

УДК 159.923.3

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.6-1.2>**А. С. Вавілова**кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри практичної психології
Київський університет імені Бориса Грінченка

СТРУКТУРА ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Метою статті було емпіричне дослідження структури перфекціонізму у дитячо-підлітковому віці. Для реалізації поставленої мети було використано наступні психодіагностичні методи: «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму» П. Хьюїтта та Г. Флетта, «Опитувальник мотивації досягнення» А. Реана, «Багатовимірний шкала дитячої тривожності» К. Малкової та «Шкала депресії» А. Бека (підлітковий варіант).

Під час дослідження було з'ясовано, що перфекціонізм є складним феноменом, який полягає у прагненні досягати досконалості, має неоднорідну структуру і може проявлятися на різних рівнях особистості. Проаналізовано теоретичні підходи до визначення структурних компонентів перфекціонізму у дорослих та дітей. Розглянуто особливості перфекціонізму на різних рівнях особистості: когнітивному, емоційному, мотиваційному та поведінковому (діяльнису). Здійснено кореляційний аналіз перфекціонізму та мотивації досягнення, депресивних і тривожних проявів, рівня шкільної успішності. Охарактеризовано компоненти перфекціонізму за допомогою їх зв'язку з різними особливостями особистості.

Так, когнітивний компонент перфекціонізму виражається у системі ментальних установок та переконань, спрямованих на дотримання еталонів досконалості. Перфекціоністські установки можуть носити ірраціональний характер і призводити до невротизації та порушення емоційного благополуччя. Емоційний компонент перфекціонізму передбачає наявність чи відсутність емоційних проблем у вигляді тривожно-депресивних патернів, які виникають як наслідок переживання постійного стресу у зв'язку з необхідністю відповідати лише найвищим стандартам. Для здорових перфекціоністів характерні високий рівень емоційного благополуччя та позитивна оцінка власних досягнень.

Мотиваційний компонент передбачає наявність високого рівня домагань і може проявлятися у вигляді мотиваційних тенденцій досягнення успіху або уникнення невдачі. Досягнення успіху пов'язане з цілеспрямованістю та орієнтацією на результат, тоді як прагнення уникнути невдачі обумовлене страхом помилок та невідповідністю соціальним очікуванням.

Поведінковий (діяльнису) компонент дитячо-підліткового перфекціонізму проявляється у рівні навчальної успішності та може призводити до підвищення чи зниження результативності діяльності.

Ключові слова: перфекціонізм, дитячо-підлітковий вік, мотивація досягнення, успішність, когнітивні переконання, емоційна сфера.

Поставка проблеми. Перфекціонізм – це складний і багатовимірний психологічний феномен, який впливає на всі сфери життя людини і виражається у спрямованості на досягнення досконалості. Цей феномен є культурно обумовленим: сучасне суспільство вимагає від особистості постійних досягнень, ставить високі цілі та еталони, як орієнтир для самореалізації. За таких умов розвиток прагнення до досконалості та першості в усьому є закономірним.

На сьогодні відсутня єдина точка зору щодо природи, причин виникнення та структурних компонентів перфекціонізму. Існують різноманітні підходи та теорії, в рамках яких дослідники роблять акценти на тих або інших сторонах перфекціонізму залежно від їх наукових цілей та інтересів. Більшість таких підходів стосуються структурних компонентів перфекціонізму у дорослих, однак поза увагою залишається дослідження його структури у дітей та підлітків. Визначення психологічної

структури перфекціонізму у дитячо-підлітковому віці дозволить проаналізувати специфіку його формування на різних етапах вікового розвитку людини, дослідити його роль у цілісному розвитку особистості.

Мета статті: здійснити емпіричне дослідження структури перфекціонізму у дитячо-підлітковому віці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Найбільш ґрунтовні дослідження структури перфекціонізму здійснювалися в межах когнітивного напрямку психології. В межах цього підходу було розроблено найбільш популярні моделі вивчення перфекціонізму Р. Фроста, П. Хьюїтта та Г. Флетта, Р. Слейні, Р. Хілла, Н.Г. Гаранян [2; 3]. В моделі Р. Фроста до складу перфекціонізму входять шість компонентів: особисті стандарти, організованість, невпевненість у діях, тривога з приводу помилок, батьківські очікування та батьківська критика [6, с. 451–455]. Дослідник вважає, що вказані

параметри відображають якісні характеристики перфекціонізму і визначають його позитивну чи негативну спрямованість у рамках структури особистості. Однак, модель Р. Фроста була піддана критиці через змішування рис перфекціонізму з його етіологічними передумовами (батьківські компоненти є чинниками, які обумовлюють появу цього особистісного феномену).

