

УДК [159.98:159.98]378

## **ВПЛИВ «СИНДРОМУ ВІДМІННИКА» НА КАР'ЄРУ СТУДЕНТА**

Цехмістренко К.В.

Науковий керівник – канд. філос. н., доц. Дашенкова Н. М.

Харківський національний університет радіоелектроніки, каф. філософії,  
м. Харків, Україна

This work analyzes the impact of the excellent student's syndrome on the student's career. It discusses the prerequisites and possible consequences of this syndrome. The work also explores the potential benefits and risks for the student and his development. The author notes changes in the educational process, which positively contribute to the formation of a healthy psyche, which will definitely have a positive effect on a person's work capacity and efficiency. Talks about problems that will interfere with the development and formation of a good employee, and above all, a healthy person.

Реформа української системи освіти вже довгий час є актуальним завданням нашого суспільства. Серед інших аспектів зміни мають стосуватися і питання психологічної готовності молоді людини до навчання. Деякі кроки в цьому напрямі робляться, але вони здебільшого стосуються системи середньої освіти. Звісно, студенти вищих навчальних закладів є дорослішими та більш сформованими, але й вони можуть мати проблеми щодо оцінок соціуму, правильності або нормативності певних дій, емоцій, тощо.

Одним з таких феноменів, який може нанести суттєву шкоду психологічному здоров'ю студента чи студентки є так званий «синдром відмінника», який проявляє себе в намаганні досконало виконувати всі завдання, незалежно від їх значущості або власних можливостей. В так званій зоні ризику можуть опинитися студенти, що схильні до перфекціонізму, надмірної самокритики і прагнення до досягнення високих результатів, проте варто розрізняти вмотивованість від нездорової залежності в схваленні, бажанні бути ідеальним в усьому [1]. Перфекціонізм не тотожний «синдрому відмінника», оскільки перфекціоніст заціклений на результаті як такому. Йому байдуже, що скажуть інші, головне, щоб він оцінив свій результат як ідеальний. Для «відмінника» оцінка збоку, похвала є дуже значущою [2].

«Синдром відмінника» може мати як позитивні, так і негативні наслідки для кар'єрного розвитку. Для роботодавця посидючість, старанність та понаднормова праця можуть здаватися великим плюсом. Такі співробітники робитимуть все, щоб отримати схвалення, вони надзвичайно вмотивовані в досягненні своєї мети. Вони готові десятки разів перевіряти свою роботу та шукати нові шляхи розв'язання певних задач, що стає приводом для кар'єрного росту.

Проте наслідком цієї працелюбності і досконалості є купа проблем:

- такі люди можуть брати на себе непотрібну відповідальність;
- вони не вміють відпочивати, таким чином постійно знаходяться в стресовому стані;
- у них виникають труднощі у відносинах з колегами, друзями, родичами;
- відчувають страх нового (раптом ідеально не вийде і вони отримають осуд від соціуму), інколи такі люди стають «вічними студентами», оскільки комфортно відчувають себе лише в штучній системі;
- відчувають постійну недосконалість (здається, що міг зробити краще), їх настрої може часто змінюватися в залежності від оцінки соціуму;
- вони не вміють визнавати та приймати поразку, їм необхідно бути першими;
- вони дуже чутливі до критики оточення, можуть ігнорувати власні бажання [1], [2].

Таким чином, короткочасні переваги «синдрому відмінника» для кар'єри нівелюються в довготривалій перспективі значними недоліками. Тому важливо звертати увагу на протидію культивуванню «синдрому відмінника» у студента.

Важливо в рамках модернізації системи освіти мати відділи психологічної підтримки у ЗВО, розповідати про наявні телефони довіри, центри допомоги. Викладач може не помітити подібні нахили у студента, оскільки не є спеціалістом у сфері психології. Були б корисними опитування щодо психологічного стану студентів, оскільки надалі це негативно вплине на кар'єру і на якість життя в цілому.

#### Список використаних джерел

1. Ідеалізм та залежність від думки оточення — як позбутися синдрому відмінника. <https://vikna.tv/dlia-tebe/psykholohiia/idealizm-ta-zalezhnist-vid-dumky-otochuyuchykh-yak-pozbutys-syndromu-vidminnyka/>
2. Project practical. (б. д.). What To Do If You Have “A Perfect Student” Syndrome? <https://www.projectpractical.com/what-to-do-if-you-have-a-perfect-student-syndrome/>