

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

на тему:

«Перфекционизм и толерантность к неопределенности как предикторы стратегий совладающего поведения у студентов в период первой экзаменационной сессии»

Выполнила: ст. гр. ОАБ-37.03.01-44
Корепанова О.А.

Научный руководитель: ст. преподаватель
кафедры социальной психологии и
конфликтологии
Леонова И.Ю.

- **Цель исследования:** выявить предикторы стратегий совладающего поведения у студентов в период первой экзаменационной сессии.
- **Объект исследования:** стратегии совладающего поведения.
- **Предмет исследования:** перфекционизм и толерантность неопределенности как предикторы стратегий совладающего поведения у студентов в период первой экзаменационной сессии.

- **Теоретические задачи:**

1. Провести анализ основных отечественных и зарубежных теоретических концепций совладающего поведения. Описать способы совладания с трудными жизненными ситуациями в юношеском возрасте.
2. Обобщить исследования по изучению личностных особенностей участвующих в регуляции совладания с трудностями во время первой экзаменационной сессии. Описать особенности перфекционизма и толерантности к неопределенности в юношеском возрасте.

- **Эмпирические задачи:**

1. Выявить различия в выраженности перфекционизма и толерантности к неопределенности у юношей и девушек.
2. Выявить различия в способах совладания с первой экзаменационной сессией у юношей и девушек.
3. Выявить компоненты, объясняющие совместную изменчивость проявления перфекционизма.
4. Выявить особенности проявления компонентов перфекционизма личности в зависимости от пола.
5. Выявить взаимосвязь компонентов перфекционизма, толерантности к неопределенности и стратегий совладания у студентов.
6. Построить регрессионные модели между компонентами перфекционизма, толерантностью к неопределенности и копинг-стратегиями в период первой экзаменационной сессии у студентов.

- В качестве **гипотезы** исследования выступило предположение о том, что перфекционизм и толерантность к неопределенности являются предикторами стратегий совладающего поведения у студентов в период первой экзаменационной сессии, а именно,
- чем выше конструктивный перфекционизм и толерантность к неопределенности, тем более предпочитаемой стратегией совладания у студентов будет «планомерное решение проблемы»;
- чем выше деструктивный перфекционизм, тем более предпочитаемыми стратегиями совладания выступят «самообвинение» и «фантазирование и надежда на внешние силы».

- **Теоретико-методологическая основа исследования:**
- совладающего поведения: интегративный подход – Моос, Шефер; типологический подход – Р. Лазарус, С. Фолкман;
- перфекционизма: Д. Хомачек, Р. Фрост, М.Н. Холендер, А. А. Золотарева, А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян;
- толерантности к неопределенности: И. Френкель-Брунsvик, Д. МакЛейн, Е.Г. Луковицкая.

- **Выборка исследования:** в исследовании приняли участие 119 студентов-первокурсников Удмуртского государственного университета (40 юношей и 79 девушек). Все респонденты – студенты очной формы обучения. Возраст испытуемых – от 17 до 22 лет ($M = 19,5$).

Для решения задач исследования были использованы следующие **методы исследования:**

1. Теоретические – обзор, анализ и обобщение информации, содержащейся в литературных источниках по теме исследования.
2. Организационный – сравнительный.
3. Эмпирический – психодиагностический.

Методики исследования:

- «Опросник способов копинга» (Ways of Coping Questionnaire, WCQ) Р. Лазаруса, С. Фолкмана в адаптации Е. В. Битюцкой;
 - «Опросник толерантности к неопределенности» (MSTAT-I) Д. МакЛейна в адаптации Е. Г. Луковицкой;
 - «Краткий дифференциальный тест перфекционизма» (КДТП) А. А. Золотаревой;
 - «Опросник перфекционизма» Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогоровой в адаптации А. Д. Наследова, Л. Б. Киселевой.
4. Метод статистической обработки данных: количественные методы (методы описательной статистики (метод оценки показателей асимметрии и эксцесса, W-критерий Шапиро-Уилка), U-критерий Манна-Уитни, t-критерий Стьюдента, метод главных компонент, корреляционный анализ, множественный линейный регрессионный анализ) и качественная обработка данных.
 5. Структурный метод интерпретации данных.
- Результаты исследования обрабатывались с помощью программы SPSS Statistics23.

Таблица 1 – Результаты сравнения группы юношей и девушек по показателям *перфекционизма* и *толерантности к неопределенности*

№	Название параметра	Медиана (Md)		U	z	p	r
		Юноши (n=40)	Девушки (n=79)				
1	Критическое отношение к себе и сомнения в собственных силах	12,5	17	1108,5	-2,656	0,008	-0,24

№	Название параметра	Медиана (Md)		U	z	p	r
		Юноши (n=40)	Девушки (n=79)				
1	Толерантность к неопределенности	8	-1	1260,5	-1,798	0,072	-0,16

Таблица 2 – Результаты сравнения группы юношей и девушек по показателям *стратегий совладающего поведения*

№	Название параметра	Медиана (Md)		U	z	p	r
		Юноши (n=40)	Девушки (n=79)				
1	Противостояние	9	7	901,0	-3,861	0,000	-0,35
2	Дистанцирование	5	3	985,0	-3,376	0,001	-0,31

