

ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

На правах рукопису

ЗАВАДА ТЕТЯНА ЮРІЇВНА

**МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

ДИСЕРТАЦІЯ

на здобуття наукового ступеня кандидата
психологічних наук

Науковий керівник:

Гупаловська Вікторія Анатоліївна
кандидат психологічних наук,
доцент

Львів – 2017

ЗМІСТ

Вступ.....	4
Розділ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ	12
1.1. Теоретичні підходи до розуміння перфекціонізму як психологічного феномену.....	12
1.2. Місце та значення перфекціонізму в житті людини: огляд емпіричних досліджень	22
1.3. Мотиваційні передумови прояву перфекціонізму особистості.....	35
Висновки до першого розділу.....	48
Розділ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ	50
2.1. Програма емпіричного дослідження мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді. Характеристика досліджуваної групи.....	50
2.2. Характеристика методик дослідження.....	54
2.3. Психодіагностичні методи дослідження перфекціонізму та процедура модифікації опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової.....	68
Висновки до другого розділу.....	84
Розділ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ.....	86
3.1. Аналіз відмінностей особливостей мотиваційної сфери в групах студентської та нестудентської молоді.....	86
3.2. Порівняльна характеристика мотиваційних особливостей студентів з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму.....	90

3.3. Мотиваційні кореляти перфекціонізму студентської молоді.....	96
3.4. Дослідження мотиваційних детермінант перфекціонізму студентської молоді.....	134
3.5. Стиль батьківського виховання як чинник перфекціонізму студентської молоді.....	144
3.6. Мотиваційна структура перфекціонізму студентської молоді.....	151
Висновки до третього розділу.....	155
Висновки.....	156
Список використаних джерел.....	159
Додатки.....	182

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сучасна соціокультурна ситуація характеризується постійним підвищенням вимог до ефективного функціонування особистості в суспільстві. Серед цінностей сучасного суспільства вагомим складовим виступає культивування успіху, забезпечення високого матеріального статку, престижного соціального статусу. Культ досконалості є типовим для всіх західних культур. О. Соколова говорить про один з видів сучасної культурної патології – нарцисичний перфекціонізм, при якому культ досконалості охоплює все суспільство і полягає у погоні за ідеалами [98]. А. Холмогорова, Н. Гаранян, Т. Юдеева зауважують, що «в ХХІ столітті перфекціонізм став хворобою нашого часу» [114].

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 [50,60,72,188], що сприятиме ефективній адаптації у різних сферах суспільної життєдіяльності.

Прагнення до досконалості – рушійна, динамічна основа, що забезпечує гармонійну соціалізацію [3,6]. Проте, коли прагнення до самовдосконалення, реалізація власного потенціалу – ідеалізується, перетворюватися на погоню за найкращим, найдосконалішим, трансформується у прагнення постійної відповідності найвищим нормам та стандартам – тоді актуальним постає питання перфекціонізму.

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.

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

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.

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, Дж. Хебебрант, А. Хінней, А. Холмогорова, Н. Гаранян, Т. Юдєєва, В. Ясна, І. Грачова, А. Золотарева), так і українських науковців (Л. Данилевич, А. Лазько, І. Гуляс, Г. Чепурна, О. Лоза, 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. Проте, психологічний аналіз мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді не здійснювався цілісно й ґрунтовно ні українськими, ні зарубіжними психологами.

Соціальна значущість проблеми та брак психологічних досліджень у вивченні мотиваційних особливостей, що впливають на перфекціоністську спрямованість у студентства, а також поверхневе наукове дослідження потреб, цінностей та мотивів, що визначають прагнення досягати ідеалу, зумовлюють актуальність вибору теми дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Роботу виконано в межах науково-дослідницьких тем кафедри психології філософського факультету Львівського національного університету імені Івана Франка «Багатовимірність особистості: психологічний ракурс» (2012–2014 рр., державний реєстраційний номер 0112U003261) та «Психологічні детермінанти розвитку особистості в умовах соціально-політичної трансформації українського суспільства» (2015–2017 рр. державний реєстраційний номер 0115U003560). Тему узгоджено бюро Міжвідомчої ради

з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 2 від 28.03.2017 р.).

Мета дослідження полягає у визначенні мотиваційної структури перфекціонізму студентської молоді.

Для досягнення поставленої мети дослідження було визначено наступні **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми перфекціонізму у науковій площині, визначити мотиваційні передумови прояву перфекціонізму особистості.

2. Обґрунтувати методологічні засади дослідження перфекціонізму студентської молоді, підібрати відповідний психодіагностичний інструментарій.

3. Здійснити адаптацію та модифікацію опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової.

4. На основі емпіричної перевірки теоретичної моделі визначити та розкрити вплив мотиваційних чинників на формування перфекціонізму у студентської молоді.

Об'єкт дослідження – перфекціонізм як особистісна риса.

Предмет дослідження – перфекціонізм студентської молоді як результат дії мотиваційних чинників.

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; для дослідження особливостей мотиваційної сфери досліджуваних осіб було використано ряд тестів – методику діагностики соціально-психологічних установок особистості у сфері мотивацій та потреб О. Потьомкіної; діагностику мотиваційної структури особистості В. Мільмана; методику діагностика рівня задоволення основних потреб В. Скворцова; опитувальник мотивації успіху та уникнення невдачі А. Реана; діагностику мотивів афіліації А. Мехрабіана; опитувальник вимірювання мотивації досягнення А. Мехрабіана, методику для вивчення цінностей особистості Р. Шварца; для визначення індивідуально-психологічних особливостей особистості, що можуть впливати на мотивацію перфекціонізму – опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової; діагностику самоактуалізації особистості; тест-опитувальник самоставлення С. Пантілеєва; 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; однофакторний дисперсійний аналіз та тест Шеффе; кореляційний аналіз; факторний; регресійний аналіз; коефіцієнт альфа Кронбаха; кластерний аналіз; дискримінантний аналіз.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що у роботі

– *уперше*:

- *побудовано психологічну модель мотиваційної структури перфекціонізму студентської молоді, що представлена потребами, мотивами, ціннісними орієнтаціями та соціально-психологічними установками, на яких позначається дія індивідуально-психологічних і соціокультурних чинників;*

- *визначено* мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді: серед потреб – потреба у комфорті та визнанні; серед мотивів – страх бути знехтуваним (чутливість до неприйняття оточенням), мотиви соціального престижу та статусу, загальної активності, високий рівень прагнень, устремлінь до задоволення мотивів, професійна мотивація; серед ціннісних орієнтацій – цінність влади; серед соціально-психологічних установок – установка на результат та уникнення устремлінь на альтруїзм;

- *встановлено* основні індивідуально-психологічні (індивідуальні риси, особливості самоствавлення і саморегуляції особистості) та соціокультурні (стилі сімейного виховання, навчання у ВНЗ) чинники перфекціонізму студентської молоді;

- виокремлено стилі сімейного виховання як соціокультурні чинники перфекціонізму студентської молоді, а також визначено особливості самоствавлення та саморегуляції як індивідуально-психологічні чинники перфекціонізму студентської молоді.

- ***удосконалено:***

- засоби психодіагностики перфекціонізму шляхом модифікації опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової, що дозволяє виокремлювати різні його рівні та розширено запропоновану ними структуру перфекціонізму компонентами «самозвинувачення» та «залежність від оцінок оточення»;

- ***поглиблено:***

- поняття перфекціонізму, яке представлено 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 виразу соціальну детермінацію, культивується сучасним суспільством і передбачає соціальне заохочення та визнання та *інтрапсихічний*, пов'язаний із низкою дисфункціональних особливостей (когнітивних, емоційних, поведінкових);

- уявлення про відмінності між психологічними категоріями: перфекціонізм та педантизм.

Практичне значення дослідження 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. Розуміння мотиваційних чинників перфекціонізму сприятиме розробці тренінгових програм, з метою набуття навичок успішного досягнення результатів діяльності студентською молоддю (когнітивне сприйняття) та підтримання їх психологічної рівноваги (як приклад, отримання задоволення від здобутого). Розроблений у роботі психодіагностичний інструментарій може бути методичною основою для подальших досліджень перфекціонізму й використовуватись психологами у роботі зі студентською молоддю.

Результати дисертаційного дослідження **впроваджено** у практичну роботу Українського Інституту дитячої та юнацької психотерапії та психологічного консультування (Довідка № 9 від 24.03.2017). Теоретичні положення, обґрунтовані у науковій роботі, використовуються у лекційних та практичних заняттях при викладанні курсів «Соціальна психологія», «Психологія здоров'я», «Психологічний практикум» для студентів Українського католицького університету (Довідка № 141/17 від 17.03.2017), а також курсів «Загальна психологія», «Соціальна психологія» та «Психологія сім'ї» для студентів Львівського національного університету імені Івана Франка (Довідка №49/ф від 05.04.2017).

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені на міжнародній науково-практичній конференції «Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства» (м. Київ, 2012 р.), сьомій міжнародній науково-

практичній конференції «Спецпроект: аналіз наукових досліджень» (м. Київ, 2012 р.), п'ятій міжнародній науково-практичній конференції «Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді» (м. Луцьк, 2013 р.), шостій міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми емпіричних досліджень у психології (до 200-річчя з дня народження С.-А. К'єркегора) (м. Київ, 2013 р.)», міжнародній науково-практичній конференції «Педагогічні та психологічні науки: історія розвитку, сучасний стан та перспективи досліджень» (м. Одеса, 2014р.), восьмій міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми емпіричних досліджень у психології» (до 100-річчя від дня народження Ролана Барта) (м. Київ, 2015), всеукраїнській конференції «Актуальні проблеми прикладної психології» (м. Київ, 2014), дев'ятій науково-практичній конференції студентів та молодих вчених «Психологічні проблеми сучасності» (м. Львів, 2012 р.). Результати дисертації обговорювались на звітних конференціях та науково-методологічних семінарах кафедри психології Львівського національного університету імені Івана Франка (2011-2015).

Публікації. Основні результати дослідження відображено у 16 публікаціях, з них 5 статей – у фахових виданнях з психології, включених до переліку МОН України, 1 стаття – опублікована у виданні включеного до міжнародних наукометричних баз.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, який включає 204 найменування (70 з яких – іноземними мовами) та додатків. Загальний обсяг роботи – 212 сторінок, основний текст дисертації викладено на 158 сторінках. Робота ілюстрована 41 рисунком та 14 таблицями. Додатки займають 30 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ

У розділі висвітлено стан розробки досліджуваної проблеми, розглянуто основні психологічні підходи до визначення перфекціонізму, його функціональні та дисфункціональні форми, типи і критерії їх диференціації, а також структурні моделі перфекціонізму у концепціях зарубіжних та вітчизняних науковців. Представлено теоретичну модель мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді.

1.1. Теоретичні підходи до розуміння перфекціонізму як психологічного феномену

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. Розглянемо становлення проблеми перфекціонізму в психологічній науці.

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. Фрейд 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 собі [109,110]. За К. Юнгом, прагнення до досконалості є вродженою властивістю особистості, що визначає наявність в її структурі самості, а також є одним з найпотужніших коренів цивілізації [131,132].

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. Mac-Villiams, 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 афективної регуляції [80,110,116,117,121].

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 життя [4,5]. 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 людини [5,6].

К. Хорні в межах розвитку своєї теорії неврозів, виділяє невротичну потребу в досягненні досконалості [115,117]. 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 досконалості [117].

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, а фіксована ідея котру вона боготворить. Ідеалізований образ стає перешкодою до зростання, оскільки заперечує недоліки [116].

У 60-і роки ідеї К. Хорні отримали розвиток в праці М. Холлендера [169], 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 досвіду [82,84,182].

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» [84]. 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 досягти [84].

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. Холлендер [169], 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 особливу сукупність когніцій, що ґрунтуються на схильності встановлювати нереалістично високі стандарти, а також компульсивно прагнути до неможливих цілей та визначати власну цінність виключно в термінах досягнень і продуктивності [145,146]. 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» [145].

В подальших дослідження структура перфекціонізму стала ускладнюватись. Так, Р. Фрост [157,159] 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. Флетт [155,164,166], 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);
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 помилок [167].

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 діяльності [155,167].

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 досконалості. [166].

А. Холмогорова, Н. Гаранян [24,25,27,114] 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 в структурі диспозицій особистості та системі мотивації професійної діяльності [39]. 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 діяльності [40,41]. «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» [39].

Л. Данилевич на основі адаптації англомовних методик зазначає, що перфекціонізм в українському культурному контексті є багатовимірною та ієрархічно організованою особистісною рисою [45], що містить такі компоненти [44]: високі особисті стандарти, що відображають прагнення до досконалості; орієнтацію на важкодсяжні 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 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 такого [43].

О. Лоза виділяє два основних конструкти перфекціонізму: «*високі особистісні стандарти*», що відображає бажання бути досконалим та «*поляризація мислення*», що характеризує жорстке ставлення до помилок та може бути направлене на себе або на інших. На основі такої моделі автор

виокремлює чотири форми (типи) перфекціонізму: 1. гіперперфекціонізм (надмірний) – для якого характерні дуже високі показники стандартів та поляризації; 2. конструктивний (помірний) – якому властиві високі показники стандартів, проте, низькі поляризації мислення; 3. деструктивний (недостатній) – для якого характерні низька вираженість стандартів і, і разом з тим висока поляризація мислення; 4. гіпоперфекціонізм (відсутній) – обидві складові перфекціонізму мають низькі показники, що може свідчити про практичну його відсутність [75,76].

О. Лоза у дисертаційному дослідженні вивчення особливостей перфекціонізму як особистісної риси державних службовців також виділяє чотири підходи визначення перфекціонізму, в залежності від ведучої операціоналізуючої категорії [75,79]: 1. Перфекціонізм – потреба самовдосконалення, що виявляється в прагненні бути досконалим, ідеальним у всьому; 2. Перфекціонізм – це настанова особистості (Д. Барнс, І. Гуляс); 3. Перфекціонізм – життєвий стиль (О. Соколова, П. Циганкова); 4. Перфекціонізм – це риса особистості (Д. Ватсон, Н. Гаранян, Л. Данилевич, Л. Кларк, К. Ландрєєва, А. Харкнесс, М. Холлендер, А. Холмогорова, Г. Чепурна), яка виявляється в повсякденній практиці висування до себе та оточення вимог щодо виконання діяльності значно вищих, ніж того потребують обставини.

В. Павлова [90-92] 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.

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 взаємостосунки. 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), [92].

К. Ландрева зауважує, що перфекціоністські тенденції широко представлені в культурі нарцисизму, характерної для сучасної європоцентрованої цивілізації [68]. Висока швидкість соціальних змін, нестабільність життєвих норм, образів і стандартів розмивають внутрішньоособистісні норми. В нарцисичній культурі хибних, спотворених еталонів – найбільш цінними стають видимі, поверхневі атрибути сили, благополуччя, краси і успішності.

Отож, 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 (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, О. Лоза).

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. Місце та значення перфекціонізму в житті людини: огляд емпіричних досліджень

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) [162]. 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 неуспіху [162]. 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 [162].

В. Паркер виокремив здоровий перфекціонізм, що пов'язаний з сумлінністю (за моделлю «Великої п'ятірки») і нездоровий, що пов'язаний з низькою самооцінкою [177]. Згодом, з К. Адкінсом, вчений розрізняє активний та пасивний перфекціонізм [135]. Активний перфекціонізм – стимулює до досягнень, пасивний – через надмірну заклопотаність помилками, сумнівами створює перешкоди діяльності. Р. Слейні, К. Райс та Дж. Ешбі [189] першопочатково виділили адаптивний та дезадаптивний перфекціонізм, проте згодом виокремили позитивний та негативний перфекціонізм (в залежності від типу підкріплення) [190].

Н. Гаранян [24] розрізняє здоровий та патологічний перфекціонізм за такими критеріями: мотиваційний, когнітивний, афективний, поведінковий (Додаток Р). А. Холмогорова, Н. Гаранян виділяють дві форми патологічного перфекціонізму – нарцисичний та obsесивно-компульсивний [114]. При нарцисичному перфекціонізмі домінує мотивація досягнення досконалості, отримання схвалення й захоплення на шкоду всім іншим мотивам. Він являє собою ядро особистості, тому відмова від нього тотожна відмові від власного Я. 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 obsесивно-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.

О. Кашина [59] на основі досліджень також розрізняє адаптивні та

дезадаптивні форми перфекціонізму (Додаток С).

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 життєдіяльності [52-54], (Додаток Т).

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 самоактуалізації (А. Маслоу), [84]. 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 орієнтуватись 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);

Продовження таблиці 1.1.

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 орієнтуватись 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);
Спонтанність, простота, природність у вираженні думок і почуттів, незалежність у поглядах	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Незалежність і орієнтація на власні стандарти, впевненість у можливості вибору життєвого шляху (А. Золотарева); ✓ Спокійне, проте скрупульозне ставлення до виконуваної діяльності (О.П. Кашина);

Продовження таблиці 1.1.

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 іншим [54,59,68,93,166].

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 [8,10,24,119,130,135,154].

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.

Важливим питанням у проблемі перфекціонізму є його місце в структурі особистості. Зокрема, Н. Гаранян підіймає питання про те, чи є перфекціонізм особливістю певного типу особистості, чи може бути в структурі різних особистісних типів [27]? Не менш важливим залишається питання про вплив перфекціонізму на людину. Одними дослідниками акцентуються позитивні аспекти даного феномену, іншими – навпаки.

Науковці виявили взаємозв'язок перфекціонізму з дисфункціональними рисами різних особистісних типів [24,71,120,130,137,165,180]. 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 успіху [128]. П. Ганнушкін описуючи депресивну і циклоїдну психопатію зазначає, що особи цих типів часто переживають почуття провини, докори сумління з приводу здійснених в минулому помилок. Їм важко працювати, так як вони часто виявляють недоліки у виконаній роботі, через що виникають труднощі розпочати нову діяльність [22].

Японський психіатр М. Сімода (M. Shimoda) описує статотимію – премормідну особистісну властивість, що характерна для осіб з монополярною депресією. До статомічних рис автор відносить педантизм, висока вимогливість до себе, постійне незадоволення собою, відповідальність наполегливість, акуратність [185].

Німецький психіатр Х. Теленбах (H. Tellenbach) описав преморбідний

тип депресивної особистості *Typos melancholicus* [196]. 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. Телленбах 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 особистості [80,98]. Зокрема, при нарцисизмі, виокремлюють порушення 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 в перфекціоністів [27]. 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 розладами [116,117]. 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). О. Соколова зазначає [98], що особам з невротичними розладами притаманна внутрішня суперечливість прагнень (бажання домінувати й необхідність відмовитись від цього задля прийняття іншими), які є чинником переживання неспроможності змінити власне життя. Такі ж особливості характерні й для осіб з дисфункціональним перфекціонізмом.

Загалом, на сьогодні, стрімко зростає кількість досліджень, що підтверджує взаємозв'язок перфекціонізму і депресії [27,143,153,156,165,176,181,185].

Д. Бернс висунув гіпотезу, що перфекціоністи особливо схильні до розвитку депресії [145]. С. Блатт описав «інтроєктивну» депресію, для якої характерна постійна самокритика, зосередженість та проблемах досягнення і переживання постійного почуття провини [143,144]. Р. Фрост дослідив, що перфекціонізм більш пов'язаний з депресією самокритики, ніж з депресією залежності [158]. 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 зосереджений на проблемах прив'язаності, залежності, автономний тип – на проблемах незалежного функціонування, досягнення, успіхів і невдач [27].

Н. Гаранян досліджуючи проблему перфекціонізму як фактору депресивних і тривожних розладів, робить висновок, що пацієнти з депресивними і тривожними розладами, порівняно з досліджуваними з контрольної групи, характеризуються більш високими показниками за всіма параметрами перфекціонізму [24]. За результатами дослідження Т. Юдеєвої [130] перфекціонізм є відносно стабільною особистісною рисою хворих депресією (як психогенною, так і ендогенною).

Існує низка досліджень, що доводять взаємозв'язок перфекціонізму з розладами харчової поведінки, зокрема анорексією та булімією [165,176,178,150].

Н. Гаранян в огляді зарубіжних емпіричних досліджень перфекціонізму і психічних розладів, описує когнітивну модель соціальної фобії, що розроблена американськими дослідниками [25]. 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 поведінки [25].

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.

Ґрунтуючись на науковий доробок вчених з проблем педантизму (К. Лернгард, П. Ганнушкін, Г. Каплан, Б. Седок, П. Волков, В. Жмуров, В. Блейхер, І. Крук) та перфекціонізму (Д. Хамачек, Р. Фрост, Дж. Флетт, П. Хьюїтт, Д. Берн, С. Блатт, Р. Шафран, Л. Данилевич, Н. Гаранян, А. Холмогорова, О. Кашина, Т. Юдеєва), спробуємо виділити 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, 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, Н. Гаранян, А. Холмогорова, О. Кашина, Т. Юдєєва 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 (А. Золотарьова, Н. Гаранян, А. Холмогорова).

3. Тривале переживання травмуючих ситуацій. Перфекціонізм та педантизм передбачає зацикленість, фіксованість особистості на власних помилках (Д. Хамачек, Дж. Флетт, П. Хьюїтт, С. Блатт, С. Степанов, А. Даданко, Н. Гаранян, А. Холмогорова, О. Кашина, Т. Юдєєва).

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 obsesивно-компульсивному розладі [184]. Як і при obsesивно-компульсивному розладі, так і при перфекціонізмі, особи переживають *сумніви щодо правильності власних дій*. Проте, Н. Гаранян уточнює, що питання шкали «Сумніви у власних діях» Багатовимірного опитувальника перфекціонізму Фроста, взяті з діагностичного інструментарію obsesивно-компульсивного розладу. Це означає, що підшкала «сумніви у власних діях» вимірює ознаки obsesивно-компульсивного розладу, які в свою чергу, Р. Фростом розглядаються як ознаки перфекціонізму [25]. Така ситуація ускладнює розуміння структури перфекціонізму.

Т. Бєскова досліджуючи особливості взаємозв'язку перфекціонізму зі способами реагування на успіхи чи не успіхи оточуючих людей, доводить, що вищий рівень перфекціонізму, то більш інтенсивніше суб'єкт реагує на переваги інших людей, і в більшості випадків способи такого реагування є негативними (аморальними) [10]. Також Т. Бєскова зазначає, що невдачі Іншого мало тривожать перфекціоніста. Суб'єкт з високим рівнем перфекціонізму сприймає неприємності Іншого в професійній сфері з певною часткою зловтіхи, що само собою виключає будь-яке співчуття і

співпереживання [10].

Н. Гаранян, Д. Андрусенко, І. Хломов, у дослідженні емоційної дезадаптації і уникаючої поведінки у студентів з різним рівнем перфекціонізму, встановили, що вищий рівень перфекціонізму, то вищий рівень емоційної дезадаптації (депресія, суїцидальна готовність, загальна тривога, екзаменаційна й соціальна тривога), а також різних форм уникаючої поведінки (прокрастинація) [26].

П. Циганкова вважає перфекціонізм центральним компонентом аутодеструктивності [119-122]. Зокрема, виявлено взаємозв'язок перфекціонізму з: *когнітивними дисфункціями* (низька когнітивна диференційованість, дефіцит внутрішніх критеріїв самооцінки); *емоційно-регулятивними порушеннями* (загальне емоційне неблагополуччя, дефіцит навиків вербалізації емоцій і почуттів, нестійкість самооцінки, дефіцит конструктивних стратегій боротьби зі стресом); *комунікативним неблагополуччям* (незадоволеність спілкуванням, наявність несвідомих конфліктів між протилежними установками і прагненнями) [119].

До позитивних сторін перфекціонізму відносять моральну обдарованість (К. Dabrowski, Т. Piechovsky) [149]. Дослідники наголошують на таких позитивних аспектах перфекціонізму як самостійність в судженнях, нонконформізм, відповідальність, альтруїзм.

В. Парамонова, вивчаючи проблему адаптивного перфекціонізму, зауважує, що в нормі ступінь задоволення від результатів діяльності залежить від інтенсивності зусиль, які людина докладає для досягнення поставленої мети [93].

О. Савенков розглядає перфекціонізм як складову частину обдарованості особистості [97]. За автором, перфекціонізм – це прагнення людини виконувати ту чи іншу діяльність якнайкраще, навіть в малозначущих справах. Автор вважає, що така якість особистості проявляється ще в дитинстві, коли дитина не може отримати задоволення від

своєї діяльності доти, доки не досягне максимального результату (інтелектуального, естетичного, морального і т.д.). Як наслідок, в неї розвивається постійне невдоволення власною діяльністю, що відображається на самооцінці людини, і може бути причиною невротичних розладів та депресії. 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 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.

1.3. Мотиваційні передумови прояву перфекціонізму особистості

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 (Л. Божович, Л. Виготський, О. Леонт'єв, А. Маркова, К. Платонов, С. Рубінштейн, Л. Якобсон та ін.). 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, інтересів [11,12,48,57,70,73]. Мотиваційна сфера виступає стрижнем, ядром особистості. Вона закладається у ранньому віці та розвивається протягом всього життя [60,95,108,112,138].

Т. Титаренко вводить поняття «життєві домагання», що є основою розвитку та вдосконалення життєвого світу. Іntenціональність, як зазначає вона, є важливою складовою, що сприяє поступовому усвідомленню власного набутого досвіду та адекватному уявленню свого майбутнього. Адже, діяльність людини визначається не лише її минулим, але й майбутнім. Поведінка людини значною мірою визначена тією моделлю, в якій відбиті уявлення про її майбутнє життя [103]. В. Чудновський вважає, що таке сприйняття часового простору відображається на умінні створювати перспективу власного майбутнього, планувати його, бачити себе в майбутньому, працювати над реалізацією цих уявлень, прагнути до самовдосконалення [127].

Є. Головаха визначає життєві цінності особистості як систему уявлень

про можливе майбутнє [29]. Життєві цінності, на думку вченого, необхідно розглядати як цілісну картину майбутнього у складному, суперечливому взаємозв'язку подій, які програмуються та очікуються, з якими людина пов'язує соціальну цінність та індивідуальний смисл свого життя. К. Абульханова-Славська вказує на те, що мотиваційна сфера особистості – це не тільки майбутні цілі, цінності, але і темп життєвого руху, оптимальність розвитку, зростання активності особистості [1,2].

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 позицію [13,14,88,151,170].

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 досягнень [102].

Мотиваційні процеси лежать в основі активності людини, її всього психічного функціонування [15,136,174,175], 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 особою. Розглядаючи мотиваційні чинники перфекціонізму, не можливо виокремлювати їх без урахування тісного зв'язку з емоційними, сімейними, соціальними, культуральними, особистісними та іншими особливостями людини [19,32,46,57,64].

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.) [81,113,139,172]. 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 цілепокладання [61,59].

У дослідженнях М. Липкіна і Н. Яковлєва, було виявлено, що одним із цих чинників успішності є мотиваційна складова діяльності [35]. Аналогічний результат був отриманий у дослідженні В. Якуніна, Н. Мешкова [134], виявилось, що «сильні» і «слабкі» студенти відрізняються один від одного не рівнем інтелекту, а мотивацією навчальної діяльності. Науковцями

Б. Дадоновим, Е. Савонько, Н. Симоновою виявлений позитивний зв'язок мотиваційних орієнтацій із успішністю тих, хто навчається. Найбільш пов'язаними з успішністю виявилися орієнтації на процес і на результат, менш пов'язані – орієнтація на оцінку викладача.

Залежність успішності навчальної діяльності від мотивації була досліджена також 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 від своїх знань задоволення, проявляючи наполегливість; достатньо швидко засвоюватиме необхідні відомості, демонструючи інтелект, гнучкість, фантазію [35].

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 активності [3-6,84].

