

Д.И.Ордагулова^{1*} , К. Казиев² , С.Ж.Бекжанова³ , А.Қ.Өмірзақова-Ахмет²

¹Туран университеті Алматы, Қазақстан

²Х.Досмұхамедов атындағы Атырау университет Атырау, Қазақстан

³Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті Алматы, Қазақстан

СТУДЕНТТЕРДЕГІ ПЕРФЕКЦИОНИЗМ, АКАДЕМИЯЛЫҚ ПРОКРАСТИНАЦИЯ ЖӘНЕ ӨМІРГЕ ҚАНАҒАТ АРАСЫНДАҒЫ БАЙЛАНЫС

Аңдатпа

Зерттеудің мақсаты – университет студенттеріндегі перфекционист тұлғалық қасиеті олардағы академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануын болжайтынын анықтау. Зерттеуге Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университетінің 90 студенті қатысты. Деректер тұлғаның перфекционистік қасиетін зерттеуге арналған көп өлшемді перфекционизм шкаласы, академиялық прокрастинацияны зерттеу үшін студенттердегі прокрастинацияны бағалау шкаласы және өмірге қанағаттанушылықты зерттеу үшін өмірге қанағаттану шкаласының көмегімен жиналды. Зерттеу нәтижелері бойынша регрессиялық талдау жүргізілді. Талдау қорытындысына сәйкес, тұлғаның өзіне бағдарланған перфекционистік қасиеті академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануды айтарлықтай болжайтыны анықталды. Сонымен қатар, өзгеге бағытталған және қоғам анықтаған перфекционизм академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануды болжаған жоқ.

Түйін сөздер: перфекционизм, өзіне бағытталған перфекционизм, өзгелерге бағытталған перфекционизм, академиялық прокрастинация, өмірге қанағаттану, студенттер.

Д.И.Ордагулова^{1*} , К. Казиев² , С.Ж.Бекжанова³ , А.К.Умирзахова-Ахмет

¹Университет Туран, Алматы, Казахстан

²Атырауский университет им. Х. Досмухамедова, Атырау, Казахстан

³Казахский национальный педагогический университет имени Абая, Алматы, Казахстан

⁴Атырауский университет им. Х. Досмухамедова, Атырау, Казахстан

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ПЕРФЕКЦИОНИЗМОМ, АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИЕЙ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ У СТУДЕНТОВ

Аннотация

Целью данного исследования является определение того, предсказывает ли черта личности перфекциониста у студентов университета их академическую прокрастинацию и удовлетворенность жизнью. В исследовании приняли участие 90 студентов Казахского национального педагогического университета имени Абая. Данные были собраны с помощью многомерной шкалы перфекционизма для исследования черты личности перфекциониста, шкалы студенческой прокрастинации для изучения академической прокрастинации и шкалы удовлетворенности жизнью. По результатам исследования был проведен регрессионный анализ. По результатам анализа было установлено, что перфекционизм направленный на себя существенно предсказывает академическую прокрастинацию и удовлетворенность жизнью. Более того, направленный на других и социально предписанный перфекционизм не предсказал академическую прокрастинацию и удовлетворенность жизнью у студентов.

Ключевые слова: перфекционизм, перфекционизм направленный на себя, перфекционизм направленный на других, академическая прокрастинация, удовлетворенность жизнью, студенты.

