонстрировать оппозиционный настрой по отношению к окружающим. Для юношей и девушек с высоким уровнем перфекционизма, ориентированного на себя, в большей степени характерно проявление настороженности по отношению к другим людям. Обнаружено, что респонденты с низким уровнем я-ориентированного перфекционизма более обидчивы.

Для студентов с низким уровнем социально предписанного перфекционизма больше, чем для других, характерно проявление вербальной агрессии и негативизма в общении с людьми. Юноши и девушки с низким уровнем социально предписанного перфекционизма более раздражительны, обидчивы, зачастую могут высказываться резко в адрес

окружающих. У 25% испытуемых высокий социально-предписанный перфекционизм. Студенты предъявляют к себе завышенные требования, если они хотят быть частью значимой для них группы. 45% респондентов показали средний уровень выраженности социально-предписанного перфекционизма. Это говорит о том, что юноши и девушки готовы ставить перед собой приоритетными цели группы, но только тогда, когда эти цели совпадают с их интересами.

Выявлено, что респонденты с высоким уровнем (33%) перфекционизма, ориентированного на других, склонны к проявлению физической агрессии. Испытуемые же с низким уровнем (29%) перфекционизма, ориентированного на других, чаще способны выражать агрессивные состояния конструктивно.

Анализ результатов диагностики по методике исследования самооценки личности С.А. Будасси показал, что в общей выборке преобладает средняя адекватная самооценка (62%). Это говорит о том, что большинство студентов адекватно оценивают свои достоинства и недостатки, способны регулировать свой уровень притязаний. 24% респондентов показали адекватно высокий уровень самооценки. Это свидетельствует о том, что есть студенты, которые завышают представления о своих возможностях, что придает им излишнюю самоуверенность. Такая самооценка может иметь как положительные, так и отрицательные стороны. С положительной стороны – это уверенность в себе и своих силах. С отрицательной стороны – повышенный эгоизм, игнорирование мнения окружающих, переоценка собственных сил. В случае неудачи и неуспеха у таких людей возможен уход в депрессивное состояние.

В группе присутствуют представители с адекватно заниженной самооценкой (14%) Такие люди чаще всего обладают неуверенностью в себе и в своих силах. Они ставят перед собой более низкие цели, чем те,

которые способны достигнуть. Такая характеристика может привести к «комплексу неполноценности», изоляции и одиночеству, что может отразиться на будущем. Человек с низкой самооценкой не способен и не старается чего-то добиться в жизни. Проявление заниженной самооценки приводит к постоянному сравнению себя с другими идеальными образами, возникают трудности в общении и даже к состоянию жертвы. Причинами заниженной самооценки могут быть как негативные внешние окружающих, влиянием (оценкой) родителей.

В выборке нет респондентов, обладающих неадекватно заниженным и неадекватно высоким уровнем самооценки. Скорее всего, это связано с тем, что студенты находятся в том возрасте, когда самооценка сформирована и, юноши и девушки могут реально оценивать свои возможности.

При изучении показателей агрессивности было выявлено, что 22% испытуемых склонны к проявлению физического насилия. Скорее всего, это связано с возрастными особенностями выборки. Представители юношеского возраста еще не научились справляться с проблемами конструктивными способами. Обнаружено, что большинство респондентов считают нормальным проявление вербальной агрессии. Для них естественно выражение негативных эмоций через угрозы, нелицеприятные выражения в адрес другого человека. На среднем уровне выраженности находится показатель подозрительности. В средствах массовой информации пропагандируется проявление осторожности и настороженности к другим людям, так как велико количество обманов.

В результате сравнительного анализа гипотеза о том, что существуют различия в компонентах перфекционизма у юношей и девушек не нашла своего подтверждения. Сравнительный анализ выявил значи-

мые различия в уровне самооценки и проявлениях агрессивности у респондентов с разным уровнем выраженности компонентов перфекционизма.