А. Адлер пояснює причини перфекціонізму через конструкт «прагнення до переваги» [5]. До конструктивних засобів досягнення переваги А.Адлер відносить прагнення до успіху, до першості в праці, якою займається людина, розвиток індивідом своїх вмінь та здібностей.

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 людини [5,6].

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 ідеал [116].

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» [115,117]. У процесі прагнення максимально наблизитись до “істинного ідеалу”, у людини народжується “здорова” мета та цінності життя [116].

Д. Хамачек при розробці критеріїв здорового та невротичного перфекціонізму звертається до категорій мотивації досягнення. Зокрема, паталогічний перфекціонізм науковець пов’язує з мотивом уникнення невдачі (страхом неуспіху) [132].

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 неуспіху [159,164].

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 діяльності [39]. 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 [39].

Т. Юдєєва у дисертаційному дослідженні перфекціонізму як

особистісного фактору депресивних та тривожних розладів, говорить, що мотив уникнення невдачі домінує над мотивом прагнення до успіху у осіб з високим рівнем перфекціонізму [130].

Г. Аріна, С. Мартинов [9] 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.

У роботах А. Распопової встановлено, що на розвиток перфекціонізму найбільш впливають: мотивація досягнення успіху, мотивація уникнення невдачі, локус контролю, схильність до консерватизму та конформізму, тривожність, самооцінка [96].

К. Фоменко та О. Кузнецов [108], досліджуючи мотиваційні особливості академічної саморегуляції студентської молоді, виявили існування зв'язку між 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 інтроектованим перфекціонізмом та негативно – із ідентифікованим регулюванням. Внутрішнє спонукання як інтерес до навчання суперечить перфекціонізму особистості [108].

У численних наукових дослідженнях (як зарубіжних, так і українських науковців), соціально приписаний перфекціонізм виступає негативним чинником соціальної адаптації та самореалізації молоді [34,155,160,166,191-193]. 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" [121]. Суть її полягає у тому, що при вираженій залежності від оцінок та думок оточуючих спостерігається прояв егоцентричності та зосередженості інтересу на власному Я.

О. Лоза ототожнює соціально приписаний перфекціонізм з перфекціоністською самопрезентацією, що базується на зовнішній мотивації, яка передбачає прагнення здаватися досконалим, і може не має нічого спільного з високими особистісними стандартами [75]. Г. Чепурна, також погоджується з існуванням соціально приписаного перфекціонізму незалежно від високих особистісних стандартів особистості, проте не ототожнює його із перфекціоністською самопрезентацією. Перфекціоністська самопрезентація, на її думку, може виступати як мотиваційна складова соціально приписаного перфекціонізму [123,126].

Сімейне виховання також здатне впливати на виражене прагнення особистості до досягнення досконалості. Більшість дослідників сходяться на думці, що виникнення перфекціонізму залежить від особливостей сімейного виховання [20,21,37,125]. Перфекціоністська орієнтація формується ще в дитинстві, зазвичай в молодшому шкільному віці, а іноді й раніше.

Авторитарний стиль виховання (високі вимоги, недостатня емоційна підтримка, жорстка дисципліна і т.д.) – один з основних чинників розвитку перфекціонізму [37,47,125,144,153,162,191]. Д. Хамачек вважає [162], 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 дитини [37]:

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 доньки [191]. Однак, як відзначає Н.Г.Гаранян, залишається незрозумілим – ці батьки насправді встановлюють надто високі стандарти для своїх дітей чи діти схильні сприймати своїх батьків як таких, що встановлюють дуже високі стандарти і надто критичні? [28]

С. Степанов зауважує, що у школі успіхи дитини часто формалізуються у вигляді оцінок. Лише статус відмінника, першого учня в класі, переможця всеможливих конкурсів та олімпіад дозволяє відчути дитині свою значимість, пережити необхідне їй схвалення з боку близьких. Будь-які труднощі у досягненні цього статусу фруструють дитину, породжують хронічний стрес. Невдачі сприймаються надто болісно, вкрай до суїцидальних спроб [99]. Така

ситуація є причиною виникнення «синдрому відмінника», який ототожнюють з перфекціонізмом.

Найчастіше перфекціоністами стають діти-одиначки. Коли дітей в сім'ї декілька, то найбільш вразливими є первістки [144].

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 [144].

Узагальнюючи результати теоретичних досліджень побудовано схему мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді, рис. 1.2.

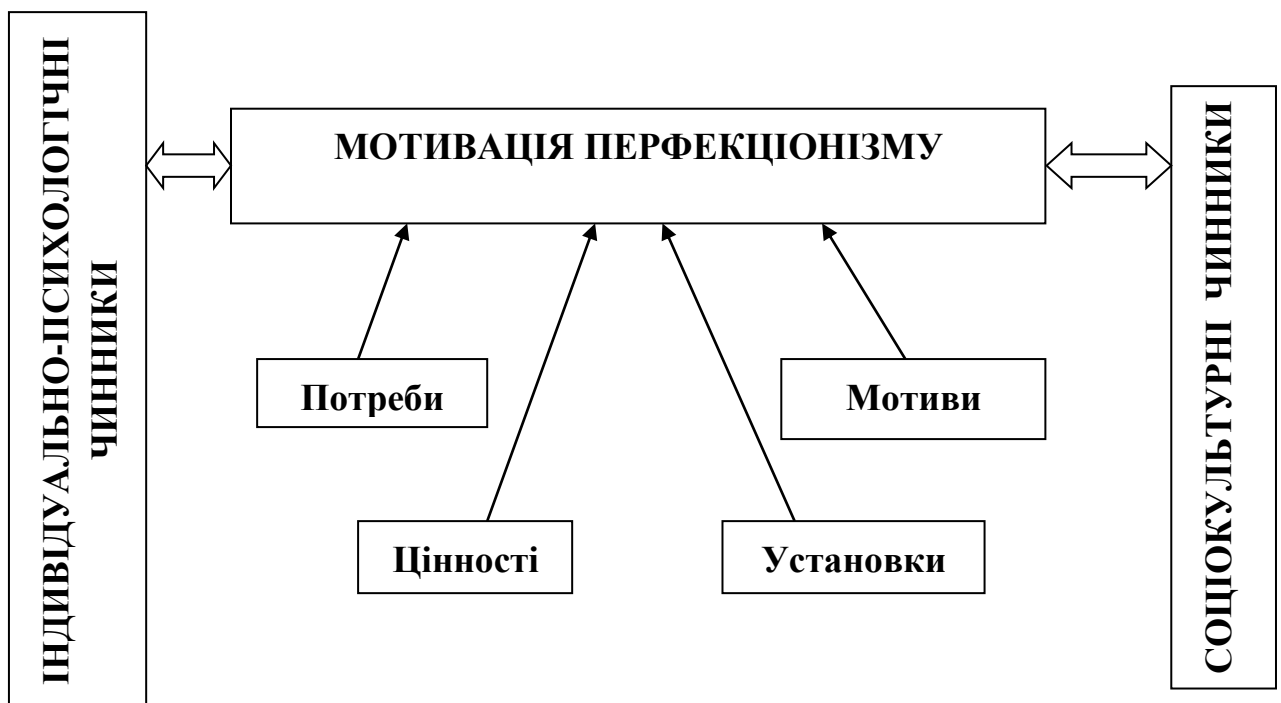


Рис. 1.2. Теоретична модель мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді

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 (Дж. Флетт, П. Хьїтт, Д. Берн, С. Блатт, Р. Шафран, Л. Данилевич, Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, О. Кашина, Т. Юдєєва, А. Золотарьова).

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 вміють досягати висот. Такі вимоги провокують розвиток перфекціоністських тенденцій та підсилюють прагнення досягати значимих, досконалих результатів діяльності [54,59,68,93,166].

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 можливості і грандіозні досягнення. Така дитина переконана, що як тільки вона стане досконалою – отримає любов батьків [47,125,144,162,191].

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 перфекціонізму, проте не є стрижневим його елементом.

З перфекціонізмом пов'язують мотиви уникнення невдачі (Д.Хамачек, Т. Юдєєва); мотив досягнення (А. Распопова, І. Гуляс); цінність консерватизму та конформізму (А. Распопова); егоцентричні цінності (О. Соколова та П. Циганкова); внутрішнє спонукання суперечить перфекціонізму особистості (К. Фоменко та О. Кузнецов).

Отже, мотиваційні чинники перфекціонізму не можливо розглядати без індивідуально-психологічних та соціокультурних факторів, що впливають на мотивацію особистості прагнути до досконалості. 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.

Висновки до розділу 1

1. Проаналізовано дослідження перфекціонізму у психологічній площині. Також представлено основні підходи та моделі перфекціонізму зарубіжних (Р. Фрост, П. Хьітт, Дж. Флетт, А. Холмогорова, Н. Гаранян) та українських (Л. Данилевич, О. Лоза) науковців.

2. Запропоновано розглядати перфекціонізм як цілісне явище у якому завжди представлено дві сторони: екстрапсихічний та інтрапсихічний аспекти. Екстрапсихічний аспект представлено соціальним заохоченням та визнанням перфекціоністських тенденцій, а інтрапсихічний – дисфункціональними особливостями (емоційними, когнітивними та поведінковими), що відображаються у хронічному дискомфорті, постійними сумнівами у власних діях, невпевненістю, тривожністю, низькою продуктивністю і т.д.

3. 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.

4. Розроблено теоретичну модель мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді, у якій мотиваційний аспект представляють: потреби, мотиви, соціально-психологічні установки та

ціннісні орієнтації. Також виокремлено індивідуально-психологічні особливості та соціокультурні чинники, як важливі складові, що здійснюють вплив на мотиваційну сферу особистості, зокрема, розвитку перфекціонізму.

5. 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

ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ

У цьому розділі здійснено опис організації та основних етапів емпіричного дослідження, обґрунтовано обраний дослідницький інструментарій, охарактеризовано групу досліджуваних, а також описано процедуру модифікації опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової, в результаті якої розширено запропоновану ними структуру перфекціонізму компонентами «самозвинувачення» та «залежність від оцінок оточення». За результатами кластерного аналізу виділено рівні перфекціонізму – високий, середній та низький за якими можливо диференціювати прояви перфекціонізму особистості.

2.1. Програма емпіричного дослідження мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді. Характеристика досліджуваної групи

Емпіричне дослідження проводилося у три етапи. **На першому етапі – підготовчому** – було проведено пілотажне дослідження (N=124), здійснювалися розробка опитувальника перфекціонізму та обрано основну групу досліджуваних.

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. Аналізуючи компоненти та структурну модель, що лежала в основі визначення категорії перфекціонізму – найбільш вдалою та відповідною, на наш погляд, виявилася модель російських дослідників

Н. Гаранян та А.Холмогорової.

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. Враховуючи це ми спробували розширити дану модель і додати два відповідні компоненти до загальної структури.

Для цього нами було розроблено 40 тверджень, що стосувалися питання самозвинувачення та залежності від позицій оточення, які гіпотетично б мали вимірювати ці показники. Проте, подальше статистичне опрацювання отриманих результатів (показники факторного аналізу та коефіцієнтів α – Кронбаха), вказувало на доцільність виділення лише 14 тверджень (які й складають основу додаткових запитань модифікованого опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової), 8 з яких стосуються шкали «самозвинувачення», а 7 – «залежності від позицій оточення» (одне з тверджень входить у дві шкали).

На другому – основному етапі здійснено емпіричне вивчення мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді та модифікацію опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А.Холмогорової.

Процедура проведення тестування відбувалася у груповій формі. Дослідження ґрунтувалося на принципах конфіденційності та добровільності, із гарантуванням анонімності результатів.

Як методичний інструментарій емпіричного дослідження використано: анкетування (для визначення демографічних характеристик студентів); Опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової; Методика діагностики соціально-психологічних установок особистості у сфері мотивацій та потреб О. Потьомкіної; Діагностика мотиваційної структури особистості В. Мільмана; Методика діагностика рівня задоволення основних потреб В. Скворцова; Мотивація успіху та уникнення невдачі (опитувальник

А.А. Реана); Діагностика мотивів афіліації А. Мехрабіана; Опитувальник вимірювання мотивації досягнення А. Мехрабіана; Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової; Методика Шварца для вивчення цінностей особистості; Методика «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.

Збір емпіричних даних проведений у 2011-2014 роках. Загальна характеристика групи досліджуваних представлена у табл. 2.1.

Таблиця 2.1.

Класифікація груп досліджуваних осіб

	Група	Стать	Кількість
1.	Студентська молодь	Чоловіки	83
		Жінки	216
	Всього		299
2.	Нестудентська молодь	Чоловіки	53
		Жінки	130
	Всього		183
3.	Батьки студентської молоді	Чоловіки	67
		Жінки	82
	Всього		149
Всього досліджуваних осіб			631

Досліджувані особи:

- *студентська молодь* (студенти Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького – медичного та стоматологічного факультетів (N=102); Національного університету «Львівська політехніка» – студенти Інституту комп'ютерних наук та інформаційних технологій спеціальностей: програмне забезпечення систем та інженерія програмного забезпечення (N=50); Львівського національного

університету ветеринарної медицини та біотехнологій С. Гжицького – студенти спеціальностей харчових технологій та біотехнологій (N=56), Львівського національного університету імені Івана Франка – спеціальності соціологія та політологія (N=91)).

Група досліджуваних осіб обиралася таким чином, щоб охопити наукові спеціальності за різними сферами дослідження: природничі – N= 102 (медичні та стоматологічні факультети), суспільні – N= 91 (спеціальності – соціологія та політологія) та технічні науки – N= 106 (біотехнологи, харчові технологи, спеціалісти програмного забезпечення систем та інженерії програмного забезпечення).

Вік досліджуваних осіб даної групи – 18-22 роки.

- *не студентська молодь* (працівники супермаркетів та магазинів м. Львова (N=73); автозаправних станцій (N=53); непрацююча молодь (N=57)).

Вік досліджуваних осіб даної групи – 19-27 років.

- *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.).

На третьому етапі – аналізу та інтерпретації емпіричного дослідження проведене статистичне опрацювання емпіричних даних за допомогою комп'ютерної програми STATISTICA (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.

Програма емпіричного дослідження мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді забезпечила надійність отриманих результатів та можливість реалізації завдань дисертаційного дослідження.

2.2. Характеристика методик 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 [24].

2. *Методика діагностики соціально-психологічних установок особистості у сфері мотивацій та потреб О. Потьомкіної.*

Методика складається з 80 запитань [85] і спрямована на виявлення ступеня вираження соціально-психологічних установок особистості на

альтруїзм, егоїзм, процес, результат, свободу, владу, працю, гроші. Опитувальник базується на роботах Д. Узнадзе, який в свою чергу спирався на роботи К. Юнга та Е. Фромма [104]. Варто зазначити, що усвідомлення молодими людьми своїх основних потреб – це визначальний момент самомотивації та саморегуляції поведінки людини.

Особи, орієнтовані на процес, менше замислюються над досягненням результату. Їх процесуальна спрямованість перешкоджає результативності. Люди, які орієнтуються на результат, є одними з найбільш надійних. Вони можуть досягати результату у своїй діяльності всупереч перешкодам і невдачам.

Люди, які орієнтуються на альтруїстичні цінності, перш за все, спрямовують свою поведінку на користь інших осіб, на шкоду власним інтересам. Люди з надмірно вираженим егоїзмом переважно зосереджуються на власних зацікавленнях. Незначна частка «розумного егоїзму» не може нашкодити людині. Швидше більш шкодить його відсутність.

Зазвичай люди орієнтуються на працю, весь час використовують для того, щоб зробити конкретну справу або виконати дію. Праця приносить їм більше задоволення, ніж інші заняття. При цьому для таких людей важливо, наскільки ця праця схвалюється суспільством. Провідною цінністю для людей з орієнтацією на гроші є прагнення до прагматичного збільшення свого матеріального добробуту.

Орієнтація на свободу. Головна цінність для цих людей – це свобода. Зазвичай людина не сприймає обмежень і готова на жертву заради свободи. Дуже часто орієнтація на свободу поєднується з орієнтацією на працю, рідше це поєднання «свободи» і «грошей». Для людей з орієнтацією на владу провідною цінністю є вплив на інших, на суспільство. Вона досить часто поєднується із орієнтацією на гроші [85].

Також за допомогою опитувальника можна виділити три групи досліджуваних:

- Група високо мотивованих осіб з гармонійними орієнтаціями – всі орієнтації виражені сильно і в рівній мірі.
- Група низько мотивованих досліджуваних, у яких всі орієнтації виражені надзвичайно слабо.
- Група осіб з дисгармонійними орієнтаціями, в яких одні орієнтації виражені сильно, а інші – можуть бути відсутніми.

3. *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 типів [86].

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.

Мотиваційні шкали, що відображають спрямованості особистості, можна представити на координатній осі (рис.2.1.), в порядку зростання, в континуумі від споживацьких до розвиваючих, або іншими словами від потреб «дефіциту» до потреб «росту» (за А. Маслоу), від «володіння» до «буття» (за Е. Фромом).

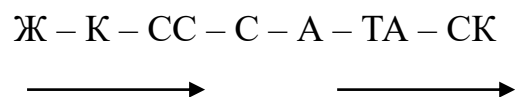


рис. 2. 1. Структура мотивації особистості за В. Мільманом

Група мотивів (Ж – К – СС) в сукупності утворює споживацьку тенденцію. Група (А – ТА – СК) складає реалізуючу функціональну тенденцію особистості. В даній площині спрямованість на спілкування –

виступає окремим, незалежним фактором, який може мати як споживацький характер, так і розвиваючий.

Опитувальник складається з 14 запитань, кожне з яких містить 8 тверджень, які слід оцінити. В загальному, досліджуваний має дати 112 відповідей. Для повноти діагностики загальної мотиваційної сфери особистості кожна з семи мотиваційних шкал розділяється на 4 підшкали: загальножиттєва та робоча, кожна з них в свою чергу також відображає ідеальний та реальний стан мотивів.

4. Методика діагностика рівня задоволення основних потреб Скворцова В.В.

Методика ґрунтується на теорії мотивації А. Маслоу, однак автор замінив базові потреби за А. Маслоу на матеріальні, оскільки матеріальні ресурси є одним із найважливіших засобів реалізації базових потреб у сучасному суспільстві [17,106].

Методика передбачає визначення п'яти груп основних потреб:

1. Матеріальні потреби – відображають прагнення людини добре заробляти, забезпечити собі матеріальний комфорт.

2. Потреби в безпеці – прагнення до зміцнення свого становища, почуття захищеності, стабільності, бажання уникати неприємностей.

3. Соціальні потреби – бажання мати добрі стосунки з іншими, мати добрих друзів, своє коло спілкування, належати до певної групи.

4. Потреби в визнанні – прагнення добитись визнання і поваги інших, підвищувати свій рівень майстерності і компетентності, досягати успіхів, забезпечити собі впливове становище в суспільстві.

5. Потреби в самоактуалізації – прагнення людини якомога повніше розвивати свої здібності та вміння, реалізувати себе в певній справі.

5. Мотивація успіху та уникнення невдачі (опитувальник А.А. Реана).

Опитувальник складається з 20 запитань та спрямований на діагностику мотиваційної спрямованості в площині прагнення до успіху та

уникнення невдачі.

Мотивація на успіх розглядається як позитивна мотивація, що пов'язана з орієнтацією на досягнення чогось конструктивного, результативного. Боязнь невдачі стосується негативної мотивації, що пов'язана з прагненням людини уникнути неуспіху, покарання, звинувачень. В основі її лежить ідея негативних очікувань.

Якщо досліджуваний набирає кількість балів, що не дозволяє визначити мотиваційний полюс, тоді відображаються тенденції або мотивації на успіх або невдачу, в залежності від того до чого більше тяжіє набраний показник.

6. 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 [106].

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.

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.

7. 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), [106].

8. Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової.

Основна мета методики – діагностика розвитку індивідуальної саморегуляції і її індивідуального профілю, що включає показники планування, моделювання, програмування, оцінки результатів, а також показники розвитку регуляторно-особистісних якостей – гнучкості та самостійності. Опитувальник складається 46 тверджень, діагностує стильові особливості саморегуляції, що стійко проявляються в різних життєвих ситуаціях [87].

Шкала «Планування» характеризує індивідуальні особливості формування і утримання цілей, сформованість у людини усвідомленого планування діяльності.

Шкала «Моделювання» дозволяє діагностувати індивідуальний розвиток уявлень про внутрішні та зовнішні значимі умови, ступінь їх усвідомлення, деталізації та адекватності.

Шкала «Програмування» діагностує індивідуальний розвиток усвідомленого програмування людиною своїх дій.

Шкала «Оцінка результатів» характеризує індивідуальний розвиток і

адекватність оцінки досліджуваним себе і результатів своєї діяльності та поведінки.

Шкала «Гнучкість» діагностує рівень сформованості регулятивної гнучкості, тобто здатності перебудовувати, вносити корекції в систему саморегуляції при зміні зовнішніх та внутрішніх умов.

Шкала «Самостійність» характеризує розвиток регулятивної автономності та незалежності.

Опитувальник загалом складається з 46 запитань і працює як єдина шкала «Загальний рівень саморегуляції», що оцінює загальний рівень сформованості індивідуальної системи усвідомленої саморегуляції довільної активності людини.

9. Методика Шварца для вивчення цінностей особистості.

На основі власної теорії динамічних стосунків між ціннісними типами, Шварцом розроблений опитувальник, який складається з 57 запитань. Методика спрямована на вивчення цінностей особистості. У дослідженні використовувалась перша частина опитувальника («Огляд цінностей»), що дає можливість вивчити нормативні ідеали, цінності особистості на рівні переконань, а також структуру цінностей, яка має найбільший вплив на особистість загалом, але не завжди проявляється в реальній соціальній поведінці. Перша частина, являє собою два списки слів, що в загальному характеризують 57 цінностей. В першому списку містяться термінальні цінності, в другому списку – інструментальні. Досліджуваному пропонується оцінити рівень важливості кожної цінності як керуючого принципу в житті. Використовується шкала від -1 до 7. Що вищий бал, то важливішою являється цінність для особи.

Характеристика шкал:

- Влада – соціальний статус, домінування над людьми і ресурсами;
- Досягнення – особистісний успіх у відповідності з соціальними стандартами;

- Гедонізм – насолода чи почуття задоволеності;
- Стимуляція – хвилювання й новизна;
- Самостійність – самостійність думок і дій;
- Універсалізм – розуміння, терплячість і захист благополуччя всіх людей і природи;
- Доброта – збереження і підвищення благополуччя близьких людей;
- Традиції – повага і відповідальність за культурні і релігійні звичаї і ідеї;
- Конформність – стримування дій і намірів, які можуть нашкодити іншим і не відповідають соціальним очікуванням.
- Безпека – безпека і стабільність суспільства, стосунків і самого себе.

Концепція і методологія дослідження цінностей, а також перші результати розроблення Шварцем опитувальника для індивідуальних відмінностей у цінностях, були вперше в систематизованому вигляді опубліковані в 1992 році.

10. 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.

Стили сімейного виховання (шкали опитувальника) [111]:

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

- *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 ревностями, 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

проявляться через поверхневий інтерес до дитини, небажанні мати з нею справи. Зазвичай, на дитину перекладається значна кількість домашніх обов'язків.

- *Проекція 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» конфлікуючих 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.

11. 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 пізнанні [94,106].

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.

12. Тест-опитувальник самоствавлення С. Пантілєєва.

Багатовимірний опитувальник самоствавлення створений С. Пантілєєвим у 1989 році. Результати опитувальника дають важливу інформацію про особливості емоційно-ціннісного компоненту самосвідомості особистості [94,106]. 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.
- 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».

13. 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» [94,106].

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.

- Застрягаючий (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 тіньових 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.

Отож, для дослідження мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді було використано такі психоіагностичні методики: опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової (в українськомовній адаптації Т. Завади); Методика діагностики соціально-психологічних установок особистості у сфері мотивацій та потреб О. Потьомкіної; Діагностика мотиваційної структури особистості В. Мільмана; Методика діагностики рівня задоволення основних потреб В. Скворцова; Мотивація успіху та уникнення невдачі (опитувальник А. Реана); Діагностика мотивів афіліації А. Мехрабіана; Опитувальник вимірювання мотивації досягнення А. Мехрабіана; Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової; Методика Шварца для вивчення цінностей особистості; Методика «Батьків оцінюють діти» (БОД); Тест-опитувальник самоставлення С. Пантілеєва; Діагностика самоактуалізації особистості; Методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К. Леонгарда і Х. Шмішека.

2.3. Психодіагностичні методи дослідження перфекціонізму та процедура модифікації опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової

Незважаючи на те, що проблема перфекціонізму в психології є досить молодою, все ж дослідниками було створено психодіагностичні опитувальники даного концепту, що водночас пояснює розуміння науковцями його структури.

Розглянемо найбільш відомі психодіагностичні методики перфекціонізму та коротко їх охарактеризуємо.

Слід зазначити, що першим психодіагностичним тестом була *Шкала перфекціонізму Д. Бернса* (The Burns Perfectionism Scale) [145]. Розроблена методика складається з 10 запитань, кожне з яких слід оцінити за 5-ти бальною шкалою. Дана методика визначала перфекціонізм як одновимірну негативну особистісну рису.

Шкала дисфункціональних установок А. Вайсмана (A. Weissman) (Dysfunctional Attitude Scale – DAS) [201], складається з 40 тверджень (7 шкал), які досліджуваним слід оцінити за 7-ми бальною шкалою. Дана методика базується на когнітивній моделі психотерапії А. Бека, і має на меті виявлення ірраціональних когніцій, зокрема тих, що стосуються розвитку і виникнення депресії. Власне, однією з дисфункціональних установок є шкала перфекціонізму.

Багатовимірна шкала перфекціонізму Р. Фроста (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS-F) [163], складається з 35 тверджень, які слід оцінити за 5-ти бальною шкалою. Автор створює модель перфекціонізму, що містить шість компонентів (і відповідно шкал): заклопотаність помилками; сумніви щодо власних дій; особисті стандарти; батьківські очікування; батьківська критика; організованість.

Шкала недосязгнутої довершеності Р. Слейні, Дж. Ашбі (Almost Perfect

Scale, APS-r) [189], містить 23 твердження, які слід оцінити за 7-ми бальною шкалою. Методика призначена для діагностики перфекціонізму (як адаптивного так дезадаптивного). Адаптивний перфекціонізм вимірюють дві шкали: високі стандарти (High Standards) та цінність порядку (Order). Неадаптивний перфекціонізм вимірює шкала невідповідності (Discrepancy) – переконання людей в тому, що вони не можуть відповідати власним високим стандартам.

Для вимірювання позитивних та негативних аспектів перфекціонізму L. Terry-Short, R. Owens, P. Slade, M. Dewey була розроблена *Шкала позитивного та негативного перфекціонізму* (Positive and Negative Perfectionism Scale, PNSP) [197], що має на меті дослідження двох полярних тенденцій та впливів на особистість.

Шкала фізичного перфекціонізму (*The Physical Appearance Perfectionism Scale (PAPS)*) [203] – призначена для діагностики прагнення особистості до ідеальної зовнішності. Методика містить два показника – занепокоєння про недосконалість (Worry About Imperfection) та сподівання досконалості (Hope For Perfection).

Шкала перфекціоністської самопрезентації П. Хюїтта (*Perfectionistic Self-Presentation Scale – PSPS*) складається з 27 тверджень, які слід оцінити за 7-ми бальною шкалою. Дана методика має на меті виявити прагнення людини здаватись досконалою для оточення та містить три компоненти: самопрезентація (self-promotion), приховування недосконалості (nondisplay of imperfection) – уникнення поведінкової демонстрації власної недосконалості та нерозголошення недосконалості (nondisclosure of imperfection) – ухилення від словесних зізнань про власну недосконалість [167]. Адаптацію «Шкали перфекціоністської самопрезентації» здійснила російська дослідниця А. Золотарьова [51].

