

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

*«Особливості мотиваційної сфери та
перфекціонізму в групах студентської
(нестудентської) молоді»*

Виконав: здобувач 2 курсу,
групи ПС-23-2вм
спеціальності 053 «Психологія»
Поплавська А.С.
Керівник: Гаркуша І.В..
PhD з соц.ком., доц.

Дніпро
2025 р.

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи здобувача
Поплавська А.С.

на тему: «Особливості мотиваційної сфери та перфекціонізму в групах студентської (нестудентської) молоді»

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності 053 «Психологія» (у форматі магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедри психології та педагогіки присвячена проблемі особливості мотиваційної сфери та перфекціонізму в групах студентської та нестудентської молоді. У кваліфікаційній роботі теоретично узагальнено та емпірично верифіковано: особливості мотиваційної сфери та перфекціонізму в групах студентської та нестудентської молоді

У теоретичному розділі проаналізовано дослідження перфекціонізму у психологічній площині.

Виокремлено спільні та відмінні риси між перфекціонізмом та педантизмом. Спільне для перфекціонізму і педантизму полягає у таких особливостях як підвищений рівень тривожності; ригідність, негнучкість; тривале переживання травмуючих ситуацій; завищена сумлінність; сумніви щодо правильності своїх дій. Відмінності між педантичністю і перфекціонізмом полягають у тому, що: 1. Для педантичної особистості форма важливіша, ніж зміст, натомість перфекціоністи більш фіксовані на змісті, або, точніше, на результаті. 2. Перфекціоністи намагаються досягнути ідеалу в масштабних справах, педанти – в малих. 3. Оцінка перфекціоністом результатів власної діяльності залежить від зовнішніх факторів, педанти ж оцінюють свою роботу відповідно до власних (внутрішніх) переконань, позицій. 4. Педанти є більш консервативними, порівняно з перфекціоністами.

Перфекціонізм визначено як особистісну рису, що полягає у прагненні до досконалості, пред'явленні до себе високих вимог і нереалістичних стандартів та одночасно поєднує екстрапсихічний аспект, який відображає соціальний контекст перфекціонізму і його виразну соціальну детермінацію, культивується сучасним суспільством і передбачає соціальне заохочення та визнання та інтрапсихічний, пов'язаний із низкою дисфункціональних особливостей (когнітивних, емоційних, поведінкових).

Емпіричний аналіз засвідчив, що загальний показник рівня перфекціонізму, а також значної частини його компонентів – вищі в групі студентської молоді, порівняно з групою, що не входить до категорії студентства.

Виявлено відмінності серед осіб з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму. Для осіб з високим рівнем перфекціонізму домінуючими виступають мотиви розвитку та активного здобуття соціального престижу та влади, що негативно відобрається на самостваленні особистості. Для осіб з середнім рівнем перфекціонізму домінуючим є мотив спілкування. У студентів з низьким рівнем перфекціонізму виражене домінування споживацьких мотивів, зокрема збереження комфорту та підтримання життєзабезпечення. Потреба у взаєморозумінні, теплих соціальних контактах позитивно відображається на самопринятті.

Визначено індивідуально-психологічні, соціокультурні та мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді. До мотиваційних чинників перфекціонізму серед потреб увійшли: потреба у комфорті та визнанні; серед мотивів: страх бути знехтуваним, мотив соціального престижу, мотив загальної активності, високий рівень прагнень, устремлінь до задоволення мотивів, професійна мотивація; серед ціннісних орієнтацій: цінність влади; серед установок – установка на результат, а також уникнення устремлінь на альтруїзм. Сімейними чинниками перфекціонізму є емоційно дисгармонійна сімейна ситуація. Тривожність та тривале переживання травмуючих ситуацій – здатні впливати на прояв перфекціонізму.

Перелік ключових слів: перфекціонізм, самоактуалізація, студентська та нестудентська молодь, мотиваційна сфера.

SUMMARY

Master's Degree Project of the 2-th year student, speciality «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine of the Department of Psychology and Pedagogy is devoted to the problem of the peculiarities of the motivational sphere and perfectionism in groups of student and non-student youth. The qualification work theoretically summarizes and empirically verifies the following: features of the motivational sphere and perfectionism in groups of student and non-student youth

The theoretical chapter analyzes the study of perfectionism in the psychological plane.

The common and distinctive features between perfectionism and pedantry are highlighted. What perfectionism and pedantry have in common is the following features: increased anxiety; rigidity, inflexibility; prolonged experience of traumatic situations; overestimated conscientiousness; doubts about the correctness of one's actions. The differences between pedantry and perfectionism are that: 1. For a pedantic personality, the form is more important than the content, while perfectionists are more focused on the content, or, more precisely, on the result. 2. Perfectionists try to achieve the ideal in large-scale affairs, pedants - in small ones. 3. The perfectionist's assessment of the results of their own activities depends on external factors, while pedants evaluate their work in accordance with their own (internal) beliefs and positions. 4. Pedants are more conservative than perfectionists.

Perfectionism is defined as a personality trait that consists in striving for perfection, making high demands and unrealistic standards for oneself and at the same time combines an extrapsychic aspect that reflects the social context of perfectionism and its distinct social determination, is cultivated by modern society and provides for social encouragement and recognition, and an intrapsychic aspect associated with a number of dysfunctional features (cognitive, emotional, behavioral).

The empirical analysis showed that the overall level of perfectionism, as well as a significant part of its components, is higher in the group of student youth compared to the group of non-students.

Differences were found among individuals with high, medium and low levels of perfectionism. For people with a high level of perfectionism, the dominant motives are the motives of development and active acquisition of social prestige and power, which negatively affects the self-image of the individual. For people with an average level of perfectionism, the dominant motive is communication. Students with a low level of perfectionism have a pronounced dominance of consumer motives, in particular, maintaining comfort and maintaining life support. The need for mutual understanding and warm social contacts has a positive effect on self-acceptance.

Key words: experiences, emotions, negative state, negative manifestations, schoolchildren, primary school age, anxiety.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ОСНОВИ ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ТА ФЕНОМЕНУ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ОСОБИСТОСТІ	8
1.1. Основні передумови прояву перфекціонізму особистості	8
1.2. Мотиваційна сфера та перфекціонізм.....	17
1.3. Теоретичні моделі та типології перфекціонізму.....	27
Висновки до першого розділу	38
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ТА ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ В ГРУПАХ СТУДЕНТСЬКОЇ ТА НЕСТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	39
2.1. Процедура та методи емпіричного дослідження	39
2.2. Аналіз та інтерпретація емпіричного дослідження	49
2.3. Батьківське виховання як чинник перфекціонізму студентської молоді	71
Висновки до другого розділу	78
ВИСНОВКИ	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	81
ДОДАТКИ	87

ВСТУП

Обґрунтування актуальності теми. Сучасна соціокультурна ситуація характеризується постійним підвищенням вимог до ефективного функціонування особистості в суспільстві. Серед цінностей сучасного суспільства вагомою складовою виступає культивування успіху, забезпечення високого матеріального статку, престижного соціального статусу. Культ досконалості є типовим для всіх західних культур. Студентська молодь, як специфічна соціально-вікова група, відчуває ці суспільні виклики з особливою гостротою, оскільки поставлена перед необхідністю вибору життєвої стратегії, формування особистих і професійних якостей, соціальної і особистісної ідентифікації. Перед студентською молоддю стоїть низка особливо важливих завдань, що пов'язані із власним самоствердженням, досягненням значимих результатів, формуванням власної позиції та моделі успішності.

Перфекціонізм є соціально прийнятним явищем і сучасні суспільні умови та реалії його активно пропагують. Відповідність надвисоким стандартам, найрізноманітніші досягнення схвалюються і культивуються сучасним соціумом, виконання будь-якої діяльності якнайкраще допомагає отримувати перфекціоністам визнання від оточення, ситуаційно підвищувати самооцінку, бути активними, вносити інновації, будувати еталони розвитку. Така поведінка є просоціальною та бажаною. Проте, з іншого боку, переконання, що у всьому слід досягати досконалості, бути «на висоті», відповідати найвищим еталонам – провокує низку дисфункціональних проявів, що негативно відображаються на психологічному благополуччі особистості – страх помилок, критики; тривожність; сумніви у власних діях; неможливість отримання задоволення від результатів діяльності тощо.

Період студентства є особливо важливим періодом в житті людини, адже це час посилення свідомих мотивів поведінки, формування життєвої позиції і поглядів, посилення таких важливих особистісних рис як цілеспрямованість, відповідальність, самостійність, рішучість, наполегливість, активність.

Мотиваційні процеси лежать в основі активності студентської молоді, вагомими вони виступають й у формуванні та розвитку їх схильності до перфекціонізму.

Соціальна значущість проблеми у вивченні мотиваційних особливостей, що впливають на перфекціоністську спрямованість у студентства зумовила вибір нашого магістерського дослідження: «Особливості мотиваційної сфери та перфекціонізму в групах студентської (нестудентської) молоді».

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості мотиваційної сфери в групах студентської та нестудентської молоді.

Об'єкт дослідження: феномен мотиваційної сфери та перфекціонізму особистості.

Предмет дослідження: особливості мотиваційної сфери та перфекціонізму в групах студентської та нестудентської молоді.

Гіпотеза дослідження існують відмінності між студентською та не студентською молоддю. Зокрема, вони стосуються рівня прояву перфекціонізму, мотивів, установок та способів саморегуляції поведінки.

Емпіричні гіпотези:

1) існує зв'язок між індивідуальними якостями особистості та особливостями мотиваційної сфери серед студентської молоді;

2) перфекціонізм прямопропорційно взаємопов'язаний з прагненням до уникнення невдачі;

3) існує зв'язок перфекціонізму з самоактуалізацією особистості;

4) існує припущення, що перфекціонізм пов'язаний з акцентуаціями характеру;

5) існують істотні відмінності у стилях батьківського виховання осіб з високим, середнім та низьким рівнем перфекціонізму;

6) рівень перфекціонізму батьків та дітей взаємопов'язаний.

Для досягнення поставленої мети, об'єкту та предмету нами сформульовані наступні завдання:

1. Визначити мотиваційні передумови прояву перфекціонізму особистості;

2. З'ясувати основні психологічні підходи до визначення перфекціонізму;
3. Зазначити теоретичні моделі та типології перфекціонізму;
4. Емпірично дослідити особливості мотиваційної сфери та перфекціонізму в групах студентської та нестудентської молоді.
5. Інтерпретувати результати дослідження.

Методи дослідження: Для досягнення мети та виконання завдань було використано комплекс методів, серед яких:

- *теоретичні:* аналіз, синтез, порівняння – для з'ясування стану розробленості предмету дослідження; узагальнення та систематизація концептуальних положень, метод теоретичного моделювання – із метою визначення мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді;

- *емпіричні* – на етапі попереднього аналізу та підготовки основного інструментарію дослідження застосовано метод тестування, що дало змогу визначити основні параметри дослідження, відібрати шкали та показники.

Для дослідження загального показника перфекціонізму, а також його компонентів було використано опитувальник перфекціонізму *Н. Гаранян, А. Холмогорової*; діагностику мотиваційної структури особистості *В. Мільмана*; діагностику мотивів афіліації *А. Мехрабіана*; опитувальник вимірювання мотивації досягнення *А. Мехрабіана*, для визначення індивідуально-психологічних особливостей особистості, що можуть впливати на мотивацію перфекціонізму – опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» *В. Моросанової*; діагностику самоактуалізації особистості; тест-опитувальник самоствавлення *С. Пантілєєва*; методику визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту *К. Леонгарда і Х. Шмішека*; а також для виявлення особливостей сімейного виховання – методика «Батьків оцінюють діти» (БОД);

- *методи математичної статистики:* для опрацювання емпіричних даних використано – t-критерій Стьюдента та тест Шеффе; кореляційний аналіз Пірсона- r ; факторний аналіз; коефіцієнт альфа Кронбаха.

Емпірична база дослідження: респондентами стали: студентська молодь (студенти ЗВО м. Дніпро (N =45)). Вік досліджуваних – 18-22 роки; нестудентська

молодь (працівники супермаркетів та магазинів м. Дніпро, непрацююча молодь (N=40)). Вік досліджуваних – 18-23 роки; батьки студентської молоді (N=30).

Теоретико-методологічна основа дослідження. Важливим чинником формування прагнення до самовдосконалення є мотивація, як система взаємопов'язаних між собою мотивів, потреб, інтересів і т.д., що тісно пов'язані з такими спонукальними факторами як цінності, установки, ідеали, переконання (Л. Божович, Л. Виготський, О. Леонтьєв, А. Маркова, К. Платонов, С. Рубінштейн, Л. Якобсон та ін.).

У психології проблема перфекціонізму вважається актуальною як серед зарубіжних (М. Холендер, Д. Хамачек, Г. Флетт, Р. Фрост, П. Хьюїтт, Л. Сільверман, Дж. Ешбі, Р. Слені, Дж. Стоєбер, А. Холмогорова, Н. Гаранян тощо), так і українських науковців (Л. Данилевич, А. Лазько, І. Гуляс, Г. Чепурна, Т. Грубі, Є. Карпенко, В. Павлова).

Дослідження окремих аспектів мотиваційної сфери особистості схильної до перфекціонізму, зустрічаються у працях Г. Флетта, Р. Фроста, П. Хьюїтта, Н. Гаранян, І. Грачевої, Л. Данилевич, І. Гуляс.

Теоретична значущість. Теоретично визначено особливості самоствавлення та саморегуляції як індивідуально-психологічні чинники перфекціонізму студентської молоді; встановлено основні індивідуально-психологічні (індивідуальні риси, особливості самоствавлення і саморегуляції особистості) та соціокультурні (стилі сімейного виховання, навчання у ЗВО) чинники перфекціонізму студентської молоді.

Практична значущість полягає у можливості використання отриманих результатів практикуючими психологами (зокрема, спеціалістами психологічних служб навчальних закладів) в процесі психоконсультативної, психокорекційної, психотерапевтичної роботи, спрямованої на оптимізацію прояву перфекціонізму серед молоді, яка здатна до ефективного самоздійснення та самовдосконалення.

Апробація результатів дослідження. Зміст та основні результати магістерського дослідження обговорювались автором на такій *міжнародній*

науково-практичній конференції: Поплавська А.С. Щодо проблеми педантизму: спільні та відмінні риси. Практична психологія у сучасному вимірі: XV Міжнародна науково-практична конференція науковців та студентів: тези доповідей. Дніпро, 26 березня 2024 року, [Електронне видання]. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2024. 333 с. С. 242-244.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури, який налічує 64 джерела. Робота містить 11 рисунків, 8 таблиць та 8 додатків. Основний обсяг роботи 87 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ОСНОВИ ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ТА ФЕНОМЕНУ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Основні передумови прояву перфекціонізму особистості

Проблема перфекціонізму в психологічній літературі, завдяки активним дослідженням за останні 20-30 років, набуває наукової популярності. В теоретичному полі, існує значна кількість систематизованих та узагальнених наукових поглядів на структуру перфекціонізму, розроблених теоретичних моделей та типологій, проте, все ж досі точаться дискусії щодо амбівалентності природи даного психологічного феномену. Адже, з однієї сторони, перфекціоністські тенденції стимулюють особистість до саморозвитку, а з іншої – пов'язані зі значними психоемоційними, когнітивними порушеннями.

Сучасне суспільне середовище ставить високі вимоги до функціонування людини у ньому. На якій би сходинці саморозвитку людина не була б, вона спрямовує свої зусилля на рух вперед. Людина примножує те, що для неї є актуальним. І, практично, будь-яка сфера є невичерпною.

Тенденція до самовдосконалення розкривається через поняття «саморозвитку», «самореалізації», «самоактуалізації». В українській психологічній науці проблем, пов'язаних із прагненням людини до досконалості торкаються вітчизняні вчені Ж. Вірна, З. Карпенко, І. Лебединська, Л. Лепіхова, В. Москаленко, Л. Орбан-Лембрик, В. Татенко, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.

Проте, коли людина переконана, що ідеал досяжний, і всі свої зусилля докладає, щоб його досягнути; коли переконана, що має досягати найкращих показників, – тоді йде мова про перфекціонізм. Проблема перфекціонізму в психологічній літературі за останні роки, набуває наукового розквіту. Та все ж залишається значна кількість «відкритих» питань, що стосуються структури, чинників, місця та значення даного феномену.

Незважаючи на те, що феномен перфекціонізму почав вивчатись у психології з 60-х років ХХ ст., ще в 30-х роках ХХ ст. окремі наукові розвідки даної проблеми можна знайти в працях психоаналітичного напрямку.

З. Фройд заклав основи уявлень про прагнення до досконалості через поняття «Его-ідеалу», виникнення якого пов'язане з нарцисизмом. Те, що людина ставить перед собою як ідеал, є заміною втраченого в дитинстві нарцисизму, коли дитина бачить ідеал в собі¹. За К. Юнгом, прагнення до досконалості є вродженою властивістю особистості, що визначає наявність в її структурі самості, а також є одним з найпотужніших коренів цивілізації².

В психоаналітичній традиції перфекціонізм розглядається (крізь призму структурної моделі функціонування психіки) як безрезультатні спроби Его відповідати нереалістичним інфантильним вимогам всемогутності і надвисоких досягнень Superego (Ч. Райкрофт, Д. Айке, А. Холдер, Д. Калшед, Ф. Тайсон, Р. Тайсон). В контексті уявлень про нарцисичну особистість прагнення до недосяжних ідеалів розуміється як деструктивна стратегія компенсації дефектів «Я», підтримка власного ідеалізованого образу, не реалізація яких сприяє переживанню «нарцисичного краху» (S. Akhtar, F. Rhodewalt, P. Sorrow, O. Kernberg, X. Kohut, H. MacWilliams, G. Rosenfeld, O. Sokolova, O. Chelnytska).

В сучасному психоаналізі перфекціонізм часто розглядається як захист від переживання «паралізуючого» сорому (Б. Кілборн, Е. Рехардт, П. Іконен).

Загалом, в психоаналітичних працях проблема перфекціонізму взаємопов'язана з проблемою деструктивності, що охоплює всі сфери людської життєдіяльності і проявляється в порушенні самоідентичності, спотворенні об'єктивних репрезентацій, негативно-ворожого ставлення до себе і оточуючих, важких емоційних переживань, порушень когнітивного функціонування і

¹ Freud Sigmund. (2020). A General Introduction to Psychoanalysis: A set of lectures given by Psychoanalyst and founder of the Psychoanalytic theory Sigmund Freud, offering an ... dreams, and the theory of neuroses. Les Prairies Numeriques. 394 p.

² Jung C.G. (2003). Psychology of the Unconscious. Dover Publications. 624 p.

афективної регуляції³. Розвиток ідей перфекціонізму у психології значно розширюється соціальними психоаналітиками, зокрема, А. Адлера та К. Хорні. А. Адлер не використовує термін «перфекціонізм», проте, його основний концепт «індивідуальної психології» – «прагнення до переваги» має з ним багато спільного. Досягнення ідеалу, переваги над іншими є, за А. Адлером, невід'ємною, вродженою частиною життя⁴. І це прагнення досягнути досконалості А. Адлер вважає невротичним способом компенсації почуття власної неповноцінності, що породжує болючі, емоційно важкі переживання, компенсацією яких є бажання підвищити самооцінку. Способи підвищення самооцінки можуть бути різноманітними – уникнення ситуацій в яких може проявитись слабкість, різноманітні захисні механізми, спроби самоствердження, домінування. З переживанням власної неповноцінності, починається тривала боротьба людини за досягнення переваги над оточенням, а також прагнення до досконалості і бездоганності, що є основною мотиваційною силою в житті людини⁵.

К. Хорні в межах розвитку своєї теорії неврозів, виділяє невротичну потребу в досягненні досконалості⁶. Сама назва визначає схожість з перфекціонізмом. Потреба у досягненні досконалості характеризуються постійними роздумами і самозвинуваченнями щодо можливого неуспіху, страхом виявити у собі вади, боязню критики чи звинувачень, почуттям переваги над іншими людьми, нав'язливим прагненням до досконалості⁷.

К. Хорні вважає, слід розрізняти поняття справжнього прагнення до самовдосконалення – від псевдопотреби «здаватись досконалим» собі та іншим людям. Дослідниця зазначає, що рушійною силою невротика є не потреба вдосконалення, а лише її видимість. Це не мета, до досягнення якої прагне людина,

³ McWilliams N. (2011). *Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process*. The Guilford Press; 2nd edition. 426 p.

⁴ Adler A. (2013). *The Practice And Theory Of Individual Psychology*. Routledge. 360 p. Відновлено з:

<https://books.google.com.ua/books?id=2QT-AQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false>

⁵ Adler A., Brett C. (2009). *Social Interest: Adler's Key to the Meaning of Life*. Oneworld Publications; Reprint edition. 256 p.

⁶ Horney K. (1991). *Neurosis and Human Growth: The Struggle Towards Self-Realization*. W. W. Norton & Company; 2nd edition. 400 p.

⁷ Horney K. (1994). *The Neurotic Personality of Our Time*. W. W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 304 p.

а фіксована ідея котру вона боготворить. Ідеалізований образ стає перешкодою до зростання, оскільки заперечує недоліки⁸.

У 60-і роки ідеї К. Хорні отримали розвиток в праці М. Холлендера⁹, який вперше виокремив термін «перфекціонізм».

В гуманістичній психології прагнення до самовдосконалення розглядається як тотожне до понять “тенденція до самоактуалізації” (К.Роджерс), “потреба в самоактуалізації” (А. Маслоу), “сенс життя” (В. Франкл); самореалізації, вищих цінностей буття, трансцендентального досвіду¹⁰.

За А. Маслоу, самоактуалізація – найвища потреба особистості (відповідно до розробленої ним «ієрархії потреб»), що полягає у неперервній реалізації людиною на протязі всього життя своїх внутрішніх можливостей; відповідність своїй внутрішній природі – «людина має бути такою, якою вона може бути»¹¹. А. Маслоу зауважує, що людська природа – неідеальна. І, навіть, «самоактуалізованим» людям притаманний егоїзм, депресія, гнів, страх тощо. Це важливе уточнення, адже, самоактуалізація – це вагомий фактор, що мотивує особистість до розкриття внутрішніх сторін свого Я, проте, це та вершина, яку людина ніколи не зможе досягти¹².

Наукові дослідження перфекціонізму почали активно впроваджуватись з 60-80 років ХХ ст. зарубіжними дослідниками. Розглянемо, які ж критерії першопочатково визначались науковцями для визначення та трактування перфекціонізму.

М. Холлендер¹³, один з перших американських клінічних психологів, хто вводить поняття перфекціонізму в науковий обіг і визначає його як «пред’явлення до себе вищих вимог виконання діяльності, ніж того потребують обставини». Д. Бернс – представник когнітивного напрямку, визначив перфекціонізм як

⁸ Horney K. (1991). *Neurosis and Human Growth: The Struggle Towards Self-Realization*. W. W. Norton & Company; 2nd edition. 400 p

⁹ Hollender M. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*. V. 6. P. 94-103.

¹⁰ Ryan R.M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am. Psychol.* №о. 55. P. 68-78.

¹¹ Maslow A. (1987). *Motivation and Personality*. Longman; 3rd edition. 336 p.

¹² Maslow A. (1987). *Motivation and Personality*. Longman; 3rd edition. 336 p.

¹³ Hollender M. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*. V. 6. P. 94-103.

особливу сукупність когніцій, що основані на схильності встановлювати нереалістично високі стандарти, а також компульсивно прагнути до неможливих цілей та визначати власну цінність виключно в термінах досягнень і продуктивності¹⁴. Науковець до основного параметру перфекціонізму – схильність встановлювати надзвичайно високі стандарти, – додає такі когнітивні параметри як «мислення в термінах все або нічого» і «вибіркова концентрація на теперішніх та минулих помилках»¹⁵.

В подальших дослідження структура перфекціонізму стала ускладнюватись. Так, Р. Фрост¹⁶ в структурі перфекціонізму виділив такі параметри:

1. *Зклопотаність помилками (Concern over Mistakes)* – негативна реакція на помилки, схильність ототожнювати помилку з поразкою;
2. *Сумніви щодо власних дій (Doubts about Actions)* – проявляється у постійній невпевненості, побоюванні щодо якості виконання діяльності;
3. *Особисті стандарти (Personal Standards)* – схильність висувати надмірно вимоги до себе, що є надзвичайно важливими для самооцінки особистості;
4. *Батьківські очікування (Parental Expectations)* – сприйняття батьків як надто вимогливих;
5. *Батьківська критика (Parental Criticism)* – сприйняття батьків як надто критичних;
6. *Організованість (Organisation)* – відображає важливість порядку, чистоти, організованості.

П. Хьюїтт і Дж. Флетт¹⁷, також розглядали перфекціонізм як складну структуру, і виділили такі його складові:

1. *Перфекціонізм орієнтований на себе, або Я-адресований перфекціонізм (Self-oriented perfectionism);*
2. *Перфекціонізм орієнтований на інших (Other-oriented perfectionism);*

¹⁴ Burns D. (1980). Feeling good: a new mood therapy. New York: Signet. 121p.

¹⁵ Burns D.D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. Psychology Today. November. P. 34-52.

¹⁶ Frost R. (1993). A comparison of two measures of perfectionism .Personality and individual differences.. V. 14. № 1. P. 119-126.

¹⁷ Hewitt P.(1991). Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology. V. 60. № 3. P. 456-470.

3. Соціально приписаний перфекціонізм (Socially prescribed perfectionism).

Я-адресований перфекціонізм – орієнтація особистості встановлювати надвисокі, практично нереальні вимоги до себе, що характеризується схильністю до надмірного самоаналізу, самозвинувачень, самокритики, а також робить неможливим прийняття власних недоліків та помилок¹⁸.