Ordagulova D.^{1*}, Kaziyeu K.², Bekzhanova S.³, Umirzakhova-Akhmet A.⁴

¹Turan University, Almaty, Kazakhstan

²Atyrau University named after H. Dosmukhamedov, Atyrau, Kazakhstan

³Kazakh National Pedagogical University named after Abay, Almaty, Kazakhstan

⁴Atyrau University named after H. Dosmukhamedov, Atyrau, Kazakhstan

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM, ACADEMIC PROCRASTINATION AND LIFE SATISFACTION OF STUDENTS

Abstract

The purpose of this study is to determine whether perfectionist personality trait in university students predicts their academic procrastination and life satisfaction. The study involved 90 students of the Kazakh National Pedagogical University named after Abay. The data were collected using the Multidimensional Perfectionism Scale to study the perfectionist personality trait, the Student Procrastination Scale to study academic procrastination and the Life Satisfaction Scale. Based on the results of the study, a regression analysis was conducted. The analysis showed that self-directed perfectionism significantly predicted academic procrastination and life satisfaction. Moreover, other-oriented and socially prescribed perfectionism did not predict academic procrastination and life satisfaction of students.

Key words: perfectionism, self-oriented perfectionism, other-oriented perfectionism, academic procrastination, life satisfaction, students.

КІРІСПЕ Көптеген әдебиеттерде перфекционизм өзін-өзі бағалаудың төмендігі, депрессия, мазасыздық және прокрастинация сияқты жағымсыз жағынан қарастырылғанымен, олар ішкі бақылауды, шешім қабылдауды, тәртіп пен жетістікке ұмтылуды қамтиды. Перфекционисттің жағымсыз қасиеттерімен қатар жағымды қасиеттері оған өмірде бақыт сыйлайды.

Хьюитт және Флетт перфекционизм тұжырымдамасы жеке және әлеуметтік өлшемдерге ие және оның құрылымын көп өлшемді бағалау қажет деп болжайды. Перфекционизмнің жеке өлшемі «өзіне бағытталған» перфекционизмді қамтиды. Бұл өлшемге тән сипаттамалар – өзін айтарлықтай жоғары стандарттарға байлау, өз мінез-құлқы мен өнімділігін сыни бағалау, «не барлығы, не ештеңе де емес» принципін қабылдау және қол жеткізілген нәтижелердегі сәттілік немесе сәтсіздікке ғана назар аудару. Перфекционизмнің бұл түрі қателік жасаудан бас тарта отырып, адамды мінсіз болуға ынталандырады. Перфекционизмнің тұлғааралық өлшемі, керісінше «басқаға бағытталған перфекционизм». Бұл өлшем маңызды адамдардан жоғары стандарттарға сай болуын талап етуді қамтиды. Перфекционизмнің бұл түрі басқалардың іс-әрекетін сыни бағалаумен, кінә тағумен, оларға сенімсіздікпен қараумен және оларға деген дұшпандық сезімдермен байланысты. Перфекционизмнің үшінші әлеуметтік өлшемі – басқалардың өзіне артқан үмітіне қатысты «қоғаммен анықталған перфекционизм». Бұл өлшем маңызды адамдар жүктеген адамның стандарттар мен үміттерге жауап беру қабілетін қамтиды. Перфекционизмнің бұл түрінде басқалар өзіне өте жоғары талаптар қояды және адам осы стандарттарға қол жеткізу арқылы ғана қанағаттана алады деген сенім бар [1]. Перфекционизм көптеген психопатологиялармен және дисфункционалды мінез-құлықтармен байланысты екені анықталды [2]. Перфекционизммен байланысы анықталған тағы бір жағымсыз қасиет – прокрастинация. Бұл мәселеге студенттер контекстінде қарасак, перфекционистік тұлғалық қасиеттерге ие студенттер академиялық мәселелерде жоғары прокрастинацияны көрсететінін көруге болады.

Академиялық прокрастинация үй тапсырмасын орындай және емтиханға дайындық сияқты академиялық тапсырмаларды соңғы минуттарға дейін қалдыру және осыған байланысты туындайтын ыңғайсыздық сезімі ретінде анықталған [3]. Бұл академиялық тапсырмаларды қате

жіберіп қоюдан қорыққандықтан әдейі кейінге қалдыру [4], орындалуы қажет тапсырмаларды кейінге қалдыру [5] және уақытты тиімді басқара алмау ретінде сипатталған [6].