Опитувальник перфекціонізму (*Perfectionism Questionnaire; Rhéaume, Freeston – PQ*) [179,180] містить два параметри: перфекціоністські тенденції

(Perfectionist tendencies) та негативні наслідки перфекціонізму (Negative consequences of perfectionism).

Багатовимірна шкала перфекціонізму П. Хьїтта та Дж. Флетта в адаптації І. Грачової (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS-F) [33] складається з 45 тверджень, які слід оцінити за 7-ми бальною шкалою. Методика вимірює такі складові: перфекціонізм орієнтований на себе, або Я-адресований перфекціонізм; перфекціонізм орієнтований на інших; соціально приписаний перфекціонізм.

Опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової, містить 29 запитань, які слід оцінити за 4-ти бальною шкалою. Науковці розглядають перфекціонізм як складну структуру, що містить 5 компонентів: сприйняття людей, як таких, що делегують надвисокі вимоги; завищені домагання до себе; високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс найуспішніших; селектування інформації про власні помилки та невдачі; поляризоване мислення – «все або нічого» [130].

Диференційна діагностика перфекціонізму А. Золотарьової [53] складається з 24 запитань, згрупованих у дві шкали, що призначені для виміру патологічного та нормального типів перфекціонізму.

Опитувальник «Шкали перфекціонізму» О. Лози складається з 38 тверджень, які слід оцінити за 6-ти бальною шкалою [75]. Структура перфекціонізму складається з двох конструктів: високих особистісних стандартів, що відображають бажання бути досконалим, та поляризації мислення, що характеризує жорстке ставлення до помилок. Також можна виділити два рівні (високий і низький) вираження особистісних стандартів та поляризації мислення, як складових перфекціонізму і чотири його форми: гіперперфекціонізм, конструктивний перфекціонізм, деструктивний перфекціонізм і гіпоперфекціонізм.

Таким чином, описано існуючі психодіагностичні методи дослідження перфекціонізму, що створені відповідно до їх структур. Аналіз

інструментарію даного конструкту вказує, що дослідження перфекціонізму (практичний аспект) більш розроблений зарубіжними науковцями, аніж українськими. Отже, практичні розробки російських та українських науковців потребують вдосконалення та поглиблення. У даній роботі спробуємо розширити уявлення про структуру перфекціонізму розроблену російськими науковцями Н. Гаранян та А. Холмогоровою, а також вдосконалити запропонований ними діагностичний інструментарій.

Якщо звернутись до наукових досліджень проблеми перфекціонізму, то значна кількість науковців [24,56,120,130,162] визначають його стрижневу особливість у надмірній схильності до досконалості, пов'язаній з низкою передумов, які в загальному проявляються у аутодеструктивній поведінці.

Науковці доводять (Д. Берн, М. Холлендер, Д. Хамачек, Р. Шафран, О. Соколова, М. Васильєва, Н. Гаранян, П. Циганкова, А. Холмогорова, Т. Юдеева та ін.), що прагнення ідеалу перетворюється в аутодеструктивну поведінку, і розчарування від невдач сприяє виникненню різноманітних психічних розладів (депресія, психосоматичні порушення, харчові та сексуальні розлади), зниженні самооцінки. Надмірна самокритика, почуття провини породжують незадоволення результатами діяльності. Максималізм, сповідування принципу «все або нічого» змушує відмовитись від багатьох справ. Страх невдачі примушує уникати ситуацій, де можуть виникнути помилки. Перфекціоністські орієнтації пов'язують зі значною втратою часу через надмірну скрупульозність, дріб'язковість, увагу до деталей.

Дослідження вказують, що аспекти *самозвинувачення* та *страху неприйняття*, як важливих факторів перфекціонізму, опосередковано торкаються багато науковців. Зокрема, Д. Хамачек, Р. Шафран, О. Кашина, А. Золотарева, П. Циганкова у власних дослідженнях доводить, що перфекціонізм пов'язаний з надмірною самокритикою, схильністю до звинувачень себе, прояву сильного почуття провини, що породжують незадоволення результатами діяльності [52,56,130,162].

К. Хорні, А. Адлер, Н. Гаранян, А. Холмогорова, опосередковано торкаються проблеми залежності від поглядів та думок оточення, зокрема, К. Хорні у своїй праці «Невротична особистість нашого часу» говорить про невротичне прагнення до досконалості, що породжує такі проблеми у людини як: відсутність власної думки; надмірний конформізм щодо вимог і стандартів; незадоволення міжособистісними стосунками; орієнтація на очікування інших людей, а не на власні мотиви; відсутність спонтанності у прояві почуттів; емоційний дискомфорт [117].

К. Хорні, не використовує у працях терміну перфекціонізму, проте доводить, що потреба у досягненні досконалості характеризується 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 досконалості [117]. Зазначимо, що характеристики всіх виділених невротичних потреб за К. Хорні, включають параметри, подібні до перфекціонізму. Наприклад, потреба в експлуатації інших включає в себе оцінку інших людей, а потреба в любові – прагнення виправдовувати очікування інших [116]. У всіх випадках можна простежити характерні для перфекціонізму високі стандарти, завищені вимоги, полярність сприйняття і оцінок.

Також К. Хорні вводить важливе поняття – «тиранія змушеності» – постійні внутрішні спонукання актуалізації власного ідеалізованого образу. Життя такої людини зводиться до фрази: «Я повинний, я змушений». Причому, мислення стає настільки «паралізованим», що особі важко зрозуміти, що їй потрібно, і чого вона насправді бажає. Для людей, які живуть за цим принципом характерне постійне переживання почуття провини через конфлікт між прагненням бути досконалим і неможливістю цього досягнути [117].

Зарубіжними дослідниками висувається тезис про те, що шлях від перфекціонізму до депресії опосередкований самооцінкою [154-156]. Надмірне прагнення до досконалості – реакція особистості на власну

незначимість. Таким чином, низька самооцінка – наслідок перфекціонізму, оскільки навіть негативний зворотній зв'язок може оцінюватись особистістю як поразка.

За результатами дослідження Т. Юдєвої [130], пацієнти з депресивними і тривожними розладами характеризуються більш високими показниками перфекціонізму, порівняно зі здоровими досліджуваними. У досліджуваних з депресією (порівняно з пацієнтами з тривожними розладами) сильніше виражені когнітивні параметри перфекціонізму: сприйняття інших людей як таких, що делегують надто високі вимоги (при постійному порівнянні себе з ними) та негативне селектування інформації. Також існує зв'язок між симптомами депресії і тривоги та різними параметрами перфекціонізму. Науковець робить висновок, що перфекціонізм є відносно стабільною особистісною рисою хворих депресією (як психогенною так і ендогенною).

Існує доволі велика кількість досліджень, що вказує на взаємозв'язок перфекціонізму з суїцидальною поведінкою. Так, М. Холлендер [169] вважає, що самогубство – один з потенційних способів вирішення душевних конфліктів осіб з високим рівнем перфекціонізму. Р. Баумайстер [141] доводить, що суїцидальні спроби можуть бути зумовлені високими стандартами особистості чи високими очікуваннями, що надходять від мікросередовища.

Т. Елісс та К. Ратліфф зазначають, що особи, які здійснювали суїцидальні спроби відрізняються високим рівнем стандартів та вимог, що висувають до себе [152]. П. Вудс та Дж. Мюллер довели, що люди, які здійснювали суїцидальні спроби, відрізняються гострою потребою досягнення досконалості та отримання похвали від оточення [202].

Р. Шафран вважає, що перфекціонізм руйнує впливає на особистість та описує такі його негативні прояви:

- емоційні (депресія, переживання незадоволеності собою, тривога, відчуття провини та сорому);
- соціальні (соціальна ізоляція, конкурентні відносини з людьми через порівняння себе з ними, заздрощі, ревнощі, недостатність довіри та близьких стосунків);
- фізичні (безсоння, хронічний біль у попереку та інші тілесні прояви), пізнавальні (послаблення концентрації, уваги);
- поведінкові (повторна перевірка виконання роботи, повторне перероблення роботи, неможливість розпочати діяти) [184].

А. Холмогорова, Н. Гаранян підкреслюють, що у перфекціонізмі домінує мотивація отримання схвалення й захоплення від інших людей (як прагнення отримати любов та визнання), увазі з боку оточення на шкоду всім іншим мотивам [114].

Аналіз теоретичних та емпіричних досліджень перфекціонізму особистості вказує на те, що важливими компонентами в структурі перфекціонізму (окрім виділених компонентів структури Н. Гаранян, А. Холмогоровою), також є, з однієї сторони, є схильність особистості до *самозвинувачень*, а з іншої – *залежність людини від оцінок та позицій оточення*. В результаті, нами було вирішено розширити структуру перфекціонізму цими компонентами та перевірити їх доцільність у ній.

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.

В 2007 році в дисертаційній роботі науковець Т. Юдєєва апробувала опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян та А. Холмогорової, де детально описала процедуру валідазації методики та її надійність [130].

Першопочатково російськими 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. 2.2.).

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 2.2.

**Факторна структура шкал опитувальника перфекціонізму
Н. Гаранян та А.Холмогорової [130]**

№	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

Продовження таблиці 2.2.

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. Також, в процесі апробації опитувальника, Т. Юдеєва [130] статистично доводить, що фактори «стать», «вік» та «освіта» не впливають на показник перфекціонізму.

Слід зазначити, що текст опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян і А. Холмогорової був перекладений нами українською мовою та відредагований. У процесі перекладу були враховані морфологічні та синтаксичні особливості української мови та особливості української психологічної термінології. Унаслідок цього, формулювання деяких тверджень були модифіковані. Проте основний зміст кожного твердження збережений (Додаток А).

Для перевірки припущення про існування додаткових двох аспектів в

структурі перфекціонізму, що пов'язані зі самозвинуваченнями та залежністю від позицій оточення, нами було розроблено першопочатково 40 тверджень, які гіпотетично б мали вимірювати ці показники. Проте, статистичне опрацювання отриманих результатів (показники факторного аналізу та коефіцієнтів α – Кронбаха), вказувало на доцільність виділення лише 14 тверджень (які й складають основу додаткових запитань модифікованого опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової), 8 з яких стосуються шкали «самозвинувачення», а 7 – «залежності від позицій оточення» (одне з тверджень входить у дві шкали), (Додаток Е).

До шкали «самозвинувачення» увійшли такі твердження:

1. Я часто злюсь на себе за те, що не можу виконати певну роботу настільки добре, наскільки мені того б хотілось.
2. Я почуваю себе ні на що нездатним, коли інші досягають більш значних результатів, ніж я.
3. *Мені рідко буває соромно за свою поведінку (обернене).*
4. Я часто звинувачую себе за здійснені помилки.
5. Коли мене хвалять, мені здається, що похвала є незаслуженою.
6. Я часто сумніваюсь в якості своєї роботи.
7. Я переживаю почуття провини, якщо нічого не роблю.
8. Мені дуже соромно, коли інші знаходять помилки у моїй роботі.

До шкали «залежність від позицій оточення» увійшли такі твердження:

1. *Критика інших людей ніяким чином не впливає на результати моєї діяльності (обернене).*
2. Я боюсь розчарувати важливих для мене людей.
3. Коли я щось роблю, я часто думаю про те, як оцінять мою діяльність інші.
4. Захоплення і похвала інших людей мотивує мене до діяльності.
5. Мені надзвичайно важко, коли мене критикують.

6. Мені не важливо, що про мене думають інші люди (обернене).
 7. Мені дуже соромно, коли інші знаходять помилки у моїй роботі.

Процедура перевірки двох доданих шкал на надійність, засвідчила високий коефіцієнт α – Кронбаха (табл. 2.3.).

Таблиця 2.3.

**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.2.4).

Таблиця 2.4.

**Факторна структура шкал опитувальника перфекціонізму
(авторський варіант)**

Шкали	Фактор 1	Фактор2	Фактор3
Самозвинувачення	0,441678	0,214118	0,644942
Залежність від оцінок оточення	-0,003687	0,138188	0,859419

Продовження таблиці 2.4.

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.

Розміщення даних в просторі першого і третього латентного факторів подано на рис. 2.2.

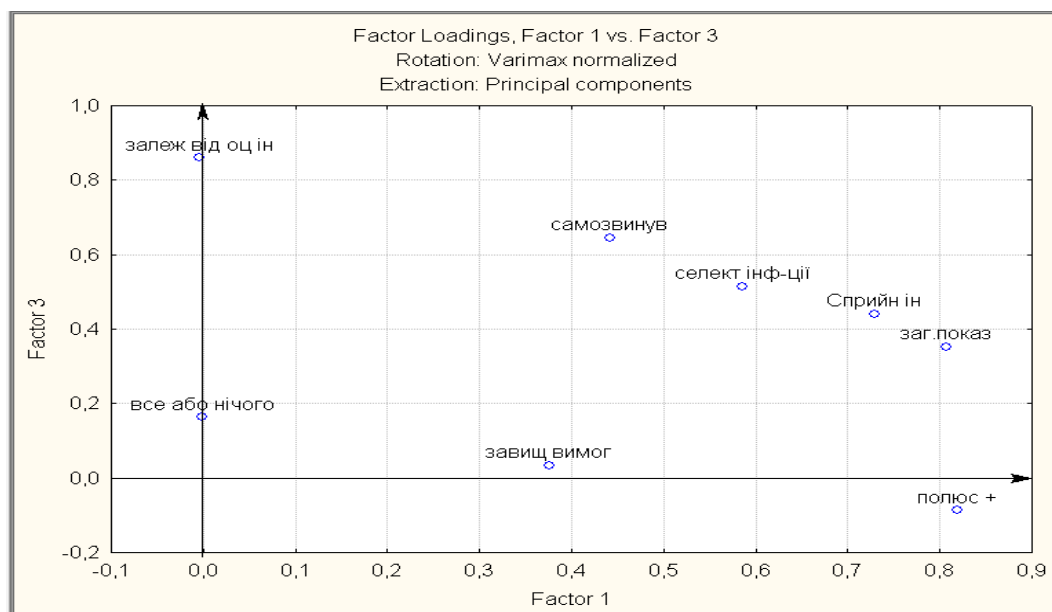


Рис. 2.2. Графічне представлення факторних навантажень (факторне поле)

Як видно з рис.2.2. додана шкала «залежність від оцінок оточення» істотно впливає на більшість компонентів опитувальника перфекціонізму, і

виділяється в окремий ортогональний латентний фактор. Також бачимо, що додана шкала «самозвинувачення» певною мірою пов'язана як з «залежністю від оцінок оточення», так і з загальним показником перфекціонізму.

Таким чином, нами сформована структура перфекціонізму, яка складається з семи компонентів. Спробуємо визначити рівні перфекціонізму за його загальним показником.

Для того, щоб виділити рівні перфекціонізму було використано кластерний аналіз. Отримані результати свідчать про чітке визначення високого, середнього та низького рівнів, як за шкалами виділеними російськими науковцями, так і за доданими шкалами (рис.2.3.).

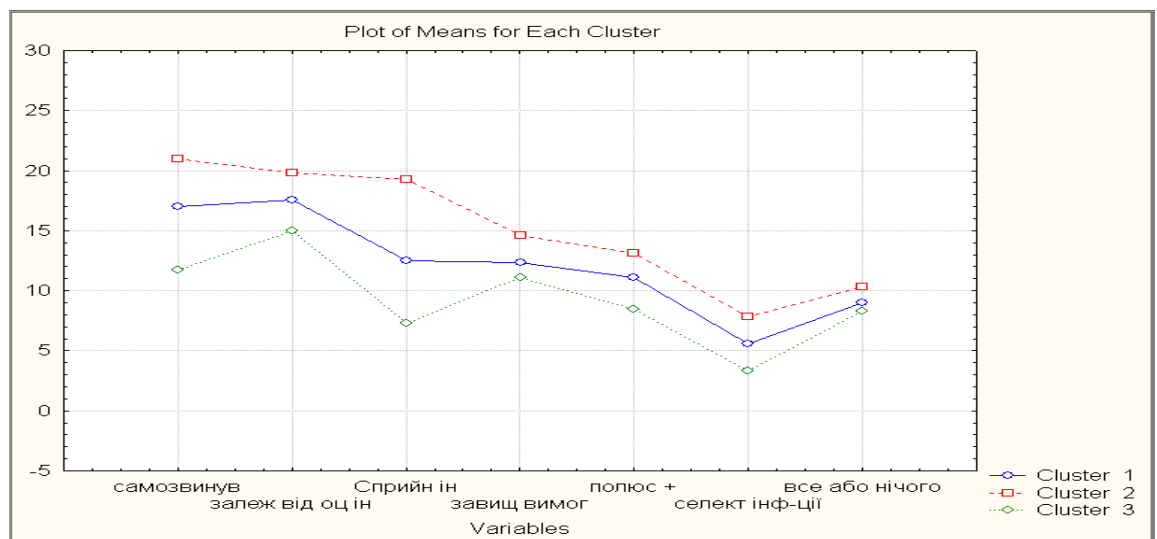


Рис. 2.3. Результати кластерного аналізу розподілу рівнів перфекціонізму

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. 2.5.:

Таблиця 2.5.

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 хі-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. 2.6.).

Таблиця 2.6.

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. 2.6. Запропоновані автором змінні входять в перелік класифікаційних змінних, причому, шкала «самозвинувачення», що додана автором, 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.2.7.). 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 2.7.

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 [9].

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. 2.4.).

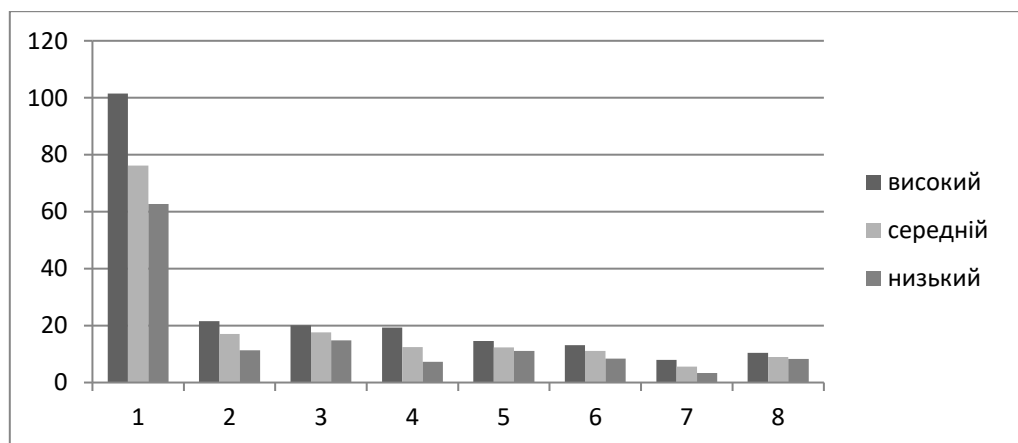


Рис.2.4. Результати порівняльного аналізу відмінностей у значення шкал перфекціонізму

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.

Висновки до розділу 2

1. Описано програму емпіричного дослідження, що складається з трьох етапів. На першому етапі – підготовчому – було проведено пілотажне дослідження, здійснювалися розробка опитувальника перфекціонізму та обрано основну групу досліджуваних. На другому – основному етапі – здійснено емпіричне дослідження мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді та модифікацію опитувальника перфекціонізму Н.Гаранян, А. Холмогорової. На третьому етапі – аналізу та інтерпретації емпіричного дослідження – проведено статистичне опрацювання емпіричних даних та психологічна інтерпретація одержаних результатів.

2. У дослідженні мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді взяло участь 631 особа, з них: 299 – студентська молодь, 183 – молодь, що не входить до категорії студентства, 149 – батьки студентської молоді.

3. Здійснено процедуру модифікації опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової, а також перекладено його на українську мову та відредаговано. В результаті статистичної обробки додано до

загальної структури перфекціонізму дві шкали – самозвинувачення та залежність від оцінок оточення. Таким чином, структура перфекціонізму містить такі складові: сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування, завищені домагання та вимоги до себе, високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший», селектування інформації про власні помилки й невдачі, поляризоване мислення – «все або нічого», самозвинувачення та залежність від позицій оточення.

4. Виділено рівні перфекціонізму: високий, середній та низький, що дає можливість диференціювати прояви перфекціонізму особистості.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ

У третьому розділі побудовано психологічну модель мотиваційної структури перфекціонізму студентської молоді, що представлена потребами, мотивами, ціннісними орієнтаціями та соціально-психологічними установками, на яких позначається дія індивідуально-психологічних і соціокультурних чинників. Визначено психологічні особливості та відмінності між студентською молоддю та молоддю, яка не навчається у вищих навчальних закладах, що стосуються, зокрема, рівня прояву перфекціонізму, мотивів, цінностей, установок та способів саморегуляції поведінки.

3.1. Аналіз відмінностей особливостей мотиваційної сфери в групах студентської та нестудентської молоді

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 T – тест Стьюдента використовується для перевірки гіпотези про розходження середніх значень для двох вибірок [9].

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 Б.1) – вищі у студентської молоді, порівняно з молоддю,

яка не входить до категорії студентства, рис. 3.1.

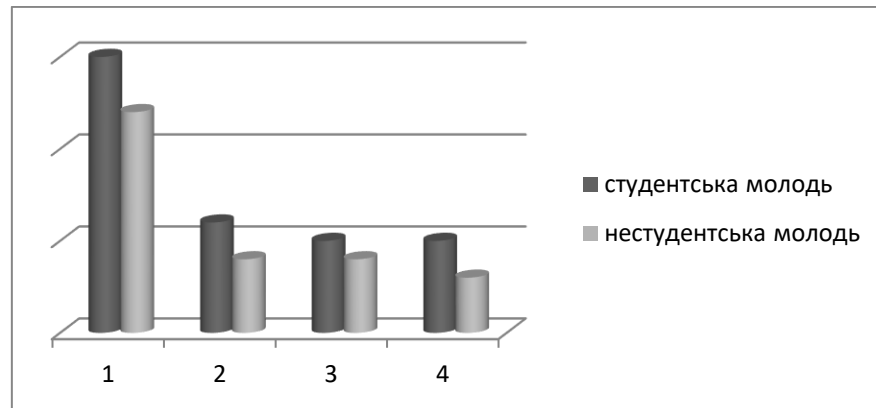


Рис. 3.1. Відмінності у прояві перфекціонізму серед студентської та не студентської молоді,

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 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. 3.2.), (Додаток Б.2).

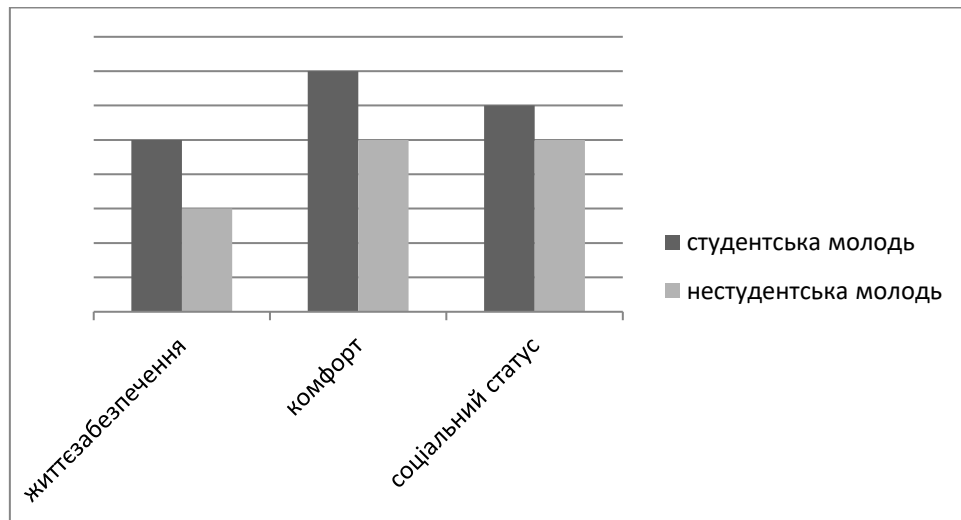


Рис. 3.2. Відмінності у мотиваційній структурі серед студентської та не студентської молоді

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 ($p=0,004$), (Додаток Б.3). 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 Б.4). Установка на свободу передбачає відстоювання власної незалежності та уникнення будь-яких обмежень та рамок, що можуть її порушити. Вхідження 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 перебудувати, вносити корективи в систему саморегуляції при зміні зовнішніх та внутрішніх умов, порівняно з нестудентською молоддю, (Додаток Б.5). 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.

3.2. Порівняльна характеристика мотиваційних особливостей студентів з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму

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 В):

- *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. 3.3.

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.

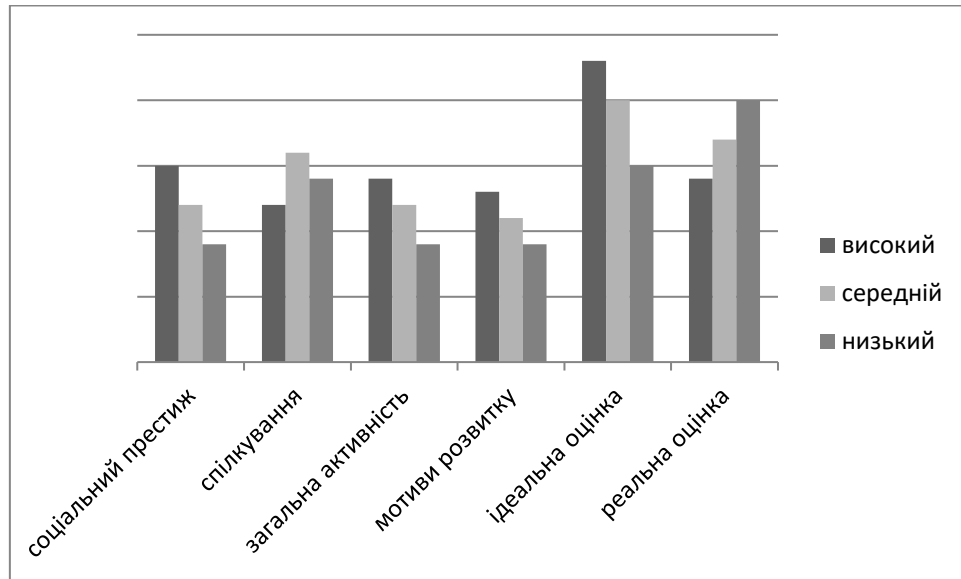


Рис. 3.3. Статистичні відмінності у прояві мотивів серед студентської молоді з різним рівнем перфекціонізму

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 ($p=0,0005$).

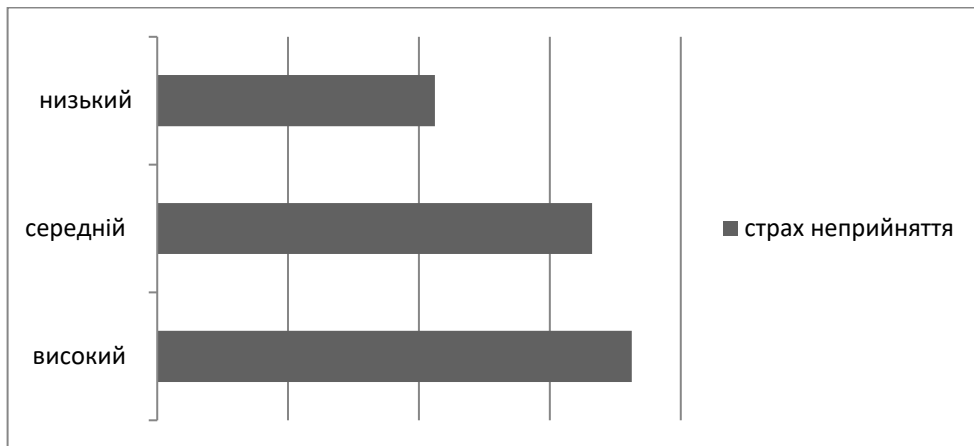


Рис. 3.4. Відмінності у прояві мотиву «страх неприйняття» (на основі опитувальника афіліації А. Мехрабіана) в осіб з різним рівнем перфекціонізму

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. 3.4.). 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 взаємостосунків 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.