Таблица 3 – Матрица перевернутых компонентов

Название переменных	Компонент	
	1	2
Критическое отношение к себе и сомнения в собственных силах	0,877	
Постоянное сравнение себя с другими при ориентации на самых успешных	0,867	
Патологический перфекционизм	0,838	
Высокие стандарты и притязания		0,895
Нормальный перфекционизм	-0,415	0,754

Таблица 4 – Результаты сравнения группы юношей и девушек по *компонентам перфекционизма*

Параметр	Группа				95% CI для разност и средни х	T	df	p	η^2
	Группа юношей (n = 40)		Группа девушек (n = 79)						
	Средн знач (M)	Станд откл. (SD)	Средн знач (M)	Станд откл. (SD)					
Деструктивный перфекционизм	-0,231	1,042	0,117	0,964	-0,033; 0,728	1,808	117	0,073	0,03
Конструктивный перфекционизм	0,054	1,088	-0,027	0,959	-0,466; 0,305	-0,415	117	0,679	0,001

Таблица 5 – Оценка взаимосвязи *компонентов перфекционизма и стратегий совладания* в группах юношей и девушек

Показатель	Деструктивный перфекционизм		Конструктивный перфекционизм	
	г	р	г	р
Планомерное решение проблемы	-0,191*	0,038	0,632**	0,000
Обращение за поддержкой к социальному окружению	-0,067	0,471	0,303**	0,001
Позитивная переоценка	-0,224*	0,014	0,576**	0,000
Противостояние	-0,105	0,254	0,325**	0,000
Самоконтроль	0,100	0,278	0,031	0,741
Самообвинение	0,348**	0,000	0,114	0,219
Фантазирование и надежда на внешние силы	0,420**	0,000	-0,043	0,646
Дистанцирование	0,013	0,891	0,134	0,147
Уход, избегание	0,060	0,514	0,052	0,576

Таблица 6 – Оценка взаимосвязи *компонентов перфекционизма и толерантности к неопределенности* в группах юношей и девушек

Показатель	Толерантность к неопределенности	
	r	p
Планомерное решение проблемы	0,397**	0,000
Обращение за поддержкой к социальному окружению	0,071	0,442
Позитивная переоценка	0,502**	0,000
Противостояние	0,200*	0,029
Самоконтроль	-0,017	0,858
Самообвинение	-0,126	0,173
Фантазирование и надежда на внешние силы	-0,419**	0,000
Дистанцирование	0,201*	0,029
Уход, избегание	-0,011	0,906

Таблица 7 – Результаты множественного регрессионного анализа для прогноза стратегии совладающего поведения *планомерное решение проблемы* на основе *конструктивного и деструктивного перфекционизма*

Переменная	B	SEB	β	t	p
Конструктивный перфекционизм	1,949	0,215	0,632	9,071	< 0,001
Деструктивный перфекционизм	-0,587	0.215	-0,191	-2,733	0,007
Константа	10,647	0,214	–	49,755	< 0,001

Зависимая переменная: *планомерное решение проблемы*

Примечание: $R^2 = 0,436$; $F(2,116) = 44,88$; $p < 0,001$

$$\text{Планомерное решение проблемы}_{\text{прогноз}} = 10,647 + 1,949^*(\text{конструктивный перфекционизм}) - 0,548^*(\text{деструктивный перфекционизм})$$

Таблица 8 – Результаты множественного регрессионного анализа для прогноза стратегии совладающего поведения *позитивная переоценка на основе конструктивного перфекционизма и толерантности к неопределенности*

Переменная	B	SEB	β	t	p
Конструктивный перфекционизм	1,566	0,273	0,446	5,742	< 0,001
Толерантность к неопределенности	0,051	0,012	0,320	4,128	< 0,001
Константа	10,410	0,250	–	41,653	< 0,001

Зависимая переменная: позитивная переоценка

Примечание: $R^2 = 0,418$; $F(2,116) = 41,59$, $p < 0,001$

$$\text{Позитивная переоценка}_{\text{прогноз}} = 10,410 + 1,566 * (\text{конструктивный перфекционизм}) + 0,051 * (\text{толерантность к неопределенности})$$

Таблица 9 – Результаты множественного регрессионного анализа для прогноза стратегии совладающего поведения *фантазирование и надежда на внешние силы* на основе *деструктивного перфекционизма и толерантности к неопределенности*

Переменная	B	SEB	β	t	p
Деструктивный перфекционизм	0,930	0,297	0,287	3,129	0,002
Толерантность к неопределенности	-0,042	0,014	-0,284	-3,103	0,002
Константа	7,458	0,264	–	28,286	< 0,001

Зависимая переменная: фантазирование и надежда на внешние силы

Примечание: $R^2 = 0,240$; $F(2,116) = 18,27$, $p < 0,001$

$$\text{Фантазирование и надежда на внешние силы}_{\text{прогноз}} = 7,458 + 0,930 * (\text{деструктивный перфекционизм}) - 0,042 * (\text{толерантность к неопределенности})$$

- Выдвинутые нами гипотезы исследования нашли свое подтверждение
- Результаты проведенного эмпирического исследования могут быть применены для психологического сопровождения студентов с целью снижения уровня напряжения перед сессией; в психокоррекционной работе с целью повышения эффективности личностного развития