Көптеген авторлар перфекционистер мен прокрастинаторлардың кейбір ортақ белгілерін атап көрсетеді. Екеуі де жоғары стандарттарға ие [7] және мүмкін емес сенімдерді қолдайды [8]. Сонымен қатар, екеуі де қателік жасаудан қорқады, тұрақты жетістіктің маңыздылығына мән береді [9].

Перфекционизм мен прокрастинация арасындағы себеп-салдар байланысын қарастыра отырып, зерттеушілер көп адамдар перфекционист болғандықтан кейінге қалдырады деп болжайды [7]. Перфекционистер өздеріне қисынсыз жоғары талаптар қояды және бұл талаптарды орындай алатынына сене алмағандықтан кейінге қалдырады. Феррари прокрастинаторлардың басқалардың оларды қалай бағалайтынына қатысты перфекционистік қасиетке ие екенін айтады [10]. Олар орындау қажет тапсырмаларды орындай алмайды, себебі олар өздері үшін белгіленген стандарттарға шамадан тыс назар аударады және басқалар оларды қалай бағалайтыны туралы көп ойлайды. Осы себептерге байланысты перфекционизм мен академиялық прокрастинация арасында себеп-салдар байланысы бар [11].

Перфекционистік тұлғалық қасиет пен прокрастинация арасындағы байланыстарға арналған зерттеулерді қарастыра отырып, Флетт және басқалар қоғаммен анықталған перфекционизм мен академиялық прокрастинация арасында байланыс бар, бырақ өзіне бағытталған және басқаларға бағытталған перфекционизм мен академиялық прокрастинация арасында әлсіз байланыс бар деген қорытындыға келді. Сол сияқты, Садлер, Сакс және Вернике қоғаммен анықталған перфекционизм мен академиялық прокрастинация арасында байланыс бар деп болжайды [12]. Мартин және басқалары университет студенттерімен жүргізген зерттеуінде перфекционизмнің әлеуметтік өлшемі мен прокрастинация арасында оң корреляция, ал перфекционизмнің жеке өлшемі мен прокрастинация арасында теріс корреляция анықтады. Чакиджи зерттеуі академиялық прокрастинация мен өзіне бағытталған перфекционизм арасында теріс корреляция және басқалардың өзінен күтетін үміттеріне қатысты перфекционизммен оң корреляция анықтады. Лэй өзіне бағытталған перфекционизм мен академиялық прокрастинация арасындағы байланысты анықтаса [13], Буско өзіне бағытталған перфекционизм академиялық прокрастинациямен теріс байланысады деген қорытындыға келді [14]. Зерттеу нәтижелерін бағалай отырып, перфекционизмнің барлық өлшемдері академиялық прокрастинациямен байланысатынын көруге болады.

Бұл зерттеулердің нәтижелері перфекционизм жиі жағымсыз мінез-құлық тудыратынын көрсетсе де, соңғы зерттеулер бұл тұлғалық қасиет субъективті әл-ауқат пен өмірге қанағаттану сияқты жағымды сезімдерге әкелетіні айтылуда. Өмірге қанағаттану – адам өмірін эмоционалды және когнитивті бағалауды қамтитын тұжырымдама. Өмірге қанағаттанушылық адамның өмір сүру жағдайлары мен өзі бекіткен стандарттарды салыстыру арқылы бағалауды қамтиды. Сол сияқты, перфекционизм – бұл, адамның өзі белгілеген стандарттар негізінде тапсырманы орындау сапасын бағалауы. Осылайша, адамның белгіленген стандарттарға сай болуы өмірге қанағаттанушылықты арттырады. Керісінше, қабылданған стандарттар мен нақты өнімділік арасындағы айырмашылық артқанда, өмірге қанағаттану төмендейді. Тұлғаның перфекционистік қасиетін, прокрастинация мен өмірге қанағаттануды зерттеген зерттеулер болған емес. Перфекционистік тұлғалық қасиет пен өмірге қанағаттану арасындағы өзара байланысқа арналған зерттеулер перфекционизмнің үйлесімді және үйлесімсіз аспектілері мен өмірге қанағаттану арасындағы корреляцияны зерттеген. Зерттеушілер тұлғаның перфекционистік қасиеті өмірге қанағаттанушылыққа қалыпты және теріс әсер ететінін және перфекционистік ойлар өмірге қанағаттануды төмендетеді деген қорытындыға келді.