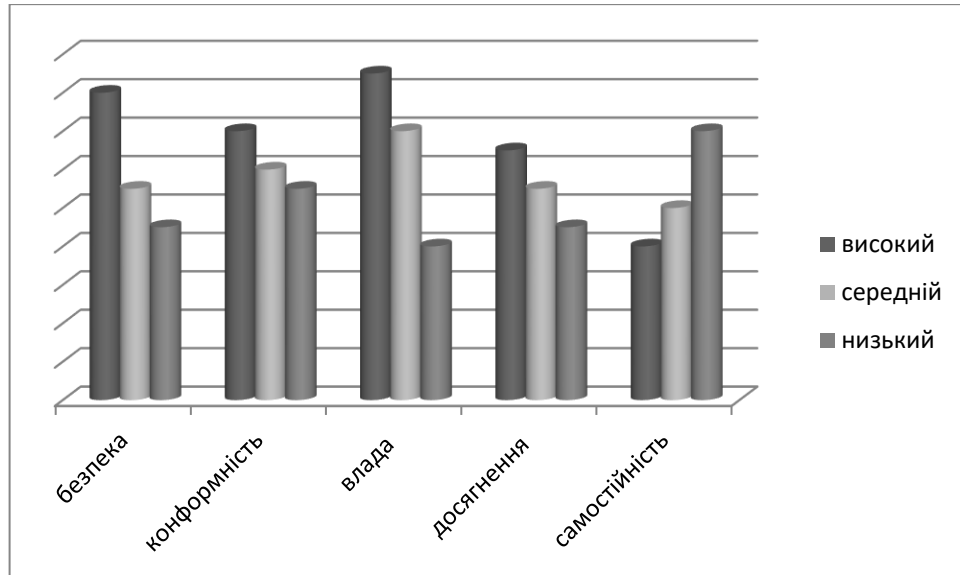


Рис. 3.5. Відмінності у ціннісних орієнтаціях осіб з різним рівнем перфекціонізму

Переважання 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 ваговою 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. 3.6.

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.

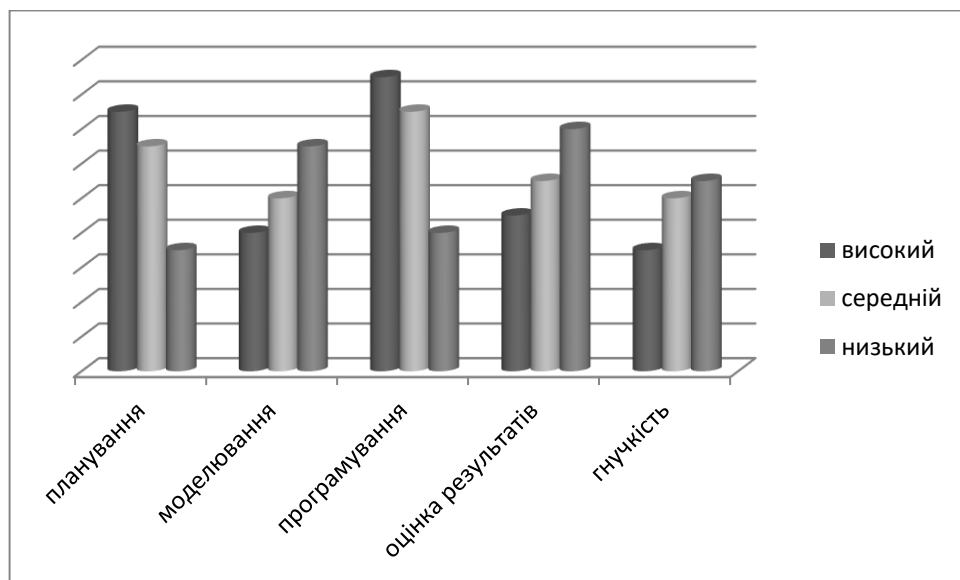


Рис. 3.6. Відмінності стилів саморегуляції студентської молоді з різним рівнем перфекціонізму

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 самоставлення вищі в студентів з високим рівнем перфекціонізму, порівняно з середнім та низьким його рівнями. Для осіб з яскраво вираженим перфекціонізмом характерне більш негативне самоставлення. 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 акцентуацій 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 орієнтації, 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.

3.3. Мотиваційні кореляти перфекціонізму студентської молоді

Для виявлення особливостей 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 кореляції [9].

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.

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, рис. 3.7.

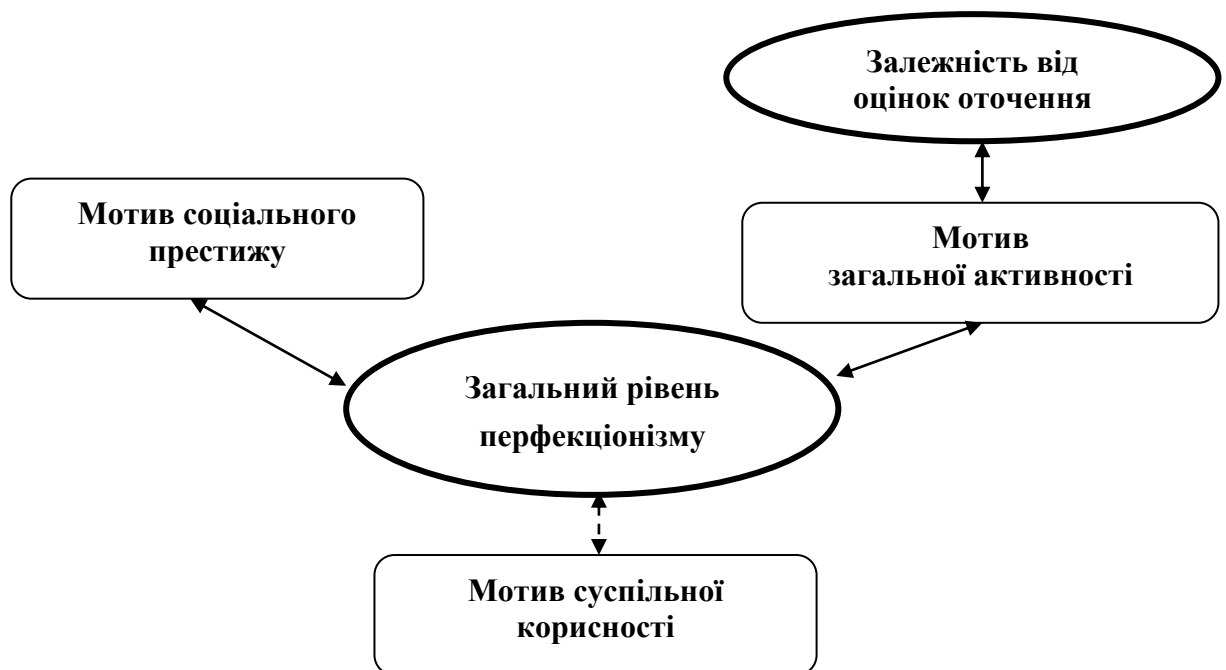


Рис. 3.7. Особливості взаємозв'язку мотивів особистості та перфекціонізму

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 самоактуацією (А. Маслоу) як найвищим щаблем розвитку мотивації особистості. Для того, щоб виявити особливості взаємозв'язку перфекціонізму та самоактуалізації особистості нами було також використано методикку 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 виконуваних 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 взаємостосунків, коли батьки надто вимогливі й критичні, «віддзеркалюється» у дорослому досвіді взаємодії з іншими людьми.

При зростанні орієнтації на полюс найуспішніших у виконуваний діяльності ($r = -0,28$, $p \leq 0,01$) – 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 взаємостосунків з людьми, що може проявлятися у соціальній ізоляції, гострій конкуренції, заздрощах, ревнощах і т.д. (Р. Шафран, М. Якобі, О. Соколова, Н. Гаранян, А. Холмогорова, Т. Юдєєва).

Результати кореляційного аналізу доводять, що вищий показник фіксації особистості на власних помилках та невдачах, то нижчі показники її аутономності ($r = -0,35$, $p \leq 0,01$) 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. Аналіз теоретичних напрацювань і практичних досліджень нашою групою на розроблення схеми відмінностей між самоактуалізованою особистістю і перфекціонізмом, рис.3.8.

Основним критерієм даної схеми є вибір однієї з типів мотивації – екстринсивної (зовнішньої) або інтринсивної (внутрішньої) – задля чого здійснює активність чи діяльність людина. Як і один, так і інший варіант

вибору, за умови прагнення до самовдосконалення, сприяє активній поведінці на самореалізацію, проте, внутрішньо відрізняються наявністю або відсутністю психологічної рівноваги, впевненості та задоволення.

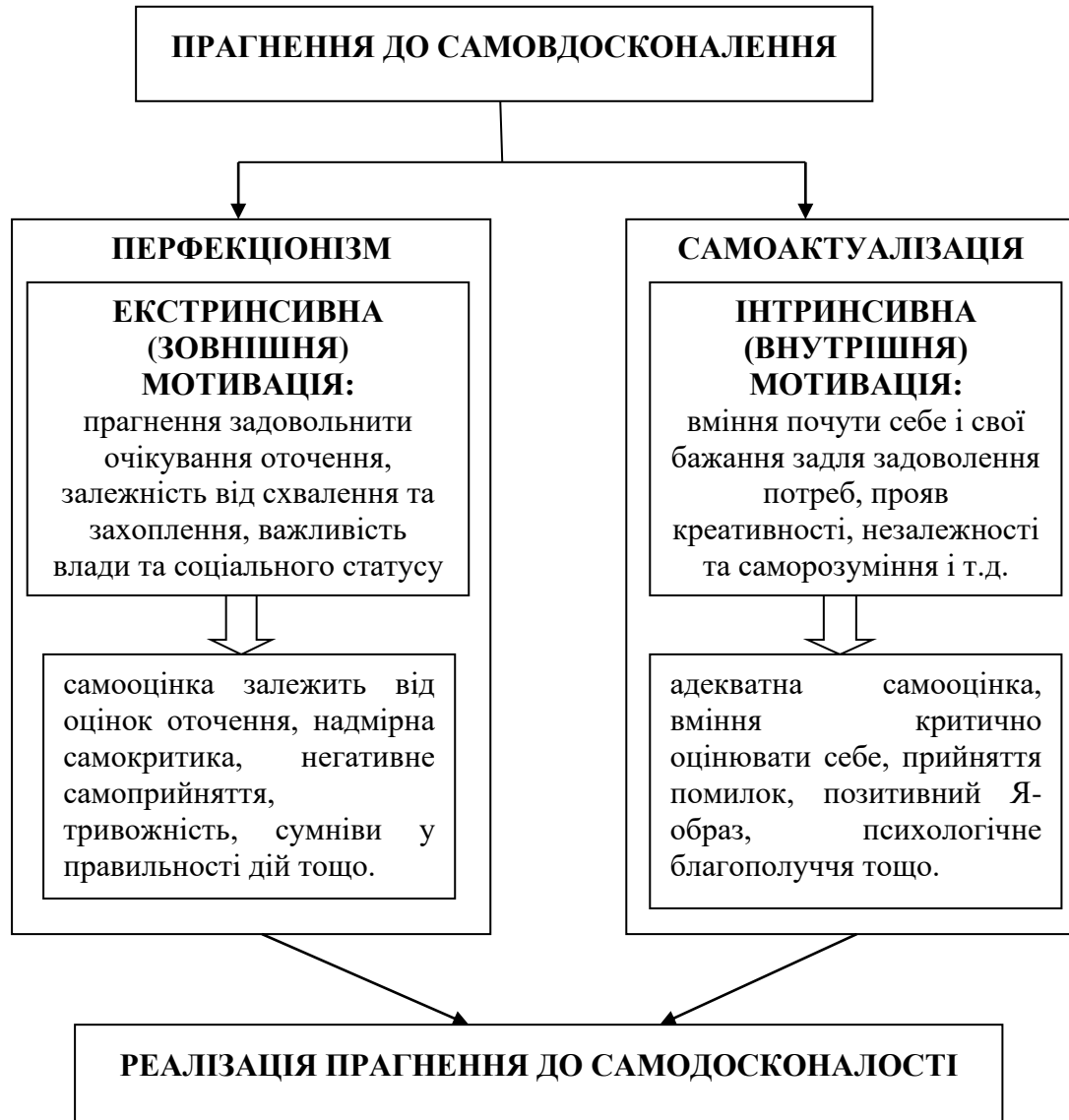


Рис. 3.8. Схема відмінностей між проявом перфекціонізму та самоактуалізації особистості

Також, за допомогою кореляційного аналізу, встановлено, що мотив комфорту прямо пропорційно взаємопов'язаний з показником «внутрішньої конфліктності» (за опитувальником самоствалення С. Пантілеєва), ($r=0,56$, $p \leq 0,01$), та обернено пропорційно з показником «самоцінності», ($r= -0,49$, $p \leq 0,01$). А такі результати, вказують, що більше людина недооцінює власні сторони свого «Я», схильна до глибоких сумнівів у власній унікальності, то

більш виражена потреба у задоволенні мотиву комфорту. Також виявлено, що мотив комфорту зростає із зростанням чутливості до неприйняття оточенням ($r=0,51$, $p \leq 0,01$), рис. 3.9.



Рис. 3.9. Особливості взаємозв'язку мотиву комфорту з самостваленням та мотивом афіліації у осіб з високим рівнем перфекціонізму

Таким чином, можемо припустити, що отримані результати, пов'язані більш з відновленням психологічної рівноваги необхідної перфекціоністам, аніж вираженим прагненням до матеріального комфорту.

Розглянемо загальний мотиваційний профіль студентів-перфекціоністів, рис. 3.10.

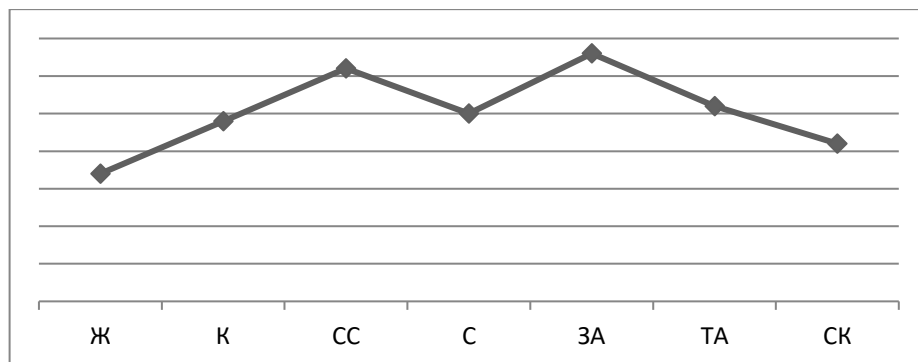


Рис. 3.10. Мотиваційний профіль студентів-перфекціоністів

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

Даний профіль відповідає змішаному типу мотиваційного профілю – прогресивно-експресивному. Іншими словами, для перфекціоністів з однієї сторони, притаманне переважання мотивів розвитку над споживацькими

мотивами (прогресивний), а з іншої – у межах кожної з цих двох тенденцій (мотиви споживацькі та мотиви розвитку) існує конфронтація між мотивами, в якій одним показникам надається перевага, а інші – практично, ігноруються досліджуваними (експресивний). Таким чином, для перфекціоністів притаманне переважання мотивів загальної активності та соціального статусу, та часткового ігнорування мотивів життєзабезпечення та суспільної корисності. Вибіркова диференціація мотиваційних факторів по групам споживацьких мотивів та мотивів розвитку провокує дисгармонійність мотиваційної сфери.

Діагностика мотиваційної структури особистості В. Мільмана дозволяє виділити окрім загальної мотивації та її компонентів, також окремо загальножиттєву та професійну мотивації. Перша стосується всієї сфери життєдіяльності людини, друга – лише навчальної або робочої.

Також опитувальник дозволяє виокремити «ідеальний» та «реальний» стан мотиву, в яких «ідеальний» відображає рівень прагнення, спонукання особи, а «реальний» – оцінку досліджуваним того наскільки задоволений мотив на сучасному етапі, а також скільки для цього докладається зусиль.

Зіставимо та проаналізуємо «ідеальний» та «реальний» профілі окремо для загальножиттєвої та професійної мотивації студентів-перфекціоністів. Спершу розглянемо профіль професійної мотивації, рис. 3.11.

Мотиваційний профіль навчальної (професійної) мотивації у студентів-перфекціоністів в ідеальному та реальному станах відображає прогресивний профіль, в якому мотиви розвитку переважають над споживацькими мотивами, що свідчить про спрямованість, прагнення до активності, ініціативності. Порівняння «реального» та «ідеального» профілів мотивації професійної (навчальної) діяльності засвідчує, що у студентів-перфекціоністів серед більшої частини мотивів існує розбіжність «ідеального» та «реального» мотиву.

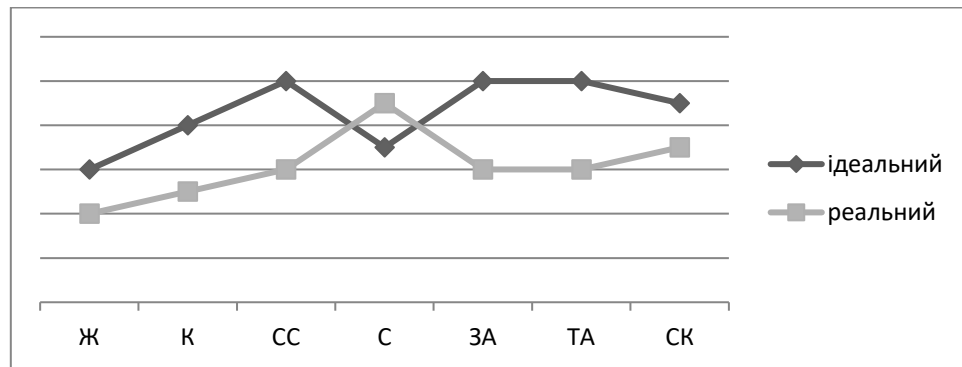


Рис. 3.11. Мотиваційний профіль студентів-перфекціоністів у професійній (навчальній) діяльності (ідеальний та реальний стан).

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

Рівень прагнень є значно вищим, аніж суб'єктивна оцінка реального стану задоволення потреби, зокрема, у життєзабезпеченні, соціальному статусі, загальній та творчій активностях. Такий показник розбіжності свідчить про дефіцитарність даних мотивів для перфекціоністів у професійній сфері. Також виявлена помірна розбіжність «ідеального» та «реального» стану мотиву суспільної корисності. Показник розбіжності мотиву спілкування свідчить про його надлишкову задоволеність, перенасиченість спілкуванням серед студентів-перфекціоністів.

Отже, провідними мотивами професійної діяльності студентів-перфекціоністів є мотиви соціально статусу, а також загальної та творчої активності. Такі показники свідчать про виражену потребу у здобутті вагомому соціального місця в навчальній діяльності, отримання визнання від результатів роботи, загальній активності, спрямованій на досягнення, а також творчих здобутків.

Отримані результати також вказують, що у професійній діяльності, студенти-перфекціоністи достатньо низько оцінюють реальний стан життєзабезпечення та комфорту. Такі особливості, найбільш ймовірно, зумовлені тим, що студенти достатньо обмежені в матеріальних чи

фінансових ресурсах, так як основний вид їхньої діяльності є – навчання.

Результати статистичного опрацювання свідчать, що вищий показник професійної мотивації, то вищий рівень загального показника перфекціонізму у студентської молоді ($r=0,38$, $p\leq 0,001$). Також показник професійної мотивації прямо пропорційно зростає зі зростанням орієнтації особистості на полюс найуспішніших (як компоненту перфекціонізму), ($r=0,35$, $p\leq 0,001$), рис. 3.12.

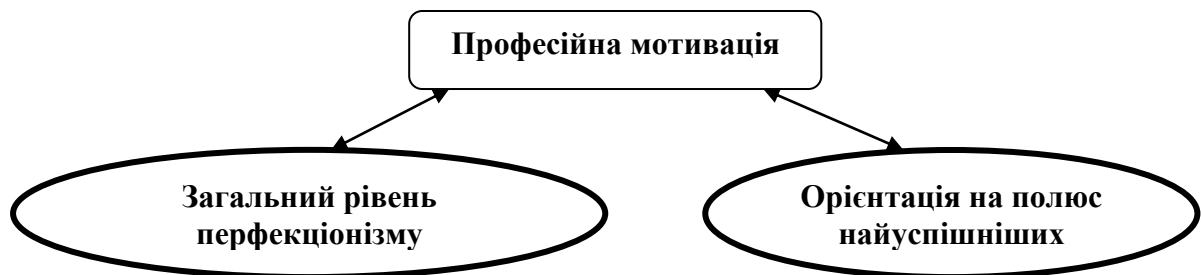


Рис. 3.12. Особливості взаємозв'язку перфекціонізму та професійної мотивації особистості

Таким чином, професійна діяльність є тією сферою, що дозволяє студентам-перфекціоністам реалізовувати власні здобутки та досягати високих показників. Конкурентні умови (що у навчанні, що у роботі) сприяють орієнтації на найкращі результати, на першість, що сприяє прояву перфекціонізму.

Розглянемо також особливості загальножиттєвої мотивації студентів-перфекціоністів та оцінку її «ідеального» та «реального» стану, рис. 3.13. Профіль загальножиттєвої мотивації ідеального стану у студентів-перфекціоністів – регресивно-імпульсивний. Регресивність проявляється у переважанні споживацьких мотивів над розвиваючими мотивами, що свідчить про виражене прагнення необхідності підтримання базових потреб, які є передумовою самовираження та саморозвитку.

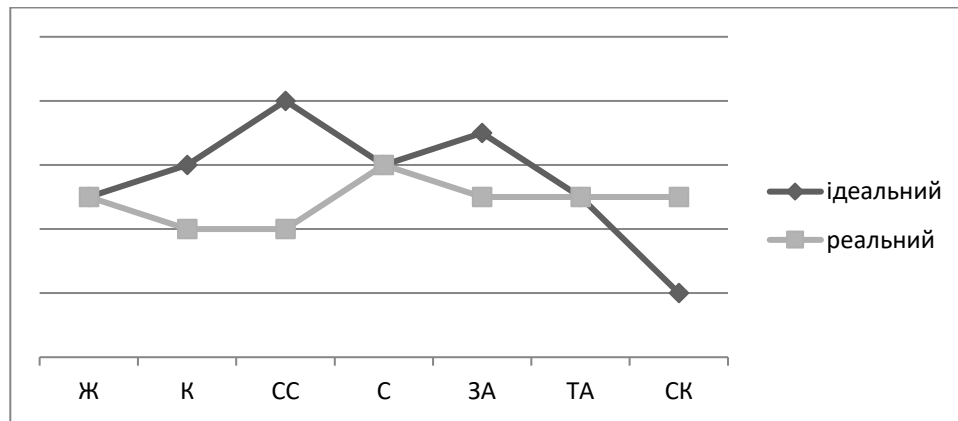


Рис. 3.13. Мотиваційний профіль студентів-перфекціоністів у загальножиттєвій діяльності (ідеальний та реальний стан)

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

Виражена конфронтація між мотивами «соціальний статус – комфорт», «життєзабезпечення – комфорт», «загальна активність – творча активність», «загальна активність – суспільна корисність» вказує на імпульсивність даного профілю. А це свідчить про надання значної переваги одним мотивам, при одночасному ігноруванні – інших.

Реальна оцінка загальножиттєвої мотивації студентами-перфекціоністами більш відображається у сплющеному типі профілю.

Порівняння «реального» та «ідеального» профілів мотивації у загальножиттєвій діяльності свідчить, що у студентів-перфекціоністів існує ряд розбіжностей між «ідеальним» та «реальним» станами мотивів. Рівень прагнень є вищим, аніж суб'єктивна оцінка реального стану задоволення потреби у мотивах комфорту, соціального статусу та загальної активності. Такий показник розбіжності свідчить про важливість даних мотивів для перфекціоністів у загальножиттєвій сфері. Показник розбіжності мотиву суспільної корисності свідчать про їх перенасиченість. Таким чином, перфекціоністи переконані у тому, що та діяльність, якою вони займаються загалом принесла більш, ніж достатню користь суспільству. Слід відзначити, що для перфекціоністів мотив суспільної корисності – не визначальний, не

рушійний, натомість домінуючою є індивідуальна активність.

Провідними мотивами загальножиттєвої діяльності студентів-перфекціоністів є мотиви комфорту, соціально статусу та загальної активності. Такі показники свідчать про виражену потребу у активній щоденній позиції, яка б давала суспільне визнання, статус та владу, та була пов'язана з безпечними (комфортними) умовами необхідними для життєдіяльності.

Також встановлено, що показник загальножиттєвої мотивації обернено пропорційно взаємопов'язаний зі шкалами самозвинувачення ($r = -0,32$, $p \leq 0,01$) та сприйняття інших, як таких, що делегують високі очікування ($r = -0,36$, $p \leq 0,01$) як компонентів перфекціонізму, рис. 3.14.



Рис. 3.14. Особливості взаємозв'язку перфекціонізму та загальножиттєвої мотивації особистості

Отож, постійне порівняння себе з оточенням, переконання особистості, що інші люди «ставять» перед нею надвисокі вимоги (порушення соціальних когніцій), схильність до звинувачень себе негативно відображаються на мотивації особистості в повсякденному житті, її активності.

В межах загальножиттєвої та навчальної мотивації, виявився цікавим той факт, що з перфекціонізмом у професійній мотивації прямо пропорційно взаємопов'язані розвиваючі мотиви ($r = 0,32$, $p \leq 0,001$), а у загальножиттєвій мотивації – споживацькі ($r = 0,37$, $p \leq 0,001$), рис. 3.15.

Отримані результати, можемо припустити, зумовлені тим, що лише за допомогою переважання у мотиваційній структурі розвиваючих мотивів,

можливе досягнення успішних результатів чи то в навчальній, чи то в робочій сферах. Це своєрідна передумова, рушійна сила досягнення кращого та досконалішого результату. Переважання споживацьких мотивів у загальножиттєвій мотивації студентів-перфекціоністів, з однієї сторони може бути зумовлена статусом досліджуваних осіб – студентством. Враховуючи те, що студенти тільки навчаються, і не в змозі повністю фінансово чи матеріально себе забезпечити (в поєднанні з високим рівнем перфекціонізму), тому й прагнуть задовольнити у повсякденній сферах життєдіяльності більш базові мотиви – споживацькі, необхідні для подальшого вдосконалення. Проте, аналіз результатів вказує, що серед споживацьких мотивів найбільш рушійним і важливим є мотив соціального статусу. Тому, можемо припустити, що для перфекціоністів у повсякденному житті вагомим є те місце, яке вони займають серед інших людей, – наскільки воно впливове, бажане та може викликати захоплення. Орієнтація на індивідуальну, творчу активності у професійній діяльності дозволяє самовдосконалюватися, досягати соціально «прийнятних» результатів та показників, що частково задовольняє мотиви соціального статусу у загальножиттєвій діяльності.

