
ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
EMPIRICAL STUDIES

ПЕРФЕКЦИОНИЗМ, ЗАВИСТЬ И КОНКУРЕНТНЫЕ УСТАНОВКИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Н.Г. ГАРАНЯН*,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
garanian@mail.ru

А.Ю. КЛЫКОВА**,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
coverforalex@ya.ru

М.Г. СОРОКОВА***,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
sorokovamg@mgppu.ru

Для цитаты:

Гаранян Н.Г., Клыкова А.Ю., Сорокова М.Г. Перфекционизм, зависть и конкурентные установки в студенческой среде // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 2. С. 7—32. doi: 10.17759/cpp.2018260202

* *Гаранян Наталья Георгиевна*, доктор психологических наук, профессор кафедры клинической психологии и психотерапии факультета консультативной и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: garanian@mail.ru

** *Клыкова Александра Юрьевна*, студентка, факультета консультативной и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: coverforalex@ya.ru

*** *Сорокова Марина Геннадьевна*, доктор педагогических наук, кандидат физико-математических наук, профессор кафедры прикладной математики факультета информационных технологий, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: sorokovamg@mgppu.ru

Отчеты консультативных служб университетов и данные эмпирических исследований фиксируют рост студенческой дезадаптации. Среди возможных факторов этого явления широко обсуждается перфекционизм. В настоящем исследовании в выборке 226 студентов российских вузов оценивались показатели перфекционизма, социальных сравнений, зависти и конкурентности. Студенты с выраженным перфекционизмом демонстрировали значимо более высокие показатели восходящих социальных сравнений по принципу контраста, зависти, гиперконкурентности и депрессии. Показатель зависти выступал статистически значимым медиатором связи между перфекционизмом и депрессией. Показатель «ориентации на социальное сравнение» также выступал фактором-медиатором этой связи, однако его вклад был существенно менее весомым. Полученные результаты обсуждаются в контексте современных моделей перфекционизма и прикладных задач.

Ключевые слова: перфекционизм, социальное сравнение, зависть, конкурентность, студенческая дезадаптация.

Введение

Студенческая дезадаптация становится насущной проблемой в сфере высшего образования многих стран. Наиболее информативные и систематизированные сведения о масштабах этого явления приводятся в отчетах руководителей центров психологического консультирования университетов и колледжей США, публикуемых с 1996 г. ежегодно (*National Survey of College Counseling Center Directors*). Еще в 2006 г. в очередном документе такого рода 60% респондентов утверждали, что количество студенческих обращений в их службы стало рекордным, а длительность курсов консультирования резко возросла. В 2014 г. 94% руководителей отмечали увеличение тяжести психопатологии, наблюдаемой в их службах: 40% их клиентов-студентов страдали от психических расстройств, в 8% случаев их бремя было настолько велико, что молодые люди не могли продолжать обучение, 16% клиентов-студентов были направлены на диагностическое обследование к психиатру, 25% — находились на психофармакологическом лечении (по сравнению с 20% в 2003, 17% в 2000 и 9% в 1994). В 2016 г. руководители консультативных центров фиксировали резкий рост таких проблем среди студентов, как тревожные расстройства, кризисные состояния с необходимостью мер быстрого реагирования, клинические формы депрессий, употребление ПАВ [23; 24; 35].

Эти данные могут вызвать известный скепсис: создаваемая отчетами картина скорее отражает субъективное впечатление консультантов, чем объективную оценку. Однако эмпирические исследования подтверждают неблагоприятную динамику показателей психического здоровья аме-

риканских студентов за 13-летний период: с 1993 по 2006 г. частота состояний сильной тревоги и связанных со стрессом проблем возросла на 58%, частота депрессивных состояний удвоилась, частота случаев личностных расстройств, нарушений развития, использования психотропных препаратов и суицидальности возросла более чем в два раза [19].

Для отечественного читателя возникает соблазн рассматривать эти тенденции как присущие западной системе высшего образования. Однако недавние исследования фиксируют выраженное неблагополучие у значительной части российского студенчества. В исследованиях 80-х гг., свободно оперирующих диагностическими категориями и не придерживающихся операциональных критериев МКБ-10, так называемые «пограничные нервно-психические расстройства» выявлялись у 56,6% студентов вузов [10]. В более поздних работах с применением валидизированных шкал самоотчета клинически выраженные симптомы депрессии не отмечались лишь у трети (29%) студентов вузов; 27% обследованных сообщали о наличии суицидальных мыслей или действий; эти явления сопровождалось снижением показателей соматического здоровья, ухудшением успеваемости, необходимостью оформлять академические отпуска [9]. При этом студенты дневной формы обучения имели более выраженные признаки эмоционального неблагополучия (повседневного учебного стресса, выгорания) по сравнению с более зрелыми и мотивированными к учебе слушателями программы второго высшего образования [11]. Создатели клинической типологии расстройств адаптации в студенческой выборке отмечают, что в 27,3% случаев их можно отнести к неблагоприятным вариантам с последующим переходом в стойкие тревожные или депрессивные расстройства, а в 19,7% — к протрагированным по типу регулярно повторяющихся эпизодов [18].

Почему картина психического здоровья молодежи так неблагоприятно изменилась в течение последних двух—трех десятилетий? Анализируя множество причин, специалисты сходятся в следующем: этот кризис в значительной степени связан с возросшим уровнем *конкурентности* в разных сферах жизни молодого человека, а также с повышенными ожиданиями от современных детей.

В основополагающей книге по студенческой адаптации «Колледж страждущих: кризисы психического здоровья в кампусе и что с ними делать?» (*College of the Overwhelmed: The Campus Mental Health Crisis and What to Do About It*) руководитель консультативной службы Гарвардского университета Р. Кадисон замечает: «Мне кажется, что сегодня студенты в большей мере принуждаются преуспевать, чем какое-либо предшествующее им поколение, и они в большей мере склонны к срывам» [33, с. 124]. Не только родители, но и общество в целом ожидают от современных детей, что они поступят в вуз, будут иметь академическую

успеваемость выше среднего, обрastут системой дружеских связей, обретут отличную физическую форму, найдут хорошего партнера, выберут направление профессиональных интересов и упрочатся в нем, получают достойную работу по завершении обучения, а возможно, и приступят к ней параллельно с учебой. Это давление может стать особенно ощутимым для тех, чьи семьи платят за обучение в вузе.

Стремление не разочаровать родителей трансформируется в личный *перфекционизм* молодых людей. Британские исследователи Томас Каррэн (*T. Curran*) и Эндрю Хилл (*A. Hill*) задались вопросом: насколько усиление конкурентного индивидуализма, которое прослеживается с конца 80-х гг. в США, Канаде и Великобритании с приходом неолиберальных правительств, совпадает с ростом перфекционизма у молодежи? Их метаанализ основан на изучении 164 выборок, в совокупности включающих 41641 студентов колледжей, заполнявших Многомерную шкалу перфекционизма П. Хьюитта и Г. Флетта (1991) в период с 1989 по 2016 г. Согласно данным исследования, показатели всех трех параметров перфекционизма («Я-ориентированного», «Ориентированного на других» и «Социально-предписываемого») достоверно возросли; этот результат оставался значимым даже при контроле вкладов половых и национальных различий. Представляется обоснованным вывод о том, что последние поколения студентов ощущают более сильное «принуждение к совершенству» со стороны других людей и проявляют большую требовательность по отношению к ним и к себе [20].