Өмірге қанағаттану мен перфекционизмнің жеке және әлеуметтік өлшемдері арасындағы байланыстарды зерттеу кезінде қоғаммен анықталған перфекционизм мен өмірге қанағаттану арасында теріс корреляция, ал өзіне бағытталған перфекционизм мен өмірге қанағаттану

арасында корреляция анықталмаған. Эшби және Райс та қоғаммен анықталған перфекционизм мен өмірге қанағаттану арасында теріс корреляция анықтады [15].

Зерттеу нәтижелеріне сәйкес, перфекционизмнің әлеуметтік өлшемі мен өмірге қанағаттану арасында оң корреляция анықталса, басқа өлшемдерімен корреляция анықталмаған [16]. Зерттеулерді талдау академиялық прокрастинация сияқты тұлғаның перфекционистік қасиетінің жағымсыз әсері егжей-текжейлі зерттелгенін, ал өмірге қанағаттану сияқты көп өлшемді перфекционизмнің оң әсеріне жүргізілген зерттеулердің өте аз екендігін көрсетеді.

ЗЕРТТЕУ МАТЕРИАЛДАРЫ МЕН ӘДІСТЕРІ. Зерттеудің мақсаты тұлғаның көп өлшемді перфекционистік қасиеті, академиялық прокрастинация және өмірге қанағаттану арасындағы байланысты зерттеу болып табылады.

Зерттеуге Абай ат.ҚазҰПУ педагогикалық мамандықтарының 90 студенті қатысты, олардың 64 әйел (71%), 36 ер (29%). 26 студент 1 курста, 22 студент 2 курста, 23-і 3 курста және 19 – сы 4 курста оқиды. Орташа жасы 21 жасты құрады.

Зерттеуге қажетті деректерді жинақтау үшін көп өлшемді перфекционизм шкаласы, прокрастинацияны бағалау шкаласы және өмірге қанағаттану шкаласы қолданылды.

Студенттердің перфекционистік қасиеттері Хьюит және Флетт құрастырған және И.И.Грачеваның орыс тіліне бейімдеген көп өлшемді перфекционизм шкаласының көмегімен өлшенді. Шкала перфекционистік мінез-құлықты 3 өлшем бойынша өлшейді және 45 тармақтан тұрады: өзіне бағытталған перфекционизм шкаласы, өзгелерге бағытталған перфекционизм шкаласы және қоғаммен анықталған перфекционизм шкаласы. Жауаптар 7 балдық Лайкерт шкаласы бойынша бағаланады (1- толықтай келісемін, 7-мүлде келіспеймін) және жоғары балдар жоғары перфекционизмді, төмен балдар төмен перфекционизмді білдіреді.

Академиялық прокрастинацияны зерттеу үшін Соломон және Ротблум әзірлеген және М.В.Зверева бейімдеген «Академиялық прокрастинацияны бағалау шкаласы» қолданылды. Шкала екі бөлімнен және жалпы алғанда 44 тармақтан тұрады. Бірінші бөлім «прокрастинацияның таралу аймақтарын» өлшеуге арналған және 18 тармақтан тұрады, әр тармақ Лайкерт шкаласы бойынша 5-балдық жүйемен бағаланады. Екінші бөлім «прокрастинация себептері» деп аталады және студенттерге курстық жұмысты әзірлеу бойынша сценарийді қамтиды. Екінші бөлім 26 тармақтан тұрады және әр тармақ Лайкерт шкаласы бойынша 5 балдық жүйемен бағаланады (1-мендегі прокрастинация себебін ашпайды, 5 - прокрастинация себебін толығымен ашады).