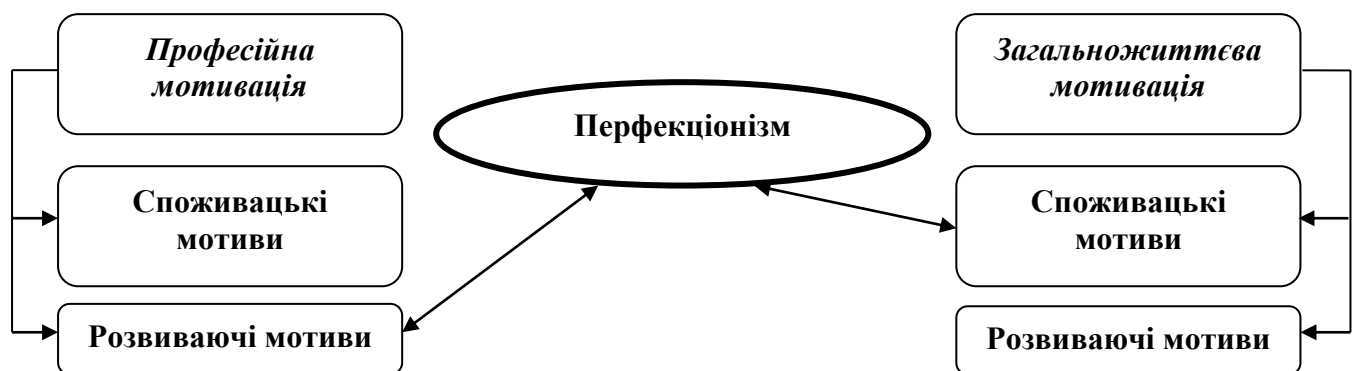


Рис. 3.15. Особливості взаємозв'язку перфекціонізму з мотивами особистості

Таким чином, перфекціоністи переважно демонструють високі показники ідеалізованих переконань, високий рівень устремлінь та прагнень,

порівняно з реальною оцінкою задоволення певного мотиву. Суб'єктивне сприйняття розвитку конкретного мотиву впливає на прояв перфекціонізму та його компонентів. Також результати кореляційного аналізу вказують, що зі зростанням загального показника ідеального стану мотиву (ідеальних прагнень, устремлінь щодо певної діяльності) у перфекціоністів зростає загальний показник перфекціонізму ($r=0,33$, $p\leq 0,01$), а також такі його компоненти як самозвинувачення ($r=0,39$, $p\leq 0,01$), орієнтація на полюс найуспішніших ($r=0,37$, $p\leq 0,01$) та селектування інформації про власні помилки та невдачі ($r=0,38$, $p\leq 0,01$), рис.3.16.

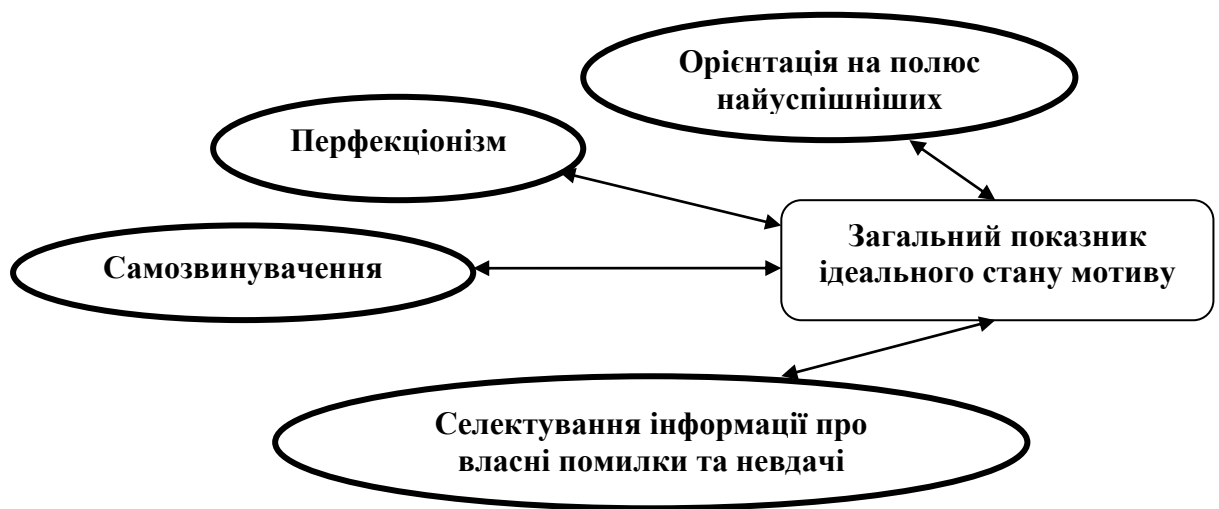


Рис. 3.16. Особливості взаємозв'язку перфекціонізму з мотивами особистості

Зі зростанням загального показника реального стану мотивів, знижується показник залежності особистості від думки оточення ($r=-0,48$, $p\leq 0,01$), рис. 3.17.

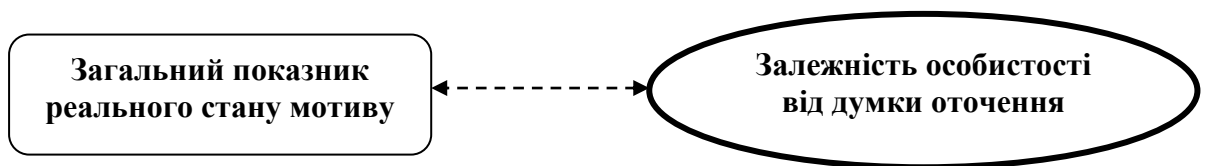


Рис. 3.17. Особливості взаємозв'язку перфекціонізму з мотивами особистості

Завищені ідеальні домагання – сприяють розвитку перфекціонізму, натомість, що більше людина реально оцінює та задоволена станом актуального мотиву, то менш залежна від позицій інших людей.

Окрім показників мотиваційного профілю опитувальник В. Мільмана дозволяє діагностувати компоненти емоційного профілю (емоційні переживання та толерантність до фрустрації за стенічним та астенічним типами). Включення емоційних показників в загальний мотиваційний профіль особистості зумовлене тісною єдністю мотивації та емоційності в науковій площині.

Результати кореляційного аналізу вказують, що існує взаємозв'язок між перфекціонізмом та показником фрустрації за астенічним типом ($r=0,34$, $p\leq 0,01$). А це свідчить, що для перфекціоністів переживання невдачі пов'язані з тими емоціями, що загалом здатні пригнічувати життєдіяльність, знижувати енергію організму. Встановлено, що переживання фрустрації за астенічним типом також тісно взаємопов'язано зі схильністю до самозвинувачень особистості як компоненту перфекціонізму ($r=0,35$, $p\leq 0,001$).

Отримані результати не вказують на існування статистично достовірної кореляції між перфекціонізмом та стенічними чи астенічними емоційними переживаннями. Проте, виявлено (хоч із статистично незначними корелятами), що всі шкали перфекціонізму обернено пропорційно взаємопов'язані із проявами стенічності в емоційних переживаннях. А це свідчить, що перфекціоністи рідше переживають радість, насолоду, захоплення, задоволення.

Розглянемо емоційний профіль студентів-перфекціоністів, рис. 3.18.

Як видно з емоційного профілю, у студентів-перфекціоністів, фрустрованість є більш вираженим показником порівняно з емоційністю. Фрустрованість є вагомим перешкодою для перфекціоністів у досягненні бажаного та проявляється у проявах захисних механізмів, розгубленості,

роздратування та звинувачень.

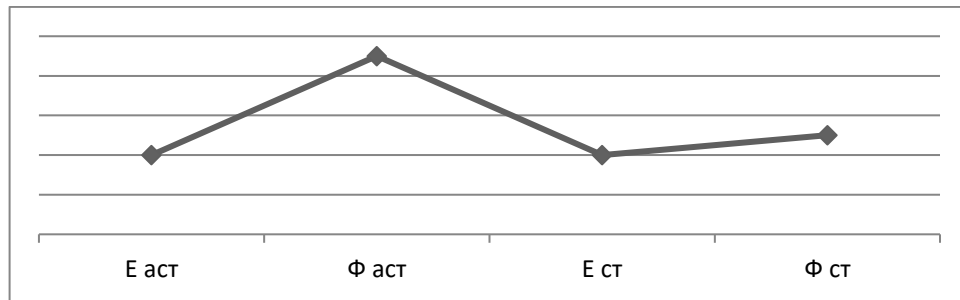


Рис. 3.18. Емоційний профіль студентів-перфекціоністів

Умовні позначення: Е аст – емоційні переживання астенічного типу, Е ст – емоційні переживання стеничного типу, Ф аст – фрустраційна поведінка астенічного типу, Ф ст – фрустраційна поведінка стеничного типу.

Як свідчать результати дослідження, для перфекціоністів у загальній мотиваційній структурі вагомою є загальна активність. Проте, з іншої сторони, численні дослідження вказують на емоційні труднощі, що виражені у перфекціоністів та пов'язані із страхами, тривожністю, страхом не оправдати очікування оточення тощо. Розглянемо більш детальніше, наскільки виражене у досліджуваних прагнення досягати успіху, чи, навпаки, уникати невдачі, які особливості їх мотивації досягнення.

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. 3.19.

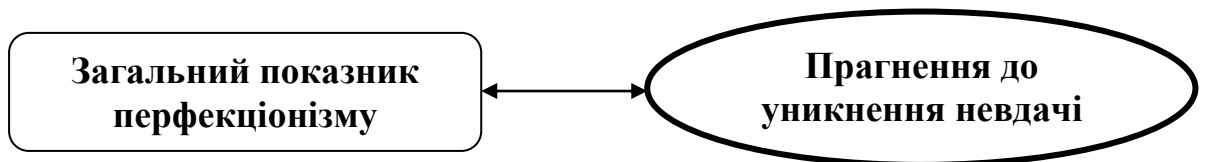


Рис. 3.19. Особливості взаємозв'язку мотивації досягнення та перфекціонізму

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 ($r=0,62$, $p\leq 0,01$).

Результати кореляційного аналізу із використанням методики на досягнення успіху А. Реана, вказують, що зі зростанням мотивації на уникнення невдачі, зростає показник завищених вимог у структурі перфекціонізму ($r=0,61$, $p\leq 0,01$).

Таким чином, перфекціоністи демонструють достатню залежність від оцінок інших людей. За методикою дослідження мотивів афіліації А. Мехрабіана, встановлено, що більш виражений страх бути знехтуваним оточенням, то більш розвинений перфекціонізм ($r=0,62$, $p\leq 0,01$), рис. 3.20.

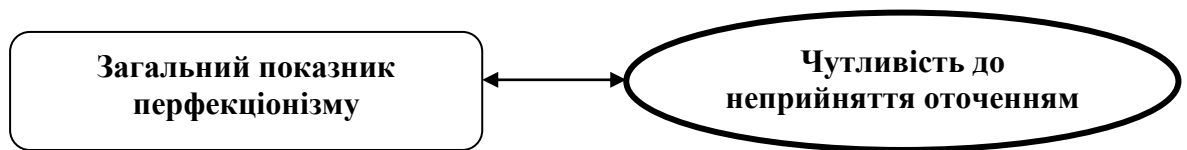


Рис. 3.20. Особливості взаємозв'язку мотивів афіліації та перфекціонізму

Прагнення до досягнення найкращих результатів, ідеальних показників, допомагає перфекціоністам відчувати власну потрібність та значимість в очах інших людей (як компенсаторний фактор). Боязнь неприйняття оточенням прямо пропорційно взаємопов'язана з показниками самозвинувачення ($r=0,65$, $p\leq 0,01$) та залежності від оцінок оточення ($r=0,69$, $p\leq 0,01$).

Прагнення, надія на афіліацію значно вища у тих осіб, яким не притаманне «поляризоване мислення» через яке особистість сприймає навколишню дійсність за принципом «все або нічого» ($r= -0,67$, $p\leq 0,01$).

З метою визначення того, які потреби є базовими для студентів-перфекціоністів було обрано методику діагностики ступеня задоволення основних потреб В. Скворцова, яку ще називають методом парних виборів.

Для студентів з високим рівнем перфекціонізму, як вказують

результати порівняльного аналізу, потреба у безпеці (за моделлю А. Маслоу) та потреба у визнанні є найбільш пріоритетними, а, отже, й дефіцитними, порівняно з особами з середнім та низьким рівнями перфекціонізму. Потреба у безпеці – це прагнення особистості до зміцнення свого становища, почуття захищеності, стабільності, бажання уникати неприємностей. Ймовірно, що потреба у безпеці є дефіцитною для перфекціоністів в частині не так фізичного (матеріального) становища, як психологічного комфорту. Зокрема, цікавим виявився кореляційний зв'язок між потребою у безпеці та завищеними вимогами (домаганнями), які людина ставить перед собою ($r=0,51$, $p\leq 0,01$) і орієнтацією на полюс «найуспішніших» ($r=0,52$, $p\leq 0,01$). Прагнення до найкращих результатів, до досконалості, потребує постійного перебування «в тонусі», активного продумування та здійснення власних починань, що забирає чимало емоційного та, загалом, психологічного ресурсу особистості. Потреба у безпеці для перфекціоністів є прагненням до відновлення та збереження власного психологічного комфорту.

Потреби у визнанні, за опитувальником В. Скворцова – це прагнення особистості добитись визнання і поваги інших, підвищувати свій рівень компетентності, досягати успіхів, забезпечити собі впливове становище в суспільстві. Зокрема, результати кореляційного аналізу вказують, що потреба у визнанні взаємопов'язана із значною частиною компонентів перфекціонізму, таких як залежність від оцінок оточення ($r=0,62$, $p\leq 0,01$), сприйняття інших людей, як таких, що делегують високі очікування ($r=0,54$, $p\leq 0,01$), селектування інформації про власні помилки й невдачі ($r=0,5$, $p\leq 0,01$) та поляризоване мислення в контексті «все або нічого» ($r=0,61$, $p\leq 0,01$). Найбільш ймовірно, що потреба у визнанні є тим спонукальним фактором для перфекціоністів, що дозволяє отримувати схвалення, похвалу від оточення через досягнення блискучих результатів, найкращих показників.

Також важливим виявився кореляційний зв'язок, що вказує на зростання показника потреби у безпеці особистості, зі зростанням показника

потреби у визнанні ($r=0,61$, $p\leq 0,01$), рис. 3.21.

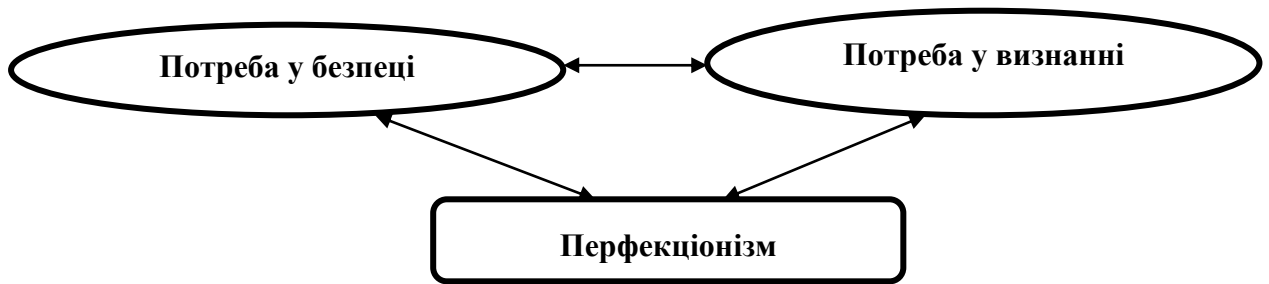


Рис. 3.21. Особливості взаємозв'язку потреб особистості та перфекціонізму в групі студентів з високим рівнем перфекціонізму

Іншими словами, що більш людина відчуває себе незахищеною, то більш вагомим є для неї отримання визнання та похвали від оточення. Під потребою у безпеці, криються психологічні дисгармонії: невпевненість, знижена самооцінка, страх не оправдати очікування оточення і т.д., які людина «послаблює» завдяки орієнтації на підвищення власної майстерності, компетентності, що дозволяє отримати похвалу, захоплення, тим самим «посилювати» впевненість у собі, підвищувати самооцінку, ініціативність і т.д.

За допомогою методики дослідження самоствавлення 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, підозрливості, 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.

Методика діагностики соціально-психологічних установок особистості у сфері мотивацій та потреб О. Потьомкіної, дозволяє виявити значущі взаємозв'язки між установками особистості та особливостями прояву перфекціонізму. Отримані результати кореляційного аналізу, вказують, що установка на результат ($r=0,55$, $p\leq 0,01$) та владу ($r=0,49$, $p\leq 0,01$) прямо

пропорційно взаємопов'язані з показником перфекціонізму. Також значна частина компонентів перфекціонізму: залежність від оцінок оточення ($r=0,56$, $p\leq 0,01$), сприйняття інших людей, як таких, що делегують високі очікування ($r=0,52$, $p\leq 0,01$), селектування інформації про власні помилки й невдачі ($r=0,5$, $p\leq 0,01$) взаємопов'язані з орієнтацією на працю.

Таким чином, прагнення отримувати вагомий результат та установка на владу набувають вагомого значення в орієнтуванні перфекціоністів. Також вагомого значення набуває – праця. Власне, не орієнтування на процес, як необхідність бути чимось «зайнятим», а орієнтація на конкретну «роботу».

При вивченні ціннісних орієнтацій студентів з високим рівнем перфекціонізму, не виявлено взаємозв'язку між певною цінністю та загальним показником перфекціонізму. Проте, цікавим виявився зв'язок між цінністю влади та такими компонентами перфекціонізму як сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування ($r=0,64$, $p\leq 0,01$) та залежність від оцінок оточення ($r=0,62$, $p\leq 0,01$). Власне, у цьому взаємозв'язку влада (отримання авторитету, соціального престижу, домінування) є тим компенсаторним фактором, що допомагає людині «ігнорувати» оцінки оточення, та долати психологічне напруження, що виникає з суб'єктивним сприйняттям того, що інші люди ставлять надвисокі вимоги до виконання певної діяльності.

Аналізуючи отримані дані стилів саморегуляції поведінки в студентів з високим рівнем перфекціонізму, за допомогою кореляційного аналізу, не встановлено прямого зв'язку між рівнем загальної саморегуляції особи та її рівнем перфекціонізму. Проте, виявлено, що зі зростанням перфекціонізму, зростають такі регуляторні процеси як планування ($r=0,41$, $p\leq 0,01$) та програмування ($r=0,45$, $p\leq 0,01$) та знижуються – моделювання ($r= -0,52$, $p\leq 0,01$) та оцінки результатів ($r= -0,57$, $p\leq 0,01$). Щодо регуляторно-особистісних якостей, то встановлено, що зі зниженням показника гнучкості, зростає показник перфекціонізму ($r= -0,52$, $p\leq 0,01$), (рис 3.22.).

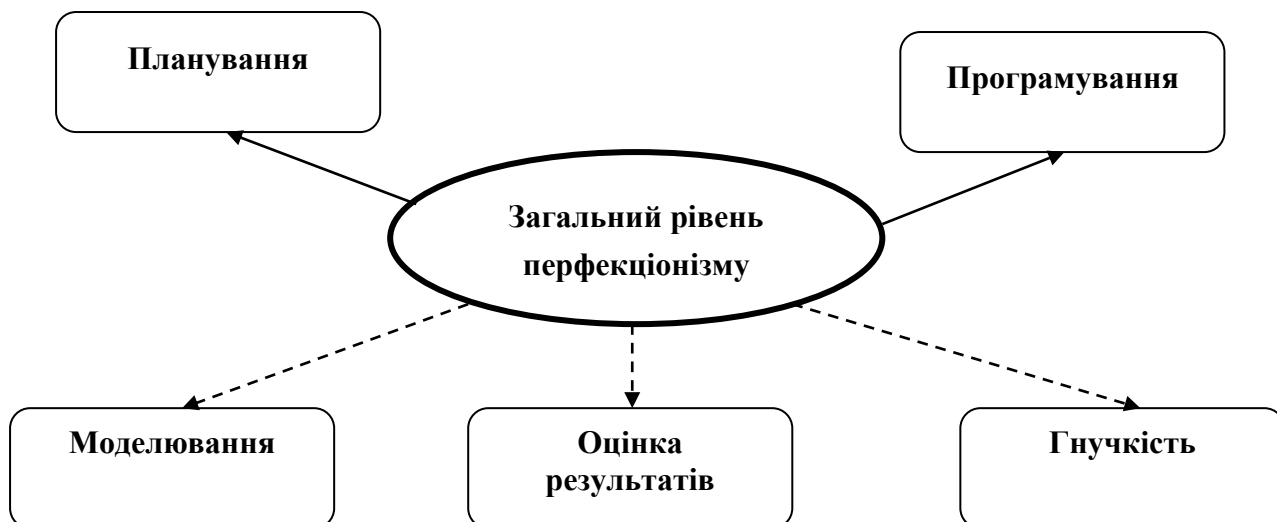


Рис.3.22. Особливості взаємозв'язку індивідуальної системи саморегуляції довільної активності особи та перфекціонізм

За результатами опитувальника також можливо встановити індивідуально-типологічний профіль саморегуляції особистості на основі її регуляторних процесів: планування, моделювання, програмування, оцінка результатів. Таким чином, встановлено, що показник перфекціонізму взаємопов'язаний з типологічним профілем №1 (рис. 3.23.), в якому високо оцінюють значення за регуляторними процесами планування та програмування, а низькі значення набувають – моделювання та оцінка результатів.

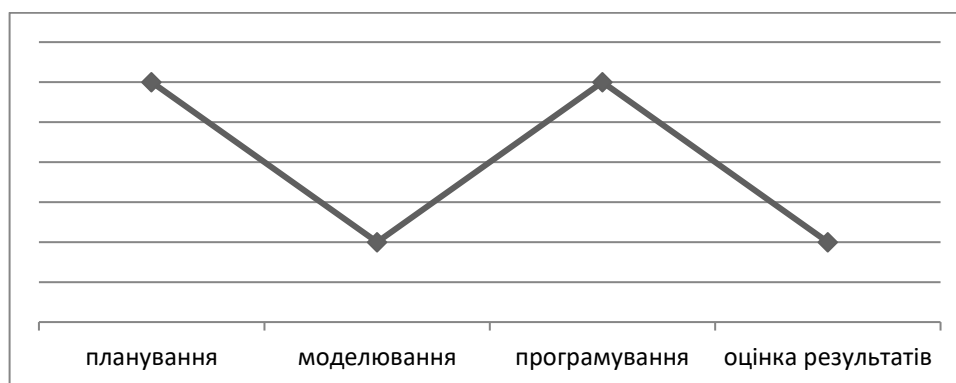


Рис. 3.23. Типологічний профіль №1 саморегуляції за В.І. Моросановою притаманний для студентів-перфекціоністів

Отже, для перфекціоністів притаманний більш високий рівень розвитку процесів планування цілей і програмування дій, в порівнянні з моделюванням значимих умов досягнення цілей та оцінки результатів. Недостатня пластичність планів та програм зумовлює ймовірність труднощів реалізації та перебудови планів при зміні умов. Це породжує схильність фіксуватися на власних помилках, високу чутливість до неуспіху, надмірну самокритичність, нестійкість самоконтролю. Внутрішні умови виконання діяльності, такі як самопочуття, власні можливості, рівень підготовки часто оцінюється неадекватно, що відображається на результатах діяльності. Це може виражатися в невпевненості у власних силах і можливостях, схильності до викривлення реальної ситуації (ускладнення чи спрощення її), в яскравих переживаннях власного неуспіху. Притаманне тривале переживання неуспіху. Найчастіше ці переживання пов'язані не з реальними подіями, а з майбутніми, які ще не настали, що зумовлює нестійкість цілей, труднощі з формуванням внутрішніх критеріїв успішності. Також характерна висока залежність від зовнішніх та внутрішніх умов, невпевненість; орієнтація на власні почуття та переживання, притаманний високий вплив оціночних суджень оточення.

Таким чином, підсумовуючи описані особливості осіб з високим рівнем перфекціонізму, можемо стверджувати, що прагнення до досягнення значимих результатів діяльності пов'язана з потребою задовольнити очікування оточуючих, проявом залежності від власного соціального місця та статусу, та взаємопов'язано з більш негативним самоприйняттям та низкою емоційних та індивідуальних дисгармоній.

Результати кореляційного аналізу у групі студентів з середнім рівнем перфекціонізму.

Проаналізуємо отримані результати особливостей мотиваційної структури студентів з середнім рівнем перфекціонізму.

Розглянемо загальний профіль мотиваційної структури студентської

молоді з середнім рівнем перфекціонізму та проаналізуємо його складові, рис. 3.24.

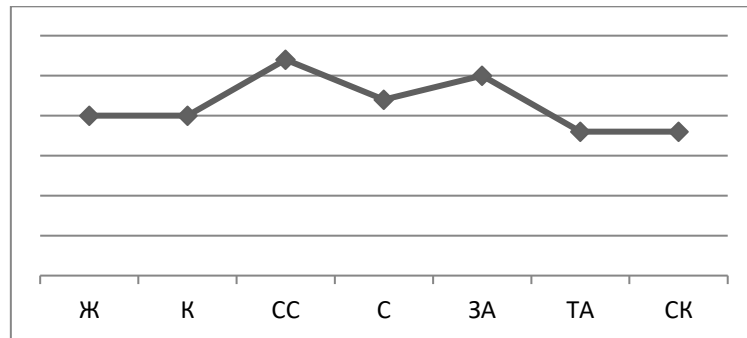


Рис. 3.24. Мотиваційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму

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

Даний профіль частково нагадує профіль мотиваційної структури студентів з високим рівнем перфекціонізму. Проте, він більш сплюснений, з менш вираженими піками. Можемо охарактеризувати його як експресивний, в якому певним мотивам надається перевага, а інші – набувають другорядного значення. Зокрема, домінуючими виступають мотиви соціального статусу ($r=0,47$, $p\leq 0,01$) та загальної активності ($r=0,42$, $p\leq 0,01$). Слід звернути увагу, що ці є мотиви яскраво виражені і в осіб з високим рівнем перфекціонізму.

Також, за допомогою кореляційного аналізу встановлено, що окрім мотивів соціального престижу та загальної активності, виокремлюється мотив спілкування ($r=0,53$, $p\leq 0,01$). Мотив спілкування прямо пропорційно зв'язаний з залежністю від оцінок оточення ($r=0,57$, $p\leq 0,01$). Причому, показник соціально-престижного мотиву прямо пропорційно взаємопов'язаний зі сприйняттям людиною оточення, як такого, що висуває надвисокі вимоги (при постійному порівнянні себе з іншими людьми), ($r=0,52$, $p\leq 0,01$). А висунення завищених вимог особистості до себе сприяє зростанню мотивації загальної активності ($r=0,5$, $p\leq 0,01$), рис. 3.25. А це свідчить про те, що через комунікацію, найбільш ймовірно, такі особи

отримують необхідні їм визнання, повагу та, можливо, захоплення результатами діяльності, що здатні мотивувати до досягнення нових звершень та підвищувати самооцінку.

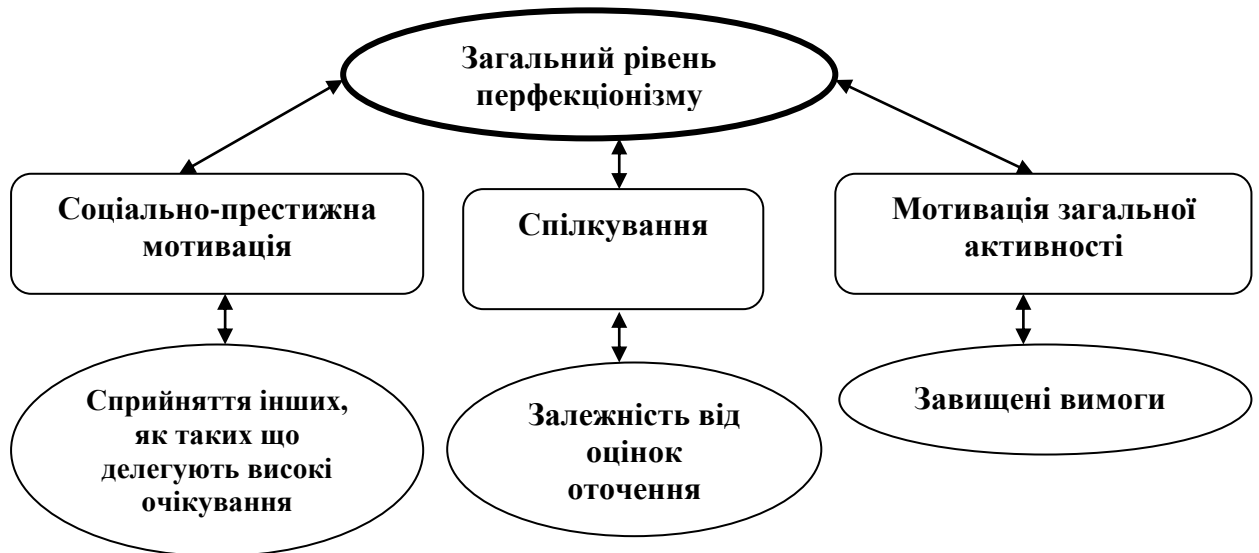


Рис.3.25. Особливості взаємозв'язку мотивів особистості та перфекціонізму серед студентів з низьким рівнем перфекціонізму

Отже, мотиви соціального престижу та загальної активності залишаються значимими не лише для осіб з високим рівнем перфекціонізму, а й з середнім його вираженням. Власне, ці два мотиви є найбільш рушійними та визначальними в даній групі досліджуваних.

