

## A PERFEKCIONIZMUS KAPCSOLATA A SZOCIÁLISPROBLÉMA-MEGOLDÁSSAL ÉS A SZORONGÁSSAL SERDÜLŐKORBAN – EGY LONGITUDINÁLIS FELMÉRÉS EREDMÉNYEI

T-4

**Kasik László, Gál Zita**

*Szegedi Tudományegyetem, Neveléstudományi Intézet*

*Kulcsszavak:* perfekcionizmus; szociálisprobléma-megoldás; longitudinális mérés

A maladaptív perfekcionizmussal jellemzett serdülők szociálisprobléma-megoldásának egyik igen fontos jellemzője a problémához való negatív viszonyulás, illetve a problémahelyzetből való minél gyorsabb kilépés, amennyiben úgy érzékelik, hogy megoldásuk nem felel meg maximálisan az általuk vagy a környezetük által megfogalmazott elvárásoknak. A kétéves (2020–2022) követéses vizsgálatot 11-12 éves és 16-17 éves diákokkal kezdtük meg (N=432), és azt elemeztük, milyen arányban fordul elő körükben adaptív és maladaptív perfekcionista, milyen különbség azonosítható kortársakkal kapcsolatos problémáik megoldásában, bevonva az elemzésbe a szorongást is, mivel ennek szerepe az elkerülő viselkedésben és főként a maladaptív perfekcionizmusban jelentős. A szociálisprobléma-megoldás mérésére az SPSI-R-t (D’Zurilla et al., 2002), az állapot- és a vonásszorongás mérésére a STAI-C-t (Sipos et al., 1978) használtuk. A perfekcionizmus jellemzőinek feltárására az APSR-t (Slaney et al., 2001) és az FMPS-t (Frost et al., 1990) alkalmaztuk, melyekkel a személyes, a környezettől származó és külön a szülői elvárások, a kételkedés, a hibázástól való félelem, a megfelelés hiányának érzése és a rendezettség, rendszeret jellemzői azonosíthatók. Mindegyik mérőeszköz mindegyik életkorban és mindegyik mérés alkalmával megbízhatóan mért. Az APSR-en elért eredmények alapján mindkét évben közel hasonló a nem perfekcionista, az adaptív és a maladaptív perfekcionista aránya, mindkét életkorban a perfekcionista harmada a maladaptív perfekcionizmus jeleit mutatja. Rájuk jellemző legnagyobb mértékben a negatív problémaorientáció és az elkerülő viselkedés, valamint erős a kapcsolat a megfelelés érzésének hiánya és a vonásszorongás között. Ez az összefüggés a 11-12 éveseknél is azonosítható, ami azért kiemelt eredmény, mert a nem perfekcionista 11-12 évesek körében a pozitív orientáció értéke jóval magasabb és az elkerülés értéke sokkal alacsonyabb. Ezek az eredmények alátámasztják a külföldi kutatási adatokat, és arra hívják fel a figyelmet, hogy az iskolai nevelés során mindenképpen szükséges a jelenleginél mélyrehatóbban foglalkozni a perfekcionizmus serdülőkori okaival, alakulásával és következményeivel, megfelelő pedagógiai eszközökkel segíteni kell az adaptivitás erősödését, illetve kezelése során figyelembe kell venni más területekkel való kapcsolatát. E felmérésből is úgy látszik, a maladaptív perfekcionizmusnak a társas problémák nem hatékony megoldásával és a szorongással is egyre szorosabb a kapcsolata serdülőkorban, és e kapcsolatrendszer kevésbé hatékony életvezetést eredményezhet.

*A kutatás alatt Kasik László Bolyai János Kutatási Ösztöndíjban és ÚNKP (Bolyai+) ösztöndíjban részesült.*