

## **ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ В ПРЕДЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ ПЕРИОД**

*Работа представлена кафедрой клинической психологии и психотерапии МГППУ.  
Научный руководитель – кандидат психологических наук, профессор Н. Г. Гаранян*

**В последние 15 лет интенсивно проводятся исследования, посвященные таким личностным факторам эмоциональной дезадаптации, как перфекционизм и враждебность. Было проведено исследование, в котором приняли участие студенты первых курсов вузов накануне первой сессии. Предварительные данные свидетельствуют о высоком уровне эмоциональной дезадаптации студентов и ее связи с данными личностными факторами.**

**The past 15 years have witnessed numerous studies of personal factors of emotional disadaptation such as perfectionism and animosity. There was a study involving first-year university students before their first mid-year examination. Preliminary results show significant emotional disadaptation due to the above mentioned personal factors.**

Обучение в вузе совпадает с возрастом высокого риска психической патологии<sup>1</sup>. Жизненный стресс в виде начала обучения в вузе часто является причиной эмоциональных расстройств, и даже суицидальных попыток<sup>2</sup>.

Некоторые зарубежные авторы считают, что высокий уровень перфекционизма (чрезмерно высокие требования к собственной личности и результатам своей деятельности<sup>3</sup>) у студентов ведет к возникновению конкурентных отношений,

социальной изоляции и дефициту поддержки<sup>4</sup>, что приводит к постоянному напряжению, депрессии<sup>5</sup> и даже суицидальным намерениям<sup>6</sup>.

Мало изучен вопрос связи перфекционизма и стресса. Каннер с соавторами<sup>7</sup> предположили, что влияние стресса зависит от субъективного оценивания стрессогенного события. Между перфекционизмом и стрессом можно предположить наличие двойной взаимосвязи. С одной стороны, перфекционистские установки могут увеличивать частоту и интенсивность стрессогенных ситуаций. С другой стороны, дезадаптивные поведенческие стратегии могут затруднять переработку стресса.

Другим наиболее дискутируемым личностным фактором эмоциональной дезадаптации является враждебность – склонность наделять социальные объекты негативными качествами. В исследованиях Холмогоровой и Гаранян<sup>8</sup> были установлены высокие показатели враждебности в группе больных разными формами депрессий.

Задачи исследования:

- провести сравнительное исследование показателей депрессии, тревоги и повседневного стресса у студентов с различным уровнем враждебности;
- провести сравнительное исследование показателей депрессии, тревоги и повседневного стресса у студентов с различным уровнем перфекционизма.

*Характеристика выборок.* Для реализации поставленных задач анонимно были обследованы две группы студентов первых курсов технического вуза (100 человека) и гуманитарного вуза (45 человек) Москвы накануне первой сессии.

По полу испытуемые распределялись следующим образом: 76 женщин и 69 мужчин. Возраст испытуемых от 15 до 21 года, средний – 17 лет.

*Инструменты.* Для определения уровня тревоги и депрессии были использованы Шкала тревоги Бэка и Шкала депрессии Бэка<sup>9</sup>.

Для тестирования уровня повседневного стресса – Опросник недавних жизненных событий у студентов. Оригинальный вариант опросника предполагает подсчет только общего балла. Однако мы также подсчитывали показатели академического и интерперсонального стресса<sup>10</sup>.

Для определения уровня перфекционизма – Опросник Перфекционизма (Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова). Опросник был валидизирован в лаборатории клинической психологии и психотерапии Московского НИИ психиатрии.

Для тестирования уровня враждебности – Проективный тест враждебности А. Б. Холмогоровой и Н. Г. Гаранян, который также разработан в лаборатории клинической психологии и психотерапии НИИ Психиатрии МЗ РФ.

*Результаты исследования.* Мы провели сравнительное исследование показателей депрессии, тревоги и стресса у студентов с различным уровнем перфекционизма. Методом процентиля мы разделили группу испытуемых на три – с низким, средним и высоким уровнями. В табл. 1 представлены результаты сравнения испытуемых с различным уровнем перфекционизма по показателям депрессии и тревоги.

Как видно из табл. 1, испытуемые с низким уровнем перфекционизма максимально эмоционально благополучны. В группе испытуемых с высоким уровнем перфекционизма резко возрастает число испытуемых с высокими показателями депрессии. Уровень тревоги также значимо выше в группе с высоким уровнем перфекционизма, в отличие от группы с низким уровнем.

Особое внимание в нашем исследовании было уделено суицидальным мыслям и намерениям студентов с различным уровнем перфекционизма. Результат представлены в табл. 2.

Данные, представленные в таблице, свидетельствуют о том, что уровень суицидальной готовности в группе с высоким показателем перфекционизма значимо выше, чем в группах с низким уровнем.