Аналізуючи «ідеальний» та «реальний» профілі професійної (навчальної) мотивації студентів з середнім рівнем перфекціонізму (Додаток Ж) виявлено, що оцінка ідеального стану задоволення мотивів перевищує по всіх шкалах оцінку реального стану їх задоволення. А це свідчить про те, що у даної групи студентів є високі прагнення до досягнення, бажання покращити реальний стан задоволення мотивів.

Рушійними у професійній сфері серед студентів з середнім рівнем перфекціонізму зберігаються мотиви соціальної значущості і престижу та загальної активності. Також слід зазначити, що окрім описаних мотивів, існує достатньо велика розбіжність між реальним та ідеальним станом

задоволення мотиву комфорту. Зокрема, реальний стан задоволення мотивів комфорту та соціального престижу оцінюються досліджуваними найнижче. А це свідчить про їх виражену дефіцитарність. Зокрема, враховуючи попередні дослідження, у студентів-перфекціоністів мотив комфорту взаємозалежний з внутрішньою конфліктністю, недостатньою самоцінністю та чутливістю неприйняття оточенням. Можемо припустити, що висока розбіжність в межах мотиву комфорту зумовлена прагненням до відновлення спокою та внутрішнього комфорту, що порушені внаслідок високою напруженості та активності.

Досліджуючи професійну мотивацію студентів з середнім рівнем перфекціонізму знаходимо, що цей показник у прямому взаємозв'язку з показником завищених вимог особистості ($r=0,51$, $p\leq 0,01$). Таким чином, завищені стандарти діяльності (в порівнянні з індивідуальними можливостями) та цілі сприяють розвитку професійної мотивації студентів з середнім рівнем перфекціонізму, зокрема, як свідчить їх мотиваційний профіль, – мотиву загальної активності.

Таким чином, професійна мотивація залишається вагомим показником як для осіб з високим, так і середнім рівнем перфекціонізму. Зокрема, мотиви соціального статусу та загальної активності – домінуючі.

Порівняння «реального» та «ідеального» профілів мотивації у загальножиттєвій діяльності (Додаток 3) свідчить, що у студентів з середнім рівнем перфекціонізму – рівень прагнень є вищим, аніж суб'єктивна оцінка реального стану задоволення потреби у мотивах комфорту, соціального статусу та спілкування. Такий показник розбіжності свідчить про важливість даних мотивів для досліджуваних у загальножиттєвій сфері. Найбільш виражена розбіжність стосується мотиву спілкування. Такі особливості, найбільш ймовірно, зумовлені потребою особистості в отриманні похвали та визнання (що є дуже важливим) від оточення через вербальне та невербальне спілкування. Це своєрідний «зворотній зв'язок», що дозволяє підтримувати

самооцінку та визначати напрями та пріоритети діяльності.

Аналіз компонентів емоційного профілю в групі студентів з середнім рівнем перфекціонізму (Додаток К) характеризується стеничністю фрустраційної поведінки (Фст перевищує Фаст) і одночасно астеничністю емоційної спрямованості (Еаст перевищує Ест). В порівнянні з особами з високим рівнем перфекціонізму, особи з середнім його рівнем, проявляють вищу активність, кращу адаптивність до фрустрацій, проте емоційна сторона – характеризується астеничністю – виникають труднощі у самокеруванні в стресових ситуаціях, роздратованості.

У мотивації досягнення студентської молоді з середнім рівнем перфекціонізму – мотив прагнення до успіху прямо пропорційно взаємопов'язаний з показником перфекціонізму ($r=0,47$, $p\leq 0,01$), рис. 3.26. А це свідчить, що для даної вибірки досліджуваних, прагнення до високих результатів діяльності, самостійності у прийнятті рішень, надії на успіх є домінуючим у їх структурі мотивації досягнення. Натомість, у студентів з високим рівнем перфекціонізму – домінуючим виступає мотив уникнення невдачі. Можемо припустити, що такі особливості зумовлені вищою дисгармонійністю особистісної сфери осіб з високим рівнем перфекціонізму. Підвищені тривожність, невпевненість, конфліктність, залежність від позицій оточення – сприяють зростанні сумнівів у правильності позицій і страху помилки, що пов'язані з уникненням критики й невдачі.

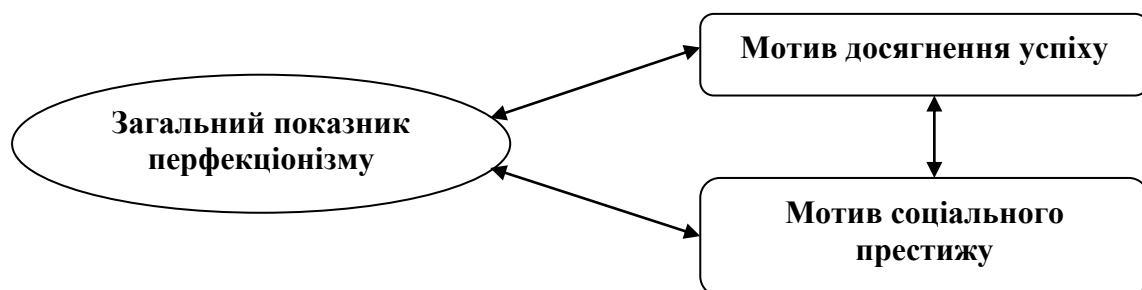


Рис. 3.26. Особливості взаємозв'язку мотивації досягнення та перфекціонізму особистості в осіб з середнім його рівнем

Також виявлено, що мотив досягнення успіху прямо пропорційно

взаємопов'язаний з мотивом соціального престижу та статусу ($r=0,42$, $p\leq 0,01$). А це свідчить про те, що для студентів з середнім рівнем перфекціонізму мотив досягнення успіху набуває вагомого значення у набутті та підтриманні соціального статусу. Успішна діяльність допомагає підтримувати соціальний престиж особистості, що особливо важливий для осіб, яким притаманний перфекціонізм.

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. 3.27. Зокрема, такі ж результати притаманні й для осіб з високим рівнем перфекціонізму.

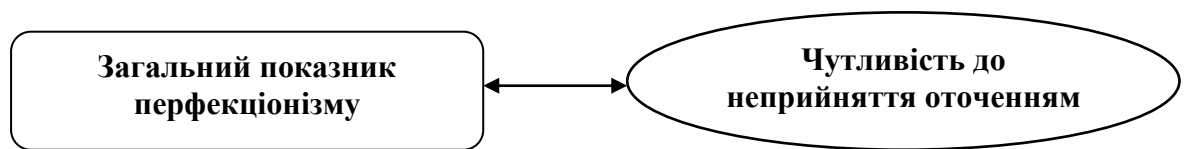


Рис. 3.27. Особливості взаємозв'язку мотивів афіліації та перфекціонізму у групі студентів з середнім рівнем перфекціонізму

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.

Розглядаючи потреби студентів з середнім рівнем перфекціонізму (за методикою В. Скворцова), встановлено, що потреба у визнанні взаємопов'язана з показником перфекціонізму ($r=0,42$, $p\leq 0,01$), орієнтацією особистості на полюс найуспішніших ($r=0,39$, $p\leq 0,01$) та висуненням до себе завищених вимог ($r=0,36$, $p\leq 0,01$). Також виявлено, що потреба у визнанні посилює мотив у комунікативній взаємодії з оточенням ($r=0,41$, $p\leq 0,01$) та знижує схильність до самозвинувачень ($r= -0,37$, $p\leq 0,01$), рис. 3.28.

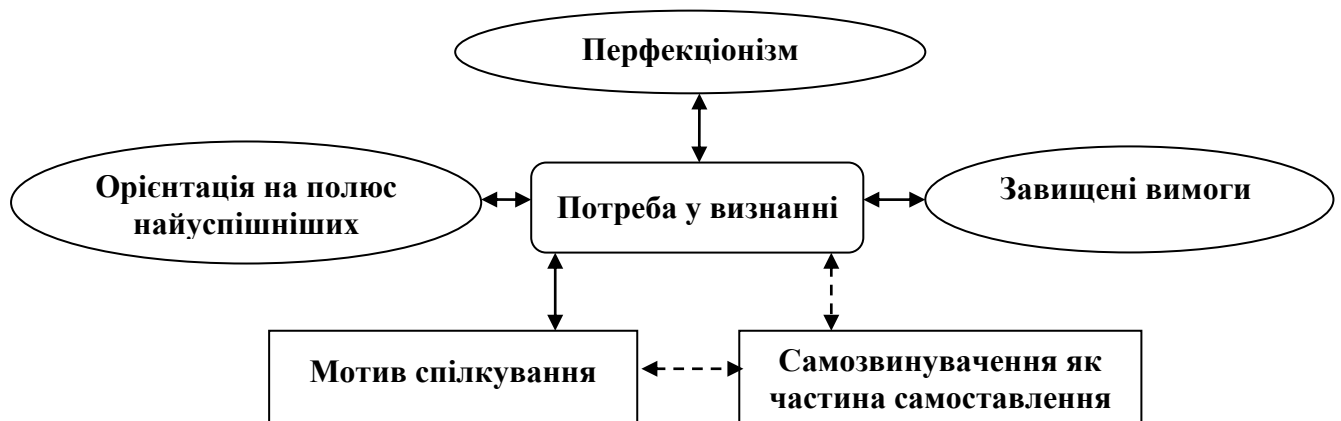


Рис. 3.28. Особливості взаємозв'язку потреб особистості та перфекціонізму у групі студентів з середнім рівнем перфекціонізму

Таким чином, для студентів з середнім рівнем перфекціонізму, потреба у визнанні є рушійною. Можемо припустити, що за допомогою спілкування (зокрема, похвали, позитивного підкріплення) особистість задовольняє потребу у визнанні, що в свою чергу, посилює впевненість, знижуючи здатність критично себе оцінювати та самозвинувачувати.

Аналізуючи ціннісні орієнтації у даній групі досліджуваних, встановлено, що цінність досягнення прямо пропорційно взаємопов'язана із поляризованим мисленням в контексті «все або нічого» ($r=0,46$, $p \leq 0,01$), завищеними вимогами особистості ($r=0,48$, $p \leq 0,01$) та селектуванні інформації про власні помилки й невдачі ($r=0,49$, $p \leq 0,01$). Іншими словами, завищені домагання (в порівнянні з власними можливостями), які людина ставить до себе та своєї діяльності, що пов'язані з оцінкою незначного неуспіху як власного краху, зацикленість на власних помилках, сприяє важливості досягнення як ціннісної орієнтації, компетентності у відповідності із соціальними стандартами.

Дослідження соціально-психологічних установок особистості у даній групі студентів, вказує, що спрямованість на результат діяльності тим вищою, 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» ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), (рис. 3.29). А це свідчить, що тривога, страх, що пов'язані з неадекватною оцінкою власних результатів сприяє установці на досягнення результату.

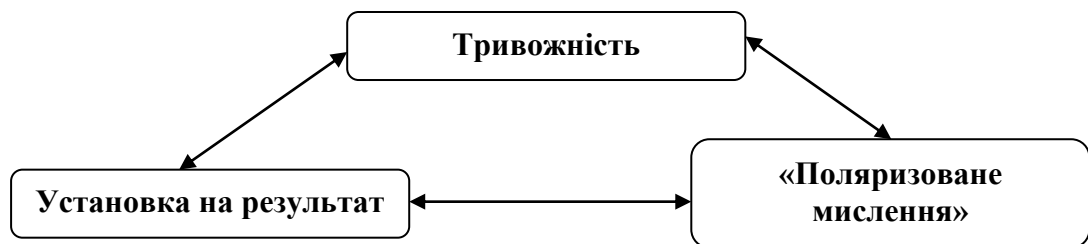


Рис.3.29. Особливості взаємозв'язків установок, індивідуальних якостей та перфекціонізму у студентів з середнім його рівнем

Отримані дані також вказують, що селектування інформації про власні помилки, з вираженою фіксацією на невдачах сприяє зростанню установки на владу ($r=0,54$, $p\leq 0,01$), прагнення контролювати та впливати на оточення.

Аналізуючи отримані дані стилю саморегуляції поведінки в студентів з середнім рівнем перфекціонізму, за допомогою кореляційного аналізу, не встановлено, як і у осіб з високим його проявом, прямого зв'язку між рівнем загальної саморегуляції та рівнем перфекціонізму.



Рис.3.30. Особливості взаємозв'язків індивідуальної системи саморегуляції довільної активності особи та перфекціонізму у студентів з середнім його рівнем

Проте, виявлено, що зі зростанням показника перфекціонізму, зростають регуляторні процеси планування ($r=0,46$, $p\leq 0,01$) та програмування ($r=0,48$, $p\leq 0,01$), а також знижується показник оцінки результатів ($r= -0,57$, $p\leq 0,01$), (рис 3.30).

Індивідуально-типологічний профіль саморегуляції студентів з середнім рівнем перфекціонізму найбільш відповідає типологічному профілю №1, в якому високо оцінюють значення за регуляторними процесами планування та програмування, а низькі значення набувають – моделювання та оцінка результатів. Хоча, не встановлено, що показник моделювання статистично достовірно взаємопов'язаний з перфекціонізмом, проте виявлено, що його значення набувають від'ємних показників, що свідчить про оберненопропорційний зв'язок з перфекціонізмом.

Таким чином, у даної групи студентів виражена потреба у формуванні цілей та усвідомленого планування власної діяльності. Також важливим є продумування способів дій і поведінки для досягнення поставленої мети, побудова розгорнутих та деталізованих програм реалізації задуманого. Проте, труднощі можуть виникати із адекватною оцінкою отриманих результатів, адже суб'єктивні критерії успішності є достатньо нестійкими.

Отож, можемо підсумувати, що для студентів з середнім рівнем перфекціонізму набуття вагомого соціального статусу, загальна активність та прагнення до комунікативної взаємодії з оточенням є рушійними мотивами їх діяльності. Причому, мотиви соціальної значимості, загальної активності та значущості професійної сфери в поєднанні з завищеними праннями задоволення мотивів – зберігаються, як і у студентів з високим рівнем перфекціонізму. Дані мотиви та потреби взаємопов'язані з високою чутливістю до неприйняття оточення та установкою на результат задля послаблення тривожності.

Результати кореляційного аналізу у групі студентів з низьким рівнем перфекціонізму.

Розглянемо результати кореляційного аналізу виявлених особливостей мотиваційної структури (В. Мільман) в групі студентської молоді з низьким рівнем перфекціонізму. Отримані дані не вказують на наявність взаємозв'язку між перфекціонізмом та загальною мотивацією. Проте, встановлено, що показник перфекціонізму взаємопов'язаний зі споживацькими мотивами, ($r=0,43$, $p\leq 0,01$), зокрема, мотивами життєзабезпечення ($r=0,46$, $p\leq 0,01$) та комфорту ($r=0,48$, $p\leq 0,01$), рис. 3.31.

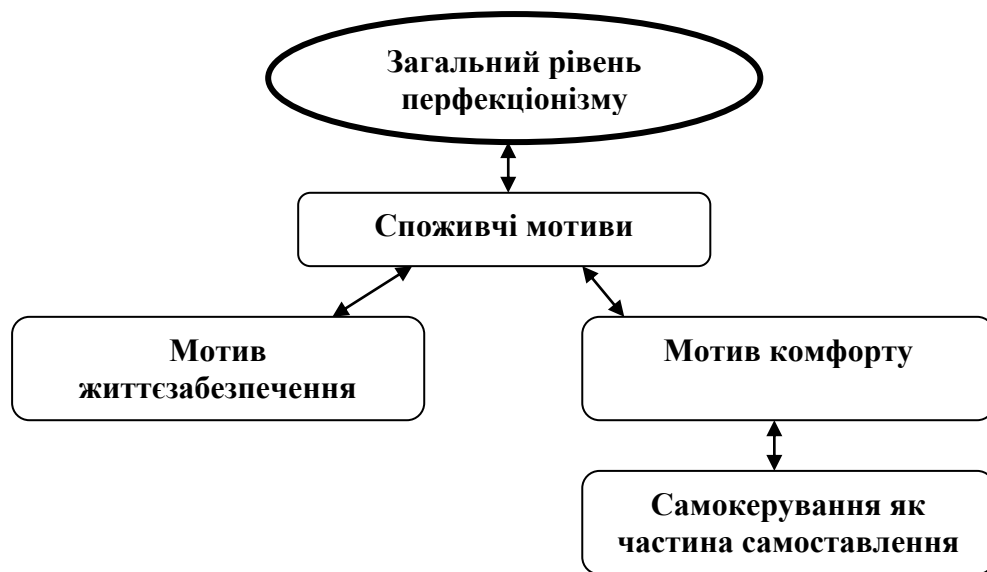


Рис. 3.31. Особливості взаємозв'язку мотивів особистості та перфекціонізму серед студентів з низьким рівнем перфекціонізму

Таким чином, турбота про наявні умови реального існування, прагнення забезпечити себе та оточення матеріальними ресурсами життя, підтримання комфорту в соціальній сфері, що пов'язано більш з підтриманням стабільності власної життєдіяльності, аніж створенням чи розвитком нових аспектів, – виступають рушійними у групі студентської молоді з низьким рівнем перфекціонізму.

Порівнюючи отримані дані з результатами у групах осіб з високим та середнім рівнями перфекціонізму, можемо проаналізувати, що споживацькі мотиви виходять на перший план, порівняно з мотивами розвитку. Саме вони стають взаємозалежними з показником перфекціонізму.

Важливим виявився той факт, що мотив комфорту прямо пропорційно

взаємопов'язаний з самокеруванням як одним з показників самоствавлення, що передбачає сприйняття людини себе такою, що є джерелом саморозвитку, регулятором власних досягнень та успіху. Таким чином, прагнення до комфорту виступає ресурсом для особистості у власній самоорганізації та саморегуляції.

Також встановлено, що мотив суспільної корисності обернено пропорційно корелює з значною частиною компонентів перфекціонізму: залежність від оцінок оточення ($r = -0,48, p \leq 0,01$), самозвинувачення ($r = -0,56, p \leq 0,01$), сприйняття інших людей, як таких, що делегують високі очікування ($r = -0,52, p \leq 0,01$), селектування інформації про власні помилки й невдачі ($r = -0,5, p \leq 0,01$). А це свідчить про те, що компоненти перфекціонізму негативно взаємопов'язані з прагненням особистості до устремління спрямованого задля суспільних благ.

Мотиви комфорту, творчої активності та життєзабезпечення виступають найбільш рушійною силою мотиваційної структури студентів з низьким рівнем перфекціонізму. Проте, їх дефіцитарність, як бачимо з мотиваційного профілю, не є яскраво виражена, рис. 3.32.

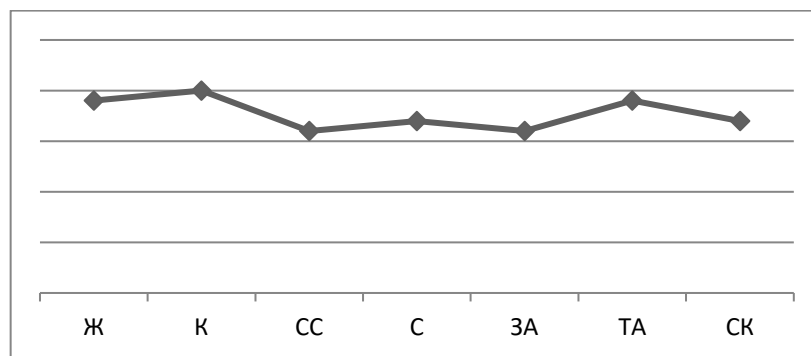


Рис. 3.32. Мотиваційний профіль студентів з низьким рівнем перфекціонізму

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

Даний графік відповідає сплюсненому типу мотиваційного профілю, що передбачає недостатню диференційованість мотиваційної ієрархії,

переважній рівнозначності усіх мотивів, невизначеності у їх реалізації.

Порівняння «реального» та «ідеального» профілів мотивації професійної (навчальної) діяльності у студентів з низьким рівнем перфекціонізму (Додаток Л), вказує на наявність яскраво вираженої розбіжності між рівнем прагнень у мотиваціях комфорту і творчої активності, та суб'єктивною оцінкою реального стану задоволення даної потреби, де рівень прагнень є значно вищим, аніж реальна оцінка. Такий показник розбіжності свідчить про дефіцитарність даного мотиву, і вказує на його провідне та визначальне значення для даної групи студентів з низьким рівнем перфекціонізму у навчальній діяльності.

Профіль загальножиттєвої мотивації в ідеальному стані відповідає прогресивний тип профілю, в якому мотиви розвитку переважають над споживацькими мотивами. Оцінка реального стану задоволення мотивів представлена експресивним профілем (Додаток М).

Провідними мотивами у загальножиттєвій діяльності виступають мотиви життєзабезпечення, комфорту та суспільної корисності. У даній групі досліджуваних мотиви спілкування та творчої активності сприймаються як такі, що реалізовані.

Аналізуючи компоненти емоційного профілю за опитувальником В. Мільмана (Додаток Н) встановлено, для осіб з низьким рівнем перфекціонізму, притаманна емоційна спрямованість пов'язана більш з емоціями, що здатні пригнічувати діяльність, проте у стресових, фрустраційних ситуаціях – все ж притаманна активна поведінка, спрямована на додання труднощів.

Якщо розглянути особливості мотивації досягнення успіху чи уникнення невдачі за методикою А. Реана у групі осіб з низьким рівнем перфекціонізму, то за результатами кореляційного аналізу не виявлено взаємозв'язку перфекціонізму з жодним чітко вираженим мотивом. Проте, отримані дані вказують на існування прямої кореляції з показником

невизначеного мотиваційного полюсу ($r=0,42$, $p\leq 0,01$). Невизначений мотиваційний полюс – це середнє значення між мотивами прагнення до успіху та уникнення невдачі. Таким чином, у групі студентів з низьким рівнем перфекціонізму мотиваційний полюс не виражений, проте, якщо більш детально проаналізувати отримані дані, то, в межах невизначеного мотиваційного полюсу – притаманна тенденція мотивації на досягнення успіху, аніж уникнення невдачі.

Результати дослідження отримані за методикою досягнення успіху А. Мехрїбіана, також не вказують на існування істотних зв'язків між виділеними категоріями. Хоча, виявлено, що завищення вимог до себе ($r=0,52$, $p\leq 0,01$), за умов часткового знецінення думок та позицій оточення ($r= -0,47$, $p\leq 0,01$) – сприяє зростанню мотивації на досягнення успіху.

Аналізуючи отримані дані також не виявлено статистично достовірного взаємозв'язку між перфекціонізмом та мотивами афіліації. Проте, встановлено, що страх неприйняття оточенням посилюватиме залежність від оцінок інших людей ($r=0,42$, $p\leq 0,01$), а також селектування інформації про власні помилки й невдачі ($r=0,49$, $p\leq 0,01$).

Використовуючи методику діагностики ступеня задоволення основних потреб В. Скворцова, встановлено, що показник перфекціонізму прямо пропорційно взаємопов'язаний з соціальними (міжособистісними) потреба ($r=0,45$, $p\leq 0,01$), що включають у себе теплі взаємини з оточенням, наявність приємних співбесідників, взаєморозуміння. Також виявлено, що соціальні потреби взаємопов'язані з показниками самоствалення – «дзеркальне Я» ($r=0,37$, $p\leq 0,001$), що передбачає переконання у позитивному прийнятті оточенням власних сторін, переживання власної цінності іншими людьми та «самоприйняття» ($r=0,36$, $p\leq 0,001$), що свідчить про симпатію до себе, прийняття різних сторін свого Я. Такі особливості, свідчать про те, що соціальні потреби виступають важливою умовою для осіб з низьким рівнем перфекціонізму у соціальній взаємодії. При чому, такі потреби не

передбачають владу, перевагу чи престиж (в межах даного опитувальника), а відображають прагнення до прийняття та побудови комфортних взаємостосунків з оточенням.

Вивчення особливостей ціннісних орієнтацій в даній групі досліджуваних, вказує що показник перфекціонізму прямо пропорційно зростає зі зростанням цінностей стимуляції ($r=0,36$, $p\leq 0,01$) та самостійності ($r=0,41$, $p\leq 0,01$), рис. 3.33.

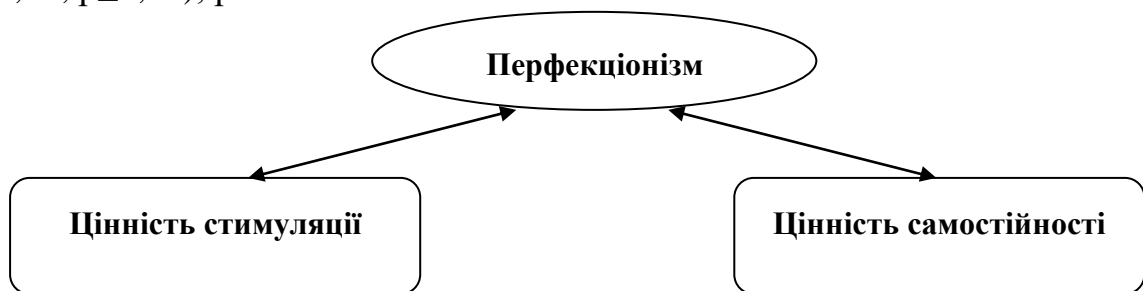


Рис. 3.33. Особливості взаємозв'язку ціннісних орієнтації та перфекціонізму у осіб з низьким рівнем перфекціонізму

Дані ціннісні орієнтації, за теоретичною моделлю Ш. Шварца, відображають параметр відкритості до змін. Таким чином, мотиваційними цілями для даної групи досліджуваних є потреба у глибоких переживаннях для підтримання оптимального рівня активності, новизни, а також потреба у самостійності мислення та виборі способу діяльності, автономності.

Аналізуючи соціально-психологічні установки особистості у сфері мотивацій та потреб, виявлено, що сприйняття інших людей як таких, що висувають надвисокі очікування та вимоги сприяє зростанню влади як цінності ($r=0,52$, $p\leq 0,01$). Таким чином, цінність соціального статусу, прагнення домінування над людьми та ресурсами, найбільш ймовірно, породжується тим фактом, що особистість сприймає оточення – надвимогливим. Влада дозволяє «контролювати» значимість, соціальну позицію та висування вимог щодо особистості оточенням.

Стиль саморегуляції студентів з низьким рівнем перфекціонізму найбільш відповідає типовому профілю №2 за В. Моросановою. Отримані

дані свідчать, що зі зростанням значної частини компонентів перфекціонізму зростають показники таких регуляторних процесів як моделювання ($r=0,52$, $p\leq 0,01$) та оцінка результатів ($r=0,52$, $p\leq 0,01$). При чому, показники процесів планування та програмування, хоч не із статистично достовірними навантаженнями, проте набувають від'ємних значень.