Перфекціонізм орієнтований на інших – включає в себе переконання та очікування щодо можливості інших людей. Цей вид перфекціонізму передбачає високі стандарти щодо значимих людей, а також строге оцінювання результатів їх діяльності¹⁹.

Соціально приписаний перфекціонізм – відображає необхідність відповідати очікуванням і стандартам важливих для особи людей. Цей компонент відображає сприйняття людиною соціуму як такого, що висуває надвисокі вимоги і стандарти, суворо оцінює результати діяльності, а також тисне на індивіда з метою досягнення ним досконалості²⁰.

А. Холмогорова, Н. Гаранян²¹ визначають перфекціонізм як особистісний фактор, що є складним психологічним конструктом і поєднує у собі такі компоненти: 1. надвисокі стандарти і домагання в очікуваних результатах діяльності; 2. порушення соціальних когніцій (приписування оточуючим людям надмірно високих очікувань); 3. персоналізацію, що пов'язана з постійним порівнянням себе з оточуючими; 4. поляризоване мислення, за принципом «все або нічого»; 5. фіксація на негативній інформації щодо результатів своєї діяльності.

І. Гуляс вивчаючи проблему перфекціоністських настанов як чинника професійної готовності майбутніх практичних психологів зазначає, що перфекціонізм є соціокультурно, історико-генетично та морально детермінованим

¹⁸ Hewitt P. (2003). The interpersonal expression of perfection. Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*. V. 84. № 6. P. 1303-1325.

¹⁹ Flett G. (1996). Dimensions of perfectionism, psychological adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*. № 20. P. 143-150.

²⁰ Hewitt P. (1991). Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. V. 60. № 3. P. 456-470.

²¹ Чепурна Г.Л., Лещенко М.Є. (2019). Особливості прояву перфекціонізму студентської молоді: порівняльний аналіз вибірок 2010 та 2019 рр. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. Вип. 3. С. 151-158. Відновлено з: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/486/454>

в структурі диспозицій особистості та системі мотивації професійної діяльності²². Науковець також розкриває суть перфекціоністських настанов, що полягають у прагненні до самовдосконалення, перетворилося на інтегральну особистісну диспозицію, орієнтуючи людину на тенденцією її постійного розвитку, самоактуалізації в суспільно корисній діяльності²³. «Перфекціоністські настанови розвиваються внаслідок закріплення мотивації досягнення як діалектичної єдності прагнень до афіліації і влади на рівні стійкої особистісної риси (перфекціонізму), що проявляється в повсякчасній готовності прагнути до успіху і добиватися досконалості у значущих сферах діяльності»²⁴.

Л. Данилевич на основі адаптації англомовних методик зазначає, що перфекціонізм в українському культурному контексті є багатовимірною та ієрархічно організованою особистісною рисою²⁵, що містить такі компоненти²⁶: високі особисті стандарти, що відображають прагнення до досконалості; орієнтацію на важкодосяжні цілі та критичне ставлення до власних помилок; усвідомлення суб'єктом високих очікувань та критицизму до нього з боку батьків; організованість; самодостатність як бажання не залежати від інших; відсторонення від інших; тривожність щодо результатів власної діяльності; відкладання дій; переживання розбіжності між бажаною та реальною досконалістю.

Узагальнивши результати, Л. Данилевич виокремлює три складові перфекціонізму: високі стандарти, організованість та дисфункціональний перфекціонізм. Високі стандарти та організованість, автор розглядає як аспекти функціонального перфекціонізму. Досліджуючи проблему академічно обдарованих особистостей (на студентській вибірці) дослідниця, вказує, що

²² Гуляс І.А. (2007). Перфекціоністські настанови як чинник професійної готовності майбутніх практичних психологів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ. 21 с.

²³ Гуляс І.А. (2006). Мотиваційні тенденції розвитку перфекціоністських настанов студентів-психологів. Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т. VIII, ч. 8. К., 2006. С. 59-65.

²⁴ Гуляс І.А. (2007). Перфекціоністські настанови як чинник професійної готовності майбутніх практичних психологів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ. 21 с.

²⁵ Данилевич Л.А. (2006). Структура перфекціонізму як особистісної риси. Наук. записки Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / за ред. С.Д.Максименка. К., 2006. Вип. 28. С. 398-409.

²⁶ Данилевич Л.А.(2009). Психологічні відмінності прояву перфекціонізму обдарованих і девіантних особистостей. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т. IX. Част. 6. К.: «ГНОЗІС». С. 123-130.

дисфункціональний перфекціонізм (відкладання дій, неорганізованість) негативно впливає на продуктивність навчання та психологічне благополуччя особистості. І навпаки, поєднання високої організованості, помірно високих стандартів та низького рівня прояву дисфункціональних компонентів перфекціонізму сприяє прояву академічної обдарованості. Цікавим виявився той факт, що не проявили академічну обдарованість студенти без ознак перфекціонізму як такого²⁷.

В. Павлова²⁸ аналізуючи та узагальнюючи наукові погляди визначення перфекціонізму виокремлює такі підходи:

1. *Функціонально-дисфункціональний*, що припускає дослідження перфекціонізму як певного рівня стану психіки (Л. Данилевич, Н. Гаранян, А. Холмогорова).

2. *Генетичний*, який розкриває витоки перфекціонізму та їхній вплив на досліджуваний феномен (С. Блатт, С. Степанов, Д. Хамачек). Також В. Павлова в межах генетичного підходу дослідженні проблеми перфекціонізму виділяє такі теорії:

2.1. *Еволюційні теорії* стверджують, що в основі перфекціонізму лежить прагнення до вдосконалення себе та оточення. Перфекціонізм є могутньою, рушійною силою життя людини і загалом еволюції.

2.2. *Філогенетичний підхід* дає теоретичне пояснення того, як праобрази перфекціоністських патернів особистості виділились з філогенетичної спадщини. Такі особливості як тривога і депресія, таких розлад як залежна особистість, є гіпертрофованою формою примітивних перфекціоністських стратегій.

2.3. *Онтогенетичний підхід* розкривається в тому, що співвідношення функціональних та дисфункціональних проявів перфекціонізму, їх прояв, особливості вираження можуть залежати від вікових особливостей.

²⁷ Данилевич Л.А. (2010). Перфекціонізм як особистий чинник академічної обдарованості студентів : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01: Київ. 240 с.

²⁸ Павлова В.С. (2013). Генетичний підхід до проблеми перфекціонізму. Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». Т. 18. 4 (30). С. 243-250.

2.4. *Психогенетична теорія* базується на генетичній зумовленості перфекціонізму, який, через вплив сімейних чинників, передається з покоління в покоління.

2.5. *Соціогенетичний підхід* стверджує, що перфекціонізм породжують специфічні потреби та цінності суспільства, своєрідні умови виховання та сімейні взаємовідносини. В даному підході ключовим елементом виступає виховання особистості.

2.6. *Персоногенетичний підхід* визначає перфекціонізм як прагнення до самореалізації й досягнення досконалості у всьому. Перфекціонізм визначає рівень особистих стандартів індивідів незалежно від здатності їх досягати.

2.7. *Вітчизняна культурно-історична концепція* розглядає джерело розвитку перфекціонізму у особливостях соціокультурного дискурсу сучасності, що дозволяє успішно соціалізовуватися, а саме, культ досконалості, успіху, сили і емоційної стриманості, що сприяє інтеріоризації патологічних патернів саморегуляції, розвитку деструктивних стилів соціальної взаємодії, зокрема, надавтономії та надзалежності.

3. *Логіко-гносеологічний*, у межах якого переважно з'ясовується розуміння сутності та змісту перфекціонізму, його критеріїв і взаємозв'язку з іншими соціально-психологічними показниками (К. Талаш).

4. *Структурно-психологічний*, пов'язаний з характеристикою елементів перфекціонізму та їхніх взаємозв'язків (Н. Гаранян, А. Холмогорова, П. Хьюїтт, Г. Флетт та ін.);

5. *Соціально-функціональний*, спрямований на дослідження функцій перфекціонізму, що виявляються у життєдіяльності суб'єкта (К. Ландрева)²⁹.

Отже, підсумовуючи, можемо окреслити, що у психологічній науці є низка неоднозначностей у вивченні питання перфекціонізму. У психології виокремлення перфекціонізму в окрему категорію та проблему здійснено американським науковцем М. Холендером. Подальше вивчення здійснюється британськими

²⁹ Павлова В.С. (2013). Генетичний підхід до проблеми перфекціонізму. Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». Т. 18. 4 (30). С. 243-250.

(Р. Фрост) та канадськими вченими (П. Хьюїтт, Д. Флетт), згодом російськими (Н. Гаранян, А. Холмогорова, І. Грачева) та українськими психологами (І. Гуляс, Л. Данилевич, Г. Чепурна).

Перфекціонізм відображає прагнення особистості до досконалості; пред'явлення до себе і, загалом, до оточення – надзвичайно високих вимог і нереалістичних стандартів. Таким чином, перфекціонізм включає у себе не лише особистісний стиль, що визначає бажані границі досягнення, а й соціально-орієнтований стиль, що відображає значимість соціокультурного аспекту перфекціонізму.

Важливим питанням є значення перфекціонізму у життєдіяльності особистості, його особистісний та соціокультурний аспекти, що потребують більш детального та глибшого вивчення та аналізу.

1.2. Мотиваційна сфера та перфекціонізм

В психологічній науці, дослідження мотиваційної сфери особистості – не нові, проте зберігають свою актуальність і сьогодні. Така особливість зумовлена постійним розвитком суспільства, культури, що впливає на формування ціннісної сфери особистості, її мотивів, установок і, загалом, на її індивідуальний життєвий шлях. Широкий інтерес в науці до проблем дослідження мотиваційної сфери особистості призвів до розширення проблемного наукового поля, коли даний феномен розглядається в сучасній психологічній науці як різноспрямований і безперервний, як зв'язок суб'єктивного минулого і майбутнього.

Одним з визначальних факторів поведінки та діяльності людини є її мотивація як система взаємопов'язаних між собою мотивів, потреб, інтересів і т.д., що тісно пов'язані з такими спонукальними факторами особистості як цінності, установки, ідеали, переконання. На відміну від спрямованості особистості, що пов'язана з визначальними потребами та інтересами, під мотиваційною сферою особистості розуміють всю сукупність мотиваційних утворень, що є у даної

людини: диспозицій (мотивів), потреб і цілей, атитюдів, поведінкових патернів, інтересів³⁰. Мотиваційна сфера виступає стрижнем, ядром особистості. Вона закладається у ранньому віці та розвивається протягом всього життя³¹.

Мотиваційну сферу особистості розглядають також як сукупність життєвих планів, програм та цінностей особистості, які вона будує на основі уявлень про себе, своє минуле і майбутнє, відповідно до своїх бажань, потреб, цілей і прогнозів (В. Моляко, Л. Сохань та ін.).

Активність формування мотиваційної сфери особистості виступає як результат взаємодії, об'єктивного процесу визначення «іншими» і суб'єктивного внутрішнього процесу самовизначення. Особистість, що тільки самовизначилася, характеризується цілісністю, стійкістю і активністю, що дає можливість говорити про сформовану життєву та професійну позицію³².

О. Тринчук аналізуючи мотиваційну складову особистості, визначає її як спосіб свідомого конструювання власного життя (спосіб життєвого самовизначення і самореалізації), що базується на смисложиттєвих та ціннісних орієнтаціях особистості, її планах і прогнозах самоздійснення. Мотиваційна сфера особистості має чітку структуру, до якої входять такі первинні елементи як ціннісні та смисложиттєві орієнтації особистості, її локус контролю, спрямованість, рівень мотивації досягнень³³.

Мотиваційні процеси лежать в основі активності людини, її всього психічного функціонування, зокрема, і схильності до перфекціонізму.

Визначаючи перфекціонізм, як складне, багатовимірне явище, можемо стверджувати, що на його формування впливають багато чинників, що тісно взаємопов'язані між собою. Розглядаючи мотиваційні чинники перфекціонізму, не можливо виокремлювати їх без урахування тісного зв'язку з емоційними,

³⁰ Ларіна Т.О. (2012). Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / за наук. ред. Т. М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.

³¹ Фоменко К.І. (2014). Мотиваційні особливості академічної саморегуляції студентів. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. №25. С. 582-596.

³² Борисюк А.С. (2013). Внутрішньоособистісні конфлікти у процесі соціалізації студентської молоді. Теоретичні і прикладні проблеми психології. № 2 (31). С. 53-61

³³ Тринчук О.Б. (2015). Особливості мотиваційно-ціннісної структури особистості. Вісник ОНУ ім. І.І. Мечнікова. Психологія. №2. С. 201-208.

сімейними, соціальними, культуральними, особистісними та іншими особливостями людини³⁴.

Незважаючи на те, що перфекціонізм набуває у науковій площині розквіту, все ж існують численні неоднозначності у його трактуванні, значенні та прояві. Зокрема, аналіз літератури, вказує на поодинокі дослідження мотиваційних факторів перфекціонізму особистості у дуже вузькому аспекті. Ґрунтовних досліджень, які б дали базові відповіді на питання мотиваційних чинників перфекціонізму особистості практично відсутні.

У психології поняття перфекціонізм асоціюється, головним чином, з мотивацією досягнення (Дж. Аткинсон, Х. Корнадт, Д. Мак-Клелланд, Х. Хекхаузен та ін.)³⁵. Вона виступає зовнішньою оболонкою перфекціонізму, і, на перший погляд, є стрижневим його елементом. Проте, розглядати перфекціонізм в призмі лише мотивації досягнення, було б надто поверхнево.

Мотивація досягнення передбачає готовність особистості докладати максимальних нервово-психічних і вольових зусиль задля здобуття якомога кращих результатів у значимій сфері діяльності. Феноменологічними показниками мотивації досягнення є прагнення змагатися із самим собою (самоперевершуватися) в досягненні кращих, вищих результатів, прагнення до успіху у важливій діяльності та уникнення невдачі, здатність до раціонального цілепокладання³⁶.

Залежність успішності навчальної діяльності від мотивації була досліджена Г. Клаусом, який зазначав, що установки на навчання і на його наочний зміст мають найбільш стійкий вплив на активне засвоєння і його успішність. Науковець виокремив позитивну і негативну мотивацію. На його думку, людина з сильним бажанням оволодіти знаннями вчитиметься без зовнішнього примусу, отримуючи

³⁴ Кононенко О. (2014). Проблема онтогенезу перфекціонізму особистості в сучасних дослідженнях Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія. Т. 19. Вип. 2 (32). С. 171-177.

³⁵ Markland D. (2005). Motivational interviewing and self-determination theory Journal of Social and Clinical Psychology. 2005. Vol. 24 (6). P. 811-831.

³⁶ Климчук В.О., Горбунова В.В. (2014). Внутрішня мотивація учбової діяльності молоді: теорія, методика, програма розвитку : монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 110 с.

від своїх знань задоволення, проявляючи наполегливість; достатньо швидко засвоюватиме необхідні відомості, демонструючи інтелект, гнучкість, фантазію³⁷.

Отже, успішність студентів залежить не тільки від природних здібностей, але насамперед від розвитку навчальної мотивації. Між цими двома чинниками існує складна система взаємозв'язків. За певних умов (зокрема при високому інтересі особистості до конкретної діяльності) може включатися так званий компенсаторний механізм. Недолік здібностей при цьому заповнюється розвитком мотиваційної сфери (інтерес до предмета, усвідомленість вибору професії тощо), і студент досягає великих успіхів. Тому вчені доходять висновку, що успішність навчання і професійної діяльності визначаються силою і стійкістю мотивів, їх кількістю, структурою та ієрархічністю. Тож на проблемі мотивації, у тому числі мотивації досягнення, професійної підготовки студентів зупинимося більш докладно.

Окрім високої мотивації на досягнення результатів, для перфекціоністів притаманні також фактори, що змушують не просто досягати успіху та високих показників, а прагнути до ідеалу, досконалості, що пов'язано з низкою дисфункціональних особливостей, переконань.

У персонологічних теоріях особистості А. Адлера, Р. Мея, А. Маслоу, К. Роджерса, Е. Фромма та ін. прагнення до самовдосконалення є вродженою динамічною тенденцією (потребою, мотивом, інстинктом тощо) особистості, глибинною спонукальною силою, яка набуває суб'єктивного сенсу і суспільної значимості у професійній діяльності та загальножиттєвій активності³⁸.

А. Адлер пояснює причини перфекціонізму через конструкт «прагнення до переваги»³⁹. До конструктивних засобів досягнення переваги А.Адлер відносить прагнення до успіху, до першості в праці, якою займається людина, розвиток індивідом своїх вмінь та здібностей.

³⁷ Грень Л.М. (2010). Розвиток мотиваційної сфери студентів як основа досягнення успіху в майбутній професійній діяльності. Проблеми інженерно-педагогічної освіти. Відновлено з: [file:///D:/Завантаження%20з%20Інтернету/Pipo_2010_28-29_33%20\(1\).pdf](file:///D:/Завантаження%20з%20Інтернету/Pipo_2010_28-29_33%20(1).pdf)

³⁸ Adler A. (2010). Understanding Human Nature. Martino Fine Books. 300 p.

³⁹ Adler A. (2013). The Practice And Theory Of Individual Psychology. Routledge. 360 p. Відновлено з: <https://books.google.com.ua/books?id=2QT-AQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false>

Прагнення до переваги базується на «почутті неповноцінності», яке виникає ще в дитинстві. Ситуація залежності дитини від компетентніших й розумніших за неї дорослих, на яких повинна опиратися через свою незрілість та потребу у захисті, може бути підґрунтям для переживання нею власної слабкості, непотрібності, яку А. Адлер назвав «почуттям неповноцінності». Почуття неповноцінності породжує важкі переживання, компенсацією яких є прагнення підвищити самооцінку. Влада, яку мають батьки над дитиною, може посилювати це почуття. Прагнення до переваги – основна мотиваційна сила в житті людини⁴⁰.

В ході розвитку своєї теорії неврозів К. Хорні дійшла до висновку, що невроз – це не тільки порушення людських взаємин, але й порушення ставлення людини до самої себе. Одним з основних концептів її теорії стає «ідеалізований образ Я» – уявлення людини про те, якою вона повинна або може бути, якими якостями може або повинна володіти. Перфекціонізм є невід’ємною частиною ідеалізованого образу людиною свого Я. Намагаючись скомпенсувати почуття власної неповноцінності, людина змінює реальні уявлення про себе на створений нею ідеал⁴¹.

К. Хорні вважає, слід розрізняти поняття «істинного ідеалу» та «невротично ідеалізованого образу Я», справжнє прагнення до самовдосконалення – від псевдопотреби «здаватись досконалим» собі та іншим людям. К. Хорні зазначає, що рушійною силою самовдосконалення у невротика – це створення лише образу, видимості. Це «не мета, до досягнення якої прагне людина, а фіксована ідея котру вона боготворить. Ідеалізований образ стає перешкодою до зростання, оскільки заперечує недоліки: «справжні ідеали ведуть до скромності, а ідеалізований образ – до марнославства». У процесі прагнення максимально наблизитись до «істинного ідеалу», у людини народжується «здорова» мета та цінності життя⁴².

Д. Хамачек при розробці критеріїв здорового та невротичного перфекціонізму звертається до категорій мотивації досягнення. Зокрема,

⁴⁰ Adler A. (2013). The Practice And Theory Of Individual Psychology. Routledge. 360 p. Відновлено з: <https://books.google.com.ua/books?id=2QT-AQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false>

⁴¹ Horney K. (1994). The Neurotic Personality of Our Time. W. W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 304 p.

⁴² Horney K. (1994). The Neurotic Personality of Our Time. W. W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 304 p.

паталогічний перфекціонізм науковець пов'язує з мотивом уникнення невдачі (страхом неспіху)⁴³.

В рамках британської (Фрост) та канадської моделей (Хьюїтт, Флетт) перфекціонізму встановлений взаємозв'язок «особистісних стандартів» і «Я-адресованого перфекціонізму» з високою мотивацією досягнення і надією на успіх. Також зафіксовано зв'язок «соціально приписаного перфекціонізму» з страхом неспіху⁴⁴.

І. Гуляс досліджуючи у вітчизняній психології феномен перфекціонізму, зазначає, що перфекціоністські настанови розвиваються унаслідок закріплення мотивації досягнення як діалектичної єдності прагнень до афіліації та до влади на рівні стійкої особистісної риси (перфекціонізму), що проявляється в повсякчасній готовності прагнути до успіху і добиватися досконалості у значущих сферах діяльності⁴⁵. У структурі професійної готовності майбутніх практичних психологів, вказує І. Гуляс, перфекціоністські настанови постають як цілісне диспозиційне утворення у складі мотивації досягнення, рефлексивних здібностей як механізму саморозвитку і професійно важливих якостей особистості, насамперед – соціабельності, що, відповідно, виконують функції емоційно-ціннісного спонукання, інтелектуально-вольового забезпечення та професійно-особистісної самореалізації.

Г. Аріна, С. Мартинов⁴⁶ у дослідженнях доводять, що у сфері ціннісних орієнтацій перфекціоністів перебільшена значимість зовнішньої привабливості й відповідності сучасній моді, а в структурі самоствавлення спостерігається дефіцит впевненості у собі й самоповаги.

К. Фоменко та О. Кузнецов⁴⁷, досліджуючи мотиваційні особливості академічної саморегуляції студентської молоді, виявили існування зв'язку між

⁴³ Jung C.G. (2003). *Psychology of the Unconscious*. Dover Publications. 624 p.

⁴⁴ Frost R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*. 1990. № 14 (5). P. 449-468.

⁴⁵ Гуляс І.А. Перфекціоністські настанови як чинник професійної готовності майбутніх практичних психологів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2007. 21 с.

⁴⁶ Бабенко В.В. (2009). *Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних та педагогічних експериментах*. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2009. 184 с.

⁴⁷ Фоменко К.І. (2014). Мотиваційні особливості академічної саморегуляції студентів. *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. 2014. №25. С. 582-596.

академічною саморегуляцією та перфекціонізмом. Зокрема, встановлено, що перфекціонізм, орієнтований на себе, негативно пов'язаний з ідентифікованим регулюванням і внутрішнім спонуканням; перфекціонізм, орієнтований на інших, позитивно пов'язаний із інтродюкованим перфекціонізмом та негативно – із ідентифікованим регулюванням. Внутрішнє спонукання як інтерес до навчання суперечить перфекціонізму особистості.

У численних наукових дослідженнях (як зарубіжних, так і українських науковців), соціально приписаний перфекціонізм виступає негативним чинником соціальної адаптації та самореалізації молоді⁴⁸. Зокрема, соціально приписаний перфекціонізм взаємопов'язаний з неприйняттям себе, конформністю, екстернальним локусом контролю, вираженою потребою у схваленні, прокрастинацією, страхом критики, пасивною агресивністю, соціальною фобією, емоційним дискомфортом, депресією та іншими негативними емоційними дисфункціями.

О. Соколова та П. Циганкова зауважують, що у молоді з високим рівнем соціально приписаного перфекціонізму переважають егоцентричні цінності, порівняно з абстрактними, і дану тенденцію називають проявом «парадоксальної перфекціоністської мотивації»⁴⁹. Суть її полягає у тому, що при вираженій залежності від оцінок та думок оточуючих спостерігається прояв егоцентричності та зосередженості інтересу на власному Я.

Сімейне виховання також здатне впливати на виражене прагнення особистості до досягнення досконалості. Більшість дослідників сходяться на думці, що виникнення перфекціонізму залежить від особливостей сімейного виховання⁵⁰. Перфекціоністська орієнтація формується ще в дитинстві, зазвичай в молодшому шкільному віці, а іноді й раніше.

⁴⁸ Stoeber J. (2007). Perfectionism and the experience of pride, shame, and guilt: Comparing healthy perfectionists, unhealthy perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*. V.43. № 1. P.131 – 141.

⁴⁹ Скрипаченко Т.В. (2019). Аналіз основних психологічних підходів до вивчення перфекціонізму. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ. № 1 (15). С. 122-127. Відновлено з: <https://www.journalsofznu.zp.ua/index.php/psych/issue/view/21/13>

⁵⁰ Чепурна Г.Л. Сімейні дисфункціональні установки як фактор розвитку дезадаптивного перфекціонізму. Науковий вісник Чернівецького університету : Педагогіка та психологія : зб. наук. праць. Чернівці, 2009. Вип. 498-499. С. 195 – 199.

Авторитарний стиль виховання (високі вимоги, недостатня емоційна підтримка, жорстка дисципліна і т.д.) – один з основних чинників розвитку перфекціонізму⁵¹. Д. Хамачек вважає⁵², що невротичний перфекціонізм виникає внаслідок досвіду взаємодії з батьками, які проявляють свою любов в залежності від результатів діяльності дитини. Якщо батьки не схвалюють вчинки дитини, то вона намагається стати досконалою, не лише для того, щоб уникнути незадоволення інших, але й для того, щоб нарешті прийняти себе через надлюдські зусилля і досягнення. Якщо ж батьки частково схвалюють вчинки дитини, то вона починає усвідомлювати, що лише хороше виконання діяльності визначає її цінність. Батьки перфекціоніста надзвичайно критичні, вимогливі і загалом, не дають достатньої підтримки. Дитина повинна бути «безпомилковою», щоб задовольнити батьківські очікування і уникнути критики. Будь-які труднощі в досягненні цього статусу, помилки, невдачі – фруструють дитину, породжуючи постійний стресовий стан, і навіть можуть бути причиною суїцидальної поведінки.

Виявлено чотири типи батьківської поведінки, що мають вплив на формування перфекціоністичного мислення у дитини⁵³:

1. Батьки надто критичні й вимогливі;
2. Батьківські очікування і стандарти надто високі; критика при цьому не пряма;
3. Батьківське схвалення відсутнє або ж воно непослідовне і обумовлене;
4. Батьки-перфекціоністи є моделями для формування перфекціоністських установок і форм поведінки.