Модель Р. Слейні була створена з метою розділення адаптивного і дезадаптивного перфекціонізму. У первинній концепції автор виокремив п'ять компонентів перфекціонізму [8, с. 139–144], які дозволяють визначити його позитивну чи негативну спрямованість: високі особистісні стандарти; прагнення до порядку; труднощі в міжособистісних відносинах; тривога при виконанні завдань; прокрастинація (нездатність приступити до справи). Пізніше дослідник переглянув свою класифікацію і виключив із моделі тривогу, проблеми у взаємовідносинах та прокрастинацію, оскільки вказані риси можуть бути як причиною, так і наслідком перфекціонізму.

Модель Р. Хілла включає наступні компоненти перфекціонізму: прагнення до досконалості; стурбованість помилками; високі стандарти до інших; потребу у схваленні; організованість; батьківський тиск; румінацію (нав'язлива стурбованість з приводу помилок); планування [7, с. 84–88]. Модель включає два фактори вищого порядку: адаптивний (добросовісний перфекціонізм) і дезадаптивний (самооцінюючий) перфекціонізм, а також дозволяє визначити якісні відмінності позитивного та негативного полюсів перфекціонізму.

Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова та Т.Ю. Юдеева на основі досліджень «клінічного перфекціонізму» та його наслідків для особистості запропонували наступну структуру перфекціонізму як складного психологічного утворення (основні параметри) [1, с. 23–39; 4, с. 13]:

- 1) нереалістично завищена складність цілей;
- 2) поляризована, «чорно-біла» оцінка результату власної діяльності;
- 3) зосередженість на невдачах і помилках та ігнорування реальних успіхів;
- 4) перманентне порівняння себе з іншими людьми за умови орієнтації на полюс «найуспішніших і найбільш досконалих»;

5) відчуття власної невідповідності позитивним уявленням інших людей про себе;

6) відчуття незадоволення собою у зовсім несподіваних, нейтральних для самооцінки ситуаціях;

7) надмірні вимоги та завищені очікування до інших.

Такі структурні компоненти перфекціонізму визначають появу патологічних проявів у особистості, відображаються на продуктивності її діяльності, емоційній сфері та сфері міжособистісних контактів.

Одними з перших дитячо-підлітковий перфекціонізм почали вивчати канадські дослідники П. Хьюїтт та Г. Флетт. Автори запропонували двохвимірну модель перфекціонізму: Я-орієнтований та соціально приписаний (для дорослих така модель має три виміри перфекціонізму – Я-орієнтований, об'єктно-спрямований та соціально приписаний). Перфекціонізм трактується дослідниками через призму когнітивних схем та переконань, які визначають емоційний стан і поведінку перфекціоністів [5, с. 1054–1059]. У моделі П. Хьюїтта та Г. Флетта відсутні структурні компоненти, які б розкривали перфекціонізм на різних рівнях особистості (когнітивному, емоційному, мотиваційному та поведінковому).

Виклад основного матеріалу. У дослідженні структури дитячо-підліткового перфекціонізму взяли участь 70 досліджуваних віком 12–17 років. Оскільки перфекціонізм є багатовимірним феноменом, який проявляється на різних рівнях особистості, було здійснено аналіз цього явища на когнітивному, емоційному, мотиваційному та поведінковому (діяльнісному) рівнях. Для реалізації поставленої мети було використано наступні психодіагностичні методи (табл. 1): «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму» П. Хьюїтта та Г. Флетта, «Опитувальник мотивації досягнення» А. Реана, «Багатовимірний шкала дитячої тривожності» К. Малкової та «Шкала депресії» А. Бека (підлітковий варіант).