Таблица 1

Показатели депрессии и тревоги у испытуемых с различным уровнем перфекционизма

Группы		Низкий уровень (N = 42)	Средний уровень (N = 44)	Высокий уровень (N = 49)
Параметры				
Уровень депрессии	Нет	93%	73%	55%
	Легкая	7%	17%	18%
	Умеренная	0	7%	16%
	Тяжелая	0	3%	11%
Mean		5,98	9,4 (a)	13,55 (c, b)
SD		4,64	7,93	10,8
Уровень тревоги	Нет	42%	33%	24%
	Легкая	35%	24%	26%
	Средняя	15%	25%	30%
	Высокая	8%	18%	20%
Mean		5,5	9,73	11,25 (b)
SD		6,91	9,57	10,72

Примечания: Mean – среднее значение; SD – стандартное отклонение; a – различия между испытуемыми с низким и средним уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни; b – различия между испытуемыми с низким и высоким уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни; c – различия между испытуемыми с средним и высоким уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни.

Таблица 2

Показатели частоты встречаемости суицидальных мыслей у испытуемых с различным уровнем перфекционизма

Группы		Низкий уровень (N = 42)	Средний уровень (N = 44)	Высокий уровень (N = 49)
Параметры				
Кол-во положит. ответов по шкале суицид.		10%	23%	43%
Mean		0,14	0,29	0,5 (b)
SD		0,52	0,6	0,66

Примечания: Mean – среднее значение; SD – стандартное отклонение; b – различия между испытуемыми с низким и высоким уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни.

Было также проведено сравнительное исследование интерперсонального и академического повседневного стресса у

студентов с различным уровнем перфекционизма. Результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3

Показатель повседневного стресса у испытуемых с различным уровнем перфекционизма

Группы	Низкий уровень перфекционизма (N = 42)		Средний уровень перфекционизма (N = 44)		Высокий уровень перфекционизма (N = 49)	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Уровень стресса						
Показатель общего стресса	68,6	17,31	76,71 (a)	17,83	92,83 (c)	21,48
Интерперсональный стресс	34,28	10,2	38,02	11,3	46,1 (c, b)	12,73
Академический стресс	24,18	5,76	27,71 (a)	7,56	32,78 (c, b)	10,1

Примечания: Mean – среднее значение; SD – стандартное отклонение; a – различия между испытуемыми с низким и средним уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни; b – различия между испытуемыми с низким и высоким уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни; c – различия между испытуемыми с средним и высоким уровнями перфекционизма статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни.

Как видно из таблицы, в целом показатели повседневного стресса достаточно высоки у испытуемых во всех группах. Максимального уровня они достигают в группе испытуемых с высоким уровнем перфекционизма.

Мы провели сравнительное исследование показателей депрессии, тревоги и стресса у студентов с различным уровнем враждебности. Методом процентиля мы разделили

группу испытуемых на три подгруппы – с низким, средним и высоким уровнями. Результаты представлены в табл. 4, 5 и 6.

Полученные данные говорят о том, что уровень тревоги в группе с высоким показателем враждебности значимо выше, чем в группе с низким и средним. Уровень депрессии в группе с высоким уровнем враждебности выше, однако не достигает статистической значимости.

Таблица 4

Показатели депрессии и тревоги у испытуемых с различным уровнем враждебности

Группы		Низкий уровень враждебности (N = 37)	Средний уровень враждебности (N = 33)	Высокий уровень враждебности (N = 44)
Параметры				
Уровень депрессии	Нет	72%	76%	59%
	Легкая	11%	10%	20%
	Умеренная	11%	7%	13%
	Тяжелая	6%	7%	8%
Mean		8,52	8,78	10,95
SD		7,96	8,23	8,61
Уровень тревоги	Нет	22%	18%	14%
	Легкая	44%	42%	21%
	Средняя	17%	28%	39%
	Высокая	17%	12%	26%
Mean		6,81	7,94	11,23 (b, c)
SD		9,06	7,45	9,09

Примечания: Mean – среднее значение; SD – стандартное отклонение; b – различия между испытуемыми с низким и высоким уровнями враждебности статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни; c – различия между испытуемыми со средним и высоким уровнями враждебности статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни.

Таблица 5

Показатели частоты встречаемости суицидальных мыслей у испытуемых с различным уровнем враждебности

Группы		Низкий уровень враждебности (N = 37)	Средний уровень враждебности (N = 33)	Высокий уровень враждебности (N = 44)
Параметры				
Кол-во положит. ответов по шкале суицид.		10%	24%	34%
Mean		0,15	0,30	0,42 (b)
SD		0,44	0,59	0,61

Примечания: Mean – среднее значение; SD – стандартное отклонение; b – различия между испытуемыми с низким и высоким уровнями враждебности статистически достоверны ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ) критерий Манна-Уитни.