К настоящему моменту клинические психологи получили большой массив данных, показывающих роль перфекционизма как предиктора студенческой дезадаптации — эмоционального неблагополучия, высокого повседневного стресса, суицидальности, академической прокрастинации [4; 12; 30]. Несколько теорий связывают перфекционизм с чрезмерной конкурентностью в студенческой среде, которая, в свою очередь, создает риск конфликтов, одиночества и дефицита социальной поддержки [32]. Однако в этих представлениях отмечается известный парадокс. С одной стороны, гиперконкурентность упоминается первой в большом списке разнообразных межличностных проявлений перфекционизма (наряду с потребностью в одобрении и принятии, враждебностью, гневом, доминантностью, чрезмерным контролем, манипулятивностью и даже садизмом). С другой стороны, внимательное изучение фундаментальных обзоров не обнаруживает работ, где конкурентность перфекционистов подвергалась бы тщательной эмпирической оценке в опоре на диагностические методики [28; 29; 32]. Наконец, в представлениях, связывающих перфекционизм с чрезмерной ориентацией на соревнование, выпадает важнейшее опосредующее звено в виде *социальной эмоции зависти*. Согласно определениям научной психологии, зависть

представляет собой «сочетание болезненных переживаний неполноценности, враждебности и обиды, вызываемое сравнением с другим человеком или социальной группой, которые обладают чем-то, желанным для личности» [40, с. 49]. Отмечается повышение интереса к этому конструкту со стороны отечественных социальных психологов; исследования обнаруживают высокий уровень зависти в студенческой среде [2; 8; 13]. *Существуют веские феноменологические основания для гипотезы о связи этого феномена с перфекционизмом.*

1. Оба психологических конструкта сопряжены с *враждебностью*. Враждебный компонент зависти понимается как моментальная защитная реакция, возникающая в ответ на фрустрацию и стыд, вызванные переживанием неполноценности при нелестных социальных сравнениях [40]. Эксперты в изучении перфекционизма также отмечают «глубинную деструктивность и дисфункциональность» этой черты, вопреки распространенным положительным описаниям перфекционистов как целенаправленных и ориентированных на социальное одобрение лиц [28]. Апеллируя к результатам масштабных исследований, Пол Хьюитт (*P. Hewitt*) и Гордон Флетт (*G. Flett*) описывают *тип «враждебного перфекциониста»* с характерным набором черт в виде доминантности, сарказма, склонности к гневливым реакциям и садистическому контролю над окружающими. В стремлении к совершенству эти лица «зачастую лишены всякой эмпатии и участия по отношению к другим. Люди, привлекающие к себе внимание, становятся для них объектами презрения и рассматриваются как конкуренты или человеческие помехи на пути к успеху. Эта ориентация обнаруживается у гиперконкурентных элитных спортсменов-перфекционистов, готовых сделать для победы все, включая употребление допинга; это также верно для одержимых студентов, которые метят в лучшие учебные заведения, даже если для этого нужен макиавеллизм и готовность делать что угодно, только бы стать успешными» [28, с. 213].

2. Триггером зависти служат нелестные *социальные сравнения*. Еще в начале 90-х гг. отечественные авторы отнесли склонность к частым социальным сравнениям с восходящей направленностью («ориентация на полюс “самых успешных”») к характеристикам когнитивного стиля перфекционистов [3]. В конце 90-х гг. при разработке понятия «ориентация на социальное сравнение» Брэм Буунк (*B. Buunk*) и Фредерик Гиббонс (*F. Gibbons*) указывали, что личности с низкой самооценкой, нестабильной или диффузной «Я»-концепцией особенно мотивированы к сравнениям [22]. Перфекционистов, безусловно, можно отнести к личностям такого рода. Феноменология этой черты включает стремление «быть лучшим», опору на внешние критерии успеха и неуспеха, устремленность к чрезмерно высоким стандартам, постоянные сомнения в качестве вы-

полняемой деятельности, в ряде случаев — зависимость от одобрения окружающих. Каждый из этих параметров предполагает сравнения с другими людьми, способности и мнения которых становятся важными индивидуальными ориентирами.

Процессы социальных сравнений фасилитируются озабоченностью оценением, сходством с мишенью и близостью к ней [25]; эти данные делают высоковероятной гипотезу о стойкой зависти к соученикам у студентов-перфекционистов. Каким способом молодые люди справляются с этим мучительным переживанием? Согласно теории Л. Фестингера, универсальной реакцией на боль нелестных социальных сравнений становится конкурентное поведение, «...направленное на устранение различий, побуждающее становиться все лучше и лучше... с целью защиты собственного превосходства» [26, с. 126].

Понятие *конкурентности* имеет длительную историю изучения в качестве психологического конструкта, отражающего как благоприятные, так и вредоносные аспекты социального поведения [37]. *Позитивная конкурентность* направлена на развитие личности. Этот тип установки отражает не столько необходимость побеждать, сколько возможность использовать опыт соревнования для личностного роста. Лица с такой направленностью рассматривают других не как помеху на собственном пути к успеху, которую необходимо устранить, а как помощников, которые могут содействовать обучению и росту. Они хотят победить, однако поражение других не рассматривается ими как необходимое для выигрыша средство. Личности с *гиперконкурентными установками* должны ощущать свое превосходство над другими для регуляции самоуважения. Выигрывать у других становится их предельной целью, которую они стремятся достичь любой ценой. Согласно К. Хорни, которая ввела этот термин в научный обиход, гиперконкурентные личности характеризуются одновременной ориентацией на манипулирование, принижение других людей и использование их во множестве жизненных ситуаций [16]. Связь перфекционизма с гиперконкурентностью подтверждается данными двух отечественных исследований. В первом была установлена склонность к неэтичным реакциям на «превосходство другого» в выборке лиц из общей популяции с высоким уровнем перфекционизма [1]; во втором — преобладание деструктивной конкурентности в образах пиктограмм у суицидентов с высоким уровнем перфекционизма [17]. Гипотеза требует дальнейшей проверки с помощью специальных инструментов, предназначенных для диагностики описанных типов конкурентности.

Несмотря на попытки восстановить самоуважение в конкурентных маневрах, перфекционисты накапливают опыт нелестных сравнений и зависти, запускающий горькие мысли в собственный адрес и чувство

хронической несчастлиности. Гипотеза о том, что социальные сравнения и зависть выступают факторами-медиаторами, опосредующими маршрут от перфекционизма к симптомам депрессии, кажется в этом свете вполне логичной. В целом, изучение зависти в качестве психосоциального предиктора аффективных расстройств открывает новое и перспективное научное направление [40].

В настоящей статье представлены результаты исследования, нацеленного на проверку нескольких *частных гипотез*.

1. Студенты с высоким уровнем перфекционизма чаще прибегают к социальным сравнениям восходящей направленности, чем студенты с умеренной выраженностью данной черты.

2. Студенты с высоким уровнем перфекционизма характеризуются повышенным уровнем зависти в сравнении со студентами с умеренной выраженностью данной черты.

3. Для совладания с завистью студенты с высоким уровнем перфекционизма чаще реализуют гиперконкурентные установки и реже прибегают к позитивной конкуренции.

4. Показатели ориентации на социальное сравнение и зависти опосредуют связь между перфекционизмом и депрессией.

Метод

К участию в исследовании были привлечены 226 студентов московских вузов. Выборка включала 156 девушек, 70 юношей в возрасте 16 до 29 лет (средний возраст — 20 ± 2 года), равномерно распределенных по годам обучения в вузе. Одновременно в социальных сетях (ВКонтакте и Facebook) был размещен электронный вариант методического комплекса, который испытуемые заполнили после предварительной договоренности об участии в исследовании. Для проверки гипотез применялись следующие методики.

Опросник перфекционизма Н.Г. Гаранян и А.Б. Холмогоровой [3]. Опросник разработан на основе теоретической модели перфекционизма, а также опыта психотерапевтической работы; его факторная структура и психометрические характеристики представлены в предшествующих публикациях. В настоящем исследовании использовался общий балл опросника, отражающий уровень перфекционизма испытуемого.

Шкала ориентации на социальные сравнения (Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure, INCOM) — состоит из 11 утверждений, описывающих сравнение мнений, чувств, статуса, положения, способностей респондента с аналогичными характеристиками других людей [6; 7]. Адаптация русскоязычного варианта опросника, состав его пун-

тков, факторная структура и психометрические показатели представлены в предшествующих публикациях.

Опросник депрессивности А. Бека (Beck Depression Inventory, BDI), — направлен на выявление симптомов депрессии, основан на клинических наблюдениях и описанных симптомах, которые часто встречаются у депрессивных пациентов [14]. Русскоязычная версия стандартизирована в лаборатории психологии посттравматического стресса и психотерапии Института психологии РАН.

