

## Перфекционизм как медиатор связи между стилем родительского воспитания и субъективным счастьем

Научный руководитель – Гордеева Тамара Олеговна

*Горбачева Мария Сергеевна*

*Аспирант*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии образования и педагогики, Москва, Россия

*E-mail: gorbachevatamara@gmail.com*

Перфекционизм — это личностная черта, отражающая стремление к безупречности и установлению чрезвычайно высоких стандартов работы, сопровождаемых чрезмерно критической оценкой своего поведения [7].

Данные метаанализов последних лет говорят о росте перфекционизма среди студентов, проявляющемся во все большей требовательности к себе и к тем, кто вокруг [2]. Похожие данные, отражающие рост самокритичности и критичности к окружающим, имеются и на российской выборке. Современные студенты гораздо чаще думают о собственных недостатках, заикливаются на ошибках, склонны к непродуктивным руминациям [1].

Теоретики, изучающие данную тематику, предполагают, что давление общества, связанное с конкуренцией и достижением нереалистичных ожиданий, соотносится с более тревожными и чрезмерно контролирующими стилями родительского воспитания [5]. Исследования также говорят о том, что перфекционизм выступает посредником между строгим, суровым воспитанием и склонностью к депрессии [3,6].

Целью проведенного исследования являлся анализ влияния стиля родительского воспитания на показатели субъективного счастья у студентов при участии перфекционизма в качестве медиатора связи. Объектом исследования стал перфекционизм; предметом — связь стиля родительского воспитания с уровнем перфекционизма и субъективным счастьем.

Были выдвинуты следующие гипотезы: 1) Контролирующий стиль воспитания (родительский контроль) предсказывает более высокий уровень перфекционизма, а тот, в свою очередь, ведет к сниженному субъективному счастью; 2) Автономный стиль воспитания (поддержка автономии) предсказывает более низкий уровень перфекционизма, а тот, в свою очередь, ведет к более высокому субъективному счастью.

Дизайн: в исследовании приняли участие студенты ( $N=134$ ) в возрасте от 18 до 26 лет ( $M = 24$ ,  $SD = 6,37$ ), из которых 107 женщин и 27 мужчин. Были опрошены студенты различных ВУЗов. Испытуемым предлагалось заполнить опросник перфекционизма (Гараян, Холмогорова, Юдеева, 2018), опросник воспринимаемой поддержки автономии и контроля ПАКР (Гордеева, Нечаева, Сычев, 2026), являющийся русскоязычной версией опросника P-PASS (Mageau et al., 2015), а также шкалу субъективного счастья (Осин, Леонтьев, 2020). Дальнейшая обработка данных проводилась с помощью методов путевого анализа (для оценки значимости опосредованных эффектов использовался бутстреп-анализ).

Результаты. Выдвинутые гипотезы нашли эмпирическое подтверждение. Полученные результаты указывают на наличие существенного косвенного эффекта: родительский контроль статистически значимо способствует повышению уровня перфекционизма ( $\beta = 0.311$ ,  $p < 0.001$ ), а перфекционизм, в свою очередь, отрицательно связан с субъективным счастьем ( $\beta = -0.477$ ,  $p < 0.001$ ). Косвенный путь "Контроль → Перфекционизм → Субъективное счастье" оказался статистически значимым ( $\beta = -0.148$ ,  $p = 0.001$ ). В то же

время прямое влияние контроля на субъективное счастье оказалось статистически незначимым ( $\beta = -0.060$ ,  $p = 0.447$ ), что указывает на отсутствие непосредственной связи между данными переменными. Однако общий эффект контроля на субъективное счастье, включающий как прямой, так и косвенный путь, был значимым и отрицательным ( $\beta = -0.208$ ,  $p = 0.014$ ).

Подобные результаты были получены и для поддержки автономии: она статистически значимо уменьшает уровень перфекционизма ( $\beta = -0.292$ ,  $p < 0.001$ ), а перфекционизм, в свою очередь, оказывает отрицательное влияние на субъективное счастье ( $\beta = -0.422$ ,  $p < 0.001$ ). Итоговый косвенный путь "Поддержка автономии  $\rightarrow$  Перфекционизм  $\rightarrow$  Субъективное счастье" оказался значимым ( $\beta = 0.123$ ,  $p = 0.003$ ), указывая на то, что поддержка автономии способствует повышению субъективного счастья за счёт снижения перфекционизма. Прямой эффект поддержки автономии на субъективное счастье также оказался положительным и статистически значимым ( $\beta = 0.251$ ,  $p < 0.001$ ), что указывает на наличие как прямого, так и опосредованного влияния. Общий эффект поддержки автономии на субъективное счастье также был значимым и положительным ( $\beta = 0.374$ ,  $p < 0.001$ ), подтверждая общее позитивное влияние этой переменной на субъективное благополучие.

Итак, использование контроля со стороны родителей при воспитании связано с более высоким уровнем перфекционизма, что также негативно сказывается на субъективном счастье. При этом поддержка автономии, напротив, снижает перфекционизм и, таким образом, а также сама по себе, повышает субъективное счастье. Результаты данного исследования согласуются с уже имеющимися, которые показали, что дисфункциональные отношения между родителями и детьми, характеризующиеся жесткостью и отсутствием отзывчивости, связаны с более высокими уровнями перфекционизма [4]. Ранее также было показано, что психологический контроль тесно связан с перфекционизмом подростков, самооценкой и депрессией [6].

#### Источники и литература

- 1) Холмогорова, А.Б., Гаранян, Н.Г., Цацулин, Т.О. (2019). Динамика показателей перфекционизма и симптомов эмоционального неблагополучия в российской студенческой популяции за последние десять лет: когортное исследование. *Культурно-историческая психология*, 15(3), 41–50.
- 2) Curran T., Hill A.P. (2019). Perfectionism Is Increasing Over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016, *Psychological Bulletin*.
- 3) Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. (2002). Adaptive and Maladaptive Perfectionism: Developmental Origins and Association with Depression Proneness. *Personality and Individual Differences*, 33, 921-935.
- 4) Kawamura, K. Y., Frost, R. O., & Harmatz, M. G. (2002). The relationship of perceived parenting styles to perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 317–327.
- 5) Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A Theoretical Upgrade of the Concept of Parental Psychological Control: Proposing New Insights on the Basis of Self-Determination Theory. *Developmental Review*, 30, 74-99.
- 6) Soenens, B., Vansteenkiste, M., Luyten, P., Duriez, B., and Goossens, L. (2005). Maladaptive perfectionistic self-representations: The mediational link between psychological control and adjustment. *Personality and Individual Differences*, 38, 487-498.
- 7) Stoeber, J. (2018). The psychology of perfectionism: An introduction. In J. Stoeber (Ed.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 3-16). London: Routledge.