Студенттердің өмірге қанағаттану деңгейі Динер, Эммонс, Ларсен және Гриффин әзірлеген және орыс тіліне Д.А.Леонтьев және Е.Н.Осин бейімдеген өмірге қанағаттану шкаласы арқылы өлшенді. Шкала 5 тармақтан тұрады және жауаптар 7-балдық Лайкерт шкаласы бойынша бағаланады (1-мүлде олай емес, 7-дәл солай) және жоғары ұпайлар өмірге қанағаттанудың жоғары деңгейін, төмен ұпайлар өмірге қанағаттанудың төмен деңгейін білдіреді.

ЗЕРТТЕУ НӘТИЖЕЛЕРІ ЖӘНЕ ОЛАРДЫ ТАЛҚЫЛАУ 2024-2025 оқу жылының күзгі семестрінде Абай ат.ҚазҰПУ педагогикалық мамандықтар студенттерінен деректер жинау әрекеті жасалды. Зерттеуде болжаушы айнымалы болып табылатын тұлғаның перфекционизмдік қасиеті мен академиялық прокрастинация және өмірге қанағаттану арасындағы сызықтық байланысты тексеру мақсатында SPSS бағдарламасының шашырау диаграммасы қолданылды. Болжаушы айнымалы мен болжамды айнымалы арасында сызықтық байланыс анықталды. Айнымалылар арасындағы байланыс Пирсон корреляция коэффициенті арқылы есептелді, содайн кейін сатылы регрессиялық талдау жасалды. Зерттеуде мәнділік деңгейі 0,05 – і құрады.

Алдымен болжамды айнымалылар болып табылатын перфекционистік қасиеттер (өзіне бағытталған, өзгеге бағытталған және қоғаммен анықталған перфекционизм), академиялық прокрастинация және өмірге қанағаттану арасындағы байланыс келтіріліп (1-кесте), содан кейін сәйкес айнымалылар үшін регрессиялық талдаулар нәтижелері ұсынылды (2-кесте). 1-кестеден көрініп тұрғандай, өзіне бағытталған перфекционизм мен академиялық прокрастинация арасында мәнді теріс корреляция ($r=0,198$) анықталды, ал өзіне бағытталған перфекционизм мен

өмірге қанағаттану арасында оң мәнді корреляция ($r=0,165$) анықталды. Өзгеге бағытталған перфекционизм, академиялық прокрастинация және өмірге қанағаттану арасында ешқандай байланыс анықталмады.

Кесте 1. Академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануды есепке алатын айнымалылар арасындағы қарапайым корреляция ($n=130$)

Айнымалылар	1	2	3	4	5
1.Өзіне бағытталған перфекционизм		0,406**	0,307**	-0,198**	0,165*
2.Өзгеге бағытталған перфекционизм	0,406**		0,302**	-0,055	0,044
3.Қоғаммен анықталған перфекционизм	0,307**	0,302**		0,006	-0,080
4.Академиялық прокрастинация	-0,198**	-0,055	0,006		-0,151*
5.Өмірге қанағаттану	0,165*	0,044	-0,080	-0,151*	

* $p<0,05$ ** $p<0,01$

Бұл зерттеуде академиялық прокрастинация мен студенттердің өмірге қанағаттану болжаушыларын анықтау үшін сатылы регрессиялық талдау жүргізілді. Талдау нәтижелері 2-және 3- кестеде келтірілген.

2-кестеде көрсетілгендей, өзіне бағытталған перфекционизм академиялық прокрастинацияны айтарлықтай болжады ($R=0,211$, $R^2=0,044$, $p<0,01$). Студенттердің өзіне бағытталған перфекционизмі академиялық прокрастинацияның 4,4% дисперсиясын түсіндіреді. Дегенмен, өзіне және өзгелерге бағытталған перфекционизм академиялық прокрастинацияны болжай алмады.