Диспозиционная шкала зависти (The Dispositional Envy Scale, DES) — состоит из 8 прямых вопросов, ориентированных на оценку зависти у респондента [40]. Испытуемого просят выразить свое согласие или несогласие с приведенными утверждениями при помощи баллов, где 1 балл — полностью не согласен, 2 балла — скорее не согласен, 3 балла — сомневаюсь, ни «да», ни «нет», 4 балла — скорее согласен, 5 баллов — полностью согласен. Шкала содержит один фактор, при интерпретации результатов подсчитывается суммарный балл. Пример пункта шкалы: «Чувство зависти всегда мучает меня, независимо от того, что я делаю». Русскоязычная версия инструмента создана путем перевода командой из трех экспертов-психологов со свободным владением английским языком; находится в процессе валидизации. В настоящем исследовании были установлены приемлемые показатели надежности методики: α Кронбаха = 0,85; коэффициент полновинного расщепления Гутмана = 0,85.

Шкала восходящих/нисходящих социальных сравнений (Upward downward social comparison scale) — содержит 10 вопросов, объединенных в 6 шкал: склонность к восходящим сравнениям («Иногда я сравниваю себя с теми, кто успешней меня»), склонность к нисходящим сравнениям («Иногда я сравниваю себя с теми, кто менее успешен, чем я»), склонность к восходящим сравнениям по принципу идентификации («Когда я думаю о тех, у кого меньше проблем, по сравнению со мной, я испытываю удовлетворение от того, что и мои дела могут пойти лучше»), склонность к нисходящим сравнениям по принципу контраста («Когда я задумываюсь о тех, кто испытывает больше затруднений, по сравнению со мной, я испытываю облегчение относительно моей собственной ситуации»), склонность к восходящим сравнениям по принципу контраста («Когда я думаю о тех, кто справляется с жизнью лучше меня, я испытываю огорчение в связи с собственной ситуацией») и склонность к нисходящим сравнениям по принципу идентификации («Когда я думаю о тех, чье положение хуже моего, я опасюсь, что в будущем стану таким же»). Респондент решает, насколько он согласен с предложенными утверждениями, выбирая из 5 вариантов ответа: «абсолютно не согласен», «не согласен», «затрудняюсь с ответом», «согласен» и «полностью согласен» [42]. Русскоязычная версия инструмента создана путем перевода коман-

дой из трех экспертов-психологов со свободным владением английским языком. В настоящем исследовании были установлены приемлемые показатели надежности методики: α Кронбаха = 0,91; коэффициент половинного расщепления Гутмана = 0,92.

Шкала конкурентности, способствующей развитию личности (Personal Development Competitive Attitude Scale, PDCAS) — содержит 15 утверждений, тестирующих позитивную форму конкурентности (пример пункта: «Я ценю конкуренцию за то, что она помогает проявить все самое лучшее, что есть во мне») [39]. Респондента просят оценить, насколько каждое из утверждений подходит лично ему, используя шкалу от 1 до 5 баллов: «абсолютно мне не соответствует» — 1 балл, «незначительно соответствует мне» — 2 балла, «умеренно соответствует мне» — 3 балла, «в значительной степени соответствует мне» — 4 балла и «полностью мне соответствует» — 5 баллов. Для интерпретации используется общий балл. Русскоязычная версия инструмента создана путем перевода командой из трех экспертов-психологов со свободным владением английским языком. В настоящем исследовании были установлены приемлемые показатели надежности методики: α Кронбаха = 0,87; коэффициент половинного расщепления Гутмана = 0,46.

Шкала гиперконкурентных установок (Hypercompetitive Attitude Scale, HSA) — состоит из 26 утверждений, измеряющих приверженность индивида к гиперконкурентным установкам (пример пункта: «Для меня вызов — добиться благосклонности кого-то, кто уже встречается с кем-либо другим, и мне это нравится») [38]. Респондента просят оценить, насколько каждое из утверждений подходит лично ему по шкале от 1 до 5 баллов: «абсолютно мне не соответствует» — 1 балл, «незначительно соответствует мне» — 2 балла, «умеренно соответствует мне» — 3 балла, «в значительной степени соответствует мне» — 4 балла и «полностью мне соответствует» — 5 баллов. Для обработки подсчитывается суммарный балл. Русскоязычная версия инструмента создана путем перевода командой из трех экспертов-психологов со свободным владением английским языком. В настоящем исследовании были установлены приемлемые показатели надежности методики: α Кронбаха = 0,67; коэффициент половинного расщепления Гутмана = 0,46.

Результаты

Зафиксировано нормальное распределение общего показателя перфекционизма в обследованной выборке (критерий Колмогорова—Смирнова, $Z = 0,086$, $p = 0,05$). Методом процентиля выделены диапазоны низких (менее 43 баллов, ниже 33 процентиля, П1), средних (от 43

до 57 баллов, 33—66 процентиля, П2) и высоких (более 57 баллов, выше 66 процентиля, П3) значений этого показателя. Для проверки гипотез 1 и 2 сравнивались показатели ориентации на социальное сравнение и зависти в трех группах студентов — с низким, средним и высоким уровнем перфекционизма (табл. 1).

Таблица 1
**Ориентация на социальное сравнение и зависть у студентов
с разным уровнем перфекционизма**

Ориентация на социальное сравнение и зависть	Группа с низким уровнем перфекционизма (П1) (n = 75)		Группа со средним уровнем перфекционизма (П2) (n = 78)		Группа с высоким уровнем перфекционизма (П3) (n = 73)	
	М	SD	М	SD	М	SD
Ориентация на социальное сравнение	32	6,47	36	6,38	37 ^{ab}	5,38
Сравнение способностей	18	4,67	22	4,89	22 ^{ab}	4,25
Сравнение мнений	13	3,21	14	2,65	14	2,39
Зависть	12	4,42	14	4,69	19 ^{abc}	6,75
Депрессия	8	5,62	13	7,85	19 ^{abc}	11,78

Примечание: М — среднее значение; SD — стандартное отклонение; а — различия между испытуемыми с низким и средним уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни); b — различия между испытуемыми с низким и высоким уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни); c — различия между испытуемыми со средним и высоким уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни).

Студенты третьей группы характеризовались значимо более высокими показателями депрессии в сравнении с респондентами других групп. В соответствии с гипотезой 1, показатель ориентации на социальное сравнение отчетливо растет от группы П1 к группе П3. Этот показатель студентов с высоким уровнем перфекционизма достоверно превышает аналогичный в группе студентов с незначительной выраженностью черты (П1 и П3 — $U=3897$; $p<0,001$). Группа с умеренно выраженным перфекционизмом также в большей мере ориентирована на социальное сравнение, чем студенты — неперфекционисты (П1 и П2 — $U=3952$; $p<0,001$).

Основным параметром сравнений становятся способности; при сопоставлении трех групп по этому показателю отмечается аналогичная тенденция (П1 и П2 — $U=4151$; $p<0,001$. П1 и П3 — $U=4007,5$; $p=0,000$). Достоверные различия между группами студентов по показателю ориентации на сравнение мнений не установлены.

В полном соответствии с гипотезой 2, группа студентов с высоким уровнем перфекционизма продемонстрировала достоверно более высокий показатель зависти в сравнении с аналогичными показателями П1 ($U=3635,5$; $p=0,009$) и П2 ($U=4244,5$; $p<0,001$). В группе П2 показатели зависти достоверно ниже, чем в группе П3 ($U=4244,5$; $p=0,000$).

Какие стратегии социальных сравнений используют студенты-перфекционисты? Для отыскания ответов на поставленные вопросы сравнивалась направленность социальных сравнений у студентов с разным уровнем перфекционизма (табл. 2).