Американськими дослідниками на студентській вибірці було виявлено прямий кореляційний зв'язок між перфекціонізмом у матерів і перфекціонізмом у доньок, проте не встановлений зв'язок по цьому параметру між показниками батька і доньки⁵⁴.

⁵¹ Soenens B. (2005). The intergenerational transmission of perfectionism : parents' psychological control as an intervening variable. *Journal of Family Psychology*. Vol. 19. № 3. P. 358–366.

⁵² Hamachek D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*. № 15. P. 27 – 33

⁵³ Грубі Т.В. (2016). Сімейні чинники, що впливають на розвиток перфекціонізму особистості. *Київський науково-педагогічний вісник*. № 7 (07). С. 43-50.

⁵⁴ Soenens B. (2005). The intergenerational transmission of perfectionism : parents' psychological control as an intervening variable. *Journal of Family Psychology*. Vol. 19. № 3. P. 358–366.

Найчастіше перфекціоністами стають діти-одиначки. Коли дітей в сім'ї декілька, то найбільш вразливими є первістки⁵⁵.

С. Блатт досліджуючи проблему батьківського перфекціонізму і його вплив на формування емоційних порушень у дітей виявила, що батькам з високий рівнем перфекціонізму надзвичайно важко прийняти як власні успіхи, так і успіхи дітей. Таким батькам надзвичайно важко похвалити дитину за старання та досягнення, і вони часто змушують робити будь-яку діяльність все більше й краще. В якості основного покарання за неуспіх може виступати відмова від батьківської любові. Дитина змушена прагнути все робити без помилок, майже ідеально, щоб задовольнити батьківські очікування, уникнути критики й заслужити батьківську любов.

Отож, як вказують наукові дослідження на формування та розвиток перфекціонізму впливають індивідуально-психологічні характеристики, соціальні фактори, сімейні чинники та мотиваційні особливості особистості.

До *індивідуально-психологічних чинників* відносять стійкі характеристики поведінки людини, що повторюються в різних ситуаціях; стабільна схильність поводитися певним чином, що виражається у різних соціальних умовах. Зокрема, у дослідженнях психологічних особливостей перфекціоністів – це тривожність, сенситивність, ригідність.

До *соціокультурних факторів* відносять цінності, що характерні для сучасного соціуму, а також сімейні чинники. Зокрема, сучасний світ ставить ставку на успішних, цілеспрямованих людей, які знають, що їм потрібно від життя і які вмюють досягати висот. Такі вимоги провокують розвиток перфекціоністських тенденцій та підсилюють прагнення досягати значимих, досконалих результатів діяльності.

До *сімейних чинників* відносять критичність, надмірну вимогливість та «скупість» батьків на похвалу. Як наслідок, дитина прагне стати досконалою, щоб уникнути критики чи несхвалення оточення, і прийняти себе через надлюдські

⁵⁵ Blatt S.J. (1995). The destructiveness of perfectionism. *American Psychologist*. V. 50. T. 12. P. 1003 – 1020.

можливості і грандіозні досягнення. Така дитина переконана, що як тільки вона стане досконалою – отримає любов батьків.

В сукупності, ці фактори впливають на мотивацію особистості (її цінності, потреби, установки, мотиви) і формують прагнення до активності та досягнення високих результатів діяльності.

Мотиви виступають спонуканням людини до активності, пов'язані з намаганням задовольнити певні потреби. Внаслідок переживання потреб у людини виникають певні спонукання до дій, внаслідок яких ці потреби задовольняються. При цьому свідомі дії завжди спрямовані на досягнення певної мети, яка також усвідомлюється людиною. Мотив у цьому разі виступає як причина постановки тих чи інших цілей.

Ціннісні орієнтації надають загальну спрямованість інтересам та прагненням особистості, вибудовують ієрархію індивідуального вибору у будь-якій сфері, формують цільову й мотиваційну програму поведінки, визначають рівень домагань та міру рішучості для реалізації власного плану життя.

Мотиваційна сфера особистості характеризується певною сталістю. Стійке домінування потреб чи інтересів, що виступає в ролі довгострокових мотиваційних установок, формує стрижневу лінію життя. Вони інтегрують ціннісне ставлення до світу та задають характер активності та самовдосконалення людини.

Мотивація досягнення виступає зовнішньою оболонкою перефекціонізму, проте не є стрижневим його елементом.

Риси характеру, особливості самоствавлення та саморегуляції взаємопов'язані із потребами, мотивами, цінностями та установками особистості, а також впливають на розвиток та формування перфекціонізму. Особливості соціокультурної ситуації також здійснюють вклад у перфекціоністські тенденції. Виокремлено, що надмірна критичність, вимогливість, відсутність похвали у батьків здатні формувати перфекціоністичні тенденції. Такі діти прагнуть через надвисокі результати задовольнити потребу у батьківській любові.

1.3. Теоретичні моделі та типології перфекціонізму

В теоретичному полі, існує значна кількість систематизованих та узагальнених наукових поглядів на структуру перфекціонізму, розроблених теоретичних моделей та типологій, проте, все ж досі точаться дискусії щодо амбівалентності природи даного психологічного феномену. Адже, з однієї сторони перфекціоністські тенденції стимулюють особистість до саморозвитку, а з іншої – пов'язані зі значними психоемоційними розладами.

Першопочатково, перфекціонізм розглядався лише як патологічна адикція. Д. Хамачек вперше запропонував розрізняти перфекціонізм у двох його проявах: нормальний (адаптивний) та невротичний (дезадаптивний)⁵⁶. Особи з адаптивним перфекціонізмом встановлюють для себе високі стандарти, проте при цьому не педантичні і відрізняються гнучкістю. Можуть пристосувати власні стандарти до існуючої ситуації, тобто є більш адаптивними, ніж невротичні перфекціоністи, які встановлюють нереалістичні вимоги до своєї діяльності, а також не припускають у ній помилок.

Невротичний перфекціонізм породжується страхом неуспіху⁵⁷. Як наслідок, прагнення ідеалу перетворюється в аутодеструктивну поведінку: розчарування від невдач сприяє виникненню психічних розладів (депресія, психосоматичні порушення, харчові та сексуальні розлади), зниженню самооцінки; надмірна самокритика, почуття провини породжують незадоволення результатами діяльності; максималізм, принцип «все або нічого» змушує відмовитись від багатьох справ. Страх невдачі змушує уникати ситуацій, де можуть виникнути помилки; втрата часу через надмірну скрупульозність, дріб'язковість, увагу до деталей.

В. Паркер виокремив здоровий перфекціонізм, що пов'язаний з сумлінністю (за моделлю «Великої п'ятірки») і нездоровий, що пов'язаний з низькою самооцінкою⁵⁸. Згодом, з К. Адкінсом, вчений розрізняє активний та пасивний

⁵⁶ Hamachek D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*. № 15. P. 27 – 33

⁵⁷ Hamachek D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*. № 15. P. 27 – 33

⁵⁸ Parker W.D. (1995). Perfectionism and the gifted. *Roeper Review*. V.17. № 3. P.173-176.

перфекціонізм⁵⁹. Активний перфекціонізм – стимулює до досягнень, пасивний – через надмірну заклопотаність помилками, сумнівами створює перешкоди діяльності. Р. Слейні, К. Райс та Дж. Ешбі⁶⁰ першопочатково виділили адаптивний та дезадаптивний перфекціонізм, проте згодом виокремили позитивний та негативний перфекціонізм (в залежності від типу підкріплення).

Нарцисичний перфекціоніст перетворює досягнення і визнання в головний сенс свого життя. Головна ознака нарцисичного перфекціонізму – відсутність інтересу до змісту діяльності, патологічна фіксація на її результатах і увазі зі сторони оточення. У мотиваційній сфері переважає один, надцінний мотив.

При обсесивно-компульсивному перфекціонізмі (більш простіша форма) ідеалізований образ Я не витісняє настільки всі інші мотиви й інтереси людини, як при нарцисичному. Такі люди зацікавлені не лише в результаті, а й в самій діяльності; акцент на досягненні пов'язаний з цінністю виконуваної роботи, а не лише з нав'язливою потребою викликати захоплення.

Завада Т.Ю.⁶¹ на основі досліджень також розрізняє адаптивні та дезадаптивні форми перфекціонізму.

Як зазначає А. Золотарьова, загалом, «нормальний» перфекціонізм – це гармонійне прагнення особистості до досконалості, що не вступає в конфлікт з іншими мотивами людини, а «патологічний» – прагнення до досконалості будь-якими способами, в тому числі наносячи шкоду здоров'ю, психологічному благополуччю та іншим сферам життєдіяльності⁶².

Узагальнюючи результати поділу науковцями перфекціонізму на два види, в залежності від впливу його на життєдіяльність особистості, нами було виявлено, що критерії «нормального» (здорового, адаптивного) «нагадують» критерії

⁵⁹ Adkins K. (1996). Perfectionism and suicidal preoccupation. *Journal of Personality*. V. 64. № 2. P. 536 – 546.

⁶⁰ Slaney R. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: the almost perfect scales. *Perfectionism: Theory, research and treatment* : [Flett G, Hewitt P]. Washington: Amer. Psychol. Assoc., 2002. P. 63 – 89.

⁶¹ Завада Т.Ю. (2016). Перфекціонізм як соціально-психологічна властивість особистості: позитивний і негативний аспекти. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Вип. 38 (41). С. 52-63. Відновлено з: <https://er.ucu.edu.ua/bitstream/handle/1/2236/Zavada.%20Perfectionizm%20as%20social-psychological%20trait.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

⁶² Діомідова Н., Коломійцев Г., Сулова Н. (2022). Селфі-залежність, перфекціонізм та мотивація фізичної активності: психологічні кореляти та віковий аспект. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди* : Психологія. Вип.67. С. 38-52. Відновлено з: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/1785685>

самоактуалізації (А. Маслоу)⁶³. Розглянемо їх більш детально та проаналізуємо (табл. 1.1.).

Таблиця 1.1.

**Порівняльний аналіз критеріїв самоактуалізованих осіб (за А. Маслоу)
та «нормального» перфекціонізму**

Критерії самоактуалізованих особистостей за А. Маслоу	Критерії «нормального» перфекціонізму
Ефективне сприйняття дійсності та здатність добре у ній орієнтуватися	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Активна життєва позиція, впевненість в собі, стресостійкість (А. Золотарева); ✓ Здатність приймати життєві зміни і орієнтуватися в життєвих ситуаціях (А. Золотарева); ✓ Позитивні майбутні очікування, прагнення до реалізації цілей (А. Золотарева); ✓ Диференційоване і точне сприйняття очікувань і вимог з боку інших (Н. Гаранян); ✓ Помірна мобілізація копінг-ресурсів з переважанням активних копінг-стратегій (Н. Гаранян); ✓ Адаптивні тактики вибору помірно важких цілей (Н. Гаранян); ✓ Зміна стандартів у відповідності з ситуацією (О. Кашина);
Ефективне сприйняття дійсності та здатність добре у ній орієнтуватися	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Активна життєва позиція, впевненість в собі, стресостійкість (А. Золотарева); ✓ Здатність приймати життєві зміни і успішно орієнтуватися в життєвих ситуаціях (А. Золотарева); ✓ Позитивні майбутні очікування, прагнення до реалізації цілей (А. Золотарева); ✓ Диференційоване і точне сприйняття очікувань і вимог з боку інших людей (Н. Гаранян); ✓ Помірна мобілізація копінг-ресурсів з переважанням активних копінг-стратегій (Н. Гаранян); ✓ Адаптивні тактики вибору помірно важких цілей (Н. Гаранян); ✓ Зміна стандартів у відповідності з ситуацією (О. Кашина);
Прийняття (себе, інших, природи) такими, якими вони є	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Переживання самототожності, визнання і прийняття власних ресурсів і обмежень (А. Золотарева); ✓ Готовність ризикувати при ймовірних невдачах (А. Золотарева); ✓ Сприйняття невдач як потенційних можливостей, пошук нових шляхів вирішення проблеми (А. Золотарева); ✓ Розвинена здатність до децентрації, реалістичні уявлення про діапазон людських можливостей (Н. Гаранян); ✓ Сприйняття можливого як успіху так і неуспіху, усвідомлення неминучості і корисності помилок (Н. Гаранян); ✓ Градуйовані уявлення про результати своєї діяльності (Н. Гаранян);

⁶³ Maslow A. (1987). Motivation and Personality. Longman; 3rd edition. 336 p.

Спонтанність, простота, природність у вираженні думок і почуттів, незалежність у поглядах	✓ Незалежність і орієнтація на власні стандарти, впевненість у можливості вибору життєвого шляху (А. Золотарева); ✓ Спокійне, проте скрупульозне ставлення до виконуваної діяльності (О.П. Кашина);
Воля і активність; Життєрадісність; Отримання задоволення від будь-якої діяльності	✓ Переживання щастя, осмисленості та задоволеності життям (А. Золотарева); ✓ Особистісне зростання і почуття безперервного саморозвитку, самовдосконалення і реалізації свого потенціалу (А. Золотарева); ✓ Переживання наповненості енергією і життям (А. Золотарева); ✓ Здатність отримувати задоволення від діяльності (О.П. Кашина); Отримання задоволення від діяльності, надія на успіх, помірна стресостійкість в повсякденному житті (Н.Г. Гаранян);
Ототожнення з людством – глибоке переживання єдності з іншими людьми.	✓ Цілі досягаються задля добробуту суспільства (О.П. Кашина)

Виділені характеристики «нормального» перфекціонізму та самоактуалізації відображають практично одну й ту ж суть у прагненні людини до досконалості. Виникає питання доцільності виділення поняття «нормального» перфекціонізму. На наш погляд, не варто розділяти перфекціонізм на позитивний та негативний. Адже, в такому випадку, позитивний перфекціонізм практично ототожнюється з самоактуалізацією, і розмиваються критерії виокремлення одного та другого, хоча це не одне і те ж.

Ми вважаємо, що перфекціонізм цілісне явище, в якому мають місце як «функціональні» аспекти (екстрапсихічний), так і «дисфункціональні» (інтрапсихічний), що відрізняються лише у площинах прояву, які не слід розмежовувати, рис. 1.1.



Рис. 1.1. Екстра- та інтрапсихічний аспекти перфекціонізму

Екстрапсихічний (або зовнішній) аспект відображає соціальне заохочення, визнання та пропогування досягнення надвисоких результатів діяльності. Він представляє зовнішній, позитивний аспект. Адже, перфекціонізм виступає просоціальною поведінкою. Соціальне оточення активно пропагує, стимулює і заохочує до досягнення досконалості. Людей, які досягли високих результатів діяльності ставлять у приклад іншим, ними захоплюються, такі особистості закладають еталони та ідеали, той рівень до якого необхідно прагнути іншим⁶⁴.

Інтрапсихічний (або внутрішньоособистісний) аспект представлений тими внутрішніми психологічними проблемами, які виникають у особистості при прагненні до досконалих результатів діяльності. Це постійні сумніви у правильності своїх дій, боязнь критики, неможливість отримувати задоволення від результатів діяльності, переживання безпомічності, непродуктивності, тривожності і т.д.⁶⁵

⁶⁴ Hewitt P. (1991). Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology. V. 60. № 3. P. 456 – 470.

⁶⁵ Flett G. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. Procrastination and task avoidance: Theory, research and treatment : [red: S. Ferrari, J. Johnson, W. McCown. London: Plenum Press. P. 113 – 136.

Таким чином, перфекціонізм поєднує у собі дві сторони, два аспекти, що можуть здійснювати як функціональний вплив на особистість, так і дисфункціональний, які є нероздільними та взаємопов'язаними між собою.

Науковці виявили взаємозв'язок перфекціонізму з дисфункціональними рисами різних особистісних типів⁶⁶. Комплекс якостей, що притаманні перфекціонізму входять в структуру певних конституційно-особистісних типів.

Так, К. Шнейдер описуючи «депресивну психопатію» виділяє такі її риси як скромність, тривожність, труднощі в прийнятті рішень, невпевненість у власних силах при схильності багато працювати, відсутність задоволення при досягненні успіху⁶⁷.

Японський психіатр М. Сімода (M. Shimoda) описує статотимію – преморбідну особистісну властивість, що характерна для осіб з монополярною депресією. До статомічних рис автор відносить педантизм, висока вимогливість до себе, постійне незадоволення собою, відповідальність наполегливість, акуратність⁶⁸.

Німецький психіатр Х. Теленбах (H. Tellenbach) описав преморбідний тип депресивної особистості *Typus melancholicus*⁶⁹. Автор зазначає такі особливості меланхолічного типу: надмірна схильність до порядку, скрупульозність, добросовісність, підвищена відповідальність, залежність від роботи («невроз вихідного дня» – неможливість відпочивати на вихідні). В якості важливої риси депресивних особистостей Х. Теленбах виділяє – високий рівень домагань.

Розглянемо результати наукових досліджень, що вказують на взаємозв'язок перфекціонізму з різними психологічними дисгармоніями.

Дослідники виділяють характерні особливості перфекціонізму, що є схожими до нарцисичної особистості⁷⁰. Зокрема, при нарцисизмі, виокремлюють порушення

⁶⁶ Rheaume J. (2000). The prediction of obsessive-compulsive tendencies: Does perfectionism play a significant role? *Personality and Individual Differences*. №28. С. 583–592.

⁶⁷ Schneider K. (1959). *Clinical Psychopathology*. Grune & Stratton. 173 p.

⁶⁸ Shimoda M. (1941). *Über den pramorbiden Charakter des manisch-depressiven Irreseins*. *Psychiat. Neurol. Jap.* 1941. № 45. P. 101–102.

⁶⁹ Tellenbach H. (1983). *Melancholie. Problemgeschichte Endogenitat Typologie Pathogenese Klinik* New York: Springer-Verlag Berlin-Heidelberg, 1983. 201 p..

⁷⁰ McWilliams N. (2011). *Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process*. The Guilford Press; 2nd edition. 426 p.

мотиваційної сфери. Особистість може досягнути успіхів в професійній діяльності, проте мотивація професійної активності полягає у прагненні до швидкого успіху, задоволення амбіцій, всезагального захоплення. Такі ж особливості (з певними уточненнями) притаманні й перфекціоністам. В міжособистісних стосунках нарцисичні особистості схильні до надмірної ідеалізації і, як наслідок, знецінення стосунків, що можна простежити й у перфекціоністів⁷¹. Ще одна нарцисична особливість, що подібна з перфекціонізмом – це непереносимість критики, що загрожує Я-ідеальному та фруструє Я-реальне.

Перфекціонізм має також схожість і з невротичними розладами⁷². Перфекціоністам притаманні невротичні способи реалізації потреби в любові й схваленні (отримання любові інших через спроби стати ідеальним), в домінуванні (прагнення до все більшої досконалості з поєднанням невпевненості в собі), в всезагальному визнанні (від якого залежить самооцінка).

Загалом, на сьогодні, стрімко зростає кількість досліджень, що підтверджує взаємозв'язок перфекціонізму і депресії⁷³.

Д. Бернс висунув гіпотезу, що перфекціоністи особливо схильні до розвитку депресії⁷⁴. С. Блатт описав «інтроєктивну» депресію, для якої характерна постійна самокритика, зосередженість та проблемах досягнення і переживання постійного почуття провини⁷⁵. Р. Фрост дослідив, що перфекціонізм більш пов'язаний з депресією самокритики, ніж з депресією залежності⁷⁶. А. Бек на практиці когнітивної психотерапії також отримав підтвердження взаємозв'язку депресії й перфекціонізму, і на основі виділив два особистісні конструкти, що визначають схильність до депресії – соціотропний та автономний типи. Соціотропний тип

⁷¹ Hirschfeld M. (1998). Does personality influence the course of depression? WPA bulletin on Depression, vol. 4, № 15, p.6-9.

⁷² Horney K. (1994). The Neurotic Personality of Our Time. W. W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 304 p.

⁷³ Rice K.G. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equation analysis. Journal of Counseling Psychology. V. 45. № 3. P. 304-314.

⁷⁴ Burns D.D.(1980). The perfectionist's script for self-defeat. Psychology Today. November. P. 34-52.

⁷⁵ Blatt S.J. (1995). The destructiveness of perfectionism. American Psychologist. V. 50. T. 12. P. 1003-1020

⁷⁶ Frost R. (1995). Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. Cognitive Therapy and Research. V. 19. P. 195-205.

зосереджений на проблемах прив'язаності, залежності, автономний тип – на проблемах незалежного функціонування, досягнення, успіхів і невдач⁷⁷.

Існує низка досліджень, що доводять взаємозв'язок перфекціонізму з розладами харчової поведінки, зокрема анорексією та булімією⁷⁸. В огляді зарубіжних емпіричних досліджень перфекціонізму і психічних розладів, описується когнітивна модель соціальної фобії, що розроблена американськими дослідниками. Суть теорії в тому, що в результаті взаємодії генетичних факторів і специфічного раннього досвіду формується особлива сенситивність до соціальних ситуацій, що змушує розглядати соціальні контакти як такі, що несуть загрозу. Як результат, виникає соціальна тривога і уникаюча поведінка. Багато людей з соціальними страхами притримуються переконання, що соціальні ситуації є небезпечними, при чому вони переконані, що соціальну небезпеку можна подолати засобами досконалої соціальної поведінки⁷⁹.

У науково-популярній літературі, часто перфекціонізм ототожнюється з педантизмом – прагненням робити все точно, скрупульозно, вчасно, здавалося б, – досконало. Проте, дані поняття не ідентичні, хоча можуть і взаємодоповнюватись.

Виділимо їх спільні та відмінні риси.

Спершу розглянемо *відмінності між педантичністю і перфекціонізмом*:

1. *Для педантичної особистості форма важливіша, ніж зміст.* Основне – це чітко слідувати правилам, розпорядженням, інструкціям, підтримувати звичний порядок. Для педантів дріб'язковість, акуратність – це внутрішня потреба особистості все вкласти у форму, для того, щоб уникнути тривоги. Ці риси характеру проявляються незалежно від того подобається це іншим людям чи ні.

Для перфекціоністів, форма не є настільки важлива, як для педантів, проте її значення цілком не нівелюється. Перфекціоністи більш фіксовані на змісті, або, більш точніше, результаті, ідеї. Проте, якщо вони виконують відповідальну,

⁷⁷ Hewitt P., Flett G.(1991). Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology. J Pers Soc Psychology, vol. 60, N 3., p.456-470

⁷⁸ Davis C. (2000). Not just a pretty face: physical attractiveness and perfectionism in the risk for eating disorders. International J-I of Eating Disorders. № 27. P. 67–73.

⁷⁹ Frost R., Heinberg R., Holt C., Mattia J., Neubauer A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. Pers Individ Differences, vol. 14, p.119-126.

важливу роботу, що має бути оцінена іншими людьми, тоді перфекціоніст проявлятиме надмірну скрупульозність, зосереджувати увагу на дрібних і, іноді, цілком не важливих деталях. Таким чином, через педантизм, перфекціоністи намагаються уникнути невдачі і критики. Через страх припуститись помилки, перфекціоніст намагається виконати роботу як найточніше та найправильніше.

2. *Перфекціоністи намагаються досягнути ідеалу в масштабних справах, педанти – в малих.* Наприклад, перфекціоніст прагне, щоб його книга була написана бездоганно, або зробити ідеальний ремонт, для педанта важливо, щоб документи велись правильно і без виправлень.

3. *Оцінка перфекціоністом результатів власної діяльності залежить від зовнішніх факторів:* що вища похвала чи визнання значимих людей, то більше задоволення від результату отримує перфекціоніст, і то вища його самооцінка. Педанти ж оцінюють свою роботу відповідно до власних (внутрішніх) переконань, позицій.

4. *Педанти є більш консервативними, порівняно з перфекціоністами.* Якщо для перфекціоніста важливо йти вперед, досягати високих результатів (зادля прийняття власного Я), то для педантів більш важливо підтримати порядок і стабільність на тому рівні на якому вони є.

Спільне для перфекціонізму і педантизму полягає у таких особливостях:

1. *Підвищений рівень тривожності.* Зв'язок перфекціонізму з тривогою описували численні зарубіжні та українські науковці, зокрема, Дж. Флетт, П. Хьюїтт, Д. Берн, С. Блатт, Р. Шафран, Л. Данилевич і т.д. В основі як педантизму, так і перфекціонізму лежить внутрішній конфлікт, що зумовлює вищий рівень тривоги.

2. *Ригідність, негнучкість.* Якщо в основі особистості людини закладена сильна тривога, то з часом людина виробляє певні стратегії поведінки, мислення, реагування, які допомагали їй «послаблювати». Через сформовані поведінкові, емоційні, когнітивні стратегії педантам і перфекціоністам важко бути гнучкими у різних ситуаціях, спробувати нові шляхи вирішення проблем.

3. *Тривале переживання травмуючих ситуацій.* Перфекціонізм та педантизм передбачає зацикленість, фіксованість особистості на власних помилках.

4. *Завищена сумлінність.* Педанти і перфекціоністи докладають чимало зусиль для бездоганного виконання діяльності.

5. *Сумніви щодо правильності своїх дій.* Педантам важливо декілька раз перевіряти чи виключили вони світло, газ, чи добре заклеїли конверт. Перфекціоністи також невпевнені у правильності своїх результатів, адже не вони їх оцінюють, а інші люди. Тому, їх сумніви пов'язані з задоволенням очікувань оточення.

Р. Шафран і В. Мансел вважають, що перфекціонізм є фактором ризику при obsесивно-компульсивному розладі⁸⁰. Як і при obsесивно-компульсивному розладі, так і при перфекціонізмі, особи переживають сумніви щодо правильності власних дій. Багатовимірною опитувальником перфекціонізму Фроста, взяті з діагностичного інструментарію obsесивно-компульсивного розладу. Це означає, що підшкала «сумніви у власних діях» вимірює ознаки obsесивно-компульсивного розладу, які в свою чергу, Р. Фростом розглядаються як ознаки перфекціонізму⁸¹. Така ситуація ускладнює розуміння структури перфекціонізму.