Для осіб з даним профілем притаманна непостійність планів, що може відобразитися на самоорганізації діяльності. Проте, завдяки достатньо високому розвитку процесу моделювання, такі особи швидко включаються в нові умови чи ситуацію, оперативно оцінюють висунені вимоги щодо них, що забезпечує хорошу адаптивність. Програма дій може змінюватися в залежності від обставин, доповнюватися деталями. Розвиток оцінки результатів дозволяє таким особам виділяти свої сильні та слабкі сторони, виставляти пріоритети.

Таким чином, для осіб з низьким рівнем перфекціонізму притаманне переважання споживацьких мотивів, порівняно з мотивами розвитку, проте виявлено взаємозв'язки з прагненням до отримання нових знань, самостійності, побудови відкритих взаємин з оточуючими.

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.

У студентів з середнім рівнем прояву перфекціонізму у мотиваційній структурі домінуючими є мотиви соціального статусу, загальної активності, а також спілкування. у даної групи студентів є високі прагнення до досягнення, бажання покращити реальний стан задоволення мотивів. Досягнення соціального престижу є найбільш вагомим у професійній діяльності, натомість у загальножиттєвій, окрім мотивів соціальної значущості, – прагнення до взаємодії з оточенням, що тісто пов'язано з залежністю від думки середовища.

У мотивації досягнення переважає мотив на успіх при збереженні високої чутливості до неприйняття оточенням. За допомогою спілкування (зокрема, похвали, позитивного підкріплення) особистість задовольняє потребу у визнанні, що в свою чергу, посилює впевненість, знижуючи здатність критично себе оцінювати та самозвинувачувати.

Саморегуляція власної діяльності пов'язана з потребою у формуванні цілей та усвідомленого планування власної діяльності. Також важливим є

продумування способів дій і поведінки для досягнення поставленої мети. Проте, труднощі можуть виникати із адекватною оцінкою отриманих результатів, адже суб'єктивні критерії успішності є достатньо нестійкими.

У студентів з низьким рівнем перфекціонізму виражене домінування споживацьких мотивів, зокрема збереження комфорту та підтримання життєзабезпечення. При емоційному реагуванні притаманні емоції, що здатні пригнічувати діяльність, проте у стресових, фрустраційних ситуаціях – все ж притаманна активна поведінка, спрямована на долання труднощів. Невизначений мотиваційний полюс у мотивації досягнення є характерний для даної категорії осіб. Потреба у взаєморозумінні, теплих соціальних контактах позитивно відображається на самоприйнятті, оцінці себе в очах оточення. Серед ціннісних орієнтацій переважають цінність самостійності та стимуляції.

3.4. Дослідження мотиваційних детермінант перфекціонізму студентської молоді

Для того, щоб виявити факторну структуру мотиваційних особливостей досліджуваних осіб на кожному з рівнів перфекціонізму – було проведено факторний аналіз. Факторний аналіз проведено методом головних компонент із наступною ротацією варимакс у нормалізованому варіанті [9,55]. Статистичний метод проводився окремо для груп з високим, середнім та низьким рівнями перфекціонізму.

Проведений факторний аналіз окремо для **осіб з високим рівнем перфекціонізму** дозволив виділити 3 фактори (загальний рівень дисперсії – 52,7%) (Додаток Д.1.), (табл. 3.1.).

Фактор 1 – «Мотив соціального престижу та влади» (20,6%) – склали компоненти: *мотив соціального статусу* як прагнення до вагомого місця та значення у суспільстві, реалізація своєї влади; а також показники

ідеалізованого та незадоволеного (за суб'єктивною оцінкою) *реального* прагнення до задоволення мотиву соціального статусу; *мотив спілкування*, що відображає прагнення до взаємодії з оточенням. Слід зазначити, що мотив спілкування може виражатися як в позитивних прагненнях – афіліація, турбота, увага, так і в соціально негативних – приниження, домінування, самоствердження, агресія; *мотив комфорту* як прагнення турботи про власне життєзабезпечення, підтримання безпеки та захисту; *обернений показник мотиву суспільної корисності*, що вказує на знижену потребу у турботі про суспільні блага (в глобальному сенсі). Можемо припустити, що такий результат свідчить швидше про виражене звернення уваги на власну особистість, аніж соціум.

Фактор 2 – «Гіпертрофована активність» (17,6%) містить такі компоненти як: *ідеалізовані домагання особистості у загальній та творчій активностях*, та загалом у *загальній мотивації*. Також до даного фактору увійшов актуальний *мотив загальної активності*, що відображає прагнення особистості до енергійності, ініціативності, наполегливості, настирності; а також обернений показник мотиву загальної активності, що свідчить про перфекціоністи, загалом незадоволені реальним його станом, що вказує на виражену потребу.

Таблиця 3.1.

Факторні навантаження у групі осіб з високим рівнем перфекціонізму

Фактори	Шкали	Факторне навантаження
I фактор – Мотив соціального престижу та влади	Мотив соціального статусу	0,709
	Ідеальний показник мотиву соціального статусу	0,668
	Реальний показник мотиву соціального статусу	- 0,641
	Мотив спілкування	0,598
	Мотив комфорту	0,574
	Мотив суспільної корисності	-0,526
Відсоток дисперсії	20,6	

Продовження таблиці 3.1.

II фактор – Гіпертрофована активність	Мотив загальної активності	0,684
	Ідеальний показник мотиву загальної активності	0,652
	Ідеальний показник загальної мотивації	0,611
	Реальний показник мотиву загальної активності	-0,584
	Ідеальний показник мотиву творчої активності	0,522
Відсоток дисперсії	17,6	
III фактор – Мотивація уникнення невдачі	Мотив уникнення невдачі	0,643
	Страх неприйняття оточенням	0,603
	Цінність конформності	0,537
	Цінність традицій	0,476
Відсоток дисперсії фактора	14,5	

Фактор 3 – «Мотив уникнення невдачі» (14,5%) склали однойменний показник – виражене прагнення до уникнення неуспіху, чутливості до неприйняття оточенням, що пов'язані зі страхом критики та неприйняття інших людей, цінність конформності, що полягає у прагненні до стримування дій та поведінки, що не відповідає соціальним очікуванням; цінність традицій, що пов'язано з підтримуванням соціальних норм, ритуалів, цінностей, наслідування їх.

Також був проведений факторний аналіз для осіб з середнім рівнем перфекціонізму, що також дозволив виділити 3 фактори (Додаток Д.2.), загальна дисперсія – 49,8%, (табл. 3.2.).

Фактор 1 – «Навчальна (професійна) мотивація» (19,3%) – склали шкали, що стосуються навчальної мотивації студентів у спрямованості до задоволення мотивів спілкування, що пов'язано з устремліннях до афіліації, турботи, уваги з боку оточення, мотиву загальної активності, що пов'язана з енергійністю, ініціативністю особистості, наполегливістю у досягненні навчальних результатів; мотив досягнення успіху; обернений показник

реального стану задоволення мотиву комфорту у навчальній діяльності, що пов'язаний із суб'єктивним незадоволенням потреб у безпеці, спокої та комфорті; *мотиви розвитку*, що вказують на спрямованість особистості на створення та пізнання нових аспектів навчальної діяльності.

Таблиця 3.2.

**Значимі факторні навантаження у групі осіб
з середнім рівнем перфекціонізму**

Фактори	Шкали	Факторне навантаження
I фактор – «Навчальна (професійна) мотивація»	Мотиви розвитку	0,664
	Ідеальний показник мотиву спілкування у навчальній мотивації	0,634
	Мотив досягнення успіху	0,612
	Ідеальний показник мотиву загальної активності у навчальній мотивації	0,541
	Реальний показник мотиву комфорту у навчальній мотивації	- 0,486
Відсоток дисперсії фактора	19,3	
II фактор – «Чутливість до неприйняття оточенням»	Чутливість до неприйняття оточенням	0,650
	Реальний показник мотиву спілкування	-0,609
	Ідеальний показник мотиву спілкування	0,552
	Установка на егоїзм	0,513
Відсоток дисперсії фактора	16,8	
III фактор – Потреба у визнанні	Потреба у визнанні	0,623
	Потреба у комфорті	- 0,594
	Мотив соціального статусу	0,528
	Мотив спілкування	0,479
Відсоток дисперсії фактора	13,7	

Фактор 2 – «Чутливість до неприйняття оточенням» (16,8%) –

склали показники мотиву афіліації – *чутливість до неприйняття оточенням*, що пов'язані зі страхом критики та неприйняття інших людей; *ідеальний показник мотиву спілкування*, що відображає високі прагнення, щодо його задоволення; *обернений показник мотиву спілкування*, що вказує на незадоволення даного мотиву (при суб'єктивній оцінці); *установка на егоїзм*, що відображає зосередженість особистості на власних інтересах, своєму Я.

Фактор 3 – «Потреба у визнанні» (14,7 %) до якого увійшли *потреба у визнанні*, що передбачає прагнення до підвищення компетентності, забезпечення статусу та впливу, а також досягнення визнання і поваги; *обернений показник потреби у комфорті*, що свідчить про її дефіцит; *мотив соціального статусу* як прагнення до вагомого місця та значення у суспільстві, реалізація своєї влади; *мотив спілкування*, що передбачає прагнення до комунікації з оточенням, задоволення потреб у взаємодії з оточенням.

Проведений факторний аналіз для **осіб з низьким рівнем перфекціонізму**, що дозволив виділити 4 фактори (Додаток Д.3.), загальний рівень дисперсії – 51,2%, табл. 3.3.

Фактор 1 – «Споживацькі мотиви» (16,8%) склали такі компоненти як *мотив життєзабезпечення*, що передбачає турботу і підтримання умов життєдіяльності та існування; *мотив комфорту* як необхідність підтримки безпеки, спокої у життєзабезпеченні; *ідеальний показник мотиву життєзабезпечення та комфорту*, що відображає високі устремління за даними показниками; *обернений показник реального стану мотиву комфорту*, що вказує на суб'єктивне незадоволення реальним станом комфортних умов.

Фактор 2 – «Орієнтація на зовнішні стандарти» (13,9%) до якого увійшли: *цінність традицій*, що пов'язано з підтримуванням соціальних норм, ритуалів, цінностей, наслідування їх; *цінність конформності*, що полягає у прагненні до стримування дій та поведінки, що не відповідає

соціальним очікуванням; *цінність універсалізму*, що проявляється через терпимість, захист суспільного благополуччя; *мотив соціального престижу* як прагнення до вагомого місця та значення у суспільстві, реалізація своєї влади; *ідеальний показник мотиву соціального престижу*, що відображає високе прагнення до його задоволення.

Таблиця 3.3.

**Значимі факторні навантаження у групі осіб
з низьким рівнем перфекціонізму**

Фактори	Шкали	Факторне навантаження
I фактор – «Споживацькі мотиви»	Мотив життєзабезпечення	0,652
	Мотив комфорту	0,629
	Ідеальний показник мотиву життєзабезпечення	0,611
	Ідеальний показник мотиву комфорту	0,512
	Реальний показник мотиву комфорту	- 0,507
Відсоток дисперсії	16,8	
II фактор – «Орієнтація на зовнішні стандарти»	Цінність традицій	0,638
	Цінність конформізму	0,634
	Цінність універсалізму	0,588
	Мотив соціального престижу	0,571
	Ідеальний показник мотиву соціального престижу	0,523
Відсоток дисперсії	13,9	
III фактор – «Відкритість до змін»	Цінність стимуляції	0,632
	Цінність самостійності	0,613
	Цінність гедонізму	0,596
	Цінність досягнення	0,574
Відсоток дисперсії	11,7	
IV фактор – «Установка на результат (в поєднанні з мотивом досягнення успіху)»	Установка на результат	0,593
	Установка на працю	0,547
	Мотив досягнення успіху	0,499
Відсоток дисперсії фактора	8,8	

Фактор 3 – «Відкритість до змін» (11,7%) – склали *цінність стимуляції*, мотиваційна ціль якої полягає у прагненні до новизни та глибоких переживань для підтримання оптимального рівня активності; *цінність самостійності*, що пов'язана з потребою організму у самоконтролі та самокерівництві, а також потреби у автономності та незалежності; *цінність гедонізму*, що полягає у прагненні до отримання задоволення та насолоди; *цінність досягнення* – ціль якої полягає у прояві компетентності у відповідності до соціальних стандартів.

За теоретичною моделлю співвідношення між мотиваційними типами цінностей Ш. Шварца, цінності самостійності та стимуляції об'єднані у показник «відкритість змін». Таким чином, враховуючи значні факторні навантаження у виявленій нами мотиваційній структурі, було вирішено відповідно й назвати виділений фактор.

Фактор 4 – «Установка на результат (у поєднанні з мотивом прагнення до успіху)» (8,8%) – склали соціально-психологічні *установки на результат*, як прагнення незважаючи на умови та обставини досягати поставленої мети; *на працю*, коли досягнення поставлених цілей пов'язано із значними зусиллями, які прагне покласти особа для досягнення мети; та *мотив досягнення успіху*, що в концепції А. Мехрабіана відображає позитивну мотивацію на отримання бажаних результатів, в порівнянні з негативною – прагнення уникнення невдачі.

Таким чином, за допомогою факторного аналізу, нами виявлено різні факторні структури осіб з різним рівнем перфекціонізму.

Зокрема, для осіб з високим рівнем перфекціонізму – мотив соціального престижу та влади; гіпертрофована активність; мотивація уникнення невдачі. Для осіб з середнім рівнем – навчальна (професійна) мотивація; чутливість до неприйняття оточенням; потреба у визнанні. Для осіб з низьким рівнем перфекціонізму – споживацькі мотиви; орієнтація на зовнішні стандарти; відкритість до змін; установка на результат (в поєднанні

з мотивом досягнення успіху).

Для з'ясування залежності показника перфекціонізму від мотиваційних особливостей людини був також використаний множинний регресійний аналіз. Залежною змінною у лінійній регресії виступив загальний показник перфекціонізму, незалежними змінними виступили потреби, мотиви, установки та цінності особистості. На основі даних множинного регресійного аналізу (МРА) виведено регресійні зв'язки, які показують значущий внесок мотиваційних чинників в досліджуваний феномен перфекціонізму, табл. 3.4.

Таблиця 3.4.

Мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді

Показник	Предиктори перфекціонізму	Стандартизований коефіцієнт регресії	R² – коефіцієнт детермінації
Потреби	Потреба у комфорті	0,159	0,067
	Потреба у визнанні	0,187	
Мотиви	Страх бути знехтуваним (мотив афіліації)	0,314	0,248
	Мотиви соціального престижу та влади	0,307	
	Мотив загальної активності	0,124	
	Ідеальний стан задоволення мотивів	0,189	
	Професійна мотивація	0,251	
Ціннісні орієнтації	Цінність влади	0,214	0,125
Соціально-психологічні установки	Установка на результат	0,256	0,156
	Установка на альтруїзм	- 0,295	

Отримані результати вказують, що мотиваційними чинниками перфекціонізму студентської молоді, серед *потреб* є: потреба у комфорті

($R^2 = 0,067$, $p \leq 0,05$, $F = 5,984$) та визнанні ($R^2 = 0,067$, $p \leq 0,05$, $F = 5,984$); серед *мотивів*: страх бути знехтуваним (чутливість до неприйняття оточенням), ($R^2 = 0,248$, $p \leq 0,05$, $F = 24,84$), мотив соціального престижу та статусу ($R^2 = 0,248$, $p \leq 0,05$, $F = 24,84$), мотив загальної активності ($R^2 = 0,248$, $p \leq 0,05$, $F = 24,84$), високий рівень прагнень ($R^2 = 0,248$, $p \leq 0,05$, $F = 24,84$), устремлінь до задоволення мотивів ($R^2 = 0,248$, $p \leq 0,05$, $F = 24,84$), професійна мотивація ($R^2 = 0,248$, $p \leq 0,05$, $F = 24,84$); серед *ціннісних орієнтацій*: цінність влади ($R^2 = 0,125$, $p \leq 0,05$, $F = 10,98$); серед *соціально-психологічних установок* – установка на результат ($R^2 = 0,156$, $p \leq 0,05$, $F = 11,44$), а також уникнення устремлінь на альтруїзм ($R^2 = 0,156$, $p \leq 0,05$, $F = 11,44$).

Проаналізуємо також індивідуально-психологічні особливості людини, що є чинниками перфекціонізму студентської молоді, визначені за допомогою регресійного аналізу. Такий вибір зумовлений тим, що індивідуальні риси, самоствавлення та прагнення до саморозвитку взаємопов'язані з мотивацією особистості і впливає на перфекціоністські тенденції, табл. 3.5.

Таблиця 3.5.

Психологічні чинники перфекціонізму студентської молоді

Показник	Предиктори перфекціонізму	Стандартизований коефіцієнт регресії	R^2 – коефіцієнт детермінації
Риси характеру	Тривожність	0,345	0,295
	Педантизм	0,287	
	Застрагання	0,176	
Самоствавлення	Дзеркальне Я	-0,456	0,348
	Самозвинувачення	0,307	
	Внутрішня конфліктність	0,294	
	Самоприв'язаність	-0,144	
Особливості самоактуалізації	Аутосимпатія	-0,232	0,0945
	Орієнтація в часі	-0,170	
	Саморозуміння	-0,192	
	Спонтанність	-0,157	

Результати регресійного аналізу вказують, що до індивідуально-психологічних чинників, що впливають на мотивацію перфекціонізму особистості відносяться такі *риски характеру*, як тривожність ($R^2 = 0,295$, $p \leq 0,05$, $F = 28,27$), схильність до педантизму ($R^2 = 0,295$, $p \leq 0,05$, $F = 28,27$) та застрягання ($R^2 = 0,295$, $p \leq 0,05$, $F = 28,27$); *особливостей самоствавлення* – негативна оцінка себе та стосунків з оточенням ($R^2 = 0,348$, $p \leq 0,05$, $F = 10,181$); *самозвинувачення* ($R^2 = 0,348$, $p \leq 0,05$, $F = 10,181$); схильність до рефлексії та надмірного самокопання, що негативно відображається на прийнятті себе ($R^2 = 0,348$, $p \leq 0,05$, $F = 10,181$); а також недостатньо виражена готовність до змін, пізнання нового ($R^2 = 0,348$, $p \leq 0,05$, $F = 10,181$); *особливості самоактуалізації*, що пов'язані з неприйняттям себе ($R^2 = 0,0945$, $p \leq 0,05$, $F = 5,325$), невпевненістю ($R^2 = 0,0945$, $p \leq 0,05$, $F = 5,325$), спогадами про минуле ($R^2 = 0,0945$, $p \leq 0,05$, $F = 5,325$), недостатнє розуміння власних потреб та бажань ($R^2 = 0,0945$, $p \leq 0,05$, $F = 5,325$).

Отже, мотиваційними детермінантами перфекціонізму студентської молоді є *потреби* у комфорті та визнанні; *мотиви* страху бути знехтуваним (чутливість до неприйняття оточенням), соціального престижу та статусу, загальної активності, високий рівень прагнень, професійні мотиви; *ціннісна орієнтація* на владу; *соціально-психологічна установка* на результат та уникнення устремлінь на альтруїзм, які виступають мотиваційними чинниками перфекціонізму студентської молоді. Також виявлено вагомі *індивідуально-психологічні* (індивідуальні риси, особливості самоствавлення і саморегуляції особистості) та *соціокультурні* (стилі сімейного виховання, навчання у ВНЗ) чинники перфекціонізму студентства, які тісно взаємопов'язані з мотивацією перфекціонізму.

3.5. Стиль батьківського 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=149) 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.3.36.). Отож, 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.

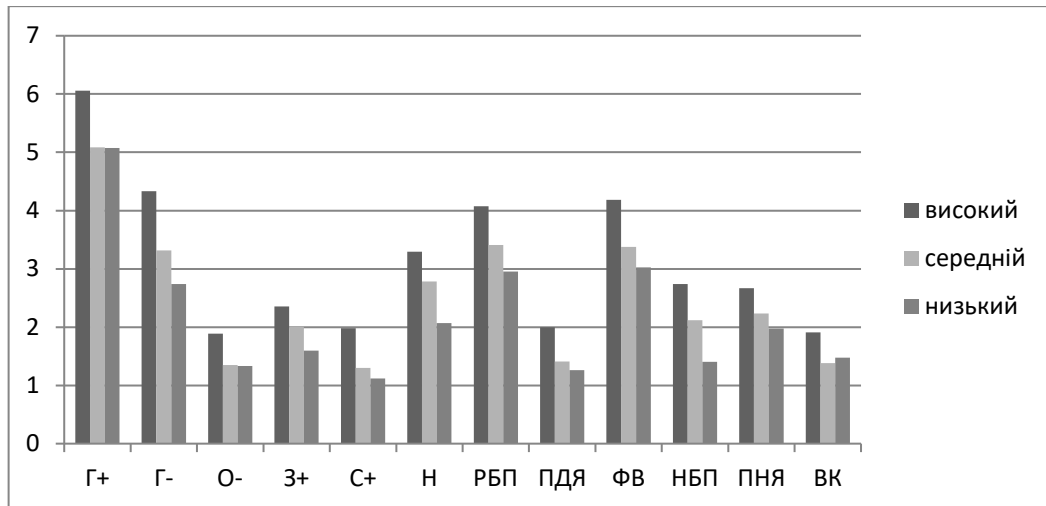


Рис. 3.36. Відмінності у стилях сімейного виховання осіб з різним рівнем перфекціонізму

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 проекція 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 стенічних дітей таке виховання формує реакцію емансипації, у менш стенічних – 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. 3.6.

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 3.6.

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 висунення 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, ($r=0,42$, $p \leq 0,01$), рис. 3.37.

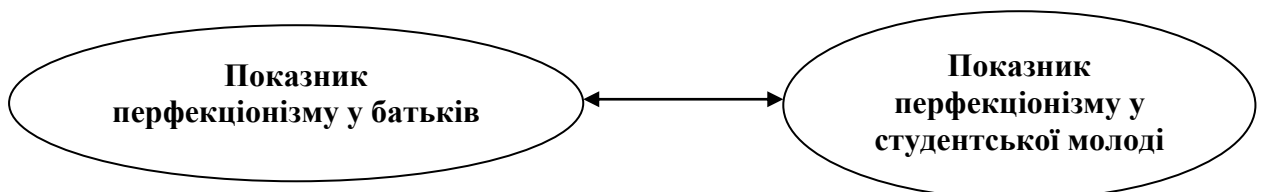


Рис. 3.37. Особливості взаємозв'язку перфекціонізму серед батьків та дітей

Також результати регресійного аналізу вказують, що показник перфекціонізму у дітей залежить від показника перфекціонізму у батьків ($R^2 - 0,127$).

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 звузати і виокремити стилі сімейного виховання, що здійснюють вплив на формування перфекціонізму: ігнорування потреб дитини, надмірність вимог, проєкція на дитину власних небажаних якостей, прояв перфекціонізму у батьків.

3.6. Мотиваційна структура перфекціонізму студентської молоді

Узагальнюючи результати теоретичного та емпіричного дослідження нами побудовано мотиваційну структуру перфекціонізму студентської молоді (рис. 3.38.).

За допомогою регресійного аналізу виявлено чинники, які впливають на прояв перфекціонізму студентської молоді. Це ті основні компоненти, що здійснюють вклад у мотиваційну передумову перфекціонізму.

Серед мотиваційних чинників – це потреби, ціннісні орієнтації, мотиви та соціально-психологічні установки. Відповідно, ці показники об'єднані як



Рис.3.38. Мотиваційна структура перфекціонізму студентської молоді

мотивація перфекціонізму студентської молоді. Якщо більше детально проаналізувати кожную складову, то серед **потреб** – це потреба у комфорті та потреба у визнанні; серед **ціннісних орієнтацій** – це цінність влади; серед **мотивів** – мотив соціального престижу, мотив загальної активності, показник ідеального стану задоволення мотивів, професійна мотивація, а також мотив афіліації – страх бути знехтуваним, або чутливість до неприйняття оточенням; серед **соціально-психологічних установок** – установка на результат та обернений показник установки на альтруїзм.

До блоку індивідуально-психологічних чинників, які здійснюють вплив на перфекціонізм, і є важливими у впливі на мотиваційну сферу особистості, за допомогою регресійного та кореляційного аналізів виявлено – індивідуальні риси, особливості самоствавлення та саморегуляції. До **індивідуальних рис** входять – тривожність, педантизм та застрягання; до особливостей **самоствавлення** – самозвинувачення, внутрішня конфліктність, негативні показники дзеркального Я та самоприв'язаності.

Самоствавлення – полімодальна емоційно-ціннісна система, що займає одне з визначальних компонент самосвідомості, виражає особливості ставлення людини до самої себе і забезпечує центрування її внутрішнього простору й формування смислового вектору життєвого шляху.

Самоствавлення може як позитивно, так і негативно впливати на перфекціоністські тенденції особистості, наприклад, прагнення змінити Я-образ через досягнення значимих результатів, і в свою чергу, перфекціонізм також у зворотньому напрямку впливає на самоствавлення, наприклад, коли досягнення значимих результатів, позитивних оцінок впливає на впевненість у собі, підвищення самооцінки, власної значимості.

Щодо показника самоствавлення, то він знаходиться у прямому взаємозв'язку з перфекціонізмом, і може впливати як на його формування, так і змінюватися під впливом перфекціоністських тенденцій.

Самоствавлення ж формує способи саморегуляції поведінки, власної

активності. Саморегуляція виступає як “...системно-організований процес внутрішньої психічної активності людини щодо ініціації, побудови, управління, підтримування різними видами і формами довільної активності, безпосередньо прийнятими людиною цілями” [87].

Отже, щодо **особливостей саморегуляції**, то саморегулюючи власну діяльність перфекціоністи надають вагомому значення у її плануванні та програмуванні, проте частково недооцінюють потребу у моделюванні її, прояву гнучкості та об’єктивній оцінці результатів.

До блоку соціокультурних чинників перфекціонізму, на основі регресійного та порівняльного аналізів, виявлено такі аспекти як сімейні чинники та **навчання у ВНЗ** як соціального фактору. Результати порівняльного аналізу вказують, що серед студентів прояв перфекціонізму значно вищий, аніж серед осіб, які не входять в дану категорію. Тому, нами було виокремлено – навчання у ВНЗ – як особливість, що притаманна для прояву перфекціонізму і включена в загальну структуру мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді.

До **стилів сімейного виховання** – ігнорування потреб дитини, надмірна вимогливість, проєкція на дитину небажаних якостей. Також важливим показником у дослідженні виявився результат того, що батьківський перфекціонізм є чинником розвитку перфекціонізму у дітей.

Вагомим у результаті дослідження, виявився той факт, що перфекціонізм особистості обернено пропорційно взаємопов’язаний з самоактуалізацією, та й загалом негативні значення показників аутосимпатії, орієнтації у часі, саморозуміння, спонтанності є чинниками розвитку перфекціонізму. Таким чином, виокремлено, що перфекціонізм та самоактуалізація – не тотожні явища.

Встановлено, що показники **самоактуалізації** – аутосимпатія, орієнтація у часі, саморозуміння та спонтанність – негативно впливають на перфекціонізм особистості, що доводить відмінність даних понять.

Отже, індивідуально-психологічні та соціокультурні чинники здатні впливати на розвиток та формування мотивації перфекціонізму. Мотивація перфекціонізму представлена сукупністю взаємопов'язаних між собою потреб, цінностей, установок та мотивів особистості.

Висновки до розділу 3.

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 самопринятті.

3. Сформовано мотиваційну структуру перфекціонізму студентської молоді. 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

У дисертації представлено теоретичне узагальнення і нове вирішення проблеми визначення мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді. Узагальнення результатів дослідження дало змогу констатувати наступне:

1. В результаті теоретичного та емпіричного вивчення впливу перфекціонізму на особистість, запропоновано розглядати його як цілісне явище, що одночасно об'єднує як екстрапсихічний, так і інтрапсихічний аспекти. Відповідність високим стандартам схвалюється і культивується сучасним суспільством, що являє собою конструктивні прагнення до досягнення цілі. Проте, постійне і надмірне прагнення до досконалості сприяє емоційному виснаженні, когнітивним спотворенням та соціальній дезадаптивності.