Когнітивний компонент перфекціонізму у дітей та підлітків було визначено за допомогою діагностики перфекціоністських установок за Дитячо-підліткової шкали перфекціонізму П. Хьюїтта

Таблиця 1

Методи діагностики структури перфекціонізму у дітей та підлітків

Методи (способи діагностики)	Показники, які визначають методику	Структурні компоненти перфекціонізму
Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму П. Хьюїтта та Г. Флетта	Перфекціоністські установки	Когнітивний
Опитувальник мотивації досягнення А. Реана	Мотиваційні тенденції досягнення успіху чи уникнення невдачі	Мотиваційний
Багатовимірний шкала дитячої тривожності К. Малкової та Шкала депресії А. Бека (підлітковий варіант)	Рівень загальної тривожності та її підвидів / рівень депресивних проявів	Емоційний
Середній бал успішності у школі	Результативність та успішність у навчальній діяльності	Поведінковий (діяльнісний)

Таблиця 2

Показники кореляційного зв'язку між рівнем дитячо-підліткового перфекціонізму, мотивацією досягнення, тривожністю, депресивними проявами та рівнем шкільної успішності

	Мотивація досягнення	Тривожність	Депресивні прояви	Рівень шкільної успішності
Перфекціонізм	0,471*	0,586**	0,568**	0,380*

Примітка: значення кореляційних зв'язків за коефіцієнтом Пірсона на значущому рівні $p \leq 0,01^{**}$; $p \leq 0,05^*$

та Г. Флетта. Оскільки прагнення до досконалості передбачає наявність відповідної системи уявлень та переконань у необхідності бути ідеальним, когнітивний компонент було визначено як базовий у структурі перфекціонізму.

Перфекціонізм передбачає наявність завищеного рівня домагань, постановку перед собою складних цілей, тому було проведено кореляційний аналіз перфекціоністських переконань та особливостей мотивації досягнення за методикою А. Реана. За результатами кореляційного аналізу виявлено статистично значущий зв'язок між перфекціоністськими переконаннями та мотивацією досягнення ($r = 0,471$; $p \leq 0,05$) на середньому рівні, який свідчить про амбівалентність мотиваційних тенденцій досягнення успіху та уникнення невдачі у перфекціоністів.

Наступний крок дослідження полягав у аналізі кореляційного зв'язку перфекціонізму та рівня академічної успішності. Результати дослідження продемонстрували силу зв'язку $r = 0,380$ при статистично достовірних результатах ($p \leq 0,05$). Відсутність прямого лінійного зв'язку між навчальними досягненнями та дитячо-підлітковим перфекціонізмом вказує на складний і неоднозначний характер поведінкових проявів прагнення до досконалості. Дуже високі показники перфекціонізму можуть призводити до зниження успішності та результативності у зв'язку з тривогою, страхом невдачі та негативною соціальною оцінкою з боку оточуючих.

Деструктивний перфекціонізм у дітей та підлітків є значущим фактором порушення емоційного благополуччя, тривожно-депресивної симптоматики. За допомогою методик «Багатомірна оцінка тривожності» «Шкала депресії» було отримано дані кореляційних зв'язків між рівнем підліткового перфекціонізму та тривожно-депресивних проявів. Кореляційний аналіз продемонстрував наявність статистично значущого зв'язку між вираженістю перфекціонізму у підлітків і загальним рівнем тривожності ($r = 0,586$, $p \leq 0,01$) та наявність достовірного зв'язку між підлітковим перфекціонізмом і депресивними проявами ($r = 0,568$, $p \leq 0,01$). Таким чином, перфекціонізм безпосередньо пов'язаний з емоційною сферою дітей та підлітків і може здійснювати як негативний, так і позитивний вплив на рівень емоційного благополуччя.

Висновки. Перфекціонізм – це багатомірний феномен, який полягає у вираженому прагненні до досконалості, проявляється на різних етапах вікового розвитку особистості і має складну

неоднорідну структуру. Визначення структурних компонентів перфекціонізму є важливою умовою диференціації його конструктивної та деструктивної форм, виокремлення психологічних відмінностей перфекціонізму у дітей та дорослих.

За результатами дослідження було виокремлено чотири основні компоненти перфекціонізму, які проявляються на різних рівнях особистості: когнітивний, мотиваційний, емоційний та поведінковий (діяльнісний). Когнітивний компонент є базовим у структурі дитячо-підліткового перфекціонізму і полягає у наявності системи відповідних переконань та установок. Когнітивний компонент перфекціонізму виражається у системі ментальних установок та переконань, спрямованих на дотримання еталонів досконалості.