До позитивних сторін перфекціонізму відносять моральну обдарованість (К. Dabrovski, Т. Piechovsky)⁸². Дослідники наголошують на таких позитивних аспектах перфекціонізму як самостійність в судженнях, нонконформізм, відповідальність, альтруїзм.

Надмірно виражений перфекціонізм паралізує волю людини, гальмує можливість завершення будь-якої роботи.

Отже, значення перфекціонізму у життєдіяльності особистості є достатньо неоднозначним. Зокрема, з однієї сторони, існує численна кількість досліджень, що вказує на дисфункціональний вплив перфекціоністських проявів на психологічне здоров'я та благополуччя особистості, з іншої – емпіричне вивчення даної

⁸⁰ Shafran R. (2001). Perfectionism and psychopathology: a review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*. № 21. P. 879–903.

⁸¹ Frost R., Heinberg R., Holt C., Mattia J., Neubauer A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Pers Individ Differences*, vol. 14, p.119-126.

⁸² Dabrovski K. (1997). *Perfectionism: yearning to become what one ought to be*. London: Little, Brown & Co. P. 28 – 34.

проблеми вказує на позитивні показники у активності, саморозвитку та загалом досягненні високих результатів людиною.

Власне, враховуючи невизначеність та амбівалентність, що існує, науковцями прийнято поділяти перфекціонізм на позитивний та негативний. Проте, проведений аналіз типів перфекціонізму, вказує, що прояви «позитивного» перфекціонізму ототожнюється з проявами самоактуалізованої особистості. Таким чином, пропонується об'єднати ці два аспекти в межах однієї категорії. Перфекціонізм сприяє досягненню особистістю значимих, високих показників, сприяє її загальній активності, здатен викликати повагу та захоплення результатами діяльності у сприйнятті оточення, проте негативно відображається на психоемоційному стані особистості, здатен провокувати психологічні проблеми та конфлікти.

Висновки до першого розділу

У теоретичному розділі проаналізовано дослідження перфекціонізму у психологічній площині.

Виокремлено спільні та відмінні риси між перфекціонізмом та педантизмом. Спільне для перфекціонізму і педантизму полягає у таких особливостях як підвищений рівень тривожності; ригідність, негнучкість; тривале переживання травмуючих ситуацій; завищена сумлінність; сумніви щодо правильності своїх дій. Відмінності між педантичністю і перфекціонізмом полягають у тому, що: 1. Для педантичної особистості форма важливіша, ніж зміст, натомість перфекціоністи більш фіксовані на змісті, або, точніше, на результаті. 2. Перфекціоністи намагаються досягнути ідеалу в масштабних справах, педанти – в малих. 3. Оцінка перфекціоністом результатів власної діяльності залежить від зовнішніх факторів, педанти ж оцінюють свою роботу відповідно до власних (внутрішніх) переконань, позицій. 4. Педанти є більш консервативними, порівняно з перфекціоністами.

Перфекціонізм визначено як особистісну рису, що полягає у прагненні до досконалості, пред'явленні до себе високих вимог і нереалістичних стандартів та одночасно поєднує екстрапсихічний аспект, який відображає соціальний контекст перфекціонізму і його виразну соціальну детермінацію, культивується сучасним суспільством і передбачає соціальне заохочення та визнання та інтрапсихічний, пов'язаний із низкою дисфункціональних особливостей (когнітивних, емоційних, поведінкових).

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ТА ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ В ГРУПАХ СТУДЕНТСЬКОЇ ТА НЕСТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Процедура та методи емпіричного дослідження

Як показав аналіз літератури, існує низка неоднозначностей, як в теоретичному, так і емпіричному полі щодо визначення та діагностики феномену перфекціонізму. З огляду на це, першопочатково нами було проаналізовано діагностичні інструментарії, що дозволяли виміряти перфекціонізм.

Проте, аналізуючи теоретичні дослідження проблеми перфекціонізму, нами було помічено, що такі особливості перфекціоністів, як схильність до самозвинувачення та висока залежність від позицій оточення – проходить червоною лінією у більшості досліджень психологічних особливостей перфекціоністів.

Як методичний інструментарій емпіричного дослідження використано: анкетування (для визначення демографічних характеристик студентів); Опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової; Діагностика мотиваційної структури особистості В. Мільмана; Діагностика мотивів афіліації А. Мехрабіана; Опитувальник вимірювання мотивації досягнення А. Мехрабіана; «Батьків оцінюють діти» (БОД); Тест-опитувальник самоствавлення С. Пантілєєва; Діагностика самоактуалізації особистості; Методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К. Леонгарда і Х. Шмішека – для визначення індивідуально-психологічних властивостей студентів та мотиваційних чинників перфекціонізму.

Досліджувані особи:

- *студентська молодь* (студенти ЗВО м. Дніпро (N =45)). Вік досліджуваних – 18-22 роки.

- *не студентська молодь* (працівники супермаркетів та магазинів м. Дніпро, непрацююча молодь). Вік досліджуваних – 18-23 роки.

- *батьки студентської молоді*. Цій групі осіб пропонувалось заповнити лише модифікований опитувальник перфекціонізму Н.Гаранян, А.Холмогорової з метою визначення прояву та рівня перфекціонізму. Таке рішення було зумовлено численністю досліджень, які вказують на те, що формування перфекціонізму залежить від сімейних чинників. Зокрема, батьки-перфекціоністи здатні «виховувати» перфекціонізм у дітей, що є не лише сімейним, а й мотиваційним фактором у формуванні перфекціонізму (як прагнення задовольнити батьківські очікування, отримати любов, відповідати їх вимогам і т.д.).

Емпіричні данні було опрацьовано за допомогою комп'ютерної програми STATISTIKA (версія 8.0) та психологічна інтерпретація одержаних результатів. Використовувались методи математико-статистичного аналізу, зокрема: описова математична статистика, кореляційний, багатофакторний, конфірматорний факторний, порівняльний однофакторний дисперсійний (аналіз варіацій та тест Шеффе), дискримінантний аналізи, коефіцієнт α -Кронбаха та графіки розподілу даних.

Опрацьовані статистично результати були описані та психологічно проінтерпретовані. З метою пояснення отриманих даних використано метод інтерпретації результатів психологічного дослідження.

Для досягнення поставлених цілей та мети дослідження було використано такі опитувальники.

1. *Опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової* містить 29 тверджень, кожне з яких слід оцінити досліджуваному за 4-х бальною шкалою. Методика спрямована на визначення загального показника перфекціонізму особистості, а також визначення ступеню прояву його компонентів.

Структурну модель перфекціонізму особистості складають такі компоненти як:

- сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування (при постійному порівнянні себе з іншими);

- завищені домагання та вимоги до себе;
- високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»;
- селектування інформації про власні помилки й невдачі;
- поляризоване мислення.

2. *Діагностика мотиваційної структури особистості В. Мільмана* дозволяє діагностувати мотиваційний та емоційний профілі особистості. До шкал мотиваційного профілю автор відносить: підтримання життєзабезпечення (Ж), комфорт (К), соціальний статус (СС), спілкування (С), загальна активність (А), творча активність (ТА), суспільна корисність (СК). Шкали емоційного профілю представлені спрямованістю на емоційні переживання, а також поведінки в стані фрустрації – стеничного та астенічного типів⁸³.

В результаті методика дозволяє виділити такі типи мотиваційного профілю як прогресивний, регресивний, імпульсивний, експресивний та сплющений. Типи емоційного профілю представлені стеничним, астенічним, змішаним стеничним та змішаним астенічним типами.

3. *Діагностика мотивів афіліації А. Мехрабіана.*

Тест містить 61 запитання, що спрямовані на діагностику двох мотивів особистості: прагнення до прийняття оточенням і страх бути відторгненим іншими людьми. Афіліація – це потреба у тісній, відкритій взаємодії з іншими людьми.

В результаті опитувальник дозволяє виділити чотири групи досліджуваних, в залежності від поєднання мотивів:

1. Високий рівень мотиву «прагнення до людей» поєднується з високим рівнем мотиву «страх бути відторгнутим». Людина з такою комбінацією характеризується сильно вираженим внутрішнім конфліктом між прагненням встановлювати відкриті стосунки з оточенням, і уникати їх, що виникає щоразу при спілкуванні з незнайомими людьми.

⁸³ Мильман В.Э. (1990). Метод изучения мотивационной сферы личности. Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции Москва. С. 23–43.

2. Високий рівень розвитку мотиву «прагнення до людей» поєднується з низьким рівнем мотиву «страх бути відторгнутим». Така особа активно шукає контактів і спілкування з оточенням, отримуючи від цього задоволення.

3. Низький рівень мотиву «прагнення до людей» поєднується з високим рівнем мотиву «страх бути відторгнутим». Такі люди активно уникають контактів з людьми, прагнуть бути на самоті.

4. Низький рівень розвитку обох мотивів. Таке поєднання мотиваційних тенденцій характеризує людей, які спілкуючись та перебуваючи в оточенні інших людей, не переживають ні позитивних, ні негативних емоцій.

4. Опитувальник вимірювання мотивації досягнення А. Мехрабіана.

Опитувальник побудований на основі теорії мотивації досягнення Дж. Аткинсона і призначений для діагностики двох стійких мотивів особистості: мотиву прагнення до успіху і мотиву уникнення невдачі. При цьому оцінюється, який з цих двох мотивів переважає у досліджуваного. Також тест дозволяє виділити рівні прояву кожного з мотивів: високий, середній та низький.

Тест має дві форми: чоловічу (форма А) і жіночу (форма Б).

5. *Методика «Батьків оцінюють діти» (БОД)* – створена на основі опитувальника «Аналіз сімейного виховання» (АСВ) І. Фурмановим і А. Аладьїним. Мета – вивчення уявлень дитини про стиль сімейного виховання. Опитувальник містить 120 тверджень, що дозволяють виокремити показники стилю сімейного виховання за 18-ма шкалами. Назви і позначення шкал повністю збігаються з методикою АСВ. Відмінністю є відсутність двох останніх шкал опитувальника АСВ, що пов'язані з наданням переваги батьками чоловічих чи жіночих якостей дитини.

Стилі сімейного виховання (шкали опитувальника)⁸⁴:

- Гіперпротекція (Г+). Батьки приділяють дитині надто багато сил, уваги, часу. Виховання перетворюється на центральну діяльність в житті батьків, якій вони присвячують власне життя.

⁸⁴ Фурманов И.А. (1999). Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечительства: Книга для психологов. Минск: Тесей. 164 с

- Гіпопротекція (Г-). Дитина знаходиться на периферії уваги батьків, її проблеми актуальні тільки тоді, коли ситуація вже надто серйозна; характерна недостатність уваги з боку батьків.
- Потурання (У+). Батьки прагнуть до максимального та некритичного задоволення будь-яких потреб дитини. Бажання дитини для батьків є законом.
- Ігнорування потреб дитини (У-). У батьків не виражене прагнення до задоволення дитячих потреб. Найчастіше страждають при цьому духовні потреби, особливо потреби в емоційному контакті, спілкуванні з батьками, їх любові.
- Надмірність вимог до дитини (Т+). У такому стилі вимоги до дитини вкрай високі, що не відповідають її можливостям, і ставлять під загрозу її нормальний розвиток.
- Недостатність обов'язків (Т-). Сімейна ситуація, коли у дитини мінімальна кількість обов'язків, дитина практично не задіяна у ніякій роботі.
- Надмірність вимог-заборон (домінування) (З+). Батьки висувають велику кількість вимог, що обмежують свободу і самостійність дитини. Ситуація, коли дитині в сім'ї – «все не можна».
- Недостатність вимог-заборон (З-). Батьками не встановлено жодних рамок в поведінці дитини. Якщо ж певні заборони існують, то дитина з легкістю може їх порушувати, будучи переконаною, що ніякого покарання за це не понесе.
- Надмірність санкцій (жорсткий стиль виховання), (С+). Батьки переконані у корисності строгого покарання дитини, надмірно реагують навіть на дрібні проступки підлітка.
- Мінімальність санкцій (С-). Батьки практично не використовують покарань, або ж використовують вкрай рідко, в основному через сумніви у їх результативності.
- Нестійкий стиль виховання (Н). Різка зміна стилю та методів виховання: від авторитарного – до ліберального, від надмірної уваги – до емоційної холодності
- Розширення сфери батьківських почуттів (РРЧ). Батьки несвідомо прагнуть, щоб дитина в сім'ї виконувала хоча б частину тих обов'язків, які повинен виконувати один з подружжя (взаємна прив'язаність, залежність, частково еротичні

потреби). Часто зустрічається в сім'ях, де вихованням займається або батько, або матір (смерть одного з подружжя, розлучення, крайня незадоволеність один одним у парі тощо). Стосунки з дитиною є вкрай важливими, і один з батьків через потурання і домінуючу протекцію прагне назавжди прив'язати дитину, що може супроводжуватись постійними ревнощами, підозрами

- Надання переваги проявам дитячих якостей у дитині (ПДК). Батьки ігнорують дорослішання дитини. Їм хочеться, щоб вона завжди була «маленькою», через що зменшують кількість вимог до дитини, будують домінуючу гіперпротекцію, що може стимулювати розвиток психічного інфантилізму

- Виховна невпевненість батьків (ВН). В такій сімейній ситуації відбувається перерозподіл влади між батьками та дитиною. Зазвичай, дитина знаходить «слабке місце» батьків і досягає для себе ситуації «мінімум вимог – максимум прав».

- Нав'язливий страх втрати дитини (ФУ). Страх, тривога батьків за життя дитини, що проявляється в невпевненості батьків, боязні помилитись, перебільшеному уявленні про «вразливість» дитини. В основі лежить домінуюча гіперпротекція.

- Нерозвиненість батьківських почуттів (НРЧ). Батьки (через особистісні труднощі – розлади особистості, психічні порушення, або через негативний власний сімейний досвід, що базувався на емоційній холодності) слабо розуміють значення виховання в житті дитини. Такий стиль може проявлятися через поверхневий інтерес до дитини, небажанні мати з нею справи. Зазвичай, на дитину перекладається значна кількість домашніх обов'язків.

- Проєкція на дитину власних небажаних якостей (ПНК). Батьки бачать в дитині ті риси характеру, які не приймають в собі. В основі стилю – емоційне відторгнення, жорстоке поводження з дитиною.

- Винесення конфліктів між подружжям в сферу виховання (ВК). Виховання перетворюється на «поле битви» конфліктуючих батьків. Вони відкрито висловлюють невдоволення один одним, керуючись «турботою про благо дитини». При цьому різниця в думках батьків найчастіше буває діаметрально протилежною: один наполягає на досить суворому вихованні з підвищеними вимогами,

заборонами і санкціями, інший же – схильний «жаліти» дитини. Характерне прояв – вираження невдоволення виховними методами другого з подружжя. При цьому легко виявляється, що кожного цікавить не стільки те, як виховувати підлітка, скільки те, хто правий у виховних суперечках.

6. *Тест самоактуалізації (САМОАЛ)* призначений для діагностики особистісного потенціалу осіб старше 15-16 років. В основі опитувальника лежить ідея самоактуалізації особистості А. Маслоу та інших теоретиків екзистенційно-гуманістичного напрямку.

Шкали характеризують основні сфери самоактуалізації особистості, що відображені через такі показники як: компетентність у часі, ціннісних орієнтацій, гнучкості в спілкуванні, контактності, спонтанності, аутосимпатії, саморозуміння, уявлень про природу людини, креативності, автономності, потреби в пізнанні⁸⁵.

Методика може бути використана як для індивідуального, так і для групового обстеження. Опитувальник складається з 126 питань, кожен з яких містить два варіанти відповіді. Досліджуваному слід обрати лише один. Кожна відповідь, що співпадає з варіантом, вказаним в ключах, оцінюється в 1 бал. Далі підраховується сума балів, набраних досліджуваним за кожною шкалою.

7. *Тест-опитувальник самоствавлення С. Пантілєєва.*

Багатовимірний опитувальник самоствавлення створений С. Пантілєєвим у 1989 році. Результати опитувальника дають важливу інформацію про особливості емоційно-ціннісного компонента самосвідомості особистості. В основі розуміння самоствавлення закладена концепція самосвідомості В. Століна, який виділяв три виміри самоствавлення: симпатію, повагу та близькість.

Дана методика містить 110 тверджень і містить 9 шкал:

- Замкненість (закритість) – визначає переважання однієї з двох тенденцій: або ж конформності, вираженої мотивації соціального схвалення, уникнення відкритих взаємин, або ж критичності, глибокого пізнання себе, внутрішньої чесності і відкритості.

⁸⁵ Фетискин Н.П. (2002). Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Изд-во Института Психотерапии. С. 98-102

- Самовпевненість – виявляє самоповагу до себе, як впевненої, самостійної особистості, яка знає за що себе поважає.
- Самокерівництво – відображає уявлення людини про власне джерело активності, результативності та досягнень, про джерело саморозвитку.
- Дзеркальне Я – характеризує уявлення суб'єкта про можливість викликати повагу, симпатію у інших людей. Шкала відображає суб'єктивне сприйняття досліджуваним стосунків, що склалися з оточенням.
- Самоцінність – відображає цінність особою себе як особистості, а також цінність «Я» для інших людей.
- Самоприйняття – дозволяє оцінювати симпатію особи до себе, гармонію із внутрішніми бажаннями, прийняття себе із власними недоліками.
- Самоприв'язаність – відображає бажання змінюватися, в залежності від умов реальних здобутків.
- Внутрішня конфліктність – характеризує наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, вираження тенденції до самоаналізу та рефлексії.
- Самозвинувачення – характеризує вираження негативних емоцій в адрес власного «Я».

8. Методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К. Леонгарда і Х. Шмішека.

Опитувальник призначений для діагностики типу акцентуації особистості. Теоретичною основою опитувальника є концепція «акцентуйованих особистостей» К. Леонгарда, який вважає, що властиві особистості риси можуть бути розділені на основні та додаткові. Основні риси становлять стрижень, ядро особистості. У разі яскравої виразності (акценту) основні риси стають акцентуацією характеру. Відповідно особистості, у яких основні риси яскраво виражені, названі Леонгардом «акцентуйовані».

Термін «акцентуйовані особистості» зайняв місце між психопатією і нормою. Акцентуйовані особистості не слід розглядати в якості патологічних, але у випадку впливу несприятливих чинників акцентуації можуть набувати патологічний

характер, руйнуючи структуру особистості. Методика складається з 88 питань, на які потрібно відповісти «так» чи «ні».

Шкали опитувальника:

- Демонстративний тип – характеризується підвищеною здатністю до витіснення.
- Педантичний тип – особи цього типу відрізняються підвищеною ригідністю, інертністю психічних процесів, нездатністю до витіснення травмуючих переживань.
- Застрагаючий (неврівноважений) тип – характерна надмірна стійкість афекту.
- Збудливий тип – підвищена імпульсивність, ослаблення контролю над потягами і спонуканнями.
- Гіпертимний тип – підвищений фон настрою у поєднанні з оптимізмом і високою активністю.
- Дистимний тип – знижений фон настрою, песимізм, фіксація тінювих сторін життя, загальмованість.
- Тривожний – схильність до страхів, боязкість і лякливість.
- Циклотимний тип – зміна гіпертимних і дистимних фаз.
- Екзальтований – легкість переходу від стану захвату до стану печалі. Захват і печаль – основні супутні цьому типу стану.
- Емотивний тип – особи цього типу відрізняються особливою вразливістю і чутливістю.

Максимальний показник по кожному типу акцентуації – 24 бали. Ознакою акцентуації вважається показник вище 12 балів.

Отже, для дослідження мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді було використано такі психоіагностичні методики: опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової (в українськомовній адаптації Т. Завади)⁸⁶; Діагностика мотиваційної структури особистості В. Мільмана;

⁸⁶ Завада Т.Ю. (2016). Опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової (модифікований варіант Т. Завади). Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. Вип. 6(1). С. 51-56. Відновлено з: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhpr_2016_6%281%29__11

Діагностика мотивів афіліації А. Мехрабіана; Опитувальник вимірювання мотивації досягнення А. Мехрабіана; Опитувальник Методика «Батьків оцінюють діти» (БОД); Тест-опитувальник самоствлення С. Пантілєєва; Діагностика самоактуалізації особистості; Методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К. Леонгарда і Х. Шмішека.

2.2. Аналіз та інтерпретація емпіричного дослідження

У 1996 році дослідники Н. Гаранян та А. Холмогорова висунули гіпотезу про існування структури перфекціонізму особистості. Їх припущення ґрунтувалось на досвіді практичної роботи з амбулаторними пацієнтами, в яких було виявлені емоційні порушення. В результаті, було створено опитувальник, який, в основному, базувався на висловлюваннях пацієнтів у групах індивідуальної та групової психотерапії.

Науковцями було складено 29 тверджень, які гіпотетично мали б тестувати 5 теоретичних параметрів перфекціонізму.

В результаті факторного аналізу, було встановлено, що опитувальник містить 6-ти факторну структуру. Загальна дисперсія факторів складає 70%, (табл. 2.1.).

Фактор 1 – *сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування* (при постійному порівнянні себе з іншими) відображає суб'єктивне сприйняття того, що оточуючі люди очікують високих результатів діяльності і є когнітивним параметром перфекціонізму. **Фактор 2** – *завищені домагання та вимоги до себе* відображає схильність побудови складних цілей та завдань. **Фактор 3** – *високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»* стосується високих стандартів діяльності при орієнтації на результати найбільш успішних людей. **Фактор 4** – *селектування інформації про власні помилки й невдачі* відображає негативний аспект мислення, що пов'язаний з фіксацією на власному неуспіху. **Фактор 5** – *поляризоване мислення пов'язаний із схильністю до дихотомічної оцінки результатів діяльності, планування її за принципом – «все або нічого»*. **Фактор 6** – *контроль над переживаннями пов'язаний з необхідністю контролю власних емоцій, почуттів, бажань*.

Таблиця 2.1.

**Факторна структура шкал опитувальника перфекціонізму
Н. Гаранян та А.Холмогорової**

№	Шкали опитувальника перфекціонізму	Найбільш позитивні навантаження	% загальної дисперсії
1	Сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування	0,793	26
2	Завищені домагання та вимоги до себе	0,750	15
3	Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,766	7
4	Селектування інформації про власні помилки й невдачі	0,748	7
5	Поляризоване мислення – «все або нічого»	0,771	10
6	Контроль над почуттями	0,826	5

Також 3 твердження опитувальника (запитання 7, 15, 24) з низьким факторним навантаженням не ввійшли в жодну шкалу і при обробці враховувались лише при підрахунку загального показника перфекціонізму.

Перевірка внутрішньої узгодженості шкал (використання коефіцієнтів надійності α -Кронбаха і Guttman Split-half) вказує на те, що тест внутрішньо узгоджений. Практично, всі шкали опитувальника перевищують значення коефіцієнтів – 0,6, що свідчить про статистично значиму надійність методики. Виключенням стала шкала «Контроль над переживаннями» (коефіцієнт α -Кронбаха = 0,3747), яку, в подальшому, не виділили автори в структуру перфекціонізму через низьку надійність. Проте, показники тверджень даної шкали враховуються при оцінці загального показника перфекціонізму, так як навіть низьке значення не знижує загальну надійність опитувальника.

Процедура перевірки двох доданих шкал на надійність, засвідчила високий коефіцієнт α – Кронбаха (табл. 2.2.).

Таблиця 2.2.

**Коефіцієнти α – Кронбаха для шкал
«самозвинувачення» та «значимість оцінок оточення»**

№	Назва шкали	Коефіцієнт α – Кронбаха
1	Самозвинувачення	0,71
2	Значимість оцінки оточення	0,64

Таким чином, виділені дві шкали є статистично значимими, і ми можемо перевірити їх місце у факторній загальній структурі опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової.

Отримані результати за допомогою методу кам'яного осипу під час факторного аналізу вказують на трифакторну структуру опитувальника перфекціонізму. В результаті застосування методу VarimaxNormalized було встановлено, що дві додані шкали до опитувальника («самозвинувачення» та «залежність від оцінок оточення») виділились в окремий фактор, що свідчить про те, що вони відображають вплив чинників, які не пов'язані зі структурою перфекціонізму виділеною російськими науковцями (загальний відсоток дисперсії – 71,6%), а відображають окремий аспект у його структурі (табл.2.3).

Таблиця 2.3.

Факторна структура шкал опитувальника перфекціонізму

Шкали	Фактор 1	Фактор2	Фактор3
Самозвинувачення	0,441678	0,214118	0,644942
Залежність від оцінок оточення	-0,003687	0,138188	0,859419
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	0,728919	0,087992	0,441112
Завищені домагання та вимоги до себе	0,375313	0,619074	0,032457
Орієнтація на полюс «найуспішніший»	0,819431	0,183554	-0,087414
Селектування інформації про власні помилки й невдачі	0,586099	-0,094092	0,513351
Поляризоване мислення – «все або нічого»	-0,000637	0,845773	0,162694
Загальний показник	0,807648	0,451439	0,352609
Expl. Var	2,534549	1,417613	1,772158
Prp/ Totl	0,316819	0,177202	0,221520

Також результати факторного аналізу вказують, що з додаванням двох шкал до опитувальника – відсоток сукупної дисперсії даних, яким пояснюється даний фактор (Prp. Totl) – 0,22 . А це підтверджує те, що нами виявлено аспект, що дає змогу розширити структуру перфекціонізму.

Для того, щоб виділити рівні перфекціонізму було використано кластерний аналіз. Отримані результати свідчать про чітке визначення високого, середнього та низького рівнів.

Кластер 1 відображає середній рівень перфекціонізму, Кластер 2 – високий, і, відповідно, Кластер 3 – низький.

Зіставлення розподілів рівнів виявлених в результаті кластерного аналізу із значеннями загального рівня перфекціонізму (результати описової статистики) дає підстави виділити такі рівні перфекціонізму, табл. 2.4.:

Таблиця 2.4.