Кесте 2. Студенттердегі академиялық прокрастинацияны болжау үшін сатылы регрессиялық талдау нәтижелері

Үлгі	Стандартталмаған коэффициенттер		Стандартталған коэффициенттер						
	β	SH	Beta	t	R	R^2	ΔR^2	F	Sig.
Өзіне бағытталған перфекционизм	-0,098	0,031	-0,227	-3,124	0,211	0,044	0,031	3,554	0,014*

* $p<0,01$

3-кестеде көрсетілгендей, тұлғаның өзіне бағытталған перфекционистік қасиеті өмірге қанағаттануды айтарлықтай болжады ($R=0,215$, $R^2=0,046$, $p<0,01$). Студенттердің өзіне бағытталған перфекционизмі өмірге қанағаттанудың 3,4% дисперсиясын түсіндіреді. Дегенмен, өзгелерге және өзіне бағытталған перфекционизм өмірге қанағаттануды болжаған жоқ.

Кесте 3. Студенттердің өмірге қанағаттануын болжау үшін сатылы регрессиялық талдау нәтижелері

Үлгі	Стандартталмаған коэффициенттер		Стандартталған коэффициенттер						
	β	SH	Beta	t	R	R ²	ΔR^2	F	Sig.
Өзіне бағытталған перфекционизм	-0,090	0,030	0,208	2,874	0,215	0,046	0,033	3,691	0,012*

* $p < 0,01$

Студенттердегі академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануын болжауға тұлғаның перфекционистік қасиетінің әсерін анықтау мақсатында жүргізілген талдау нәтижесінде алынған регрессия коэффициенттері, R² және t мәндері студенттердегі академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануы тұлғаның перфекционистік қасиеті арқылы болжанатынын көрсетеді. Екінші жағынан, өзгеге бағытталған және қоғаммен анықталған перфекционизм болашақ мұғалімдерде академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануды болжамайды деген қорытынды жасалды.

ҚОРЫТЫНДЫ Бұл зерттеу университет студенттеріндегі академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануды болжаудағы перфекционистік тұлғалық қасиеттердің әсерін зерттеді. Талдау нәтижелері студенттердегі академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануы тұлғаның өзіне бағытталған перфекционистік қасиетімен болжанатынын көрсетті. Керісінше, өзгеге бағытталған перфекционистік тұлғалық қасиеттер мен қоғаммен анықталған перфекционистік қасиеттер болашақ педагогтардағы академиялық прокрастинация мен өмірге қанағаттануын болжамайды деген қорытындыға келді. Университет студенттерінің перфекционистік қасиеті мен академиялық прокрастинациясы бойынша жүргізілген зерттеулер өзіне бағытталған перфекционизм мен академиялық прокрастинация теріс (Seo, 2008; Saddler and Buley, 1999; Busko, 1998) және оң корреляцияланатындығын (Solomon and Rothblum, 1984) көрсететін нәтижелер берді. Сондай-ақ, екі айнымалының арасында ешқандай корреляция жоқ екенін көрсететін зерттеу нәтижелері де бар.

Осы зерттеуден алынған нәтижелер тұлғаның өзіне бағдарланған перфекционистік қасиеті мен академиялық прокрастинация арасында теріс корреляция бар екенін көрсеткен Seo және т.б. алған зерттеу нәтижелерімен ұқсас болды.