Мотиваційний компонент відображається на рівні мотиваційних тенденцій досягнення успіху або уникнення невдачі, тобто прагненні дітей та підлітків досягати найкращих результатів і уникати помилок.

Емоційний компонент перфекціонізму передбачає наявність чи відсутність емоційних проблем у вигляді тривожно-депресивних патернів, які виникають як наслідок переживання постійного стресу у зв'язку з необхідністю відповідати лише найвищим стандартам.

Діяльнісний (поведінковий) компонент проявляється у рівні успішності в навчанні чи діяльності і може свідчити про високу чи низьку результативність активності перфекціоніста.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розширення структури дитячо-підліткового перфекціонізму, виокремлення не лише інтраперсональних, а й інтерперсональних (міжособистісних) компонентів перфекціонізму.

Література:

1. Гаранян Н.Г. Типологический подход к изучению перфекционизма. *Вопросы психологии*. 2009. № 6. С. 52–60.
2. Кононенко О.І. Багатомірність структури перфекціонізму особистості: теоретико-методологічний аналіз. *Вісник національного університету оборони України. Питання психології*. 2015. № 3. С. 130–136.
3. Лоза О.О. Моделі перфекціонізму та методики його діагностики. *Вісник Дніпропетровського університету економіки та права імені Альфреда Нобеля. Педагогіка і Психологія*. 2011. № 1. С. 122–124.

4. Юдеева Т.Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств : автореферат дис. канд. психол. наук. Москва. 2007. 275 с.
 5. Flett G., Hewitt P., Caelian C. Perfectionism in children: Associations with depression, anxiety and anger. *Person. Individ. Differ.* 2002. Vol. 32. P. 1049–1061.
 6. Frost R.O., Marten P.A., Lahart C., Rosenblate R. The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research.* 1990. № 14. P. 449–468.
 7. Hill R.W., Huelsman T.J., Furr R.M., Kibler J., Vicente B.B., Kennedy C. A new measure of perfectionism: the perfectionism inventory. *Journal of Personality Assessment.* 2004. Vol. 82. № 1. P. 80–91.
 8. Slaney R.B., Pincus A.L., Uliaszek A.A., Wang K.T. Conceptions of perfectionism and interpersonal problems. *Assessment.* 2006. № 13. P. 138–153.
-

Vavilova A. S. The structure of perfectionism in children and adolescents

The purpose of the article was to empirically study the structure of perfectionism in childhood and adolescence. The following psychodiagnostic methods were used to accomplish this goal: the Child-Adolescent Perfectionism Scale by P. Hewitt and G. Flett, Motivation Questionnaire by A. Rean, Multidimensional Scale of Child Anxiety by K. Malkova, and Beck Depression Scale (adolescent version).

It was found that perfectionism is a complex phenomenon, which means the striving for excellence, has a heterogeneous structure and can manifest at different levels of personality. Theoretical approaches to determining the structural components of perfectionism in adults and children are analyzed. The features of perfectionism at different levels of personality are considered: cognitive, emotional, motivational and behavioral (activity). The correlation analysis of perfectionism and motivation of achievement, depressive and anxious manifestations, level of school success is made. The components of perfectionism are characterized by their connection with different personality traits.

The cognitive component of perfectionism is expressed in a system of mental attitudes and beliefs aimed at following the standards of excellence. Perfectionists attitudes can be irrational and lead to neuroticism and low emotional well-being. The emotional component of perfectionism involves the presence or absence emotional problems in the form of anxiety-depressive patterns, which arise as a result of constant stress due to the need to have highest results. Healthy perfectionists are characterized by a high level of emotional well-being and a positive assessment of their own achievements. The motivational component implies a high level of aspirations and can manifest in the form of motivational tendencies for success or avoidance of failure.

Success connects with purposefulness and result orientation, while the desire to avoid failure means the fear of error and negative social assessment. The behavioral (activity) component of child-adolescent perfectionism is manifested in the level of academic achievement and can lead to an increase or decrease the effectiveness of activity.

Key words: *perfectionism, childhood and adolescence, motivation of achievement, success, cognitive attitudes, emotional sphere.*