Рівні перфекціонізму

Рівні	Значення	Похибка
Високий	96 і більше	± 2%
Середній	75 – 95	± 3%
Низький	до 74	± 4%

Статистична достовірність узгодженості розподілів рівнів перфекціонізму підтверджена критерієм χ^2 -квадрат Пірсона ($\chi^2 = 410$, де $p \leq 10^{-5}$). Похибка розбиття за шкалами перфекціонізму не перевищує 5%.

Отож, виокремивши за допомогою кластерного аналізу рівні перфекціонізму (високий, середній та низький) дослідимо, які чинники є найбільш вагомими при їх виділенні, (табл. 2.5.).

Таблиця 2.5.

Результати дискримінантного аналізу шкал перфекціонізму

Шкали	Wilks' Lambda	Partial Lambda	F-remove
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	0,2829	0,5870	101,999
Самозвинувачення	0,2177	0,7630	45,03
Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,1833	0,9057	15,09
Селектування інформації про власні помилки й невдачі	0,1733	0,9578	6,38
Завищені домагання та вимоги до себе	0,1710	0,9712	4,29
Залежність від оцінок оточення	0,1712	0,9699	4,48
Поляризоване мислення – «все або нічого»	0,1689	0,9832	2,46

Проведений дискримінантний аналіз коректності класифікації досліджуваних за рівнем перфекціонізму, методом покрокового включення змінних, дає змогу оцінити вплив кожної із шкал перфекціонізму дискримінантні функції. Результати вибору класифікаційних змінних подано у табл. 2.5. Змінні входять в перелік класифікаційних змінних, причому, шкала «самозвинувачення», має одне з найвагоміших значень (з достовірністю 98%).

Застосування методу покрокового виключення змінних у дискримінантному аналізі показує, що коректність класифікації (з достовірністю 90%), практично не змінюється при використанні лише трьох змінних: 1. «самозвинувачення», 2. «сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування», 3. «орієнтація на полюс найуспішніших».

Перевірка внутрішньої узгодженості всіх шкал опитувальника перфекціонізму (за допомогою коефіцієнта α -Кронбаха), виділених у результаті ієрархічного факторного аналізу, вказує на високу їх надійність, (табл.2.6.). Загальний показник становить – 0,75, що значно покращує надійність опитувальника з додаванням двох шкал, порівняно з опитувальником розробленим російськими науковцями, де коефіцієнт α -Кронбаха – 0,63.

Таблиця 2.6.

Результати надійності шкал опитувальника перфекціонізму

Шкали	Показник α -Кронбаха
Самозвинувачення	0,67
Залежність від оцінок оточення	0,73
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	0,68
Завищені домагання та вимоги до себе	0,74
Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,73
Селектування інформації про власні помилки й невдачі	0,72
Поляризоване мислення – «все або нічого»	0,75

Виокремивши три рівні перфекціонізму – високий, середній та низький, перевіримо статистичні відмінності, що існують у шкалах. Для цього використаємо однофакторний дисперсійний аналіз.

Однофакторний дисперсійний аналіз використовується для перевірки значимих відмінностей між середніми значеннями вибірок, що розглядаються. Дані аналізу – це k незалежних одновимірних вибірок, елементи яких вимірюються в однакових одиницях. Кількість елементів кожної вибірки може бути різною.

За допомогою тесту Шеффе, розглянемо як саме відрізняються між собою виділені характеристики у групах осіб з різним рівнем перфекціонізму. Отже, вибираємо в якості залежної змінної виділені показники, серед яких існують

відмінності на основі однофакторного дисперсійного аналізу та рівень перфекціонізму в якості групуючої змінної.

Отримані результати однофакторного дисперсійного аналізу свідчать про існування відмінностей серед рівнів перфекціонізму. Значення отримані за допомогою тесту Шеффе вказують, що всі шкали перфекціонізму, рівномірно розподілились відповідно до його рівнів – високого, середнього та низького, (рис. 2.1.).

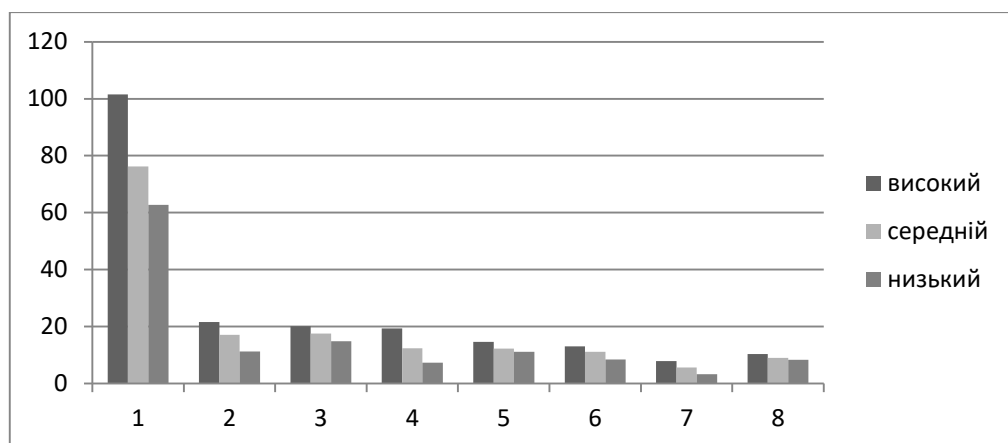


Рис.2.1. Результати порівняльного аналізу відмінностей у значення шкал перфекціонізму

Умовні позначення: 1 – загальний показник перфекціонізму, 2 – самозвинувачення, 3 – залежність від оцінок оточення, 4 – сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування, 5 – завищені домагання та вимоги до себе, 6 – високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший», 7 – селектування інформації про власні помилки й невдачі, 8 – поляризоване мислення – «все або нічого».

Таким чином, представлено модифікований варіант опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян та А. Холмогорової, що містить окрім виділених науковцями шкал: 1. сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування, 2. завищені домагання та вимоги до себе, 3. високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший», 4. селектування інформації про власні помилки й невдачі, 5. поляризоване мислення – «все або нічого», також шкали: 6. самозвинувачення та 7. залежність від оцінок оточення. Значимість та надійність такої модифікації доведена методами статистичної обробки математичних даних. В результаті кластерного аналізу також виділено рівні перфекціонізму: високий, середній та низький, що дає можливість диференціювати прояви перфекціонізму особистості.

Для порівняння особливостей мотиваційної сфери студентської та нестудентської молоді, виявлення статистично значущих відмінностей у даних групах досліджуваних, було використано порівняльний аналіз, або t-test Стьюдента. Двовибірковий Т – тест Стьюдента використовується для перевірки гіпотези про розходження середніх значень для двох вибірок⁸⁷.

Результати порівняльного аналізу вказують на існування відмінностей у групах досліджуваних.

Зокрема, щодо особливостей прояву перфекціонізму, то загальний показник перфекціонізму ($p=0,0003$) та його компоненти: завищені вимоги ($p=0,007$), орієнтація на полюс найуспішніших ($p=0,0004$), а також сприйняття інших людей, як таких, що делегують високі очікування ($p=0,005$), (Додаток А.1) – вищі у студентської молоді, порівняно з молоддю, яка не входить до категорії студентства, рис. 2.2.

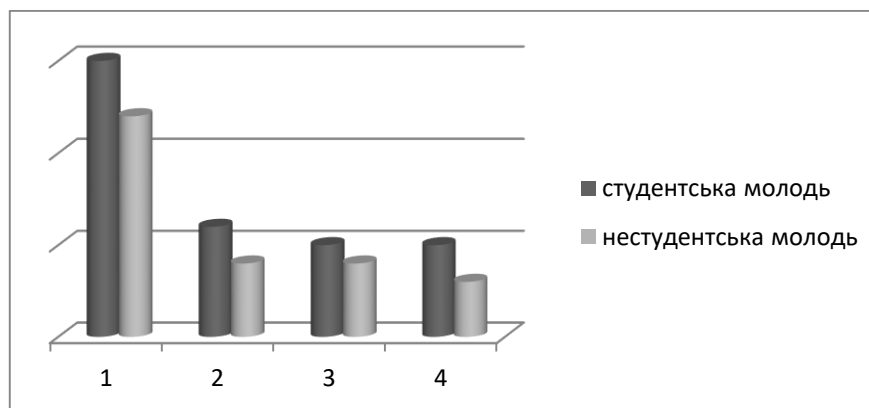


Рис. 2.2. Відмінності у прояві перфекціонізму серед студентської та нестудентської молоді

Умовні позначення: 1 – загальний показник перфекціонізму, 2 – завищені вимоги, 3 – орієнтація на полюс найуспішніших, 4 – сприйняття інших людей, як таких, що делегують високі очікування.

Таким чином, серед студентської молоді прояв перфекціонізму та його компонентів – значно вищий. Навчання та, загалом, професійна діяльність є площиною реалізації власної активності та досягнень, де оцінка (зовнішня) є вагомим умовою успішного навчання. В осіб, що не входять до категорії студентства, вищевказані характеристики розвинені меншою мірою. Умови, яких

⁸⁷ Бабенко В.В. (2009). Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних та педагогічних експериментах. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка. 184 с.

слід дотримуватися для успішного навчального процесу (опанування новими навичками та знаннями, робота над матеріалами, прояв ініціативи) закладають умови конкуренції (при оцінюванні результатів діяльності викладачем) і більш стимулюють в особистості ставити перед собою надвисокі вимоги, орієнтуватися на найуспішніших осіб, сприймати оточення, як таке, що делегує високі очікування, та загалом підвищувати прояв перфекціонізму.

На основі методики діагностики мотиваційної структури особистості В. Мільмана, виявлено, що у студентської молоді більш виражена споживацька мотивація (рис. 2.3.).

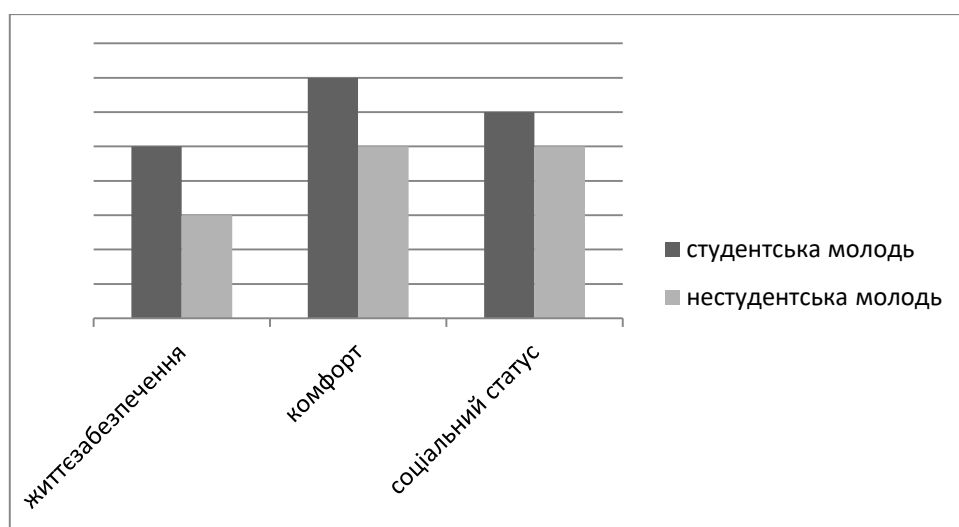


Рис. 2.3. Відмінності у мотиваційній структурі серед студентської та не студентської молоді

До споживацької мотивації відносяться мотиви підтримання життєзабезпечення ($p=0,0002$), мотиви комфорту ($p=0,007$) та соціального статусу ($p=0,004$). Найбільш ймовірно, що отримані дані пов'язані із недостатньою фінансовою спроможністю студентів. Адже, основна частина з них – не працює, та самостійно себе не забезпечує, а фінансові ресурси надходять або у вигляді стипендії, або допомоги від батьків. Власне, такі умови зумовлюють дефіцитарність, і більш виражені прагнення у забезпеченні базових потреб. Виражена відмінність у мотиві соціального статусу, найбільш ймовірно, пов'язана з виборюванням студентством свого місця і майбутньої позиції у соціумі. Невідомість, недостатня визначеність у майбутній діяльності стимулює набувати нові знання, реалізовувати власний потенціал задля формування фундаменту

власної соціальної значимості.

Також важливою відмінністю є те, що розвиток професійної (навчальної) мотивації є більш важливим для студентської молоді ($p=0,0003$). Професійні (навчальні) мотиви лежать в основі реалізації свого потенціалу, і саме з їх допомогою можливе досягнення значимих результатів серед студентства.

Серед ціннісних орієнтацій у студентської молоді переважають цінності стимуляції ($p=0,006$) та досягнення ($p=0,006$), натомість у молоді, що не входить до студентства домінують цінності конформізму ($p=0,05$) та традицій ($p=0,004$). Таким чином, у студентів більш виражена потреба у глибоких переживаннях для підтримання оптимального рівня активності, прагнення до новизни; прагнення до прояву компетентності у відповідності до соціальних стандартів. Категорія осіб, що залишили «лави» студентства більш орієнтована на збереження та підтримання тих звичаїв та ідей, що існують в культурі суспільства, єдності власної думки з поглядами більшості.

Дослідження відмінностей соціально-психологічних установок у сфері мотивацій та потреб, вказує, що студентська молодь більш орієнтована на свободу ($p=0,007$), (Додаток А.3). Установка на свободу передбачає відстоювання власної незалежності та уникнення будь-яких обмежень та рамок, що можуть її порушити. Входження людини в соціально-економічні відносини з роботодавцем, частково обмежують прояв власної індивідуальності, і змушують підпорядковуватись встановленим нормам та стандартам. Студенти, які не перебувають у трудових відносинах з певною організацією, менш відчують обмеження і рамки власної самореалізації.

Щодо стилів саморегуляції поведінки, то студентська молодь характеризується нижчим показником гнучкості ($p=0,0008$), тобто здатності перебудувувати, вносити корективи в систему саморегуляції при зміні зовнішніх та внутрішніх умов, порівняно з нестудентською молоддю, (Додаток А.4). Знову ж таки, ймовірно, це пов'язано із більшою відповідальністю, що покладена на осіб, які не входять в категорію студентства, за своє життєзабезпечення, і змушує більш лояльно, не надто категорично, вирішувати проблеми, що виникають та досягати

бажаного.

Підсумовуючи результати дослідження, можемо стверджувати, що *існують відмінності між студентською та не студентською молоддю. Зокрема, вони стосуються рівня прояву перфекціонізму, мотивів, цінностей, установок та способів саморегуляції поведінки.*

Для студентської молоді більш притаманні завищені вимоги та домагання, орієнтація на полюс найуспішніших, сприйняття оточення як такого, що делегує високі вимоги та загалом показника перфекціонізму; у мотиваційній структурі більш проявляються споживацькі мотиви, що пов'язані з потребою реалізації мотивів життєзабезпечення, комфорту, соціального статусу; серед ціннісних орієнтації – стимуляція та досягнення; переважає соціально-психологічна установка на свободу; у стилі саморегуляції поведінки відрізняються нижчою гнучкістю.

Розглянемо статистичні відмінності (на основі однофакторно дисперсійного аналізу і тесту Шеффе), які були виявлені у групах осіб з різним рівнем перфекціонізму щодо їх індивідуальних особливостей, стилів сімейного виховання та особливостей мотиваційної сфери (потреб, мотивів, цінностей, установок, стилів саморегуляції).

Отож, на основі однофакторного дисперсійного аналізу *виявлено відмінності у групах осіб з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму та такими показниками, (Додаток Б):*

- *Особливості мотиваційної структури – соціальний престиж ($p=0,001$), спілкування ($p=0,000003$), загальна активність ($p=0,0004$), мотиви розвитку ($p=0,001$), загальний показник оцінки ідеальної ($p=0,003$) та реальної мотивації ($p=0,008$), рис. 2.4.*

Результати опрацювання даних за допомогою тесту Шеффе, вказують, що соціальний престиж та загальна активність, а також мотиви розвитку та показник ідеальної оцінки стану задоволення мотивів є більш вагомими для осіб з високим рівнем перфекціонізму.

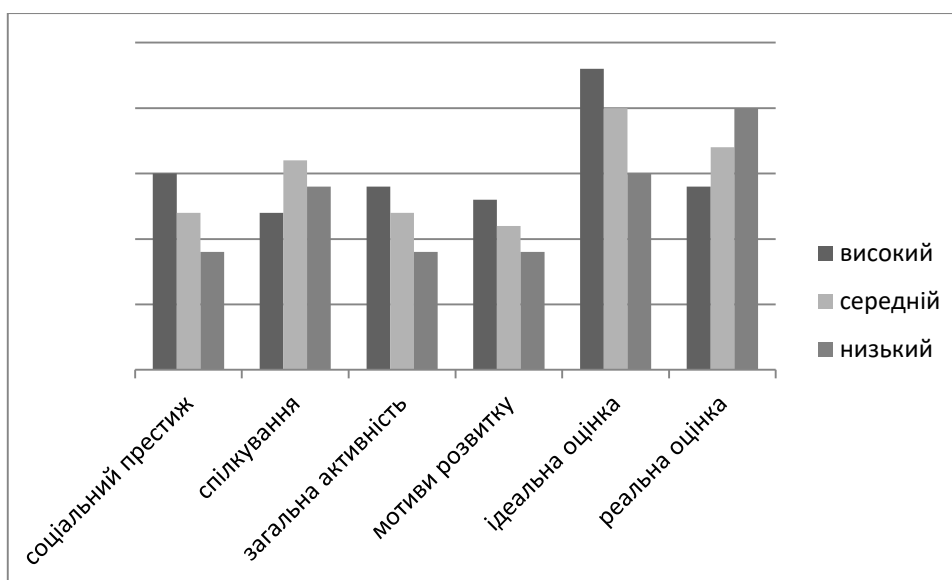


Рис. 2.4. Статистичні відмінності у прояві мотивів серед студентської молоді з різним рівнем перфекціонізму

Таким чином, особи з високим рівнем перфекціонізму, більш орієнтовані на здобуття соціальної значимості, вагомого статусу, які б забезпечували схвальну оцінку, проявляючи для цього високу активність, що спрямована на реалізацію внутрішнього потенціалу. При цьому, рівень прагнень до досягнення бажаного є високим та частково ідеалізованим. Така позиція власне складає основу перфекціоністських тенденцій.

Для осіб з середнім рівнем перфекціонізму домінуючим є мотив спілкування, що передбачає потребу у задоволенні комунікативної взаємодії з оточенням. Такій категорії осіб є важливим підтримання взаємостосунків з оточенням, отримання «зворотного зв'язку».

У осіб з низьким рівнем перфекціонізму виявлено переважання показника оцінки реального стану задоволення всієї категорії мотивів. А це свідчить, що для даної категорії осіб, характерно найбільш позитивно оцінювати реальний стан задоволення мотивів, не будуючи ідеалістичних переконань.

- *Мотив аффіліації* – страх бути відторгнутим, або чутливість до неприйняття оточенням ($p=0,0005$).

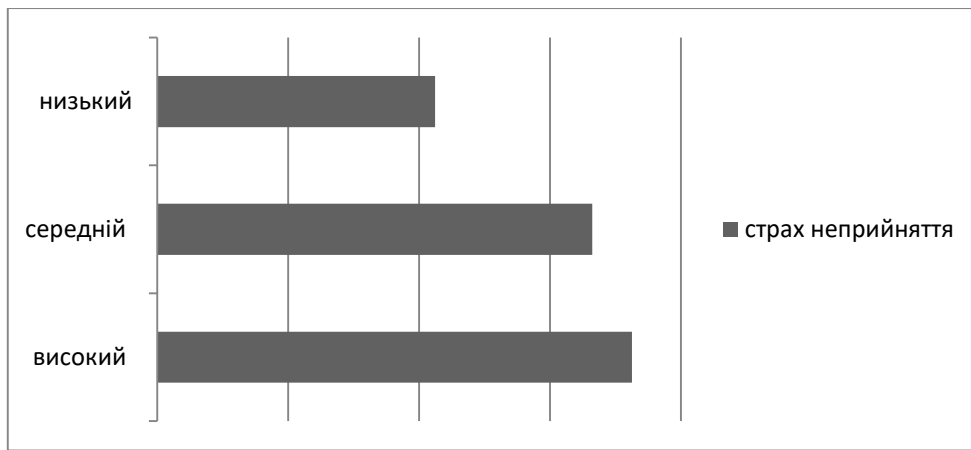


Рис. 2.5. Відмінності у прояві мотиву «страх неприйняття» (на основі опитувальника афіліації А. Мехрабіана) в осіб з різним рівнем перфекціонізму

Отримані результати за тестом Шеффе, вказують, що у осіб з високим рівнем перфекціонізму найбільш виражений страх бути неприйнятими групою, порівняно з особами з середнім та низьким рівнями, (рис. 2.5.). Отримані результати вказують на високу залежність перфекціоністів від оточення. Власне, така особливість в поєднанні з активністю вказує на необхідність досягнення значимих результатів задля прийняття іншими людьми, визнання їх діяльності, отримання похвали та схвалення.

- *Міра задоволення основних потреб* – безпека ($p=0,002$), соціальні потреби ($p=0,007$), потреби у визнанні ($p=0,0002$).

За результатами тесту Шеффе, встановлено, що безпека найбільш дефіцитарною є для осіб з високим рівнем перфекціонізму, для осіб з низьким рівнем – соціальні (міжособистісні) потреби.

Такі особливості вказують на те, що особи з яскраво вираженим перфекціонізмом найбільш прагнуть уникати неприємностей, зміцнити власну позицію та становище, забезпечити майбутнє. Натомість, побудова теплих взаєностосунків з оточенням, наявність приємних співрозмовників, прагнення до взаєморозуміння – найбільш мотивуюча потреба для осіб з низьким рівнем перфекціонізму.

- *Ціннісні орієнтації* – конформізм ($p=0,001$), самостійність ($p=0,001$), досягнення ($p=0,006$), безпека ($p=0,007$), влада ($p=0,008$).

Результати тесту Шеффе вказують на такі відмінності: у осіб з високим рівнем перфекціонізму переважають цінності безпеки, конформності, влади та досягнення; а у осіб з низьким рівнем перфекціонізму – самостійності.

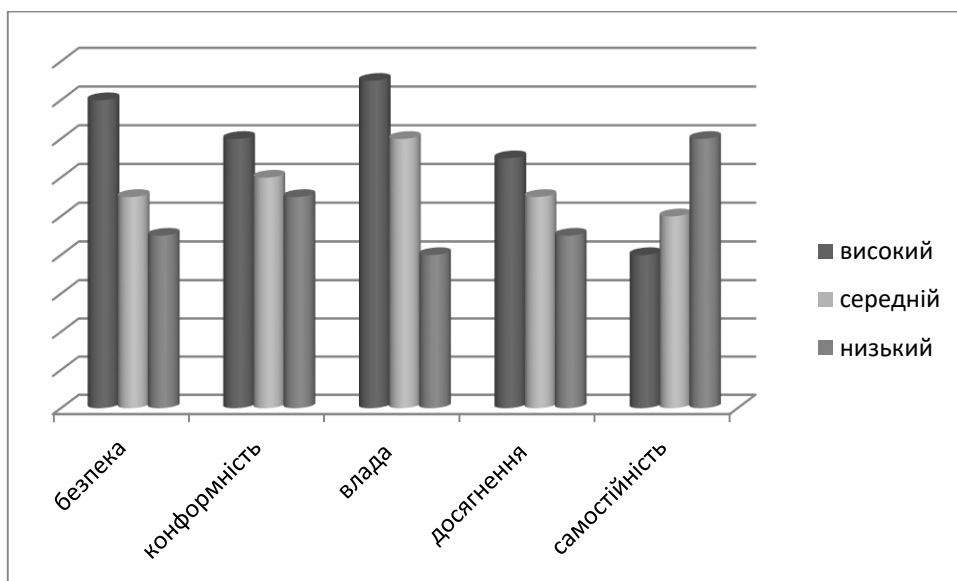


Рис. 2.6. Відмінності у ціннісних орієнтаціях осіб з різним рівнем перфекціонізму

Переважаання таких ціннісних орієнтацій як безпека, конформність, влада та досягнення у осіб з високим рівнем перфекціонізму, вказує на певну конфліктність в межах їх ціннісних орієнтацій. З однієї сторони, їх стимулює досягнення значимого соціального статусу, який би забезпечував контроль та вплив, прояв соціальної компетентності, що закладає успіх, а з іншої – стримування власних дій, які можуть не відповідати соціальним очікуванням та стабільність, безпека та гармонія. Можемо також припустити, що ці цінності об'єднує зовнішня мотивація – прагнення до «соціальної оцінки»: захоплення чи визнання, або через силу та вплив, або ж через досягнення та просоціальну поведінку.

- Соціально-психологічні установки в сфері мотивації та потреб – установка на владу ($p=0,006$).

На основі тесту Шеффе, виявлено, що для осіб з високим рівнем перфекціонізму найбільш вагомою установкою є отримання влади, порівняно з особами із його середнім та низьким проявами. Влада допомагає перфекціоністам підкреслювати власні досягнення, отримати визнання або ж зберігати домінуючу

позицію в межах цілої соціальної системи.

- *Стиль саморегуляції поведінки* – планування ($p=0,007$); моделювання ($p=0,008$); програмування ($p=0,0009$); оцінка результатів ($p=0,007$); гнучкість ($p=0,001$), рис. 2.6.

Аналізуючи отримані дані бачимо, що для осіб з високим рівнем перфекціонізму найбільш притаманно саморегулюючи власну діяльність планувати її, що пов'язана з вираженою потребою у складанні детальних планів, дій, формування цілей, а також її програмувати – продумувати способи поведінки на шляху до мети. При цьому, для осіб з низьким рівнем перфекціонізму більш характерно моделювати ситуацію – визначати її внутрішні та зовнішні найбільш сприятливі умови, адекватно оцінювати результати діяльності та поведінки, та проявляти більшу гнучкість та адаптивність при зміні умов та ситуації.