В подвыборке респондентов с умеренным уровнем перфекционизма наблюдаются положительные взаимосвязи между шкалой перфекционизма «Я-ориентированный перфекционизм» и такими состояниями агрессии, как раздражение, вербальная агрессия, подозрительность, негативизм, индекс агрессивности. Чем больше требований отвечающие предъявляют к собственной личности, тем чаще они демонстрируют в поведении раздражение в адрес других людей, а также проявляют свои негативные чувства с помощью крика и агрессивных злых слов. Кроме того, возрастающие необъективные требования к себе увеличивают у респондентов подозрительность и негативизм в отношении окружения. Скорее всего, это связано с нереализованностью личности и вымещении на окружающих людях своих неудач.

Выявлены отрицательные высокосignимые взаимосвязи:

между шкалой «Я-ориентированный перфекционизм» и таким состоянием агрессии, как обида. Для таких людей важно выполнение собственного жизненного плана, а не ориентирование на чувства и поступки окружающих;

между шкалой «Перфекционизм, ориентированный на других» и таким состоянием агрессии, как негативизм;

между шкалой «Социально-предписанный перфекционизм» и такими состояниями агрессии, как вербальная агрессия, негативизм, индекс агрессивности. Респонденты, которые понимают, что какую пользу они могут принести значимой группе, но не ставят задачи группы задачами первого порядка для себя, будут проявлять меньше негативных эмоций в адрес ее участников, а также не будут стремиться поменять

устой и обычаи, которые были приняты до них.

Гипотеза о взаимосвязи между компонентами перфекционизма самооценкой личности и видами агрессии подтвердилась частично.

Так как педагоги Ирбитского политехникума обеспокоены проявлением таких качеств личности у студентов, как заикленность на дисциплинированности; убежденность в предвзятом отношении со стороны значимых людей и недоверие к качеству выполненных заданий; предъявление к себе высоких требований и уверенность в необходимости постановки труднодостижимых целей со стороны педагогов.

На основе результатов исследования была разработана психолого-педагогическая программа формирования конструктивного перфекционизма. Первая часть программы направлена на развитие рефлексии, осознание эмоций и их дифференцирование в общей гамме чувств, формирование способности фиксировать внимание на позитивных сторонах жизни, развитие способности получать удовольствие от процесса деятельности, а также развитие умения управлять своими эмоциональными состояниями. Вторая часть формирует нравственные и социальные установки, которые способствуют реалистичному восприятию, пониманию и оценке себя и окружающих людей.

Разработка психолого-педагогической концепции формирования конструктивного перфекционизма поможет решить важные проблемы психологической практики. Реализация программы обеспечит психологическое благополучие студентов в процессе учебно-профессиональной деятельности.

Список литературы:

1. Глуханюк Н.С. Практикум по общей психологии: Учеб.пособие /

- Н.С. Глуханюк, Е.В. Дьяченко, С.Л. Семенова. 3-е изд. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006. 224 с. – (Серия «Библиотека психолога»).
2. Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта. Психологический журнал, No.006 Vol.27, 2006, С. 73-81.
 3. Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И.Б. Дерманова. СПб., 2002. С.80–84.
 4. Золотарева А.А. Перфекционизм в структуре саморегуляции личности // Психология и Психотехника. № 3. 2012. С. 58–68.
 5. Козлова А.И. Самосознание личности при различных типах перфекционизма //Актуальные проблемы права, экономики и управления. 2015. № 11. С. 243 –244.
 6. Наследов А.Д., Киселева Л.Б. / Адаптация «Опросника перфекционизма» для диагностики перфекционистских установок студентов первого курса технических вузов // Вестник СПбГУ. Сер. 16. Психология. Педагогика. 2016. Вып. 3. С. 44–64.
 7. Саттарова Р.М. Перфекционизм как психологическая проблема студентов// ООО "Консалтинговая компания Юком" Тамбов. Сб.научн.тр. по мат. межд.научн. практ. конф. 2017. С.79–81.