Таблица 2

Стратегии социальных сравнений у студентов с разным уровнем перфекционизма

Стратегии социальных сравнений	П1		П2		П3	
	М	SD	М	SD	М	SD
Восходящие сравнения	13	4,07	16	3,82	17 ^{ab}	3,53
Нисходящие сравнения	13	4,38	14	3,21	14	4,00
Восходящие — идентификация	3	1,23	3	1,24	3	1,13
Восходящие — контраст	2	1,27	3	1,23	4 ^{abc}	1,23
Нисходящие — идентификация	3	1,47	3	1,35	3	1,20
Нисходящие — контраст	3	1,48	3	1,25	3	1,24

Примечание: М — среднее значение; SD — стандартное отклонение; а — различия между испытуемыми с низким и средним уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни); b — различия между испытуемыми с низким и высоким уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни); с — различия между испытуемыми с средним и высоким уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни).

Данные подтверждают гипотезу 1 и отчетливо свидетельствуют о склонности студентов-перфекционистов к социальным сравнениям с восходящей направленностью (с теми, кто «лучше и успешней»). Так, по склонности к восходящим социальным сравнениям шкалы восходящих/нисходящих социальных сравнений группа П3 имеет значимо более высокие показатели, чем П1 ($U=1111$; $p<0,001$); та же тенденция прослеживается при сопоставлении показателей П2 и П1 ($U=1133,5$; $p=0,006$). Постоянно сопоставляя себя с «теми, у кого дела идут лучше», студенты-перфекционисты не испытывают надежды на то, что их положение может улучшиться; восходящие социальные сравнения оборачиваются для них эффектом «контраста» — огорчением в связи с субъективной невозможностью со временем достичь того же. Показатель склонности к восходящим сравнениям по принципу контраста значимо выше в груп-

пе студентов с выраженным перфекционизмом (П1 и П2 — $U=1069$; $p=0,028$. П1 и П3 — $U=1059$; $p<0,001$. П2 и П3 — $U=944$; $p=0,048$). В диапазоне человеческих возможностей студенты-перфекционисты преимущественно ориентируются на полюс «самых успешных»; склонность к сравнению своих способностей с возможностями не столь успешных мишеней (нисходящим социальным сравнениям) выражена у них в той же мере, что и у сверстников с умеренно выраженной чертой.

Для проверки гипотезы 3 сопоставлялись формы конкурентности в группах студентов с разным уровнем перфекционизма. В какой мере студенты-перфекционисты прибегают к соревнованию с другими в целях совершенствования мастерства? Насколько они ориентированы на принижение других и создание им помех на пути к успеху? Результаты представлены ниже (табл. 3).

Таблица 3

Показатели конкурентности у студентов с разным уровнем перфекционизма

Шкалы конкурентности	П1		П2		П3	
	М	SD	М	SD	М	SD
Конкуренция, способствующая развитию личности (PDCAS)	45	12,3	45	12,62	43	10,91
Гиперконкурентность (HCA)	70	11,15	74	9,75	75 ^{ab}	11,96

Примечание: М — среднее значение; SD — стандартное отклонение; а — различия между испытуемыми с низким и средним уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни); b — различия между испытуемыми с низким и высоким уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни); с — различия между испытуемыми с средним и высоким уровнем перфекционизма статистически достоверны (критерий Манна—Уитни).

Данные подтверждают гипотезу 3 и свидетельствуют об отчетливой приверженности студентов-перфекционистов гиперконкурентным установкам в общении. Так, группа студентов с выраженным перфекционизмом имеет достоверно более высокий показатель по Шкале гиперконкурентных установок Ричарда Рикмана (*R. Ryckman*), чем группа студентов, не склонных к чрезмерному стремлению к совершенству (П1 и П3 — $U=3437$; $p=0,007$). Аналогичный показатель группы с умеренно выраженным перфекционизмом также значимо выше (П1 и П2 — $U=3517$; $p=0,031$). Склонность к позитивной конкурентности одинаково выражена в обследованных группах студентов; статистически значимые различия по этому показателю отсутствуют.

Гипотеза 4 касалась опосредующего влияния показателей зависти и ориентации на социальные сравнения на связь между перфекционизмом и депрессией. Алгоритм ее проверки включал два шага.

Шаг 1. Согласно нулевой гипотезе (H_0), опосредующий эффект показателя «зависти» в генеральной совокупности равен нулю. Для ее проверки применялся критерий Соубела (*Sobel*), используемый в психологических исследованиях для тестирования моделей опосредования. Алгоритм подсчета этого критерия, в свою очередь, предполагает построение двух моделей регрессионного анализа (табл. 4).

Таблица 4

Подход к подсчёту коэффициента Соубела

Модели	Анализ	Визуальное представление
Модель 1	$M = a_0 + aX$, где M — медиатор «зависть», X — предиктор «перфекционизм», a — коэффициент наклона линии регрессии, в явном виде выражающей зависимость медиатора M от предиктора X	$X \xrightarrow{a} M$
Модель 2	$Y = b_0 + b_1X + bM$, где Y — зависимая переменная «депрессия», b — коэффициент при переменной медиаторе в уравнении множественной линейной регрессии, выражающем зависимость Y от X и M	$X \xrightarrow{\quad} M \xrightarrow{b} Y$

Согласно алгоритму, представленному выше, проводилось 2 этапа регрессионного анализа, необходимых для подсчета коэффициентов a и b , используемых по методу Соубела.

Таблица 5

**Влияние перфекционизма на показатель депрессии
 (простой линейный регрессионный анализ)**

Предикторы	Нестандартизованные коэффициенты (B)	Стандартизованные коэффициенты (β)	Уровень значимости (p)
Перфекционизм	0,213	0,564	<0,001

В табл. 5 представлены нестандартизованный (a — по методу Соубела) и стандартизованный (β) коэффициенты регрессии при переменной-предикторе «перфекционизм» ($p < 0,001$) в уравнении простой линейной регрессии. Применение метода дисперсионного анализа подтверждает значимое влияние предиктора на зависимую переменную «депрессия»

($p < 0,001$). Предиктор объясняет 31,8% дисперсии этой зависимой переменной ($R^2 = 0,318$).

Таблица 6
Совместное влияние перфекционизма и зависти на показатель депрессии
(множественный регрессионный анализ)

Предикторы	Нестандартизованные коэффициенты (В)	Стандартизованные коэффициенты (β)	Уровень значимости (р)
Перфекционизм	0,192	0,318	$< 0,001$
Зависть	0,483	0,303	$< 0,001$

В модели множественного регрессионного анализа (табл. 6) отражено совместное влияние перфекционизма и зависти на депрессию, в совокупности объясняющих 30% ее дисперсии ($R^2 = 0,300$). Коэффициенты регрессии при обоих переменных-предикторах являются значимыми ($p < 0,001$). Для последующего вычисления эмпирического значения статистики Соубела использовался нестандартизованный коэффициент ($b = 0,483$) при медиаторе «зависть».

Как указывалось выше, для проверки гипотезы H_0 использовался критерий Соубела, а также версия этого критерия, предложенная Лео Ароянном (*L. Aroian*), так как эта версия не предполагает дополнительного условия, согласно которому показатель произведения стандартных ошибок коэффициентов регрессии $Sa \times Sb$ пренебрежимо мал (табл. 7), где Sa и Sb — это стандартные ошибки коэффициентов регрессии a и b соответственно (см. табл. 4).

Таблица 7
Значения показателей регрессионного анализа, необходимых для подсчёта статистики Соубела

Коэффициент при предикторе (а)	Стандартная ошибка коэффициента а (Sa)	Коэффициент при медиаторе (b)	Стандартная ошибка коэффициента а (Sb)
0,213	0,021	0,483	0,108

Расчет критериев Соубела и Арояна осуществлялся с помощью программы на сайте <http://quantpsy.org>. Эмпирическое значение критерия Соубела — 4,09 при $p < 0,001$. Эмпирическое значение статистики Арояна — 4,07 при $p < 0,001$. Таким образом, гипотеза о значимом опосредующем влиянии зависти на связь между перфекционизмом (независимой переменной) и депрессией (зависимой переменной) получила весомое подтверждение.