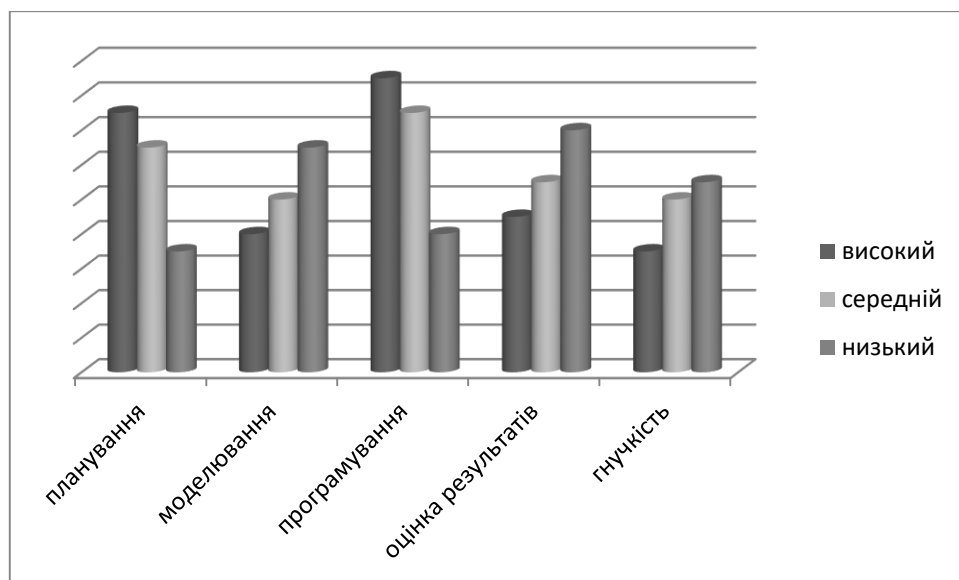


Рис. 2.7. Відмінності стилів саморегуляції студентської молоді з різним рівнем перфекціонізму

- *Особливості самоствавлення* – дзеркальне Я ($p=0,001$); самоцінність ($p=0,0001$); самоприйняття ($p=0,002$); самоприв'язаність ($p=0,003$); внутрішня конфліктність ($p=0,00005$); самозвинувачення ($p=0,0005$).

Як вказують результати тесту Шеффе, всі показники виділених статистичних відмінностей самоствавлення вищі в студентів з високим рівнем перфекціонізму, порівняно з середнім та низьким його рівнями. Для осіб з яскраво вираженим перфекціонізмом характерне більш негативне самоствавлення. Це стосується

негативного сприйняття себе, неприйняття себе, переконанні, що внутрішні якості та особливості не можуть викликати симпатії в оточення, схильність до самозвинувачення, сумнівів у правильності дій, внутрішній конфліктності.

- *Особливості самоактуалізації* – компетентність у часі ($p=0,006$); автономність ($p=0,007$); спонтанність ($p=0,002$); саморозуміння ($p=0,0003$); гнучкість у спілкуванні ($p=0,05$), аутосимпатія ($p=0,007$), цінності ($p=0,002$), креативність ($p=0,007$).

За допомогою тесту Шеффе, встановлено, що всі показники, за якими виявленні відмінності особливостей самоактуалізації, на основі однофакторного дисперсійного аналізу, вищі у осіб з низьким рівнем перфекціонізму, а найнижчі – у осіб з високим рівнем. Такі особливості свідчать про низьку спрямованість до розкриття та реалізації власних потреб, бажань та цінностей серед осіб з яскраво вираженим перфекціонізмом. Незважаючи на високу активність, яку вони проявляють, прагнення до досконалості, прояв ідеалізованих переконань, все ж не сприяє найвищому прагненню – актуалізації свого потенціалу. В подальшому дослідженні, використовуючи кореляційний аналіз, розглянемо особливості таких результатів.

- *Особливості акцентуації характеру* – педантичність ($p=0,0006$), застрягання ($p=0,0003$), дистимність ($p=0,003$), тривожність ($p=0,001$), гіпертимність ($p=0,007$).

Статистичні результати на основі тесту Шеффе, вказують, що *особи з високим рівнем перфекціонізму найбільш схильні до проявів педантизму, застрягання та тривожності. У осіб з середнім рівнем перфекціонізму переважають риси дистимної особистості, натомість у осіб з низьким рівнем – гіпертимної.*

Таким чином, нами виявлені значні відмінності, що характерні для осіб з різним рівнем перфекціонізму. Зокрема, вони стосуються їх потреб, мотивів, ціннісних орієнтацій, соціально-психологічних установок, стилів саморегуляції, особливостей самоствавлення та самоактуалізації.

Важливим результатом є те, що для осіб з високим рівнем перфекціонізму

рівень прагнень до досягнення бажаного є високим та частково ідеалізованим. Натомість, для осіб з низьким рівнем перфекціонізму характерно найбільш позитивно оцінювати реальний стан задоволення мотивів, не будуючи ідеалістичних переконань.

Для виявлення *взаємозв'язків індивідуальних якостей особистості, особливостей мотиваційної сфери серед студентської молоді*, було використано кореляційний аналіз.

Проста лінійна кореляція (Пірсона r) являє собою міру залежності змінних. Вона визначає ступінь, з яким значення двох змінних «пропорційні» один одному. Пропорційність означає просто лінійну залежність. Кореляція висока, якщо на графіку залежність «можна представити» прямою лінією (з позитивним чи негативним кутом нахилу). Коефіцієнти кореляції змінюються в межах від -1.00 до +1.00. Значення -1.00 означає, що змінні мають строгу негативну кореляцію. Значення + 1.00 означає, що змінні мають строгу позитивну кореляцію, значення 0.00 означає відсутність кореляції⁸⁸.

Результати кореляційного аналізу у групі студентів з високим рівнем перфекціонізму.

Розглянемо результати кореляційного аналізу особливостей мотиваційної структури особистості за В. Мільманом в групі студентської молоді з високим рівнем перфекціонізму.

Отримані дані статистичного опрацювання свідчать, що вищий рівень загального показника перфекціонізму у студентської молоді, то вищий показник загальної мотивації ($r=0,36$, $p\leq 0,01$). Також встановлено, що мотиви розвитку (як частина загальної мотивації) прямо пропорційно взаємопов'язані з показником перфекціонізму ($r=0,35$, $p\leq 0,01$). Таким чином, у загальній мотиваційній структурі студентів-перфекціоністів переважають мотиви розвитку (в порівнянні із споживацькими мотивами), що сприяють прагненні до досягнення значимих результатів, високих показників.

⁸⁸ Бабенко В.В. (2009). Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних та педагогічних експериментах. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка. 184 с.

Якщо більш детально проаналізувати складові мотиваційного профілю виражені у студентської молоді з високим рівнем перфекціонізму, то виявлено, що більш вагомо для людини є прагнення до отримання уваги з боку оточення, здобуття вагомому статусу в суспільстві, впливу та влади (мотив соціального статусу), ($r=0,32$, $p\leq 0,01$), а також реалізації активності, що передбачає енергійність, ініціативність (мотивація загальної активності), ($r=0,33$, $p\leq 0,01$), то більш вираженим є перфекціонізм.

Аналізуючи статистичні дані, також виявлено, що *мотивація загальної активності у студентів-перфекціоністів взаємопов'язана з залежністю від оцінок оточення як компоненту перфекціонізму* ($r=0,36$, $p\leq 0,001$). Об'єднуючи ці два мотиви, можемо припустити, що в їх основі закладена потреба перфекціоністів у отриманні визнання та похвали з боку оточення, що реалізується через досягнення значимого соціального статусу та проявів активності, для чого необхідно досягати високих, максимально успішних результатів.

Результати кореляційного аналізу також вказують, що мотивація суспільної корисності ($r= -0,34$, $p\leq 0,01$) обернено пропорційно взаємопов'язана з проявом перфекціонізму.

Мотивація суспільної корисності в структурі В. Мільмана, є практично ототожненням з самоактуалізацією (А. Маслоу) як найвищим щаблем розвитку мотивації особистості. Для того, щоб виявити *особливості взаємозв'язку перфекціонізму та самоактуалізації особистості* нами було також використано методику діагностики самоактуалізації особистості (САМОАЛ). Прагнення до самоактуалізації розкривається у методиці через такі фактори як: «орієнтація у часі», «цінності», «погляд на природу людини», «потреба в пізнанні», «креативність (прагнення до творчості)», «автономність», «спонтанність», «саморозуміння», «аутосимпатія», «контактність» та «гнучкість у спілкуванні».

На основі кореляційного аналізу встановлено, що більш людина переконана, що інші люди очікують від неї надвисоких результатів у виконуваний діяльності ($r= -0,36$, $p\leq 0,001$), а також схильна постійно фіксуватися на власних помилках й невдачах ($r= -0,34$, $p\leq 0,001$), то гірша в неї орієнтація у часі. Під орієнтацією у часі

розуміється здатність особи жити теперішнім, не відкладати справи «на потім», не «втікаючи» у минуле. Ймовірно, що приписування оточуючим людям надмірно високих очікувань (як когнітивний параметр), взаємопов'язано з дитячим досвідом відповідати високим очікуванням батьків. Доведено, що формування перфекціонізму залежить від специфіки сімейного виховання. Надто вимогливі, критичні батьки є передумовою для розвитку даної проблеми. Власне, сформована модель сімейних взаємовідносин, коли батьки надто вимогливі й критичні, «віддзеркалюється» у дорослому досвіді взаємодії з іншими людьми.

При зростанні орієнтації на полюс найуспішніших у виконуваних діяльностях ($r = -0,28, p \leq 0,01$) – контактність особи знижується. В даному випадку, коли йде мова про контактність, мається на увазі здатність до встановлення доброзичливих, стійких стосунків з іншими людьми, а не рівень комунікативних навичок. Іншими словами, перфекціоністам, які орієнтовані на найвищі стандарти та еталони в процесі життєдіяльності, важко встановлювати теплі, основані на довірі стосунки з людьми. Існує низка досліджень, що доводить руйнуючий вплив перфекціонізму на побудову гармонійних взаємовідносин з людьми, що може проявлятися у соціальній ізоляції, гострій конкуренції, заздрощах, ревнощах і т.д.

Результати кореляційного аналізу доводять, що вищий показник фіксації особистості на власних помилках та невдачах, то нижчі показники її автономності ($r = -0,35, p \leq 0,01$) та аутосимпатії ($r = -0,38, p \leq 0,01$). Загалом, автономність та аутосимпатія в гуманістичній психології розглядаються як важливі показники психічного здоров'я особистості. Вони відображають незалежність, самостійність у судженнях, зрілість, усвідомлення позитивних сторін «Я-концепції», що забезпечує адекватну самооцінку і сприяє самоактуалізації. Ймовірно, що невпевненість в собі, слабкість власного Я, низька самооцінка, недостатня особистісна зрілість унеможливають прийняття особою власних негативних сторін, що може породжувати важкі емоційні переживання, надмірну самокритику, психосоматичні розлади.

Що важливіший для особи життєвий принцип «все або нічого» – то менша потреба у пізнанні ($r = -0,26, p \leq 0,01$). Під пізнавальними потребами А. Маслоу

вбачав відкритість людини до нового досвіду, що не завжди пов'язано з задоволенням конкретних бажань. Таке пізнання не передбачає оцінок чи порівнянь, а цінування і сприйняття оточуючого середовища такого, яким воно є. Набуття досвіду людиною безумовно пов'язано з певними невдачами чи помилками. Для перфекціоністів ж, будь-яка невдача переживається дуже гостро, вони не допускають помилок у власній діяльності, і на їх думку – краще взагалі її не розпочинати, ніж припуститись невдачі. Така позиція не лише гальмує розкриття свого Я, а й деструктивно впливає на психологічне благополуччя людини.

Низька мотивація суспільної корисності, найбільш ймовірно, знаходить місце у наявній психологічній дисгармонії перфекціоністів, що пов'язана з зовнішньою мотивацією на діяльність, високою чутливістю до критики, зауважень, орієнтацією на думку та оцінку оточення, самозвинуваченням і т.д. Такі особливості зумовлюють зосередженість на собі, своєму Я, індивідуальних потребах, тим самим частково ігноруючи мотиви глобальної корисності суспільству, та унеможливаючи адекватний саморозвиток та самореалізацію особистості, що передбачає прагнення до суспільної корисності.

На перший погляд, самоактуалізація та перфекціонізм є подібними категоріями. Узагальнюючи, вони об'єднані загальною активністю, досягненням високих показників, прагненням покращити те, що людина має. Проте, важливою відмінністю, на наш погляд, є те, що саме стимулює до досягнення кращого одну і другу категорію осіб.

Використовуючи діагностичну методику досягнення успіху А. Мехрабіана, встановлено що *загальний показник перфекціонізму прямо пропорційно взаємопов'язаний з прагненням до уникнення невдачі* ($r=0,65, p \leq 0,01$), рис. 2.8.

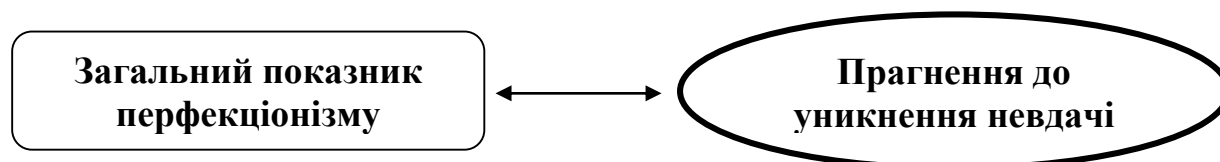


Рис. 2.8. Особливості взаємозв'язку мотивації досягнення та перфекціонізму

Такі особливості вказують на певну конфліктність виражену у студентів з високим рівнем перфекціонізму. З однієї сторони, вони докладають максимально

зусиль для того, щоб бути активними, досягати найкращих результатів, а з іншої – максимально прагнуть не здійснити при цьому помилок чи отримувати критичних зауважень.

Прагнення до уникнення невдачі, страх неуспіху значно зростає, якщо особа проявляє залежність від оцінок, думок оточення ($r=0,59$, $p\leq 0,01$) та сприймає інших, як таких, що делегують високі очікування ($r=0,62$, $p\leq 0,01$).

За допомогою методики дослідження самоставлення С. Пантілеєва встановлено, що показник перфекціонізму обернено пропорційно взаємопов'язаний з такими показниками як дзеркальне Я ($r= -0,37$, $p\leq 0,001$), самоцінність ($r= -0,46$, $p\leq 0,001$), самоприйняття ($r= -0,38$, $p\leq 0,001$), та прямо пропорційно взаємопов'язаний з внутрішньою конфліктністю ($r=0,42$, $p\leq 0,001$) та самозвинуваченням ($r=0,48$, $p\leq 0,001$). А це означає, що перфекціоністи, суб'єктивно переконані, що не можуть викликати повагу та симпатію в оточення; загалом низько оцінюють власну цінність як для себе, так і інших людей; важко приймають себе такими, якими є насправді; їм притаманні виражені внутрішні конфлікти, постійні сумніви та схильність до надмірного самоаналізу та рефлексії; притаманні звинувачення себе. Такі умови закладають значні психологічні дисгармонії.

Якщо більш детально проаналізувати особливості характеру перфекціоністів, то виявлено, що загальний показник перфекціонізму взаємопов'язаний з показниками педантичності ($r=0,26$, $p\leq 0,001$), застрягання ($r=0,2$, $p\leq 0,001$), дистимності ($r=0,2$, $p\leq 0,001$), циклотимності ($r=0,14$, $p\leq 0,01$), тривожності ($r=0,27$, $p\leq 0,001$), емотивності ($r=0,16$, $p\leq 0,001$) та гіпертимності ($r= -0,15$, $p\leq 0,001$) за методикою акцентуацій характеру К. Леонгарда.

Проте, слід зауважити, що отримані статистичні значення (числові показники) не є надто тісними. Тому, це наштовхує на питання, чи взаємопов'язаний перфекціонізм з, власне, акцентуаціями характеру, чи лише певними рисами, особливостями, що можуть їх формувати.

Таким чином, *було перевірено взаємозв'язок перфекціонізму з, власне, вираженими акцентуаціями по кожному типу характеру. Результати*

кореляційного аналізу *не виявили істотних зв'язків по жодному з них*. Отож, можемо припустити, що *перфекціонізм не взаємопов'язаний з акцентуаціями характеру, проте існує його зв'язок з такими рисами як:*

- схильність до акуратності, сумлінності, сумнівів у прийнятті рішень, ригідності, інертності;
- схильність до стійкості негативних переживань, образливості, підозрілості, конфліктності;
- схильність до пасивності, зниження настрою, фіксації на негативних сторонах життя;
- схильність до вразливості, нерішучості, самозвинувачень;
- схильність до емоційної нестійкості;
- схильність до чутливості, сенситивності у переживаннях.

Діагностуючи отримані дані за допомогою опитувальника мотивів афіліації А. Мехрабіана, встановлено, що страх бути знехтуваним (чутливість до неприйняття оточенням) прямо пропорційно взаємопов'язаний з показником перфекціонізму ($r=0,38$, $p\leq 0,001$), рис. 2.9. Зокрема, такі ж результати притаманні й для осіб з високим рівнем перфекціонізму.

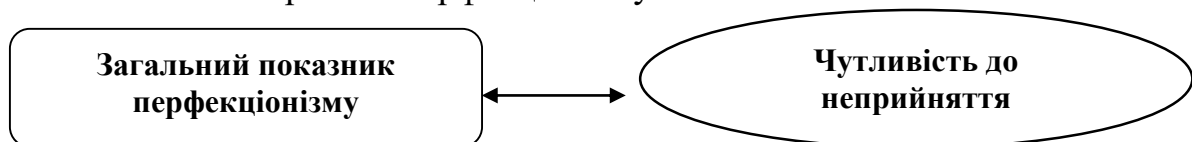


Рис. 2.9. Особливості взаємозв'язку мотивів афіліації та перфекціонізму у групі студентів

Також, виявлено, що страх бути знехтуваним оточенням посилюється зі сприйняттям його як такого, що висуває надвисокі вимоги ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), а також зі зниженням показника самоприйняття ($r= -0,39$, $p\leq 0,01$), що пов'язаний з надмірною самокритичністю та зниженою самооцінкою.

Дослідження соціально-психологічних установок особистості у даній групі студентів, вказує, що спрямованість на результат діяльності тим вищий, що більш виражене «поляризоване мислення». Іншими словами, що більш людина пов'язує власний неуспіх з крахом, незначні помилки оцінює як значний провал, то більш спрямована на явну результативність у роботі. Результати кореляційного аналізу,

також вказують, що показник тривожності за опитувальником акцентуацій характеру К. Леонгарда, прямо пропорційно взаємопов'язаний з орієнтацією на результат ($r=0,37$, $p\leq 0,01$), а також когнітивним параметром «поляризованості мислення» ($r=0,41$, $p\leq 0,01$). А це свідчить, що тривога, страх, що пов'язані з неадекватною оцінкою власних результатів сприяє установці на досягнення результату.

Підсумовуючи дослідження взаємозв'язків особливостей мотиваційної сфери особистості, її індивідуальних якостей з проявом перфекціонізму можемо зробити такі висновки.

Студенти з яскраво вираженим перфекціонізмом проявляють високий рівень загальної мотивації. Зокрема, найбільш вагомими мотивами виступають мотив соціального престижу і статусу, а також мотив загальної активності. Професійна діяльність є вагомою для осіб з високим рівнем перфекціонізму, і забезпечує реалізацію мотивів розвитку. У загальножиттєвій діяльності притаманна реалізація більш споживацьких мотивів. Перфекціоністи переважно демонструють високі показники ідеалізованих переконань, високий рівень устремлінь та прагнень, порівняно з реальною оцінкою задоволення певного мотиву. Переживання невдачі пов'язані з тими емоціями, що загалом здатні пригнічувати життєдіяльність, знижувати енергію організму.

Прагнення уникнення невдачі, чутливість до неприйняття оточення – здатні підвищувати рівень перфекціонізму. Потреба у безпеці на потреба у визнанні – найбільш дефіцитарні для осіб з високим рівнем перфекціонізму. Прагнення отримувати вагомий результат та установка на владу і працю набувають вагомого значення в орієнтуванні перфекціоністів. Цінність влади допомагає людині долати суб'єктивне сприйняття того, що інші люди ставлять надвисокі вимоги до виконання певної діяльності.

Високий рівень перфекціонізму негативно відображається на самоставленні та самоактуалізації особистості. Саморегулюючи власну діяльність перфекціоністи надають вагомого значення у її плануванні та програмуванні, проте частково недооцінюють потребу у моделюванні її та об'єктивній оцінці результатів.

2.3. Батьківське виховання як чинник перфекціонізму студентської молоді

Більшість науковців сходяться на думці, що виникнення перфекціонізму залежить від особливостей сімейного виховання, і перфекціоністська орієнтація формується в молодшому шкільному віці, а то й раніше. Стиль сімейного виховання і модель сімейних взаємостосунків «схоплюються» дитиною і впливають на формування її потреб, мотивів, цінностей, ідеалів, установок. Для того, щоб виявити, яким чином, сімейне виховання впливає на формування перфекціоністських тенденцій серед студентської молоді, нами проведено дослідження серед студентів та безпосередньо їх батьків. Дослідження стилю батьківського виховання здійснювалося за допомогою методики БОД (Батьків оцінюють діти), а також пропонувалося батькам (N=30) заповнити опитувальник на визначення рівня перфекціонізму.

Як свідчать результати однофакторного дисперсійного аналізу *існують істотні відмінності у стилях батьківського виховання осіб з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму*. Зокрема, відмінності виявлено за такими показниками як «гіперпротекція» ($p=0,005$), «гіпопротекція» ($p=0,001$), «недостатність обов'язків у дитини» ($p=0,02$), «надмірність вимог, заборон» ($p=0,02$), «надмірність санкцій (жорсткий стиль виховання)» ($p=0,005$), «нестійкість стилю виховання» ($p=0,009$), «розширення сфери батьківських почуттів» ($p=0,01$), «перевага дитячих якостей у підлітку» ($p=0,004$), «фобія втрати дитини» ($p=0,003$), «нерозвиненість батьківських почуттів» ($p=0,003$), «проекція небажаних якостей» ($p=0,05$), «винесення конфлікту між подружжям у сферу виховання» ($p=0,04$).

За допомогою тесту Шеффе, розглянемо як саме відрізняються між собою виділені характеристики у групах осіб з різним рівнем перфекціонізму (рис.2.10.). Отже, всі відмінності за шкалами сімейного виховання, що виявлені за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу переважають у осіб з високим рівнем перфекціонізму, і найменш проявляються – у групі досліджуваних з низьким.

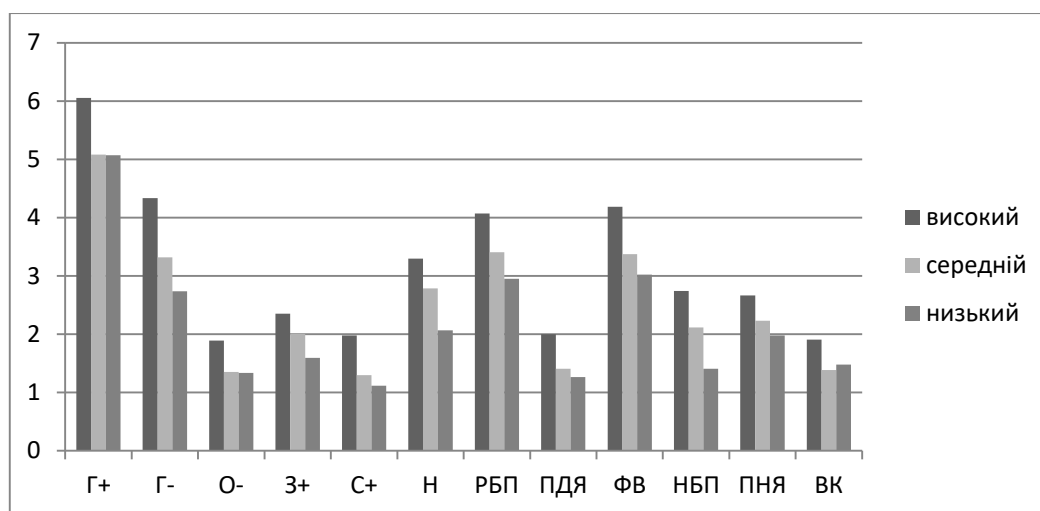


Рис. 2.10. Відмінності у стилях сімейного виховання осіб з різним рівнем перфекціонізму

Умовні позначення: Г+ гіперпротекція; Г- гіпопротекція; О- недостатність обов'язків у дитини; З+ надмірність заборон; С+ надмірність санкцій; Н нестійкість сімейного виховання; РБП розширення батьківських почуттів; ПДЯ перевага дитячим якостям; ФВ фобія втрати дитини; НБП нерозвиненість батьківських почуттів; ПНЯ проєкція власних небажаних якостей на дитину; ВК винисення конфлікту подружжям.

Отримані результати свідчать, що значна кількість різноманітних сімейних труднощів може бути пов'язана з формуванням та розвитком перфекціонізму. Зокрема, охарактеризуємо переважаючі стилі сімейного виховання у осіб з високим рівнем перфекціонізму:

1. Виховання перетворюється на центральну діяльність в житті батьків, якій вони присвячують власне життя (гіперпротекція).
2. Дитина знаходиться на периферії уваги батьків, її проблеми актуальні тільки тоді, коли ситуація вже надто серйозна, недостатність уваги з боку батьків (гіпопротекція).
3. Мінімальна кількість обов'язків в дитини у сім'ї (недостатність обов'язків).
4. Дитині в сім'ї – «все не можна». Батьки висувають велику кількість вимог, що обмежують свободу і самостійність дитини (надмірність заборон).
5. Батьки переконані у корисності строгого покарання дитини, надмірно реагують навіть на дрібні проступки підлітка (надмірність санкцій).
6. Різка зміна стилю та методів виховання: від авторитарного – до ліберального, від надмірної уваги – до емоційної холодності (нестійкий стиль виховання).