Таблица 6

Показатели повседневного стресса у испытуемых с различным уровнем враждебности

Группы		Низкий уровень враждебности (N = 37)		Средний уровень враждебности (N = 33)		Высокий уровень враждебности (N = 44)	
Параметры							
Уровень стресса		Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Показатель общего стресса		76,11	19,5	80,75	22,64	84,66	22,3
Интерперсональный стресс		37,72	11,81	39,7	12,56	40,95	11,62
Академический стресс		26,9	6,6	28,81	9,68	31	10,16

Примечания: Mean – среднее значение; SD – стандартное отклонение.

Также особое внимание мы уделили исследованию частоты суицидальных мыслей и желаний в разных группах испытуемых.

Статистический анализ результатов встречаемости суицидальных мыслей показал, что уровень суицидальной готовности в группе с высоким показателем враждебности значимо выше, чем в группе с низким уровнем.

Было проведено сравнительное исследование интерперсонального и академического повседневного стресса у студентов с различным уровнем враждебности.

Как видно из табл. 6, в целом показатели повседневного стресса достаточно высоки у испытуемых во всех группах. Максимального уровня они достигают в группе испытуемых с высоким уровнем враждебности.

*Обсуждение результатов.* Сравнение показателей эмоционального неблагополучия в группах с различным уровнем перфекционизма показало, что в группе студентов с высоким уровнем перфекционизма показатели депрессии, тревоги и повседневного стресса превышают таковые в группах со средним и низким уровнями перфекционизма. Полученные данные согласуются с результатами зарубежных исследований.

Студенты, следующие чрезмерно высоким стандартам деятельности в сочетании с запретом на ошибку и черно-белой оцен-

кой результатов, воспринимающие других людей как чрезмерно требовательных, в ситуации обучения на первом курсе вуза испытывают сильный повседневный стресс, так как любая даже незначительная ошибка интерпретируется как полный крах. Невозможность справиться с таким постоянным напряжением и высоким уровнем стресса ведет к возникновению эмоциональной дезадаптации в виде тревоги и депрессии.

Данные, полученные в исследовании, свидетельствуют о возрастании уровня эмоционального неблагополучия и стресса у студентов при возрастании показателей враждебности. Полученные результаты согласуются с данными зарубежных исследований<sup>11</sup>.

Таким образом, можно сделать общий вывод о связи эмоционального неблагополучия с такими личностными факторами, как перфекционизм и враждебность.

Перспектива дальнейших исследований связана с уточнением связи различных факторов враждебности и параметров перфекционизма с депрессией, тревогой и стрессом. Проверка гипотезы о наличии причинно-следственных связей между уровнем перфекционизма и враждебности и эмоциональной дезадаптации требует также, на наш взгляд, более сложного математического анализа.

### ПРИМЕЧАНИЯ

<sup>1</sup>Красик Е. Д., Положий Б. С., Крюков Е. А. Нервно-психические заболевания у студентов. Томск. 1982.

<sup>2</sup>Войцех В., Семикин Г. Симпозиум «Российская молодежь: В будущее – без риска» – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fzr.ru/231.htm> на 21 июня 2006; Перре М., Бауман У. Клиническая психология СПб.: Питер, 2002.

<sup>3</sup>Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Многофакторная модель депрессивных, тревожных и соматоформных расстройств как основа их интегративной психотерапии // Социальная и клиническая психиатрия. 1998.

<sup>4</sup>Flett G. L., Hewitt P. L., DeRosa T. Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills // Personality and Individual Differences. 1996. N 20. P. 143–150.

<sup>5</sup>Flett G. L., Hewitt P. L., Blankstein K. R., Koledin S. Dimensions of perfectionism and irrational thinking // Journal of Rational-Emotive and Cognitive Behavior Therapy. 1991. N 9(3). P. 185–201.

<sup>6</sup>Hamilton T. K., Schweitzer R. D. The cost of being perfect: perfectionism and suicide ideation in university students // Australian and New Zealand Journal of Psychiatry. 2000. N 34. P. 829–835.

<sup>7</sup>Kanner A. D., Coyne J. C., Schaefer C., Lazarus R. S. Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events // Journal of Behavioral Medicine. 1981. N 4. P. 1–39.

<sup>8</sup> *Гаранян Н. Г., Холмогорова А. Б., Юдеева Т. Ю.* Враждебность как личностный фактор депрессии и тревоги // Психология: современные направления междисциплинарных исследований. Материалы научной конференции, посвященной памяти члена-корр. РАН А. В. Брушлинского, 8 сентября 2002 г. / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. М.: Изд-во Института психологии РАН, 2003. С. 100–114.

<sup>9</sup> *Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. М., 2001.

<sup>10</sup> *Kohn P. M., Lafreniere K. D., Gurevich M.* The Inventory of College Students' Recent Life Experiences: A decontaminated hassles scale for a special population // *Journal of Behavioral Medicine*. 1990. N 13. P. 619–630.

<sup>11</sup> *Ениколопов С. Н., Садовская А. В.* Враждебность и проблема здоровья человека // *Журнал неврологии и психиатрии*. 2000. № 7. С. 59–64.