Для выяснения вопроса о степени опосредования завистью связи между перфекционизмом и депрессией подсчитывался частный коэффициент корреляции между этими показателями при контроле вклада зависти $r=0,3$. Его значение существенно меньше, чем значение коэффициента корреляции Пирсона (r) для связи между перфекционизмом и депрессией (0,489), однако при этом связь остается статистически значимой ($p<0,001$). Этот результат свидетельствует о том, что зависть частично опосредует связь между перфекционизмом и депрессией.

Шаг 2. Согласно нулевой гипотезе, опосредующий эффект показателя «ориентации на социальные сравнения» в генеральной совокупности равен нулю. Для проверки H_0 также использовался критерий Соубела. Согласно алгоритму, представленному выше, проводился регрессионный анализ, необходимый для подсчета показателей a и b , используемых по методу Соубела (табл. 8).

Таблица 8

Совместное влияние перфекционизма и ориентации на социальные сравнения на депрессию (множественный регрессионный анализ)

Предикторы	Нестандартизованные коэффициенты В	Стандартизованные коэффициенты β	Уровень значимости (p)
Перфекционизм	0,273	0,453	$<0,001$
Ориентация на социальные сравнения	0,172	0,113	0,066

Согласно данным табл. 8, перфекционизм ($\beta=0,453$) является более существенным предиктором депрессии, чем ориентация на социальные сравнения ($\beta=0,113$). Оба этих показателя оказывают совместное влияние на переменную «депрессия» и в совокупности предсказывают 31% дисперсии этой переменной ($R^2=0,310$). Показатели, с помощью которых рассчитывался критерий Соубела, представлены в табл. 9.

Таблица 9

Значения показателей, полученных в результате регрессионного анализа и необходимых для подсчета статистики Соубела

Коэффициент при предикторе (a)	Стандартная ошибка коэффициента a (Sa)	Коэффициент при медиаторе (b)	Стандартная ошибка коэффициента a (Sb)
0,127	0,025	0,172	0,093

Эмпирическое значение критерия Соубела равно 1,74 при $p=0,082$. Эмпирическое значение статистики Арояна равно 1,71 при $p=0,087$.

Таким образом, выявилось, что ориентация на социальные сравнения опосредует связь между перфекционизмом и депрессией на уровне статистической тенденции.

Гипотеза об опосредующем влиянии ориентации на социальные сравнения на связь между перфекционизмом и депрессией получила слабое подтверждение. Для выяснения вопроса о степени этого опосредования подсчитывался частный коэффициент корреляции между перфекционизмом и депрессией при контроле вклада ориентации на социальные сравнения $r=0,444$. Его значение несколько меньше, чем значение коэффициента корреляции Пирсона для связи между перфекционизмом и депрессией (0,489), при этом связь остается статистически значимой ($p<0,001$). Этот результат свидетельствует о том, что медиатор «ориентация на социальные сравнения» в очень малой степени, но все же частично опосредует связь между показателями «перфекционизма» и «депрессии».

В заключение прояснялся вопрос о степени совместного влияния медиаторов на связь между изучаемыми переменными. Значение коэффициента частной корреляции составило 0,295, что существенно уменьшает коэффициент корреляции Пирсона для изучаемой связи. Этот результат свидетельствует о мощном опосредующем вкладе переменных зависти и ориентации на социальные сравнения в связь между перфекционизмом и депрессией.

Обсуждение

В выборке 226 студентов московских вузов в 2016—2017 гг. проводилось исследование индивидуального перфекционизма, зависти, процессов социальных сравнений и конкурентного поведения. Как и 10 лет назад, в группе студентов с выраженным перфекционизмом были установлены достоверно более высокие показатели депрессии [4]. Эта личностная черта выступает предиктором симптомов эмоционального неблагополучия у нового поколения молодежи. В соответствии с гипотезой, студенты-перфекционисты характеризовались достоверно большей ориентацией на социальные сравнения с преобладанием наиболее болезненной для самооценки и эмоционального самочувствия стратегии «восходящего контраста» («Они лучше всех, и я к ним не принадлежу») [5]. Эти студенты преимущественно ориентированы на сравнение способностей и не стремятся соотносить свои суждения с мнениями сверстников. Одновременно эта группа молодых людей характеризовалась повышенными показателями зависти.

Необходимо отметить высокую степень *научной новизны* полученных данных. Перфекционизм традиционно изучался в контексте самых раз-

нообразных аффектов — тоски, тревоги, стыда, вины, гнева. При этом в доступной русскоязычным читателям литературе не обнаружены работы, соотносящие эту черту с социальной эмоцией зависти, хотя ее феноменология дает основания для такого предположения. По нашим данным, эмоциональная жизнь студента-перфекциониста не только сопряжена с высоким повседневным стрессом и симптомами депрессии/тревоги, но также включает ревнивое отслеживание чужих результатов и мучительную зависть.

Полученные данные вносят важное уточнение в представление о том, как работает механизм, связывающий изучаемую черту с аффективным расстройством у лиц юношеского возраста. В настоящее время известно несколько *маршрутов, ведущих от перфекционизма к депрессии*: один из них опосредован низкой самооценкой [36], второй — руминативным стилем переработки неудач [27]. Настоящее исследование установило еще один из маршрутов такого рода, где факторами-посредниками выступают ориентация на социальное сравнение и зависть. На уровне высокой статистической значимости был доказан опосредующий эффект медиатора «зависть» на изучаемую связь. Опосредующий эффект «ориентации на социальные сравнения» оказался значимым, но существенно менее сильным. В совокупности обе переменные оказывают мощное опосредующее влияние на связь между перфекционизмом и симптомами депрессии в юношеском возрасте. Этот результат свидетельствует о необходимости тщательной психологической квалификации связей между личностными характеристиками и симптомами аффективных расстройств. Перфекционизм сопряжен с болезненным опытом нелестных сравнений с другими людьми, накопление которого с неизбежностью оборачивается переживаниями тоски и гнева.

Современная теория зависти допускает, что совладание с болью невыгодных социальных сравнений открывает два пути — конструктивный и деструктивный [13; 40]. Первый предполагает отчетливое осознание зависти, хороший контакт с сильными сторонами собственной личности, умение быть благодарным и готовность развивать собственные ресурсы; второй — фокусировку на переживаниях неполноценности, активацию защитных маневров в виде тактики угодливых комплиментов или, наоборот, декларации морального превосходства и враждебного поведения (например, косвенной агрессии в виде распространения слухов и сплетен). Согласно нашим данным, студенты с выраженным перфекционизмом придерживаются второго пути. Для компенсации хронического недовольства собой, ощущения глубокого отличия от лучшей части окружающих, проигрыша в способностях студенты-перфекционисты прибегают к гиперконкуренции. Вопрос о том, в какой мере используются другие из вышеперечисленных защитных стратегий, в частности,

косвенная агрессия, задает перспективу дальнейших исследований.

В целом, полученные данные вписываются в *современную модель перфекционизма как социальной разобщенности* Пола Хьюитта и Гордона Флетта (*Perfectionism Social Disconnection Model*) [32]. Они еще раз убедительно свидетельствуют о *парадоксальности перфекционизма*, которую акцентирует данная модель: развиваясь как компенсаторная стратегия, первично нацеленная на обретение принятия, уважения и любви со стороны других людей, эта личностная черта выступает помехой доверительным отношениям и создает риск одиночества.

Стремление выглядеть безупречно в глазах окружающих, как правило, резко снижает возможность *утилизировать социальную поддержку, в частности, обращаться за профессиональной психологической помощью*. Отказ от этого эффективного способа преодоления стресса приводит к «застреванию» в проблемной ситуации. Наблюдение подтвердилось в исследовании А.Б. Холмогоровой, установившем в амбулаторной выборке пациентов обратную связь между перфекционизмом и воспринимаемой социальной поддержкой [15]. В исследованиях, основанных на канадской многомерной модели, параметры перфекционизма, «адресованного себе» и «адресованного другим», были связаны с низкой социальной поддержкой от друзей, «социально-предписываемый» перфекционизм — с низкой социальной поддержкой со стороны членов семьи, друзей и значимых других [31]. В студенческой выборке все параметры перфекционизма были связаны с негативными установками по отношению к профессиональному психологическому консультированию — сниженным осознанием его необходимости, недостаточной открытостью, низким доверием к профессионалам.