Зерттеушілердің пікірінше, өзіне бағытталған перфекционизмге ие адамдар өздеріне белгілеп алған қатаң және өте жоғары стандарттарды ұстанады, сонымен қатар кемелдікке жету және қателік жасаудан бойын аулақ ұстау үшін өздерін мұқият қадағалайды. Бұндай адамдар өте ынталы, өздеріне жүктелген тапсырмаларды орындауда амбициялы, жұмыстарына өте мұқият. Оларда ішкі бақылау мен белгілі бір жағдайларда жетістікке жету әлеуеті бар. Бұған қоса, өзіне бағытталған перфекционизмге ие адамдар ішкі мотивацияға ие және жетістікке жетуді талап ететін жағдайға тап болған кезде одан қашпайды, керісінше жақындауға тырысады. Осы тұрғыдан тұлғаның өзіне бағытталған перфекционизмі академиялық прокрастинациямен теріс байланысады.

Зерттеу барысында алынған тағы бір қорытынды, өзгеге бағытталған және қоғаммен анықталған перфекционистік қасиет пен академиялық прокрастинация арасында ешқандай байланыс анықталмады. Бұл қорытынды Onwuegbuzie зерттеу барысында алған нәтижелерімен сәйкес келмейді. Зерттеушілер қоғаммен анықталған перфекционизм академиялық прокрастинацияға оң әсер етеді және басқалар тарапынан берілетін теріс бағаға жауап ретінде туындайтын мазасыздық қателіктерден аулақ болуға және соның салдары ретінде академиялық прокрастинацияға әкеледі деп болжайды.

Зерттеуде тұлғаның перфекционистік қасиеті мен өмірге қанағаттану арасындағы байланыс туралы қорытындылар тұлғаның өзіне бағытталған перфекционизм өмірге қанағаттануды болжайтынын және екеуінің арасында оң корреляция бар екенін көрсетеді, ал қоғаммен

анықталған және өзгеге бағытталған перфекционизм мен тұлғаның перфекционистік қасиеті арасында корреляция анықталмады.

Перфекционизм мен өмірге қанағаттану арасындағы байланысты анықтау бойынша жүргізілген зерттеу ағымдағы зерттеу қорытындысына қайшы келетін нәтижелерді көрсетті. Әдебиеттерге шолу барысында, қоғаммен анықталған перфекционизм мен өмірге қанағаттану арасында теріс корреляция бар екені және тұлғаның өзіне бағытталған перфекционизмі мен өмірге қанағаттану арасында ешқандай корреляция жоқ екені белгілі болды. Студенттердің өздеріне белгілеген ең басты стандарты – жоғары оқу орнына түсіп, мамандық алу. Зерттеуге қатысқан топ жетістікке жеткен топ, себебі олар мамандық алуға қадам жасауда. Студенттер өздері белгілеген стандарттарға жақындаған сайын олардың өмірге қанағаттануы артады.

