

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ ОПТИМИЗАЦИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

---

## ПСИХОЛОГИЯ

### ПЕРФЕКЦИОНИЗМ КАК ФАКТОР РИСКА ДЕПРЕССИВНЫХ РЕАКЦИЙ В ВОЗРАСТЕ РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

*Асютина М.А.,*

*студентка 3 курса Курского государственного медицинского университета,  
г. Курск, Российская Федерация*

Научный руководитель – Сурьянинова Т.И., канд. психол. наук, доцент

Актуальность исследования обусловлена ростом распространенности депрессивных реакций среди молодежи раннего взрослого возраста и необходимостью выявления психологических факторов, способствующих их формированию. Период ранней взрослости связан с повышенными требованиями к самоопределению, профессиональной реализации и социальной успешности, что усиливает эмоциональную нагрузку.

В условиях социальной конкуренции у молодых людей нередко формируются завышенные требования к себе, стремление к безошибочности и страх ошибок, что проявляется в перфекционистских тенденциях. Перфекционизм может иметь как адаптивный, так и дезадаптивный характер. Патологические формы перфекционизма сопровождаются выраженной самокритичностью, зависимостью самооценки от достижений и повышенной чувствительностью к неудачам.

Исследования показывают, что данные особенности способствуют формированию эмоционального напряжения, повышенной тревожности и снижению субъективного благополучия, что может приводить к усилению депрессивных реакций. В связи с этим актуальным является изучение взаимосвязи перфекционизма, тревожности и депрессивных реакций у молодежи.

Цель: определить взаимосвязь перфекционизма и депрессивных реакций, с учётом уровня тревожности, у молодежи раннего взрослого возраста.

**Материал и методы.** Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России. В выборку вошли 52 студента 2 курса лечебного факультета в возрасте 18–20 лет. По результатам диагностики: 20 человек имели выраженный патологический перфекционизм, 32 человека — нормальный перфекционизм.

Каждый участник проходил обследование индивидуально. Обработка данных проводилась с использованием статистического пакета STATISTICA 8.0. Объект исследования перфекционизм.

Предмет исследования взаимосвязь перфекционизма с депрессивными реакциями у молодежи раннего взрослого возраста с учетом уровня тревожности. Зависимые переменные: тревожность; депрессивные реакции; перфекционизм Группирующая переменная преобладающая форма перфекционизма.

*Методы исследования:*

1. Краткий дифференциальный тест перфекционизма (А.А. Золотарева).
2. Методика оценки тревожности Спилбергера–Ю. Л. Ханина.
3. Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)

**Результаты и их обсуждение.** Полученные результаты подтвердили наличие взаимосвязи между формами перфекционизма, уровнем личностной тревожности и выраженностью депрессивных реакций.

Было установлено, что патологический перфекционизм связан с более высоким уровнем тревожности и депрессивных реакций, тогда как нормальный перфекционизм сопровождается более благоприятным эмоциональным фоном.

Сравнительный анализ показал, что у лиц с патологической формой перфекционизма показатели тревожности и депрессивных реакций статистически значимо выше, чем у лиц с нормальным перфекционизмом.

Корреляционный анализ выявил, что уровень личностной тревожности тесно связан как с формами перфекционизма, так и с депрессивными реакциями. Повышенная тревожность усиливает влияние патологического перфекционизма на эмоциональное состояние личности.

**Заключение.** Проведенное исследование показало, что эмоциональное состояние молодежи раннего взрослого возраста во многом определяется характером перфекционистских установок и уровнем личностной тревожности.

Патологический перфекционизм в сочетании с высокой тревожностью повышает риск формирования депрессивных реакций, тогда как нормальный перфекционизм способствует большей эмоциональной устойчивости.

На основе полученных результатов была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на: снижение уровня личностной тревожности, формирование адаптивных перфекционистских установок, профилактику депрессивных реакций у молодежи.

Результаты исследования могут быть использованы в психологическом консультировании и профилактической работе со студентами.

1 Андрусенко Д. А., Гаранян Н. Г., Хломов И. Д. Перфекционизм как фактор студенческой деадаптации / Д. А. Андрусенко, Н. Г. Гаранян, И. Д. Хломов // Психологическая наука и образование. – 2009. – №1. – С. 72–81.

2 Астапова В. М. Тревога и тревожность: Хрестоматия / В. М. Астапова. – М.: ПЭР СЭ, 2017. – 240 с.

3 Дикарева Ю. Н. К вопросу о проблеме перфекционизма в психологии / Ю. Н. Дикарева // Шаг в науку. – 2016. – №1. – С. 1–10.

4 Корчагин В. М. Перфекционизм как научная проблема современной психологии: научный разбор / В. М. Корчагин // Самарский юридический институт ФСИИ России. – 2011.

5 Прихожан А. М. Формы и маски тревожности, влияние тревожности на деятельность и развитие личности / А. М. Прихожан // Тревога и тревожность. – СПб: ПЭР СЭ, 2001. – 134 с.

6 Юдеева Т. Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств / Т. Ю. Юдеева. – М., 2017.

## **РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ КАК УСЛОВИЕ ГАРМОНИЗАЦИИ ОТНОШЕНИЙ В СИСТЕМЕ «УЧЕНИК–УЧЕНИК»**

***Афанасьева К.Р.,***

*студентка 3 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

Научный руководитель – Михайлова Е.Л., канд. пед. наук, доцент

Современная образовательная среда ориентирована не только на формирование учебных знаний и навыков, но и на развитие личностных качеств учащихся, обеспечивающих их успешную социализацию. В младшем подростковом возрасте (11–13 лет) общение со сверстниками приобретает ведущий характер и становится центральным фактором психологического развития [1, с. 245]. Именно в этот период формируются основы межличностного взаимодействия, самооценка и представления о собственном месте в группе.

Вместе с тем школьная практика демонстрирует рост конфликтных ситуаций, эмоциональной отчужденности и трудностей в коммуникации между подростками [2]. Одним из значимых факторов, определяющих характер межличностных отношений, выступает уровень развития эмпатии. Под эмпатией понимается способность человека распознавать эмоциональные состояния других людей, понимать причины их переживаний и эмоционально откликаться на них [3, с. 417]. Данное качество рассматривается как важнейший компонент эмоционального интеллекта и как ресурс предупреждения агрессивных и деструктивных форм поведения.