Полученные нами результаты имеют потенциал для объяснения этих трудностей: поддержка, предоставляемая завистливым лицам, может обесцениваться. Оказание помощи имплицитно предполагает, что индивид нуждается в ней; субъективное восприятие завидующего человека усугубляет контраст между «превосходством» помогающего и «неполноценностью» нуждающегося, что делает поддержку травматичной для самооценки, а ситуацию консультирования — унижительной. Отрицательная связь между завистью и умением быть благодарным также объясняет трудности принятия поддержки завистливыми студентами-перфекционистами [34]. Более того, существуют данные о том, что способность оказывать социальную поддержку — не менее важный предиктор психологической зрелости, чем умение ее получать [41]. Высоко вероятна гипотеза о том, что студенты-перфекционисты, склонные к неблагоприятным социальным сравнениям и зависти, не соответствуют и этому

критерию душевного здоровья.

Публикуемое исследование имеет ряд ограничений. В работе использован старый вариант опросника перфекционизма, в то время когда существует его обновленная и укороченная версия. В работе не был проделан качественный анализ процессов социальных сравнений, совершаемых студентами; не установлена специфика мишеней, выбираемых для сравнения студентами-перфекционистами. В анализ не были включены такие важные для замысла работы переменные, как степень одиночества студентов, уровень воспринимаемой социальной поддержки, установки по отношению к помощи, включая помощь профессионалов в области психического здоровья. Наконец, вопрос о зависти не рассматривался в контексте дискуссии об адаптивных и неадаптивных параметрах перфекционизма. Эти ограничения задают важные перспективы будущих разработок в области интерперсональных последствий студенческого перфекционизма.

Выводы

1. Студенты с высоким уровнем перфекционизма характеризуются выраженной ориентацией на социальные сравнения и завистью, в отличие от менее требовательных к себе сверстников.

1.1. Студенты-перфекционисты в большей мере ориентированы на сравнение личных способностей. Ориентация на сопоставление собственных суждений с мнениями других людей для них не характерна.

1.2. Студенты-перфекционисты достоверно чаще своих сверстников используют неблагоприятные, депрессогенные стратегии сравнений — восходящие социальные сравнения по типу контраста.

2. Зависть и ориентация на социальные сравнения являются статистически надежными факторами-медиаторами, опосредующими связь между перфекционизмом и депрессией.

3. Студенты с высоким уровнем перфекционизма с целью компенсации неблагоприятных эффектов социальных сравнений и переживания зависти достоверно чаще своих сверстников прибегают к гиперконкурентности. Позитивные конкурентные установки, содействующие полному развитию личности, для них не характерны.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Бескова Т.В.* Взаимосвязь перфекционизма со способами реагирования на успех и неудачу Другого [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования: электронный журнал. 2012. № 2. URL: [25](https://science-</div><div data-bbox=)

- education.ru/pdf/2012/2/410.pdf (дата обращения: 14.04.2018).
2. *Бескова Т.В.* Психологические механизмы формирования зависти и ее детерминанты [Электронный ресурс] // Вестник Московского государственного областного университета: электронный журнал. 2013. № 1. URL: http://evestnik-mgou.ru/vipuski/2013_1/stati/pdf/beskova.pdf (дата обращения: 14.04.2018).
 3. *Гараян Н.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю.* Перфекционизм, депрессия и тревога // Московский психотерапевтический журнал. 2001. № 4. С. 18—48.
 4. *Гараян Н.Г., Андрусенко Д.А., Хломов И.Д.* Перфекционизм как фактор студенческой дезадаптации // Психологическая наука и образование. 2009. № 1. С. 72—81.
 5. *Гараян Н.Г.* Теория социального сравнения в клинической психологии // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 4. С. 36—49.
 6. *Гараян Н.Г., Пушкина Е.С.* Проверка валидности и надежности русскоязычной версии методики «Шкала ориентации на социальные сравнения Iowa-Netherlands» в выборке студентов // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 2. С. 64—92. doi:10.17759/cpp.2016240205
 7. *Гараян Н.Г., Шукин Д.А.* Частые социальные сравнения как фактор эмоциональной дезадаптации студентов // Консультативная психология и психотерапия. 2014. № 4. С. 182—206.
 8. *Горшенина Н.В.* Зависть как нравственно-этическое качество студента // Современные исследования социальных проблем. 2012. № 12. С. 16.
 9. *Горчакова В.А., Ланда Л.А., Матыцина В.А., Краснова В.В., Клименкова Е.Н., Холмогорова А.Б.* Психологическая дезадаптация у студентов системы среднего и высшего профессионального образования: сравнительный анализ // Психологическая наука и образование. 2013. № 4. С. 5—14.
 10. *Красик Е.Д., Положий Б.С., Крюков Е.А.* Нервно-психические заболевания у студентов. Томск: Изд-во Томского университета, 1982. 7 с.
 11. *Матюшкина Е.Я.* Учебный стресс у студентов при разных формах обучения // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 2. С. 47—63. doi:10.17759/cpp.2016240204
 12. *Москова М.В.* Личностные факторы эмоциональной дезадаптации студентов: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2008. 23 с.
 13. *Муздыбаев К.* Завистливость личности // Психологический журнал. 2002. Т. 23. № 6. С. 38—50.
 14. *Тарабрина Н.В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2001. 268 с.
 15. *Холмогорова А.Б.* Интегративная психотерапия расстройств аффективного спектра. М.: «МЕДПРАКТИКА-М», 2011. 480 с.
 16. *Хорни К.* Невротическая личность нашего времени: пер. с англ. М.: Прогресс-Универс, 1993. 480 с.
 17. *Цыганкова П.В.* Перфекционный стиль личности пациентов с нарушением адаптации и суицидальным поведением: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2012. 33 с.
 18. *Шифнер Н.А.* Расстройства адаптации у студентов (их клиника и динамика):

автореф. дисс. ... канд. мед. наук. М., 2011. 25 с.

19. *Benton S.A., Robertson J.M., Tseng W.-C., Newton F.B., Benton S.L.* Changes in counseling center client problems across 13 years // *Professional Psychology: Research and Practice*. 2003. Vol. 34 (1). P. 66—72. doi:10.1037/0735-7028.34.1.66
20. *Curran T., Hill A.P.* Perfectionism Is Increasing Over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016 // *Psychological Bulletin*. 2017. doi:10.1037/bul0000138
21. *Dijkstra P., Gibbons F., Buunk A.* Social comparison theory // *Social psychological foundations of clinical psychology* / J. Maddux, J. Tangney (eds.). London: Guilford Press, 2010. P. 195—210.
22. *Gibbons F., Buunk B.* Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 76 (1). P. 129—142. doi:10.1037/0022-3514.76.1.129
23. *Gallagher R.P.* National survey of counseling center directors 2006. Project Report [Электронный ресурс] // International Association of Counseling Services, Inc., 2007. URL: http://d-scholarship.pitt.edu/28167/1/2006_survey.pdf (дата обращения: 14.04.2018).
24. *Gallagher R.P.* National survey of counseling center directors 2014. Project Report [Электронный ресурс] // International Association of Counseling Services, Inc., 2015. URL: http://d-scholarship.pitt.edu/28178/1/survey_2014.pdf (дата обращения: 14.04.2018).
25. *Garcia S., Tor A., Schiff T.* The Psychology of Competition: A Social Comparison Perspective // *Perspectives on Psychological Science*. 2013. Vol. 8 (6). P. 634—650. doi:10.1177/1745691613504114
26. *Festinger L.* A theory of social comparison processes // *Human Relations*. 1954. Vol. 7 (2). P. 117—140. doi:10.1177/001872675400700202
27. *Flett G., Madorsky D., Hewitt P., Heisel P.* Perfectionism cognitions, rumination, and psychological distress // *Journal Of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*. 2002. Vol. 20 (1). P. 33—47.
28. *Flett G., Hewitt P., Sherry S.* Deep, dark, and dysfunctional: The destructiveness of interpersonal perfectionism // *The Dark Side of Personality: Science and practice in social, personality, and clinical psychology* / V. Zeigler-Hill, D.K. Marcus (eds.). Washington, DC: American Psychological Association, 2016. P. 211—226. doi:10.1037/14854-011
29. *Habke M., Flynn C.* Interpersonal aspects of trait perfectionism // *Perfectionism: Theory, research and treatment* / G. Flett, P. Hewitt (eds.). Washington, DC: American Psychological Association, 2002. P. 151—181.
30. *Hamilton T., Schweitzer R.* The cost of being perfect: perfectionism and suicide ideation in university students // *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. 2000. Vol. 34 (5). P. 829—835. doi:10.1080/j.1440-1614.2000.00801.x
31. *Hewitt P., Flett G.* Perfectionism and stress processes in psychopathology // *Perfectionism: Theory, research and treatment* / G. Flett, P. Hewitt (eds.). Washington, DC: American Psychological Association, 2002. P. 255—285.
32. *Hewitt P., Flett G., Mikail S.* Perfectionism. A relational approach to conceptualization, assessment and treatment. New York: The Guilford Press, 2017. 336 p.
33. *Kadison R., Digeronimo T.* College of the Overwhelmed: The Campus Mental Health