Перфекционизмнің кейбір жағымсыз жақтары болғанымен, тұлғаның өзіне бағытталған перфекционизмінің кейбір артықшылықтары да бар, мысалы, мақсат қою, жетістікке жету және тәртіп. Әсіресе университет студенттері үшін академиялық өміріндегі жетістік олардың бүкіл өміріне әсер етеді. Осы тұрғыдан алғанда, жеке дамуын жалғастырушы және өзін-өзі дамытуға мүмкіндіктері мол болашақ педагогтарға қатысты университеттер мен университеттік психологиялық кеңес беру орталықтарына үлкен міндет жүктеледі. Қажет болған жағдайда, студенттерге психологиялық кеңес беру орталықтарынан кәсіби көмек көрсету арқылы перфекционистік қасиеттер мен академиялық оқу дағдыларын жетілдіру бағытында саналы түсінуге қол жеткізуге көмектесуге болады. Олардың тұлғалық дамуы үшін семинарлар мен психологиялық білім беру бағдарламаларын ұйымдастыруға болады. Сондай-ақ, осы мақсатта студенттердің жеке қасиеттерін ашуға және кәсіби біліктілігін арттыруға көмектесетін педагогикалық факультеттердің оқу бағдарламаларын элективті курстармен толықтыруға болады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Hewitt, P. L., & Flett, G. L. *Multidimensional Perfectionism Scale (MPS): Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 2004.
2. Adkins, K. K., & Parker, W. D. *Perfectionism and suicidal preoccupation*. *J. Personal.*, 1996. 64: 529–543.
3. Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. *Academic procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates*. *Journal of Counseling Psychology*, 1984. 31(4), 504-510.
4. Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. *Self-regulation and academic procrastination*. *Journal of Social Psychology*, (1995). 135, 607–619.
5. Schouwenburg, H. C. *Academic procrastination: Theoretical notions, measurement, and research*. In J. R. Ferrari & J. L. Johnson (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*, 1995a. pp. 71–96. New York: Plenum Press.
6. Milgram, N., Marshevsky, S., & Sadeh, C. *Correlates of academic procrastination: Discomfort, task aversiveness, and task capability*. *Journal of Psychology*, 1995. 129, 145–155.
7. Burka, J. B., & Yuen, L. M. *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Reading, 1983. MA: Addison-Wesley.
8. Beswick, G., Rothblum, E.D., & Mann, L. *Psychological antecedents of student procrastination*. *Australian Psychologist*, 1988. 23, 207-217.
9. Flett, G. L., Blankstein, K., Hewitt, P. L., & Koledin, S. *Components of perfectionism and procrastination in college students*. *Social Behaviour and Personality*, 1992. 20, 85–94.
10. Ferrari, J.R. *Reliability of academic and dispositional measures of procrastination*. *Psychological Reports*, 1989. 64, 1057–1058.
11. Onwuegbuzie, A. J. *Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students*. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2000. 15(5), 103-110.
12. Saddler, C. D., & Sacks, L. A. *Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students*. *Psychological Reports*, 1993. 73, 863-871.

13. Lay, C.H. At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 1986. 20, 474–495.
14. Busko, D. A. *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. Unpublished master's thesis, University of Guelph, Canada, 1998.
15. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. Personality, culture, and subjective wellbeing: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 2003. 54,403-425.
16. Chang, E. C. Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in younger and older adults. *Journal of Counseling Psychology*, 2000. 47, 18–26.

References

1. Hewitt, P. L., & Flett, G. L. *Multidimensional Perfectionism Scale (MPS): Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 2004.
2. Adkins, K. K., & Parker, W. D. Perfectionism and suicidal preoccupation. *J. Personal.*, 1996. 64: 529–543.
3. Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. Academic procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 1984. 31(4), 504-510.
4. Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. Self-regulation and academic procrastination. *Journal of Social Psychology*, (1995). 135, 607–619.
5. Schouwenburg, H. C. Academic procrastination: Theoretical notions, measurement, and research. In J. R. Ferrari & J. L. Johnson (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*, 1995a. pp. 71–96. New York: Plenum Press.
6. Milgram, N., Marshevsky, S., & Sadeh, C. Correlates of academic procrastination: Discomfort, task aversiveness, and task capability. *Journal of Psychology*, 1995. 129, 145–155.
7. Burka, J. B., & Yuen, L. M. *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Reading, 1983. MA: Addison-Wesley.
8. Beswick, G., Rothblum, E.D., & Mann, L. Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 1988. 23, 207-217.
9. Flett, G. L., Blankstein, K., Hewitt, P. L., & Koledin, S. Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behaviour and Personality*, 1992. 20, 85–94.
10. Ferrari, J.R. Reliability of academic and dispositional measures of procrastination. *Psychological Reports*, 1989. 64, 1057–1058.
11. Onwuegbuzie, A. J. Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2000. 15(5), 103-110.
12. Saddler, C. D., & Sacks, L. A. Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Reports*, 1993. 73, 863-871.
13. Lay, C.H. At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 1986. 20, 474–495.
14. Busko, D. A. *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. Unpublished master's thesis, University of Guelph, Canada, 1998.
15. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. Personality, culture, and subjective wellbeing: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 2003. 54,403-425.
16. Chang, E. C. Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in younger and older adults. *Journal of Counseling Psychology*, 2000. 47, 18–26.