7. Батьки несвідомо прагнуть, щоб дитина в сім'ї виконувала хоча б частину тих обов'язків, які повинен виконувати один з подружжя (взаємна прив'язаність, залежність, частково еротичні потреби). Часто зустрічається в сім'ях, де вихованням займається або батько, або матір (смерть одного з подружжя, розлучення, крайня незадоволеність один одним у парі тощо). Стосунки з дитиною є вкрай важливими, і один з батьків через потурання і домінуючу протекцію прагне назавжди прив'язати дитину, що може супроводжуватись постійними ревностями, підозрами (розширення батьківських почуттів).

8. Батьки ігнорують дорослішання дитини. Їм хочеться, щоб вона завжди була «маленькою», через що зменшують кількість вимог до дитини, будують домінуючу гіперпротекцію, що може стимулювати розвиток психічного інфантилізму (перевага у дитині дитячих якостей).

9. Батьки (через особистісні труднощі – розлади особистості, психічні порушення, або через негативний власний сімейний досвід, що базувався на емоційній холодності) слабо розуміють значення виховання в житті дитини. Такий стиль може проявлятися через поверхневий інтерес до дитини, небажанні мати з нею справи. Зазвичай, на дитину перекладається значна кількість домашніх обов'язків. Для жінок з нерозвиненими батьківськими почуттями характерні емансипаційні прагнення і бажання будь-яким шляхом влаштувати своє життя (нерозвиненість батьківських почуттів).

10. Батьки бачать в дитині ті риси характеру, які не приймають в собі. В основі стилю – емоційне відторгнення, жорстоке поводження з дитиною (проекція небажаних якостей).

11. Страх, тривога батьків за життя дитини, що проявляється в невпевненості батьків, боязні помилитись, перебільшеному уявленні про «вразливість» дитини. В основі лежить домінуюча гіперпротекція (фобія втрати дитини).

12. Виховання перетворюється на «поле битви» конфліктуючих батьків. Вони відкрито висловлюють невдоволення один одним, керуючись «турботою про благо дитини». При цьому різниця в думках батьків найчастіше буває діаметрально протилежною: один наполягає на досить суворому вихованні з підвищеними

вимогами, заборонами і санкціями, інший же – схильний «жаліти» дитини. Характерне прояв – вираження невдоволення виховними методами другого з подружжя. При цьому легко виявляється, що кожного цікавить не стільки те, як виховувати підлітка, скільки те, хто правий у виховних суперечках (винесення конфлікту між подружжям у сферу виховання).

Щоб виявити, які стилі сімейного виховання впливають на формування перфекціонізму, було проведено факторний аналіз, що дозволив виділити 4 фактори для осіб з високим рівнем перфекціонізму (загальна сума дисперсії – 51%).

1-й фактор (внесок в сумарну дисперсію – 26,2%) ми інтерпретували як «емоційне відторгнення». До нього увійшли такі шкали як ігнорування потреб дитини – 0,71; проекція небажаних якостей – 0,63; недостатність обов'язків у дитини – 0,6; надмірна вимогливість – 0,6; перевага дитячих якостей в дитині – 0,6; гіпопротекція – 0,53.

Таким чином, це модель сім'ї, якій недостатнє виражене прагнення батьків щодо задоволення потреб дитини (в основному, це духовні потреби, потреби в емоційному контакті, спілкуванні з батьками). Також притаманна надмірність заборон, що обмежують свободу та самостійність дитини. Обов'язки ж в сім'ї зводяться до мінімуму. Дитина знаходиться на периферії уваги батьків. Причиною такої поведінки у батьків є неприйняття власних рис чи особливостей, які вбачаються у дитині (і є причиною емоційного холоду до дитини чи надмірної суворості); недостатній розвиток батьківських почуттів (через проблеми, які могли виникати в дитинстві їх самих).

2-й фактор «авторитарний стиль» (внесок в сумарну дисперсію – 9,8%) склали такі показники як надмірність санкцій (покарання) – 0,72; надмірність заборон – 0,62.

В такій сім'ї дитині практично нічого не дозволяють, висуваючи при цьому велику кількість вимог. Порушення батьківських заборон строго карається (фізично чи морально). Батьки очікують значних та блискучих результатів у практично всіх сферах, в яких залучена дитина. У стеничних дітей таке виховання формує реакцію емансипації, у менш стеничних – провокує риси сенситивності та

тривожності. Таким чином, дитина прагне завоювати любов батьків, задовольняючи надвисокі вимоги.

В **3-й фактор «ідеалізація дитини»** (внесок в сумарну дисперсію – 7,7%) увійшли такі показники розширення сфери батьківських почуттів – 0,78; фобія втрати дитини – 0,65; гіперпротекція – 0,57.

Модель виховання базується на домінуючій, потуральній протекції. Зазвичай, такий стиль виникає тоді, коли в силу певних причин подружні стосунки між батьками порушені: немає одного з подружжя (розлучення, смерть), або стосунки характеризуються сильною емоційною холодністю. Один з батьків прагне, щоб дитина була чимось більшим, ніж просто дитиною, і задовольняла хоча б частину обов'язків, які повинні бути задоволені в сімейних взаємостосунках (взаємна прив'язаність, підтримка). Стосунки з дитиною стають вкрай важливими, і один з батьків віддає дитині «всю любов», «всі почуття», переживаючи нав'язливий страх втратити її.

4-й фактор (внесок в сумарну дисперсію – 7,1%) трактували як «**нестійкий, полярний стиль виховання**», який склали нестійкість стилю виховання – 0,72; потурання – 0,57; надмірність обов'язків – 0,62.

Стиль виховання часто нестійкий: від жорсткого до ліберального і навпаки. Причиною такої поведінки є конфліктність у взаємостосунках пари, де виховання – «поле битви» батьків: один притримується ліберальних тенденцій, інший – суворих вимог та заборон. Характерні прояви – вираження невдоволення стилем виховання іншого члена подружжя. За таких умов, притаманні постійні зміни у стилі поведінки батьків від суворості та авторитарності до надмірної уважності та захисту. Ці дві полярні позиції чергуються з певною періодичністю. При цьому, батьки, зазвичай, визнають «коливання» у вихованні дитини, проте недооцінюють їх частоту.

Для з'ясування залежності показника перфекціонізму від стилів сімейного виховання був також використаний множинний регресійний аналіз. Залежною змінною у лінійній регресії виступив загальний показник перфекціонізму, незалежними змінними виступили стилі сімейного виховання. На основі даних

множинного регресійного аналізу (МРА) виведено регресійні зв'язки, які показують значущий внесок сімейних чинників в досліджуваний феномен перфекціонізму, табл. 2.7.

Таким чином, нами виявлено три основні стилі батьківського виховання, що впливають на формування перфекціонізму студентської молоді.

При ігноруванні потреб дитини найчастіше страждають духовні потреби, зокрема, в емоційному контакті, любові, спілкуванні з батьками.

Таблиця 2.7.

Сімейні чинники перфекціонізму студентської молоді

Показник	Предиктори перфекціонізму	Стандартизований коефіцієнт регресії	R ² – коефіцієнт детермінації
Стилі сімейного виховання	Ігнорування потреб (емоційних) дитини	0,251	0,0785
	Надмірність вимог	0,211	
	Проекція на дитину власних небажаних якостей	0,148	
	Показник перфекціонізму у батьків	0,127	0,0562

Надмірність вимог до дитини проявляється через висування надвисоких, непосильних завдань з боку батьків, що не відповідають дитячим можливостям, і не лише не сприяють розвитку її як особистості, а й ставлять його під загрозу.

Проекція власних небажаних якостей виникає тоді, коли батьки бачать певні якості або риси в дитині, які не приймають у собі. Борючись з цими об'єктивними чи уявними якостями у когось, батьки отримують емоційну вигоду для себе, адже це допомагає вірити, що у них цього немає.

Досліджуючи особливості взаємозв'язків між рівнем перфекціонізму у батьків та дітей за допомогою кореляційного аналізу встановлено, що вищий рівень перфекціонізму у батьків, то вищий показник перфекціонізму у дітей, ($r=0,42$, $p \leq 0,01$).

Також результати регресійного аналізу вказують, що показник перфекціонізму у дітей залежить від показника перфекціонізму у батьків (R² – 0,127).

Це своє чергу, доводить, що перфекціоністичні батьки здатні виховувати перфекціоністські орієнтації у власній дітей.

Отже, можемо сформулювати такі висновки:

- стиль (модель) сімейного виховання накладає відбиток на розвиток та формування перфекціоністських тенденцій в особистості. Що більш дисгармонійними є сімейні взаємостосунки для людини, що більше невдоволення вони викликають, то ймовірніших розвиток перфекціонізму;

- факторний аналіз дозволив виокремити чотири основні стилі, що здійснюють найбільш вагомий вклад у формуванні перфекціоністських тенденцій: «емоційне відторгнення», «авторитарний стиль», «ідеалізація дитини» та «нестійка або полярна модель виховання»;

- регресійний аналіз дозволив звузити і виокремити стилі сімейного виховання, що здійснюють вплив на формування перфекціонізму: ігнорування потреб дитини, надмірність вимог, проекція на дитину власних небажаних якостей, прояв перфекціонізму у батьків.

Висновки до другого розділу

1. Встановлено, що загальний показник рівня перфекціонізму, а також значної частини його компонентів – вищі в групі студентської молоді, порівняно з групою, що не входить до категорії студентства.

2. Виявлено відмінності серед осіб з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму. Для осіб з високим рівнем перфекціонізму домінуючими виступають мотиви розвитку та активного здобуття соціального престижу та влади, що негативно відобрається на самостваленні особистості. Для осіб з середнім рівнем перфекціонізму домінуючим є мотив спілкування. У студентів з низьким рівнем перфекціонізму виражене домінування споживацьких мотивів, зокрема збереження комфорту та підтримання життєзабезпечення. Потреба у взаєморозумінні, теплих соціальних контактах позитивно відображається на самоприйнятті.

3. Визначено індивідуально-психологічні, соціокультурні та мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді. До мотиваційних чинників перфекціонізму серед потреб увійшли: потреба у комфорті та визнанні; серед мотивів: страх бути знехтуваним, мотив соціального престижу, мотив загальної активності, високий рівень прагнень, устремлінь до задоволення мотивів, професійна мотивація; серед ціннісних орієнтацій: цінність влади; серед установок – установка на результат, а також уникнення устремлінь на альтруїзм. Сімейними чинниками перфекціонізму є емоційно дисгармонійна сімейна ситуація. Тривожність та тривале переживання травмуючих ситуацій – здатні впливати на прояв перфекціонізму.

ВИСНОВКИ

В результаті теоретичного та емпіричного дослідження особливості мотиваційної сфери в групах студентської та нестудентської молоді було визначено, що:

1. Перфекціонізм є особистісною рисою, що полягає у прагненні до досконалості, пред'явленні до себе високих вимог і нереалістичних стандартів та одночасно поєднує екстрапсихічний аспект, який відображає соціальний контекст перфекціонізму і його виразну соціальну детермінацію, культивується сучасним суспільством і передбачає соціальне заохочення та визнання та інтрапсихічний, пов'язаний із низкою дисфункціональних особливостей (когнітивних, емоційних, поведінкових).

2. Мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді представляють потреби, мотиви, соціально-психологічні установки та ціннісні орієнтації та виокремлено індивідуально-психологічні та соціокультурні чинники, як важливі складові, що здійснюють вплив на мотиваційну сферу особистості, зокрема, розвиток перфекціонізму.

3. Виявлено, що для студентської молоді більш притаманний прояв перфекціонізму, аніж для осіб які не входять до категорії студентства – студенти більш схильні ставити перед собою завищені вимоги ($p=0,007$), орієнтуватися на полюс найуспішніших ($p=0,0004$) та сприймати оточення як таке, що делегує високі ($p=0,005$).

Студенти з високим та середнім рівнем перфекціонізму проявляють високий рівень загальної мотивації, мотиву соціального престижу та загальної активності. Професійна діяльність є вагомим сферою, що забезпечує реалізацію мотивів розвитку. Перфекціоністи переважно демонструють високі показники ідеалізованих переконань, високий рівень устремлень та прагнень, порівняно з реальною оцінкою задоволення певного мотиву.

Прагнення уникнення невдачі, чутливість до неприйняття оточення – здатні підвищувати рівень перфекціонізму. Потреба у безпеці та у визнанні – найбільш дефіцитарні для осіб із високим рівнем перфекціонізму.

4. Проведення емпіричної експлікації дозволило:

- з'ясувати мотиваційну структуру перфекціонізму студентської молоді, що представлена потребами у комфорті та визнанні; мотивами страху бути знехтуваним (чутливість до неприйняття оточенням), соціального престижу та статусу, загальної активності, виокремленим рівнем прагнень, професійними мотивами; ціннісною орієнтацією на владу; соціально-психологічними установками на результат та уникнення устремлінь на альтруїзм, які виступають мотиваційними чинниками перфекціонізму студентської молоді;

- визначити вагомі індивідуально-психологічні (індивідуальні риси, особливості самоставлення і саморегуляції особистості) та соціокультурні (стилі сімейного виховання, навчання у ЗВО) чинники перфекціонізму студентства, які тісно взаємопов'язані з мотивацією перфекціонізму.

Виявлено, що прояв перфекціонізму у батьків сприяє розвитку перфекціонізму у їх дітей; ігнорування емоційних потреб дитини, надмірність вимог та проєкція на дитину власних небажаних якостей у батьків – провокують формування перфекціонізму, а високий рівень перфекціонізму негативно відображається на самоставленні та самоактуалізації особистості.

Перспективи подальшого дослідження вбачаються у вивченні психологічних особливостей перфекціоністів в залежності від віку, а також у більш ширшому вивченні соціокультурних чинників, що впливають на формування перфекціонізму.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабенко В.В. (2009). Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних та педагогічних експериментах. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2009. 184 с.
2. Борисюк А.С. (2013). Внутрішньоособистісні конфлікти у процесі соціалізації студентської молоді. Теоретичні і прикладні проблеми психології. № 2 (31). С. 53-61
3. Грень Л.М. (2010). Розвиток мотиваційної сфери студентів як основа досягнення успіху в майбутній професійній діяльності. Проблеми інженерно-педагогічної освіти. Відновлено з: [file:///D:/Завантаження%20з%20Інтернету/Piro_2010_28-29_33%20\(1\).pdf](file:///D:/Завантаження%20з%20Інтернету/Piro_2010_28-29_33%20(1).pdf)
4. Грубі Т.В. (2016). Сімейні чинники, що впливають на розвиток перфекціонізму особистості. Київський науково- педагогічний вісник. № 7 (07). С. 43-50.
5. Гуляс І.А. (2006). Мотиваційні тенденції розвитку перфекціоністських настанов студентів-психологів. Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т. VIII, ч. 8. К., 2006. С. 59-65.
6. Гуляс І.А. (2007). Перфекціоністські настанови як чинник професійної готовності майбутніх практичних психологів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ. 21 с.
7. Данилевич Л.А. (2006). Структура перфекціонізму як особистісної риси. Наук. записки Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. Київ. Вип. 28. С. 398-409.
8. Данилевич Л.А. (2010). Перфекціонізм як особистий чинник академічної обдарованості студентів : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01: Київ. 240 с.
9. Данилевич Л.А.(2009). Психологічні відмінності прояву перфекціонізму обдарованих і девіантних особистостей. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т. IX. Част. 6. К.: «ГНОЗІС». С. 123-130.

10. Діомідова Н., Коломійцев Г., Суслова Н. (2022). Селфі-залежність, перфекціонізм та мотивація фізичної активності: психологічні кореляти та віковий аспект. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди : Психологія. Вип.67. С. 38-52. Відновлено з: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/1785685>

11. Завада Т.Ю. (2016). Опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової (модифікований варіант Т. Завади). Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. Вип. 6(1). С. 51-56. Відновлено з: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_6%281%29__11

12. Завада Т.Ю. (2016). Перфекціонізм як соціально-психологічна властивість особистості: позитивний і негативний аспекти. Наукові студії із соціальної та політичної психології. Вип. 38 (41). С. 52-63. Відновлено з: <https://er.ucu.edu.ua/bitstream/handle/1/2236/Zavada.%20Perfectionizm%20as%20social-psychological%20trait.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

13. Климчук В.О., Горбунова В.В. (2014). Внутрішня мотивація учбової діяльності молоді: теорія, методика, програма розвитку : монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 110 с.

14. Кононенко О. (2014). Проблема онтогенезу перфекціонізму особистості в сучасних дослідженнях Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія. Т. 19. Вип. 2 (32). С. 171-177.

15. Ларіна Т.О. (2012). Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / за наук. ред. Т. М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.

16. Павлова В.С. (2013). Генетичний підхід до проблеми перфекціонізму. Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». Т. 18. 4 (30). С. 243-250.

17. Скрипаченко Т.В. (2019). Аналіз основних психологічних підходів до вивчення перфекціонізму. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич.

Запоріжжя: ЗНУ. № 1 (15). С. 122-127. Відновлено з:
<https://www.journalsofznu.zp.ua/index.php/psych/issue/view/21/13>

18. Тринчук О.Б. (2015). Особливості мотиваційно-ціннісної структури особистості. Вісник ОНУ ім. І.І. Мечнікова. Психологія. №2. С. 201-208.

19. Фетискин Н.П. (2002). Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Изд-во Института Психотерапии. С. 98-102

20. Фоменко К.І. (2014). Мотиваційні особливості академічної саморегуляції студентів. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. №25. С. 582-596.

21. Фурманов И.А. (1999). Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечительства: Книга для психологов. Минск: Тесей. 164 с

22. Чепурна Г.Л. (2009). Сімейні дисфункціональні установки як фактор розвитку дезадаптивного перфекціонізму. Науковий вісник Чернівецького університету : Педагогіка та психологія : зб. наук. праць. Чернівці. Вип. 498-499. С. 195 – 199.

23. Чепурна Г.Л., Лещенко М.Є. (2019). Особливості прояву перфекціонізму студентської молоді: порівняльний аналіз вибірок 2010 та 2019 рр. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. Вип. 3. С. 151-158. Відновлено з:
<https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/486/454>

24. Adkins K. (1996). Perfectionism and suicidal preoccupation. *Journal of Personality*. V. 64. № 2. P. 536 – 546.

25. Adler A. (2010). *Understanding Human Nature*. Martino Fine Books. 300 p.

26. Adler A. (2013). *The Practice And Theory Of Individual Psychology*. Routledge. 360 p. Відновлено з: <https://books.google.com.ua/books?id=2QT-AQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=uk#v=onepage&q&f=false>

27. Adler A., Brett C. (2009). *Social Interest: Adler's Key to the Meaning of Life*. Oneworld Publications; Reprint edition. 256 p.

28. Blatt S.J. (1995). The destructiveness of perfectionism. *American Psychologist*. V. 50. T. 12. P. 1003 – 1020.
29. Burns D. (1980). *Feeling good: a new mood therapy*. New York: Signet. 121p.
30. Burns D.D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*. November. P. 34-52.
31. Dabrowski K. (1997). *Perfectionism: yearning to become what one ought to be*. London: Little, Brown & Co. P. 28 – 34.
32. Davis C. (2000). Not just a pretty face: physical attractiveness and perfectionism in the risk for eating disorders. *International J-l of Eating Disorders*. № 27. P. 67–73.
33. Flett G. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. *Procrastination and task avoidance: Theory, research and treatment* : [red: S. Ferrari, J. Johnson, W. McCown. London: Plenum Press. P. 113 – 136.
34. Flett G. (1996). Dimensions of perfectionism, psychological adjustment, and social skills. *Personality and Individual differences*. № 20. P. 143-150.
35. Freud Sigmund. (2020). *A General Introduction to Psychoanalysis: A set of lectures given by Psychoanalyst and founder of the Psychoanalytic theory Sigmund Freud, offering an ... dreams, and the theory of neuroses*. Les Prairies Numeriques. 394 p.
36. Frost R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*. 1990. № 14 (5). P. 449-468.
37. Frost R. (1993). A comparison of two measures of perfectionism .*Personality and individual differences*.. V. 14. № 1. P. 119-126.
38. Frost R. (1995). Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*. V. 19. P. 195-205.
39. Frost R., Heinberg R., Holt C., Mattia J., Neubauer A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Pers Individ Differences*, vol. 14, p.119-126.
40. Hamachek D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*.№ 15. P. 27 – 33

41. Hewitt P. (1991). Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. V. 60. № 3. P. 456 – 470.
42. Hewitt P. (2003). The interpersonal expression of perfection. Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*. V. 84. № 6. P. 1303-1325.
43. Hewitt P.(1991). Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. V. 60. № 3. P. 456-470.
44. Hirschfeld M. (1998). Does personality influence the course of depression? *WPA bulletin on Depression*, vol. 4, № 15, p.6-9.
45. Hollender M. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*. V. 6. P. 94-103.
46. Horney K. (1991). *Neurosis and Human Growth: The Struggle Towards Self-Realization*. W. W. Norton & Company; 2nd edition. 400 p.
47. Horney K. (1994). *The Neurotic Personality of Our Time*. W. W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 304 p.
48. Jung C.G. (2003). *Psychology of the Unconscious*. Dover Publications. 624 p.
49. Markland D. (2005). Motivational interviewing and self-determination theory *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2005. Vol. 24 (6). P. 811-831.
50. Maslow A. (1987). *Motivation and Personality*. Longman; 3rd edition. 336 p.
51. McWilliams N. (2011). *Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process*. The Guilford Press; 2nd edition. 426 p.
52. Parker W.D. (1995). Perfectionism and the gifted. *Roeper Review*. V.17. № 3. P.173-176.
53. Rheaume J. (2000). The prediction of obsessive-compulsive tendencies: Does perfectionism play a significant role? *Personality and Individual Differences*. №28. C. 583–592.

54. Rice K.G. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equation analysis. *Journal of Counseling Psychology*. V. 45. № 3. P. 304-314.

55. Ryan R.M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am. Psychol.*. №o. 55. P. 68-78.

56. Schneider K. (1959). *Clinical Psychopathology*. Grune & Stratton. 173 p.

57. Shafran R. (2001). Perfectionism and psychopathology: a review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*. № 21. P. 879–903.

58. Shimoda M. (1941). Uber den pramorbiden Charakter des manisch-depressiven Irreseins. *Psychiat. Neurol. Jap.* 1941. № 45. P. 101–102.

59. Slaney R. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: the almost perfect scales. *Perfectionism: Theory, research and treatment* : [Flett G, Hewitt P]. Washington: Amer. Psychol. Assoc., 2002. P. 63 – 89.

60. Soenens B. (2005). The intergenerational transmission of perfectionism : parents' psychological control as an intervening variable. *Journal of Family Psychology*. Vol. 19. № 3. P. 358–366.

61. Stoeber J. (2007). Perfectionism and the experience of pride, shame, and guilt: Comparing healthy perfectionists, unhealthy perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*. V.43. № 1. P.131 – 141.