- Crisis and What to Do About It. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2004. 296 p.
34. *McCullough M.E., Emmons R.A., Tsang J.-A.* The grateful disposition: a conceptual and empirical topography // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2002. Vol. 82 (1). P. 112—127. doi:10.1037/0022-3514.82.1.112
 35. *Reetz D., Bershad C., LeViness P., Whitlock M.* The Association for University and College Counseling Center Directors Annual Survey. Reporting period: September 1, 2015 through August 31, 2016 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.aucccd.org/assets/documents/aucccd%202016%20monograph%20-%20public.pdf> (дата обращения: 14.04.2018).
 36. *Rice K.G., Ashby J.S., Slaney R.B.* Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: a structural equation analysis // *Journal of Counseling Psychology*. 1998. Vol. 45 (3). P. 304—314. doi:10.1037/0022-0167.45.3.304
 37. *Ryckman R., Libby C., van der Borne B., Gold J., Lindner M.* Values of hypercompetitive and personal development competitive individuals // *Journal of Personality Assessment*. 1997. Vol. 69 (2). P. 271—283. doi:10.1207/s15327752jpa6902_2
 38. *Ryckman R., Hammer M., Kaczor L., Gold J.* Construction of a hypercompetitive attitude scale // *Journal of Personality Assessment*. 1990. Vol. 55 (3—4). P. 630—639. doi:10.1080/00223891.1990.9674097
 39. *Ryckman R., Hammer M., Kaczor L., Gold J.* Construction of a Personal Development Competitive Attitude Scale // *Journal of Personality Assessment*. 1996. Vol. 66 (2). P. 374—385. doi:10.1207/s15327752jpa6602_15
 40. *Smith H., Kim S.* Comprehending envy // *Psychological Bulletin*. 2007. Vol. 133 (1). P. 46—64. doi:10.1037/0033-2909.133.1.46
 41. *Smith H.* Envy and its transmutations // *The social life of emotions* / L. Tiedens, C. Leach (eds.). Cambridge: Cambridge University Press, 2004. P. 43—63.
 42. *Van der Zee K., Buunk B., Sanderman R., Botke G., van der Bergh F.* Social comparison and coping with cancer treatment // *Personality and Individual Differences*. 2000. Vol. 28 (1). P. 17—34. doi:10.1016/S0191-8869(99)00045-8

PERFECTIONISM, ENVY AND HYPERCOMPETITIVENESS AMONG UNIVERSITY STUDENTS

N.G. GARANIAN*,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
garanian@mail.ru

A.Yu. KLYKOVA**,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
coverforalex@ya.ru

M.G. SOROKOVA***,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
sorokovamg@mgppu.ru

Annual reports of student counseling services and empirical findings demonstrate growing prevalence of student maladjustment. Perfectionism is among highly disputable factors of this tendency. A study was conducted in the sample of 226 Russian university students. Indices of perfectionism, social comparisons, envy and competitiveness were examined. Students high in perfectionism reported significantly higher levels of contrastive upward social comparisons, envy, hypercompetitiveness and depression than those low in perfectionism. Envy and social comparison orientation partially mediated a relationship between perfectionism and depression.

Keywords: perfectionism, social comparison, envy, competitiveness, student maladjustment.

For citation:

Garanian N.G., Klykova A.Yu., Sorokova M.G. Perfectionism, Envy and Hypercompetitiveness among University Students. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2018. Vol. 26, no. 2, pp. 7–32. doi: 10.17759/cpp.2018260202. (In Russ., abstr. in Engl.).

* *Garanian Natalia Georgievna*, Doctor In Psychology, Professor, Department of Clinical Psychology and Psychotherapy, Faculty of Counseling & Clinical Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: garanian@mail.ru

** *Klykova Aleksandria Yurievna*, student, Faculty of Counseling and Clinical Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: coverforalex@ya.ru

*** *Sorokova Marina Gennadievna*, Doctor In Physics and Mathematics, Professor, Department of Applied Mathematics, Faculty Of Informational Technologies, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: sorokovamg@mgppu.ru

REFERENCES

1. Beskova T.V. Vzaimosvyaz' perfekcionizma so sposobami reagirovaniya na uspekhi i neudachu Drugogo [Elektronnyi resurs] [The connection between perfectionism and reactions to the Other's success and failure]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya: ehlektronnyj zhurnal* [Current issues of science and education: web journal], 2012, no. 2. Available at: <https://science-education.ru/pdf/2012/2/410.pdf> (Accessed 14.04.2018)
2. Beskova T.V. Psikhologicheskie mekhanizmy formirovaniya zavisti i ee determinanty [Elektronnyi resurs] [Psychological mechanisms of envy formation and its determinants]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta: ehlektronnyj zhurnal* [Moscow Region State University Herald: web journal], 2013, no. 1. Available at: http://vestnik-mgou.ru/vipuski/2013_1/stati/pdf/beskova.pdf (Accessed 14.04.2018)
3. Garanyan N.G., Kholmogorova A.B., Yudeeva T.Yu. Perfektsionizm, depressiya i trevoga [Perfectionism, depression and anxiety]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 2001, no. 4, pp. 18—48.
4. Garanyan N.G., Andrusenko D.A., Khlomov I.D. Perfektsionizm kak faktor studentcheskoi dezadaptatsii [Perfectionism as a factor of students' disadaptation]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2009, no. 1, pp. 72—81. (In Russ., abstr. in Engl.).
5. Garanyan N.G. Teoriya sotsial'nogo sravneniya v klinicheskoi psikhologii [Theory of social comparison in clinical psychology]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2015. Vol. 36 (4), pp. 36—49.
6. Garanyan N.G., Pushkina E.S. Proverka validnosti i nadezhnosti russkoyazychnoi versii metodiki "Shkala orientatsii na sotsial'nye sravneniya Iowa-Netherlands" v vyborke studentov [Establishing Validity and Reliability of the Russian Version of The Iowa-Netherlands comparison orientation measure in student's sample]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2016. Vol. 24 (2), pp. 64—92. doi:10.17759/cpp.2016240205. (In Russ., abstr. in Engl.).
7. Garanyan N.G., Shchukin D.A. Chastye sotsial'nye sravneniya kak faktor emotsional'noi dezadaptatsii studentov [Frequent social comparison and emotional maladjustment among students]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2014, no. 4, pp. 182—206. (In Russ., abstr. in Engl.).
8. Gorshenina N.V. Zavist' kak nravstvenno-eticheskoe kachestvo studenta [Envy as a moral-ethical quality of a student]. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem* [Current Studies Of Social Issues], 2012, no. 12, p. 16.
9. Gorchakova V.A., Landa L.A., Matytsina V.A., Krasnova V.V., Klimenkova E.N., Kholmogorova A.B. Psikhologicheskaya dezadaptatsiya u studentov sistemy srednego i vysshego professional'nogo obrazovaniya: sravnitel'nyi analiz [Psychological maladjustment in students of secondary and higher education: a comparative analysis]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2013, no. 4, pp. 5—14. (In Russ., abstr. in Engl.).
10. Krasik E.D., Polozhii B.S., Kryukov E.A. Nervno-psikhicheskie zabolevaniya u studentov [Nervous and mental disorders in students]. Tomsk: Tomsk University Publ., 1982. 7 p.
11. Matyushkina E.Ya. Uchebnyi stress u studentov pri raznykh formakh obucheniya [Academic stress of students with different forms of learning]. *Konsul'tativnaya*

- psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2016. Vol. 24 (2), pp. 47—63. doi:10.17759/cpp.2016240204. (In Russ., abstr. in Engl.).
12. Moskova M.V. Lichnostnye faktory emotsional'noi dezadaptatsii studentov: Avtoref. diss. ... kand. psikhol. nauk [Personal factors of emotional maladjustment in students. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Moscow, 2008. 23 p.
 13. Muzdybaev K. Zavistlivost' lichnosti [Envy of personality]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2002. Vol. 23 (6), pp. 38—50.
 14. Tarabrina N.V. Praktikum po psikhologii posttravmaticheskogo stressa [Handbook of post-traumatic stress psychology]. Saint Petersburg: Piter, 2001. 268 p.
 15. Kholmogorova A.B. Integrativnaya psikhoterapiya rasstroivstv affektivnogo spektra [Integrative psychotherapy of affective spectrum disorders]. Moscow: «MEDPRAKTIKA-M», 2011. 480 p.
 16. Horney K. Nevroticheskaya lichnost' nashego vremeni [The Neurotic Personality of Our Time]. Moscow: Progress-Univers, 1993. 480 p. (In Russ.).
 17. Tsygankova P.V. Perfektsionnyi stil' lichnosti patsientov s narusheniem adaptatsii i suitsidal'nym povedeniem: Avtoref. diss. ... kand. psikhol. nauk. [Perfectionist personality style of patients with adjustment difficulties and suicidal behavior. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Moscow, 2012. 33 p.
 18. Shifner N.A. Rasstroistva adaptatsii u studentov (ikh klinika i dinamika): Avtoref. diss. ... kand. med. nauk. [Adjustment disorders in students (clinical aspects and dynamics). Ph. D. (Medicine) Thesis]. Moscow, 2011. 25 p.
 19. Benton S.A., Robertson J.M., Tseng W.-C., Newton F.B., Benton S.L. Changes in counseling center client problems across 13 years. *Professional Psychology: Research and Practice*, 2003. Vol. 34 (1), pp. 66—72. doi:10.1037/0735-7028.34.1.66
 20. Curran T., Hill A.P. Perfectionism Is Increasing Over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016 // *Psychological Bulletin*. 2017. doi:10.1037/bul0000138
 21. Dijkstra P., Gibbons F., Buunk A. Social comparison theory. In J. Maddux, J. Tangney (eds.). *Social psychological foundations of clinical psychology*. London: Guilford Press, 2010, pp. 195—210.
 22. Gibbons F., Buunk B. Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999. Vol. 76 (1), pp. 129—142. doi:10.1037/0022-3514.76.1.129
 23. Gallagher R.P. National survey of counseling center directors 2006. Project Report [Elektronnyi resurs]. International Association of Counseling Services, Inc., 2007. Available at: http://d-scholarship.pitt.edu/28167/1/2006_survey.pdf (Accessed 14.04.2018)
 24. Gallagher R.P. National survey of counseling center directors 2014. Project Report [Elektronnyi resurs]. International Association of Counseling Services, Inc., 2015. Available at: http://d-scholarship.pitt.edu/28178/1/survey_2014.pdf (Accessed 14.04.2018)
 25. Garcia S., Tor A., Schiff T. The Psychology of Competition: A Social Comparison Perspective. *Perspectives on Psychological Science*, 2013. Vol. 8 (6), pp. 634—650. doi:10.1177/1745691613504114
 26. Festinger L. A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 1954. Vol. 7 (2), pp. 117—140. doi:10.1177/00187267540070020

27. Flett G., Madorsky D., Hewitt P., Heisel P. Perfectionism cognitions, rumination, and psychological distress. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 2002. Vol. 20 (1), pp. 33—47.
28. Flett G., Hewitt P., Sherry S. Deep, dark, and dysfunctional: The destructiveness of interpersonal perfectionism. In V. Zeigler-Hill, D.K. Marcus (eds.). *The Dark Side of Personality: Science and practice in social, personality, and clinical psychology*. Washington, DC: American Psychological Association, 2016, pp. 211—226. doi:10.1037/14854-011
29. Habke M., Flynn C. Interpersonal aspects of trait perfectionism. In G. Flett, P. Hewitt (eds.). *Perfectionism: Theory, research and treatment*. Washington, DC: American Psychological Association, 2002, pp. 151—181.
30. Hamilton T., Schweitzer R. The cost of being perfect: perfectionism and suicide ideation in university students. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 2000. Vol. 34 (5), pp. 829—835. doi:10.1080/j.1440-1614.2000.00801.x
31. Hewitt P., Flett G. Perfectionism and stress processes in psychopathology. In G. Flett, P. Hewitt (eds.). *Perfectionism: Theory, research and treatment*. Washington, DC: American Psychological Association, 2002, pp. 255—285.
32. Hewitt P., Flett G., Mikail S. Perfectionism. A relational approach to conceptualization, assessment and treatment. New York: The Guilford Press, 2017. 336 p.
33. Kadison R., Digeronimo T. College of the Overwhelmed: The Campus Mental Health Crisis and What to Do About It. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2004. 296 p.
34. McCullough M.E., Emmons R.A., Tsang J.-A. The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002. Vol. 82 (1), pp. 112—127. doi:10.1037/0022-3514.82.1.112
35. Reetz D., Bershad C., LeViness P., Whitlock M. The Association for University and College Counseling Center Directors Annual Survey. Reporting period: September 1, 2015 through August 31, 2016 [Elektronnyi resurs]. Available at: <https://www.aucccd.org/assets/documents/aucccd%202016%20monograph%20-%20public.pdf> (Accessed 14.04.2018).
36. Rice K.G., Ashby J.S., Slaney R.B. Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: a structural equation analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 1998. Vol. 45 (3), pp. 304—314. doi:10.1037/0022-0167.45.3.304
37. Ryckman R., Libby C., vander Borne B., Gold J., Lindner M. Values of hypercompetitive and personal development competitive individuals. *Journal of Personality Assessment*, 1997. Vol. 69 (2), pp. 271—283. doi:10.1207/s15327752jpa6902_2
38. Ryckman R., Hammer M., Kaczor L., Gold J. Construction of a hypercompetitive attitude scale. *Journal of Personality Assessment*, 1990. Vol. 55 (3—4), pp. 630—639. doi:10.1080/00223891.1990.9674097
39. Ryckman R., Hammer M., Kaczor L., Gold J. Construction of a Personal Development Competitive Attitude Scale. *Journal of Personality Assessment*, 1996. Vol. 66 (2), pp. 374—385. doi:10.1207/s15327752jpa6602_15
40. Smith H., Kim S. Comprehending envy. *Psychological Bulletin*, 2007. Vol. 133 (1), pp. 46—64. doi:10.1037/0033-2909.133.1.46
41. Smith H. Envy and its transmutations. In L. Tiedens, C. Leach (eds.). *The social life of emotions*. Cambridge: Cambridge University Press, 2004, pp. 43—63.
42. Van der Zee K., Buunk B., Sanderman R., Botke G., van der Bergh F. Social comparison and coping with cancer treatment. *Personality and Individual Differences*, 2000. Vol. 28 (1), pp. 17—34. doi:10.1016/S0191-8869(99)00045-8