62. Tellenbach H. (1983). *Melancholie. Problemgeschichte Endogenitat Typologie Pathogenese Klinik*New York: Springer-Verlag Berlin-Heidelberg, 1983. 201 p.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Результати порівняльного аналізу

Додаток А.1

Результати порівняльного аналізу прояву перфекціонізму студентської та нестудентської молоді

Назва шкали	Mean 1 студ	Mean 2 нестуд	t-value	p	Valid N	Valid N
Самозвинувачення	18,4558	16,6847	0,5128	0,5842	299	183
Залежність від оцінок оточення	18,5625	17,4891	0,1266	0,893	299	183
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	16,2555	12,9807	2,2125	0,0054	299	183
Завишені вимоги	14,2652	11,4375	2,9542	0,0071	299	183
Орієнтація на полюс найуспішніших	13,9801	10,0894	3,2154	0,0004	299	183
Селектування інформації про власні помилки і невдачі	5,6657	5,7932	-0,4845	0,6281	299	183
Поляризоване мислення за принципом «все або нічого»	9,2153	9,2307	-0,0589	0,9529	299	183
Загальний показник перфекціонізму	93,155	81,4699	3,3801	0,0003	299	183

**Результати порівняльного аналізу
мотиваційної структури
студентської та нестудентської молоді**

Назва шкали	Mean 1 студен	Mean 2 нестуд	t-value	p	Valid N	Valid N
Життєзабезпечення (Ж)	28,6047	24,6863	3,1564	0,0002	286	181
Ж ЗжІд	7,4558	5,3753	2,3562	0,0014	286	181
Ж ЗжРе	7,9140	5,1150	2,4065	0,0025	286	181
Ж РБІд	7,4698	6,2075	1,5527	0,1405	286	181
Ж РБРе	8,8465	6,6595	2,0776	0,0395	286	181
Комфорт (К)	27,9860	23,2574	2,7339	0,0073	286	181
К ЗжІд	6,0930	5,7965	1,0259	0,9177	286	181
К ЗжРе	7,9256	6,4759	2,3285	0,0135	286	181
К РБІд	6,8907	5,2351	2,2793	0,0423	286	181
К РБРе	7,4628	6,2011	2,2230	0,0712	286	181
Соціальний статус (СС)	18,3721	15,4021	2,1317	0,0412	286	181
СС ЗжІд	4,1233	3,1213	1,1065	0,1947	286	181
СС ЗжРе	5,1279	4,8418	2,1033	0,0172	286	181
СС РБІд	5,6558	4,1113	2,2013	0,0938	286	181
СС РБРе	4,7023	3,7560	2,3307	0,0738	286	181
Спілкування (С)	17,3721	18,4021	-0,1317	0,2061	286	181
С ЗжІд	5,3488	5,5603	-0,0628	0,7582	286	181
С ЗжРе	4,0558	4,0724	-0,0786	0,5814	286	181
С РБІд	3,4721	4,3890	-0,4713	0,0982	286	181
С РБРе	4,0047	4,0724	-0,3312	0,9943	286	181
Загальна активність (ЗА)	28,2222	28,1556	0,0071	0,9943	286	181
ЗА ЗжІд	7,6296	7,4000	0,1179	0,9061	286	181
ЗА ЗжРе	6,4074	6,7222	-0,3079	0,7582	286	181
ЗА РБІд	6,7778	6,5778	0,5516	0,5814	286	181
ЗА РБРе	7,4074	7,4556	-0,0218	0,9825	286	181
Творча активність (ТА)	29,5256	29,6139	-0,4101	0,68187	286	181
ТА ЗжІд	6,6000	6,6595	-0,2908	0,7712	286	181
ТА ЗжРе	7,8000	7,8204	-0,2267	0,8207	286	181
ТА РБІд	8,0233	8,1099	-0,8028	0,4224	286	181
ТА РБРе	7,6558	7,6702	-0,1203	0,9042	286	181
Суспільна корисність (СК)	30,0791	30,2601	-0,5653	0,5720	286	181
СК ЗжІд	6,6000	6,6595	-0,2908	0,4258	286	181
СК ЗжРе	7,8000	9,8204	-2,2267	0,0078	286	181
СК РБІд	8,0233	8,1099	-0,8028	0,9154	286	181

СК Р6Ре	7,6558	7,6702	-0,1203	0,4155	286	181
Емоційні переживання стенічного типу	5,9023	5,8767	0,1235	0,9017	286	181
Емоційні переживання астенічного типу	5,4140	5,2842	0,6656	0,5059	286	181
Переживання фрустрації стенічного типу	6,5581	6,5576	0,0029	0,9976	286	181
Переживання фрустрації астенічного типу	6,4744	6,4155	0,2917	0,7706	286	181
М тип	4,8000	4,9598	-0,7178	0,4731	286	181
Е тип	2,3116	2,2601	-0,4667	0,6408	286	181
Споживацькі мотиви	73,3628	69,3458	2,7264	0,0097	286	181
Мотиви розвитку	85,5209	86,7936	-0,3925	0,7851	286	181
Загальна мотивація	184,4558	182,748	0,3210	0,7482	286	181
Загальножиттєва мотивація (Зж)	89,1256	89,3968	-0,4319	0,6660	286	181
Заг робоча (професійна) мотивація (Рб),	87,5209	79,7936	3,3925	0,0003	286	181
Загальний показник ідеальної мотивації (Ід)	87,8047	87,6086	0,4902	0,6241	286	181
Загальний показник реальної мотивації (Ре)	92,0651	92,4960	-0,5877	0,5569	286	181

**Результати порівняльного аналізу
соціально-психологічних установок у сфері мотивацій та потреб
студентської та нестудентської молоді**

Назва шкали	Mean 1 студен	Mean 2 нестуд	t-value	p	Valid N	Valid N
Орієнтація на процес	5,0697	5,0140	0,2490	0,8034	283	174
Орієнтація на результат	3,9437	4,2233	-1,3430	0,1797	283	174
Орієнтація на працю	5,0188	5,0791	-0,3668	0,7139	283	174
Орієнтація на свободу	5,7051	3,8093	2,4710	0,0073	283	174
Орієнтація на альтруїзм	4,6220	4,6744	-0,2648	0,7912	283	174
Орієнтація на егоїзм	3,9651	3,9349	0,1692	0,8656	283	174
Орієнтація на владу	5,0617	4,9674	0,4561	0,6484	283	174
Орієнтація на гроші	4,2145	4,2186	-0,0202	0,9838	283	174

**Результати порівняльного аналізу
стилів саморегуляції
студентської та нестудентської молоді**

Назва шкали	Mean 1 студен	Mean 2 нестуд	t-value	p	Valid N	Valid N
Планування	5,4584	5,5581	-0,5232	0,601019	283	174
Моделювання	5,5791	5,5628	0,0886	0,929398	283	174
Програмування	4,1555	3,9070	1,1141	0,265709	283	174
Оцінка результатів	4,6461	4,5814	0,4261	0,670186	283	174
Гнучкість	4,8418	7,6744	-3,2909	0,0008	283	174
Самостійність	4,8123	4,7488	0,3435	0,731367	283	174
Загальний рівень саморегуляції	29,5416	29,1163	0,7578	0,448891	283	174

Результати однофакторного дисперсійного аналізу

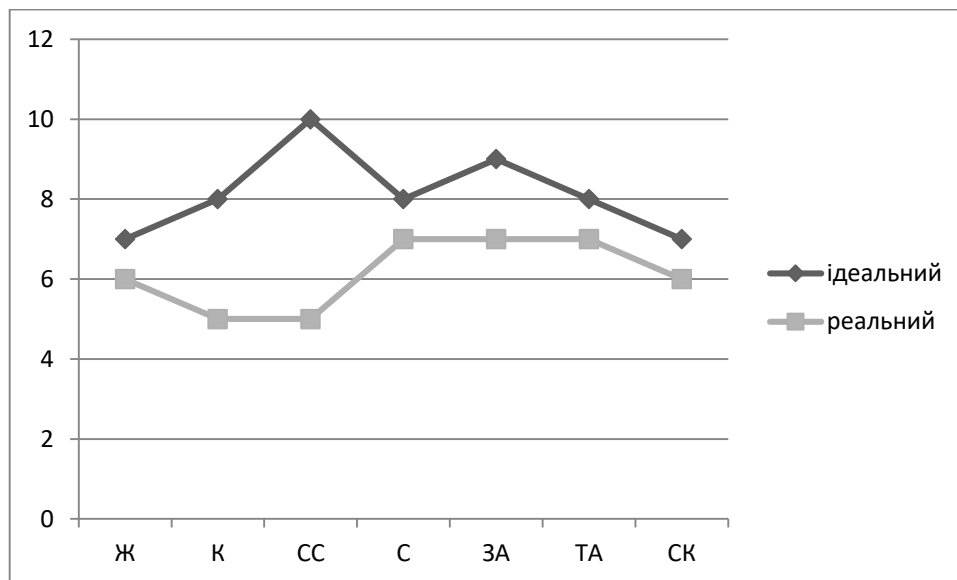
Шкали	SS Effect	MS Effect	SS Error	df Error	MS Error	F	p
Самозвинувачення	10802,7	5401,37	8414,8	457	13,399	403,107	0,000000
Залежність від оцінок оточення	3062,7	1531,36	10846,4	457	17,271	88,665	0,000000
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	13183,7	6591,84	6615,0	457	10,533	625,799	0,000000
Завищені вимоги	1274,5	637,27	6362,4	457	10,131	62,901	0,000000
Орієнтація на полюс найуспішніших	2227,0	1113,48	4713,6	457	7,506	148,350	0,000000
Селектування інформації про власні помилки і невдачі	1726,6	863,31	3556,3	457	5,663	152,450	0,000000
Поляризоване мислення за принципом «все або нічого»	348,9	174,47	5238,8	457	8,342	20,915	0,000000
Загальний показник перфекціонізму	171768,6	85884,29	48126,7	457	76,635	1120,69	0,000000
Життєзабезпечення	26,2	13,10	3383,8	457	7,064	1,854	0,157709
Ж ЗжІд	2,5	1,25	2240,0	457	4,676	0,267	0,765996
Ж ЗжРе	42,0	21,00	2781,3	457	5,806	3,616	0,027621
Ж РБІд	39,1	19,54	2035,5	457	4,249	4,599	0,010512
Ж РБРе	2,2	1,11	2762,6	457	5,767	0,192	0,825244
Комфорт (К)	93,8	46,88	18054,4	457	37,692	1,244	0,289194
К ЗжІд	33,9	16,97	1920,1	457	4,008	4,234	0,015040
К ЗжРе	8,4	4,21	1178,8	457	2,461	1,709	0,182180
К РБІд	3,6	1,79	3141,7	457	6,559	0,272	0,761776
К РБРе	14,3	7,16	1715,3	457	3,581	2,000	0,136521
Соціальний статус (СС)	319,2	159,62	9318,7	457	19,455	8,205	0,001314
СС ЗжІд	60,9	12,43	1203,6	457	2,513	4,948	0,007463
СС ЗжРе	60,4	10,22	584,6	457	1,220	8,371	0,000267
СС РБІд	68,6	34,28	2617,2	457	5,464	6,274	0,002044
СС РБРе	13,3	6,66	1887,1	457	3,940	1,692	0,185327
Спілкування (С)	423,9	211,94	7852,4	457	16,393	12,928	0,000003
С ЗжІд	24,9	14,45	1203,6	457	2,513	4,948	0,007463

С ЗжРе	20,4	17,32	584,6	457	1,220	8,371	0,000267
С РбІд	65,6	37,41	2617,2	457	5,464	6,274	0,002044
С РбРе	17,3	7,62	2847,1	457	4,952	1,732	0,185327
Загальна активність (ЗА)	63,0	31,51	3110,0	457	6,493	4,853	0,000421
ЗА ЗжІд	15,8	7,88	1991,3	457	4,157	1,897	0,151210
ЗА ЗжРе	64,1	32,06	6372,0	457	13,303	2,410	0,090896
ЗА РбІд	12,7	6,37	2463,7	457	5,144	1,238	0,290846
ЗА РбРе	81,2	40,61	3049,6	457	6,367	6,378	0,001847
Творча активність (ТА)	53,7	26,86	14552,8	457	30,382	0,884	0,413811
ТА ЗжІд	44,9	22,44	2297,0	457	4,795	4,679	0,009717
ТА ЗжРе	2,6	1,30	642,9	457	1,342	0,970	0,379676
ТА РбІд	1,3	0,65	742,1	457	1,549	0,418	0,658395
ТА РбРе	2,4	1,20	1693,6	457	3,536	0,339	0,712931
Суспільна корисність (СК)	47,9	23,95	7611,1	457	15,890	1,507	0,222545
СК ЗжІд	12,3	6,13	2754,8	457	5,751	1,065	0,345464
СК ЗжРе	0,2	0,12	575,7	457	1,202	0,098	0,906630
СК РбІд	6,9	3,45	796,3	457	1,663	2,078	0,126308
СК РбРе	5,0	2,49	1023,5	457	2,137	1,166	0,312613
Емоційні пережив. стеничного типу	7,2	3,58	2906,1	457	6,067	0,590	0,554749
Емоційні пережив. астеничного типу	24,6	12,28	2424,7	457	5,062	2,425	0,089553
Переживання фрустрації стени. типу	9,3	4,67	1941,1	457	4,052	1,153	0,316435
Переживання фрустрації астени. типу	8,3	4,17	2632,7	457	5,496	0,759	0,468844
Споживацькі мотиви	503,4	251,72	26981,8	457	56,330	4,469	0,002144
Мотиви розвитку	208,3	54,13	35568,2	457	74,255	0,729	0,001294
Загальна мотивація	77,0	38,50	60243,1	457	125,76	0,306	0,736469
Загальножиттєва мотивація (Зж)	96,3	48,17	10993,7	457	22,951	2,099	0,123745
Заг робоча (професійна) мотивація (Рб),	241,3	120,67	27958,4	457	58,368	2,067	0,127635
Показник ідеальної мотивації (Ід)	1169,6	584,80	26083,0	457	54,453	10,739	0,003227
Показник реальної мотивації (Ре)	389,6	194,78	38415,4	457	80,199	2,429	0,008924

Конформізм	24,1	12,03	313,7	457	1,335	9,012	0,001691
Традиції	4,9	2,46	196,8	457	0,841	2,930	0,055371
Доброта	3,9	1,93	362,4	457	1,549	1,247	0,289372
Універсалізм	1,9	0,93	360,0	457	1,538	0,607	0,545673
Самостійність	14,4	7,22	285,9	457	1,217	5,936	0,001054
Стимуляція	3,3	1,63	207,3	457	0,886	1,842	0,160813
Гедонізм	5,7	2,84	466,0	457	1,991	1,428	0,241841
Досягнення	19,3	9,63	351,5	457	1,496	6,441	0,006890
Влада	16,4	8,62	275,8	457	1,537	5,9852	0,007074
Безпека	8,7	4,33	294,9	457	1,260	3,433	0,008915
Орієнтація на процес	25,3	12,65	3274,4	457	6,836	1,851	0,158240
Орієнтація на результат	11,7	5,83	2959,7	457	6,179	0,944	0,389846
Орієнтація на працю	4,0	2,00	2160,7	457	4,511	0,443	0,642085
Орієнтація на свободу	14,6	7,30	2774,0	457	5,791	1,261	0,284419
Орієнтація на альтруїзм	6,1	3,04	2681,4	457	5,598	0,543	0,581224
Орієнтація на егоїзм	2,3	1,13	338,4	457	0,707	1,594	0,204092
Орієнтація на владу	23,8	11,89	1871,5	457	3,907	3,042	0,006668
Орієнтація на гроші	7,8	3,90	3223,6	457	6,730	0,580	0,560287
Планування	67,2	33,61	2242,9	457	4,682	7,179	0,007125
Моделювання	83,9	41,94	2838,8	457	5,926	7,077	0,008512
Програмування	69,2	34,62	2343,9	457	5,712	7,179	0,000095
Оцінка результатів	73,9	39,97	2734,5	457	5,926	7,258	0,007455
Гнучкість	71,2	29,65	2478,6	457	4,752	7,347	0,001412
Самостійність	9,1	4,56	2259,6	457	4,717	0,966	0,381411
Загальний рівень саморегуляції	243,5	121,74	20334,8	457	42,453	2,868	0,057801
Матеріальні потреби	227,4	113,72	21196,7	457	44,252	2,570	0,077610
Потреби в безпеці	11,2	5,61	6734,0	457	14,058	4,399	0,002242
Соціальні потреби	14,4	7,19	8698,2	457	18,159	3,396	0,007525
Потреба у визнанні	77,0	38,48	11896,6	457	24,836	7,549	0,000214
Потреба у самовираженні	7,2	3,60	15961,4	457	33,322	0,108	0,897657
Демонстративність	46,7	23,34	3531,5	457	15,157	1,540	0,216532
Педантичність	274,8	137,41	4229,4	457	18,152	7,570	0,000614
Застрягання	115,1	57,56	3802,4	457	16,319	3,527	0,031416
Збудливість	130,3	65,13	5374,7	457	23,067	2,824	0,061422
Гіпертимність	166,9	83,45	4716,7	457	20,243	4,123	0,007144
Дистимність	293,8	146,92	6783,0	457	29,112	5,047	0,031251

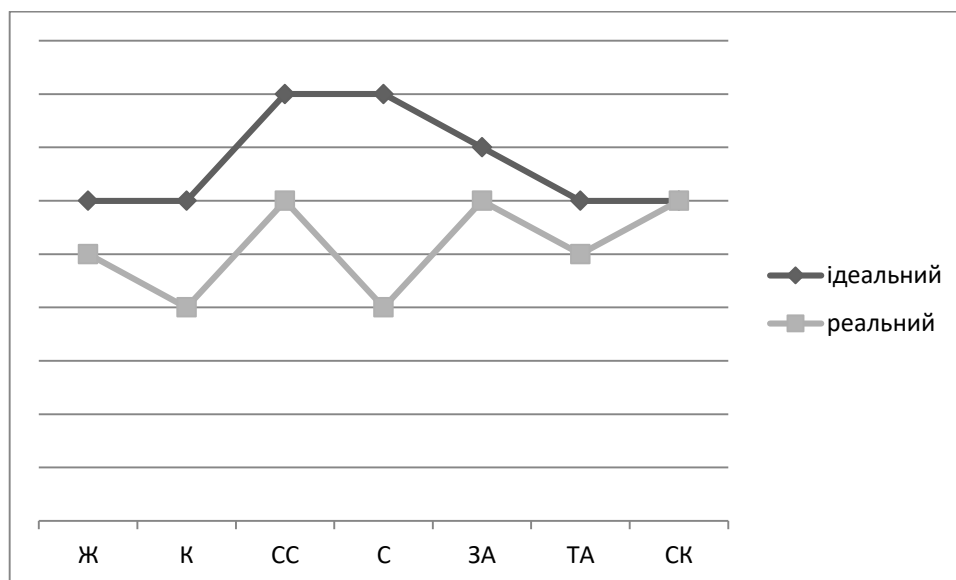
Циклотимність	127,6	72,5	3124,7	457	22,254	2,0125	0,547526
Екзальтованість	137,5	73,4	3254,9	457	24,145	3,15212	0,124419
Тривожність	124,3	62,16	4134,6	457	17,745	3,503	0,012512
Емотивність	138,1	69,05	7430,0	457	31,888	2,165	0,117024
Відкритість	4,1	2,06	844,6	457	3,892	0,529	0,590095
Самовпевненість	15,7	7,83	939,3	457	4,329	1,810	0,166172
Самокерівництво	13,2	8,97	842,3	457	4,825	1,516	0,468175
Дзеркальне Я	21,4	10,68	507,0	457	2,336	4,573	0,011346
Самоцінність	35,1	17,57	868,7	457	4,003	4,388	0,000143
Самоприйняття	52,3	26,13	895,1	457	4,125	6,335	0,002118
Самопривязаність	45,8	22,90	844,5	457	3,892	5,885	0,003245
Конфліктність	518,2	259,12	2389,5	457	11,011	23,532	0,000051
Самозвинувачення	372,8	186,42	1103,0	457	5,083	36,677	0,000525
Орієнтація у часі	113,0	56,51	1539,1	457	6,634	8,518	0,006415
Цінності	39,6	19,81	1363,7	457	5,878	3,371	0,021215
Погляд на люд природ	1,8	0,92	1886,6	457	8,132	0,113	0,893167
Потреба в пізнанні	23,5	11,76	1218,8	457	5,253	2,239	0,108848
Креативність	114,8	57,39	1570,7	457	6,770	8,477	0,007144
Автономність	146,4	73,19	1701,4	457	7,334	9,979	0,007145
Спонтанність	733,5	366,73	20806,7	457	89,684	4,089	0,023214
Саморозуміння	197,7	98,85	1587,1	457	6,841	14,450	0,000341
Аутосимпатія	339,6	169,78	1498,9	457	6,461	26,280	0,007125
Контактність	17,7	8,87	1714,9	457	7,392	1,200	0,303181
Гнучкість спілкуванні у	38,4	19,21	1425,5	457	6,171	3,113	0,051241
Прагнення прийняття до	78,8	39,39	100067,3	457	456,92	0,086	0,917433
Страх знехтуваним бути	12612,8	6306,40	130217,8	457	594,60	10,606	0,000515

**Мотиваційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму
у професійній (навчальній) діяльності (ідеальний та реальний стан)**

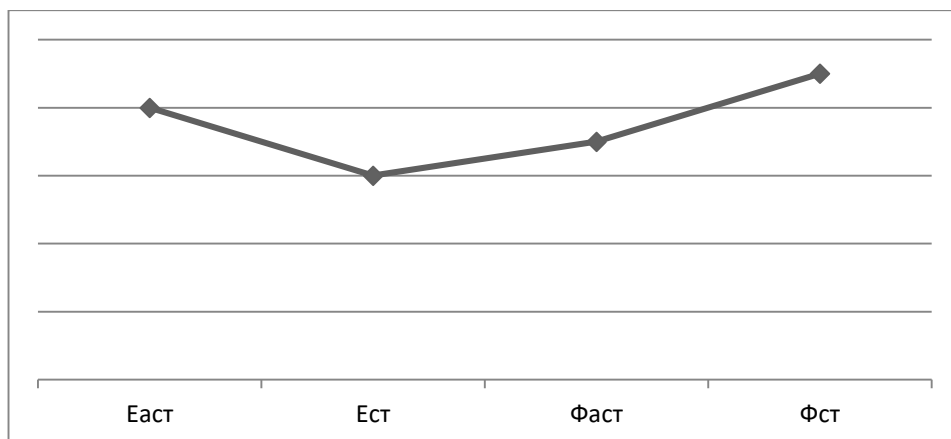


Ж – життєзабезпечення, К – комфорт, СС – соціальний статус, С – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність

**Мотиваційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму
у загальножиттєвій сфері (ідеальний та реальний стан)**

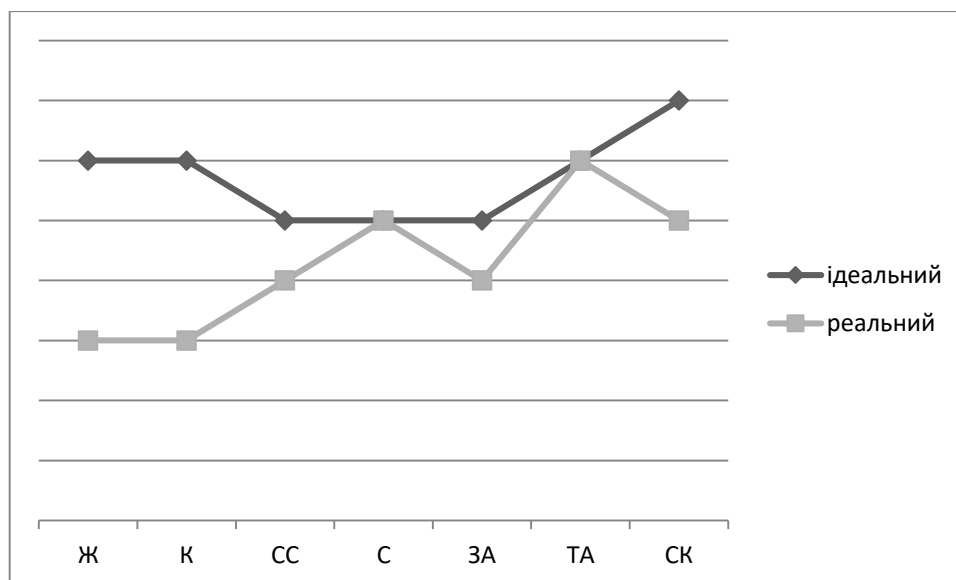


Ж – життєзабезпечення, К– комфорт, СС – соціальний статус, С – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність

Емоційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму

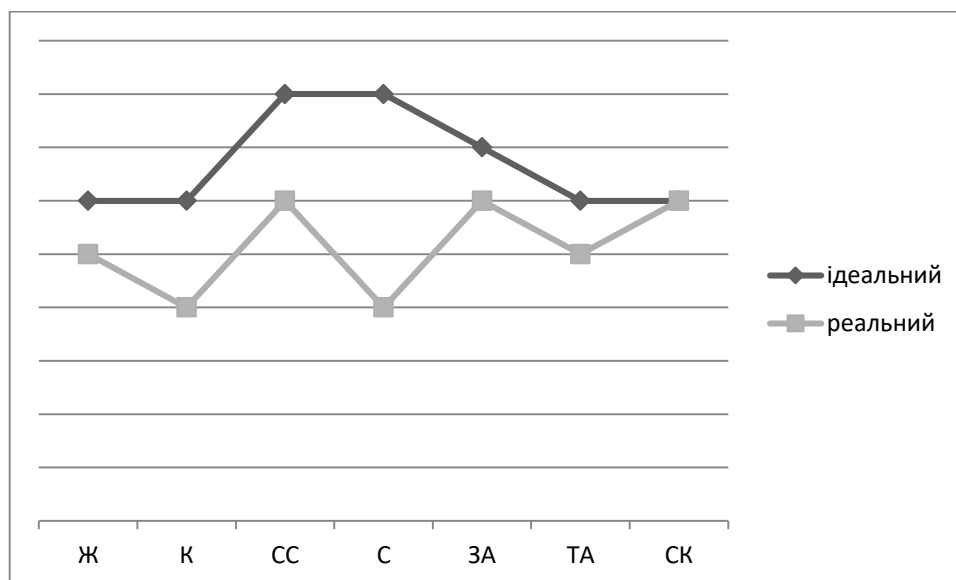
Е аст – емоційні переживання астенічного типу, Е ст – емоційні переживання стенічного типу, Ф аст – фрустраційна поведінка астенічного типу, Ф ст – фрустраційна поведінка стенічного типу.

**Мотиваційний профіль студентів з низьким рівнем перфекціонізму
у професійній (навчальній) діяльності (ідеальний та реальний стан)**

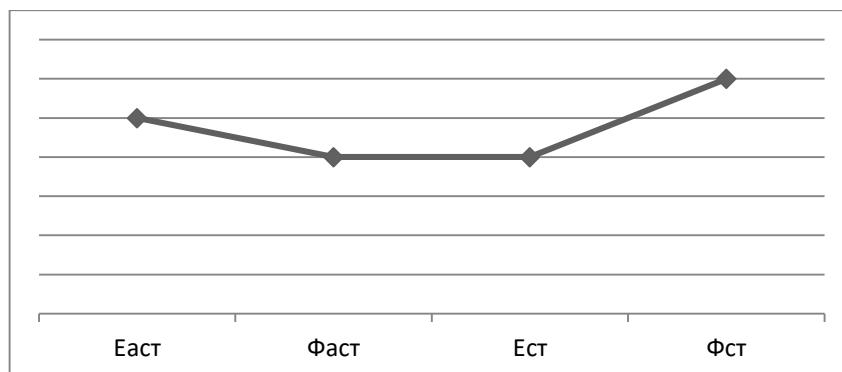


Ж – життєзабезпечення, К– комфорт, СС – соціальний статус, С – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність

**Мотиваційний профіль студентів з низьким рівнем перфекціонізму
у загальножиттєвій сфері (ідеальний та реальний стан)**



Ж – життєзабезпечення, К – комфорт, СС – соціальний статус, С – спілкування, ЗА – загальна активність, ТА – творча активність, СК – суспільна корисність

Емоційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму

Е аст – емоційні переживання астеничного типу, Е ст – емоційні переживання стеничного типу, Ф аст – фрустраційна поведінка астеничного типу, Ф ст – фрустраційна поведінка стеничного типу.