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).

Побудовано теоретичну модель мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді, у якій мотиваційний аспект 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.

2. Модифіковано опитувальник перфекціонізму розроблений російськими науковцями Н. Гаранян, А. Холмогорова. В результаті

розширено структуру перфекціонізму шляхом додавання двох шкал «самозвинувачення» та «залежність від оцінок оточення». В кінцевому варіанті опитувальник включає 44 оціночних твердження та містить окрім двох авторських шкал такі шкали як: «сприйняття людей, як таких, що делегують надвисокі вимоги»; «завищені вимоги до себе»; «високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс найуспішніших»; «селектування інформації про власні помилки»; «поляризоване мислення – все або нічого». Виокремлено рівні перфекціонізму – високий, середній та низький, що дозволить відповідно диференціювати особливості його прояву.

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 ваговою сферою, що забезпечує реалізацію мотивів розвитку. Перфекціоністи переважно демонструють високі показники ідеалізованих переконань, високий рівень устремлінь 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 теоретичної моделі вивчення мотиваційних чинників перфекціонізму студентської молоді 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, виоким 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 самоствалення і саморегуляції особистості) та соціокультурні (стилі сімейного виховання, навчання у ВНЗ) 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 самостваленні 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. Зокрема, в умовах глобалізації та постійних трансформаційних процесів важливим аспектом є проведення кроскультурних досліджень особливостей перфекціонізму в залежності від економічного розвитку суспільства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности / К.А. Абульханова-Славская // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981. – С.29-45.
2. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. — М.: Мысль, 1999. — 299 с.
3. Адлер А. Индивидуальная психология как путь к познанию и самопознанию человека / А.Адлер. – Киев: Наука жить, 1997. – 357 с.
4. Адлер А. Понять природу человека / А.Адлер. – СПб.: Академический проект, 2000. – 254 с.
5. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: лекции по введению психотерапии для врачей, психологов и учителей / А.Адлер. – М.: Издательство Института психотерапии, 2002. – 214 с.
6. Адлер А. Смысл жизни / А. Адлер // Философские науки. — 1998. — № 1. — С. 15–26.
7. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2002. – 288 с.
8. Арина Г. А. Средства массовой информации как фактор возникновения озабоченности собственной внешностью в юношеском возрасте / Г. А. Арина // Культурноисторическая психология. — 2009. – № 4. – С. 105–114.
9. Бабенко В. В. Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних та педагогічних експериментах / В. В. Бабенко. – Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2009. – 184 с.
10. Бескова Т. В. Взаимосвязь перфекционизма со способами реагирования на успех и неудачу другого [Электронный ресурс] / Т. В. Бескова // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – Режим доступа до ресурсу: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=6046>.

11. Бибрих Р. Р. Из истории проблемы детерминизма в психологии мотивации / Р. Р. Бибрих // Вестник МГУ. Психология. – Сер. 14. – 1978. – № 2. – С. 75-87.

12. Блинова О. Є. Психологічні основи соціальної мобільності особистості : навч. посіб / О. Є. Блинова ; Херсон. держ. ун-т. – Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2010. – 230 с.

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

14. Борисюк А. С. Особливості мотиваційних компонентів пізнавальної активності студентів-медиків / А. С. Борисюк // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ : Видавництво “Плай” Прикарпатського університету, 2006. – Вип. 11. – Ч.1. – С. 31-36.

15. Бохонкова Ю. О. Вплив соціокультурного середовища на формування випереджальної стратегії поведінки особистості / Ю. О. Бохонкова // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка Національної АПН України. Проблеми загальної та педагогічної психології . – 2012 а. – Т. 24. – ч. 6. – С. 43-50.

16. Брисева Ю. В. Соотношение перфекционизма и ценностных ориентаций у представителей сферы информационных технологий / Ю. В. Брисева, Ю. Д. Бабаева, М. Б. Маркина // Перспективные направления психологической науки. – 2012. – Вып. 2. – С. 237 – 250.

17. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика: учеб. пособие для вузов / Л. Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2005. – 351 с.

18. Васютинський В. О. Мотивація влади як чинник і результат міжсуб'єктних стосунків // Актуальні проблеми психології. – Т. 1.: Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. – К.: Ін-т психол. ім. Г. С. Костюка АПН України, 2001. – Вип. 2. – С. 15–22.

19. Вознесенська О. Л. Значення досвіду раннього дитинства у формуванні життєвих домагань особистості / О. Л. Вознесенська // Наукові студії із соц. та політ. психології : зб. статей / НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології; голов. редкол. С. Д. Максименко (голова) [та ін.]. – К. : Міленіум, 2004. – Вип. 8 (11). – С. 113–121.

20. Воликова С. В. Родительский перфекционизм – фактор развития эмоциональных нарушений у детей, обучающихся по усложненным программам / С. В. Воликова, А. Б. Холмогорова, А. М. Галкина // Вопросы психологии. – 2006. – № 5. – С. 23 – 31.

21. Воликова С. В. Современные исследования детского перфекционизма / С. В. Воликова // Социальная и клиническая психиатрия. – 2012. – Т. 22. – № 4. – С. 94 – 98.

22. Ганнушкин П. Б. Клиника психопатий, их статика, динамика, систематика / П. Б. Ганнушкин. – Москва: НГМА, 1998. – 122 с.

23. Гаранян Н. Г. Диагностика перфекционизма при расстройствах аффективного спектра: пособие для врачей / Н. Г. Гаранян, Т. Ю. Юдеева. – М.: МНИИ психиатрии, 2008. – 19 с.

24. Гаранян Н. Г. Перфекционизм и враждебность как личностные факторы депрессивных и тревожных расстройств : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. псих. наук : спец. 19.00.04 / Гаранян Н. Г. – Москва, 2010. – 42 с.

25. Гаранян Н. Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследования) / Н.Г. Гаранян // Современная терапия психических расстройств. – 2006. – № 1. – С. 31 – 40.

26. Гаранян Н. Г. Перфекционизм как фактор студенческой дезадаптации / Н. Г. Гаранян, Д. А. Андрусенко, И. Д. Хломов // Психологическая наука и образование. – 2009. – №1. – С. 72 – 82.

27. Гаранян Н. Г. Перфекционизм, депрессия и тревога / Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова, Т. Ю. Юдеева // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 4. – С. 18 – 49.
28. Гаранян Н. Г. Психологические модели перфекционизма / Н. Г. Гаранян // Вопросы психологии. – 2009. – №5. – С. 74 – 83.
29. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности / Е. И. Головаха // Психология личности в трудах отечественных психологов. — СПб.: Питер, 2000. — С. 256-259.
30. Гордеева Т. О. Психология мотивации достижения. / Т. О. Гордеева — М.: Смысл, 2006. — 336с.
31. Горская Г.Б. Личностные факторы конструктивности проявлений перфекционизма у старшеклассников / Г.Б. Горская, Е.В. Мантачка // Теория и практика общественного развития. – 2013. – № 8. – С. 123–126.
32. Грандт В. В. Генезис перфекціонізму: теоретична експлікація проблеми / В. В. Грандт // Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Державного вищого навчального закладу «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. – Запоріжжя : ЗНУ, 2014. – № 1 (5). – С. 30–35.
33. Грачева И. И. Адаптация методики "Многомерная шкала перфекционизма" П. Хьюитта и Г. Флетта / И. И. Грачева. // Психологический журнал. – 2006. – №6. – С. 73–81.
34. Грачева И. И. Уровень перфекционизма и содержание идеалов подростков / И. И. Грачева // Психологические исследования личности: сборник работ молодых ученых / Отв. редактор Е. А. Чудина. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – С. 16 – 36.
35. Грень Л.М. Розвиток мотиваційної сфери студентів як основа досягнення успіху в майбутній професійній діяльності / Л.М. Грень // Проблеми інженерно-педагогічної освіти. – 2010. – [Електронний ресурс]. –

Режим доступу до ресурсу:
[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)

36. Грубі Т.В. Визначення поняття «перфекціонізм особистості» / Т.В. Грубі // Педагогіка і психологія сьогодення: теорія та практика : зб. наук. праць учасників Міжнародної науково-практичної конференції (22–23 січня 2016 р., м. Одеса). – Одеса : ГО «Південна фундація педагогіки», 2016. – С. 13–18.

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

38. Грубі Т.В. Сучасні моделі перфекціонізму / Т.В. Грубі // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць. Т. 1. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 43 / За ред. С.Д. Максименка; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. – Київ: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2015. – С. 8-15.

39. Гуляс І. А. Перфекціоністські настанови як чинник професійної готовності майбутніх практичних психологів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / І. А. Гуляс. – Івано-Франківськ, – 2007. – 21 с.

40. Гуляс І.А. Мотиваційні тенденції розвитку перфекціоністських настанов студентів-психологів / І.А. Гуляс // 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.

41. Гуляс І.А. Мотивація досягнення як складова перфекціонізму // Матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції „Наука і освіта 2005”. Том 52. Психологія. – Дніпропетровськ: Наука і освіта, 2005. – С. 14-16.

42. Гуляс І.А. Патопсихологічні ризики особистісного перфекціонізму // Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки. – Івано-Франківськ: ВДВ ЦІТ, 2006. – Вип. ІХ. – С. 176-183.

43. Данилевич Л. А. Перфекціонізм як особистий чинник академічної обдарованості студентів : дис. канд. псих. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Л. А. Данилевич. – К., 2010. – 240 с.

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

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

46. Джеймс У. Психология / У. Джеймс ; предисл. Л. А. Петровской. – М. : Педагогика, 1991. – 368 с.

47. Евенко С. Л. Особенности развития перфекционизма у подростков в зависимости от типа семейных отношений / С. Л. Евенко // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. – 2014. – № 2. – С. 64–68.

48. Загурська С. М. Теорії мотивації: історія виникнення та їх сутність / С. М. Загурська // Проблеми загальної та педагогічної психології [Текст] : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України ; за ред. : С. Д. Максименко. - К. : Ін-т психології, 2009 - Т. 11, Ч. 4. – С .119-129.

49. Занюк С.С. Психология мотивации / С. Занюк. – К.: Эльга-Н.: Ника-Центр, 2001. – 352с.

50. Захарко О. О. Соціально-психологічні детермінанти дозвіллевих уподобань студентської молоді : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / О. О. Захарко. – Київ, 2013. – 15 с.

51. Золотарева А. А. Адаптация методики "Шкала перфекционистской самопрезентации" П. Хьюитта / А. А. Золотарева. // Психологический журнал. – 2011. – №6. – С. 59–66.

52. Золотарева А. А. Диагностика индивидуальных различий перфекционизма личности : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.01 "Общая психология. История психологии" / Золотарева А. А. – Москва, 2012. – 25 с.

53. Золотарева А. А. Дифференциальная диагностика перфекционизма / А. А. Золотарева // Психологический журнал. – 2013. – Том 34. – № 2. – С. 117 – 128.

54. Золотарева А. А. Перфекционистская самопрезентация как патологический феномен: перспективы изучения и измерения нового феномена в клинической психологии / А. А. Золотарева // Психология XXI века : сборник материалов V международной научно-практической конференции молодых ученых.: Санкт-Петербург. – 2009. – Т. 2. – С. 282 – 287.

55. Иберла К. Факторный анализ / К. Иберла ; пер. с нем. В. М. Ивановой ; под ред. А. Г. Аганбегяна [и др.]. – М. : Статистика, 1980. – 398 с.

56. Ильин Е. П. Работа и личность.Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.

57. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб : Питер, 2001. – 752 с.

58. Карпенко Є.В. Перфекціонізм як джерело невротизації особистості / Є.В. Карпенко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. – Вип. 1. – Т. 1. – Херсон : Херсонський держ. ун-т, 2016. – С. 30 – 37.

59. Кашина О. П. Проблема перфекціонізму и нарциссизма в современном обществе / О. П. Кашина // Весник Нижегородского университета Н.И. Лобачевского. – 2010. – № 2(18). – С. 41-46.

60. Клименко Н.О. Роль мотивів навчально-пізнавальної діяльності в умовах особисто-орієнтованого навчання в вищих навчальних закладах / Н.О. Клименко // Профорієнтація та довузівська підготовка майбутніх спеціалістів: проблеми, досвід, перспективи: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Чернігів, 1999. – 172-175.

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

62. Козиевская Е. В. Профессиональная самооценка в развитии мотивации достижения государственных служащих: фвтореф. дис. канд. псих. Наук / Е.В. Козиевская. – М., 1998. – 25 с.

63. Колесников Е. П. Теоретико-методологические основы изучения деятельности по организации жизни / Е.П. Колесников // Наука і освіта. – 1998. – № 4–5. – С. 52–55.

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

65. Кононенко О. Психологічна структура перфекціонізму особистості / О. Кононенко // Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія. – 2014. – Т. 19. – Вип. 1 (31). – С. 130-136.

66. Кубышкина М. Л. Психологические особенности мотивации социального успеха : дис. канд. псих. наук : 19.00.05 / Кубышкина М. Л. – Санкт-Петербург, 1997. – 222 с.

67. Лазько А. М. Феномен перфекціонізму: теоретичний аналіз проблем і тенденцій дослідження / А. М. Лазько // Проблеми сучасної

психології : Зб. наук. пр. К_ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України. – 2012. – Вип. 16. – С. 665 – 675.

68. Ландрева К. С. Перфекционистская самопрезентация образа «Я» в общении / К. С. Ландрева // Современная психология: материалы междунар. науч. конф. (г. Пермь, июнь 2012 г.). – Пермь: Меркурий, 2012. – С. 51 – 55.

69. Ларина Е. А. Структура и динамика мотивационной сферы личности студентов разных направлений профессионального образования : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.01 "«Общая психология, психология личности, история психологии»" / Ларина Е. А. – Москва, 2010. – 29 с.

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

71. Ларских М. В. Тренинг коррекции дисфункционального перфекционизма / М. В. Ларских, С. В. Ларских // Научно-практический журнал «Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья». – 2009. – № 35. – С. 43 – 45.

72. Левченко Т. І. Мотивація суб'єкта в різних видах діяльності; монографія / Тетяна Левченко. – Вінниця: Нова Книга, 2011. – 448 с.

73. Леонтьев Д. А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ / Д. А. Леонтьев // Современная психология мотивации / [под ред. Д. А. Леонтьева]. — М.: Смысл, 2002б. – с. 13-46.

74. Лоза О. О. Аналіз психометричних та змістовних характеристик методик діагностики перфекціонізму / О. О. Лоза // Вісник ДНУ, Серія Педагогіка і Психологія. – 2010. – №.9/1 – С. 68 –76.

75. Лоза О. О. Особливості перфекціонізму як особистісної риси державних службовців : дис. канд. псих. наук : 19.00.01 «Загальна психологія; історія психології» / Лоза О. О. – Київ, 2015. – 205 с.

76. Лоза О. О. Перфекціонізм державних службовців як соціально-психологічна проблема суспільства / О. О. Лоза // Матеріали міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Актуальні проблеми сучасної психологічної науки» – Одеса, 26 – 28 квітня 2012. – С. 30 – 32.

77. Лоза О. О. Порівняння особливостей прояву перфекціонізму українських та польських державних службовців / О. О. Лоза // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – К, 2013. – Т. 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип.8. – С. 603 – 612.

78. Лоза О. О. Психологічний аналіз моделей перфекціонізму та психометрична перевірка методик його діагностики / О. О. Лоза, О. М. Знанецька // Вісник Чернігівського національного університету. Серія Психологія. – 2010. – Т. II. – Вип. №. 82. – С. 11 – 15.

79. Лоза О. О. Психологічний аналіз феномену перфекціонізму: підходи до визначення / О. О. Лоза // 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», 2009. – С. 213 – 221.

80. Мак-Вільямс Н. Психоаналитическая диагностика: понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак-Вільямс. – М.: Класс, 1998. – 480 с.

81. Макклелланд Д. Мотивация человека / Д. Макклелланд. – СПб: Питер, 2007. – 672 с. – ("Мастера психологии").

82. Малкина-Пых И. Г. Исследования взаимосвязи самоактуализации и перфекционизма в структуре личности / // Мир психологии. – 2010. – № 1. – С. 208 –218.

83. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика: Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. — М.: Изд-во Эксмо, 2005. — 992 с.
84. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. — СПб.: Евразия, 1999. — 478 с.
85. Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере О.Ф.Потемкиной // Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. / [ред. и сост. Райгородский Д.]. — Самара : Бахрах-М, 2001. — С. 641-648.
86. Мильман В. Э. Метод изучения мотивационной сферы личности / В. Э. Мильман // Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции / В. Э. Мильман. — Москва, 1990. — С. 23–43.
87. Моросанова В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В. И. Моросанова. — Москва, 2001. — 192 с.
88. Музика О. Л. Структура ціннісної регуляції особистісного розвитку випускників ВНЗ у процесі професійної переорієнтації / О. Л. Музика, І. М. Тичина // Актуальні проблеми психології: Проблеми психології творчості. Збірник наукових праць ; [за ред. В.О. Моляко]. — Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2009. — Т. 12. — Вип. 7. — С. 202-209.
89. Мясищев В. Н. Психология отношений / В. Н. Мясищев ; под ред. А. А. Бодалева. — М. : Институт практической психологии, 1995. — 312 с.
90. Павлова В. С. Проблема перфекціонізму особистості та чинників, які впливають на його формування та розвиток / В. С. Павлова // Вісник ОНУ. Серія психологія. — 2013. — Т.18. — Вип. 22. — Ч.3. — С. 8–17.
91. Павлова В. С. Теоретичний аналіз типологій перфекціонізму / В. С. Павлова // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. — Київ : ЛАДО, 2013. — Т. 1 : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія, Вип. 39. — С. 53-57.

92. Павлова В.С. Генетичний підхід до проблеми перфекціонізму / В.С. Павлова // Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». –2013. –Т. 18. – 4 (30). – С. 243-250.
93. Парамонова В. В. Высшие устремления личности: перфекционизм как патологический феномен / В. В. Парамонова // Развитие личности. –2009. – № 1. – С. 64 – 78.
94. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / [ред.-сост. Д. Я. Райгородский]. – Самара : БАХРАХ-М, 2008. – 672 с.
95. Психологія особистості: Словник-довідник / [за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко]. – К. : Рута, 2001. – 320 с.
96. Распопова А. С. Возрастные особенности проявления перфекционизма в спорте : автореф. дисс. на соискание научн. степени канд. псих. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / А. С. Распопова. – Краснодар, 2012. – 26 с.
97. Савенков А. И. Путь к одаренности: исследовательское поведение дошкольников / А. И. Савенков. – СПб. : Питер, 2004. – 272 с.
98. Соколова Е. Т. Психология нарциссизма: Учебное пособие / Е. Т. Соколова, Е. П. Чечельницкая. – М.: Учебно-методический коллектор «Психология», 2001. – 90 с.
99. Степанов В.Г. Психология трудных школьников. Учебное пособие для учителей и родителей / В.Г. Степанов. – М: «Академия», 1997. – 320с.
100. Татенко В. О. Методологічні проблеми сучасної психології / В. О. Татенко // Педагогіка і психологія. Вісник НАПН України. – № 1. – 2012. – С. 14-21.
101. Татенко В. О. Феномен соціалізації в контексті суб'єктно-вчинкового підходу / В. О. Татенко // Педагогіка і психологія, Вісник НАПН України. – 2015. – С. 44-52.

102. Тринчук О. Б. Особливості мотиваційно-ціннісної структури особистості / О. Б. Тринчук. // Вісник ОНУ ім. І.І. Мечнікова. Психологія. – 2015. – №2. – С. 201 – 208.
103. Життєві домагання особистості / За ред. Т.М. Титаренко. – К.: Педагогічна думка, 2007. – 456 с.
104. Узнадзе Д. Н. Общая психология / Д. Узнадзе. – СПб. : Питер, 2004. – 413 с.
105. Федулеева А. Г. Особенности проявления перфекционизма у лиц с различными соматическими заболеваниями / А. Г. Федулеева // Вестник пермского университета. Серия «Философия. Психология Социология». – 2013. – Вып. 1. – № 13. – С. 108 – 116.
106. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – Москва: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – С. 98-102.
107. Философский энциклопедический словарь / [под ред. А. А. Ивина. – М.: Гардарики, 2004. – 1072 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://ariom.ru/wiki/Perfekcionizm>
108. Фоменко К. І. Мотиваційні особливості академічної саморегуляції студентів / К. І. Фоменко, О. І. Кузнецов. // Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. – 2014. – №25. – С. 582 – 596.
109. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд. – М.: Наука, 1989. – 456 с.
110. Фрейд З. Психология бессознательного [Електронний ресурс] / З. Фрейд – Режим доступу до ресурсу: <http://book-online.com.ua/read.php?book=2166&page=1>.
111. Фурманов И. А. Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечительства: Книга для психологов / И. А. Фурманов, А. А. Аладьин, Н. В. Фурманова. – Минск: Тесей, 1999. – 164 с.

112. Хабермас Ю. Моральное сознание и коммуникативное действие / Ю. Хабермас ; [Пер. с нем. под ред. Д. В. Складнева, послесл. Б. В. Маркова]. – СПб. : Наука, 2000. – 380 с.
113. Хекхаузен Х. Мотив и мотивация: восемь основных проблем / Х. Хекхаузен // Мотивация и деятельность. – М: Педагогика, 1986. – Т. 1. – С. 33 – 48.
114. Холмогорова А. Б. Нарциссизм, перфекционизм и депрессия / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян // Московский психотерапевтический журнал. – 2004. – №4. – С. 18 – 35.
115. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза / К. Хорни. – СПб.: Лань, 1997. – 240 с.
116. Хорни К. Невроз и личность. Борьба за самореализацию / К. Хорни: [пер с англ. Е. Н. Замфир]. – М.: Академический проект, 2008. – 400 с.
117. Хорни К. Невротическая личность нашего времени: Самоанализ / К. Хорни : [под ред. Г. В. Бурменской]. – М.: Издательская группа «Прогресс»-«Универс», 1993. – 480 с.
118. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб: Питер-Пресс, 1997. – 608 с. – (“Мастера психологии”).
119. Цыганкова В. П. Перфекционный стиль личности пациентов с нарушением адаптации и суицидальным поведением : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.04 / Цыганкова В. П. – Москва, 2012. – 32 с.
120. Цыганкова, П.В. Взаимосвязь перфекционизма с особенностями самосознания при аутодеструктивном поведении / П.В. Цыганкова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки». – 2010. - № 2. – С. 28-32.
121. Цыганкова, П.В. Перфекционизм и когнитивный стиль личности у лиц, имевших попытку суицида / Е.Т. Соколова, П.В. Цыганкова // Вопросы психологии. – 2010. - № 2. – С. 90-100.

122. Цыганкова, П.В. Структура перфекционной мотивации у лиц с нарушением адаптации и суицидальным поведением / П.В. Цыганкова, Е.Т. Соколова // Психологические исследования: электрон. науч. журн. [Электронный ресурс]. – 2011. – Режим доступа до ресурсу: www.psystudy.ru/index.php/num/2011n5-19/551-sokolova-tsygankova19

123. Чепурна Г. Л. Особливості прояву соціально приписаного перфекціонізму молоді / Г. Л. Чепурна. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – 2015. – №126. – С. 171–175.

124. Чепурна Г. Л. Перфекціонізм як фактор формування тривожності молоді [Електронний ресурс] / Г. Л. Чепурна. – Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2011_94/Chep.pdf

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

126. Чепурна Г. Л. Соціально-психологічні особливості перфекціонізму молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.05 "Соціальна психологія; психологія соціальної роботи" / Чепурна Г. Л. – Київ, 2013. – 20 с.

127. Чудновський В. Э. Проблема становлення смысложизненных ориентации личности / В. Э. Чудновський // Психологический журнал. – 2004. – №6. – С. 5-11.

128. Шнайдер К. Клиническая психопатология [Електронний ресурс] / К. Шнайдер. – 1999. – Режим доступу до ресурсу: <http://drlev.ru/book/shnaider.pdf>.

129. Юдеева Т. Ю. Перфекционизм в структуре разных личностных типов / Т. Ю. Юдеева // Известия РГПУ им. А.И.Герцена.: аспирантские тетради : научный журнал. – 2007. – №20 (49). – С.409 – 414.

130. Юдеева Т. Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств : дис. на здобуття ступеня канд. псих. наук : спец. 19.00.04 / Юдеева Т. Ю. – Москва, 2007. – 275 с.
131. Юнг К. Г. К вопросу о подсознании // Человек и его символы / [Юнг Карл Густав, фон Франц М.-Л., Хендерсон Дж. Л. и др.] ; под общ. ред. С.Н. Сиренко / Карл Густав Юнг; [пер. с нем. Сиренко С.Н.]. – М. : Серебряные нити, 1977. – 219 с.
132. Юнг К. Г. Подход к бессознательному / К. Г. Юнг; [пер. с нем. В. В Зеленского] // Архетип и символ / Карл Густав Юнг. – М. : Ренессанс, 1991. – 304 с. – (Серия: Страницы мировой философии).
133. Ясная В. А. Современные модели перфекционизма [Электронный ресурс] / В. А. Ясная, С. Н. Ениколопов. – Режим доступа до ресурсу: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n29/826-yasnaya29.html>
134. Якунин В. А. Психология управления учебно-познавательной деятельностью студентов: учеб. пособие / В.А. Якунин. – Л.: ЛГУ им. Жданова, 1986. – 44 с.
135. Adkins K. Perfectionism and suicidal preoccupation / K. Adkins, W. Parker // Journal of Personality. – 1996. – V. 64. – № 2. – P. 536 – 546.
136. Ames C. Classrooms: Goals, structures, and student motivation / Carole Ames // Journal of Educational Psychology. – 1992. – Vol. 84 (3). – P. 261-271.
137. Antony M. Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders / M. Antony, C. Purdon, V. Huta, R. Swinson // Behavior Research and Therapy. – 1998. – № 36. – P. 1143 – 1154.
138. Apter M.J. The experience of motivation : the theory of psychological reversals. / Michael J. Apter. – Academic Press, 1982 – 378 p.
139. Atkinson J. W. Personality, Motivation and Action : selected papers / John William Atkinson. – New York: Praeger, 1983. – 432 p.

140. Barrow J. Group interventions with perfectionistic thinking / J. Barrow, C. Moore // *Personell and Guidance Journal*. – 1983. –V. 61. – № 10. – P. 612 – 615.
141. Baumaester R. Suicide as escape from self / R. Baumaester. // *Psychological Review*. – 1990. – № 99. – P. 90–113.
142. Blankstein K. Self-reported fears of perfectionists: an examination with the fear survey schedule / K.Blankstein, G. Flett, P. Hewitt, A. Eng. // *Personality and Individual Differences*. – 1993. – № 15. – P. 323–328.
143. Blatt S. Dependency and self-criticism: psychological dimensions of depression / S. Blatt, D. Quinlan, E. Chevron. // *J-1 of Consulting and Clinical Psychology*. – 1982. – № 50. – P. 113–124.
144. Blatt S.J. The destructiveness of perfectionism / S. J. Blatt // *American Psychologist*. – 1995. – V. 50. – T. 12. – P. 1003 – 1020.
145. Burns D. D. The perfectionist's script for self-defeat / D. D. Burns // *Psychology Today*. – November 1980. – P. 34 – 52.
146. Burns D. *Feeling good: a new mood therapy* / D.Burns. – New York: Signet. –1980 – 121p.
147. Carstensen L. L. Aging and the intersection of cognition, motivation and emotion / L. L. Carstensen, J. A. Mikels, M. Mather // *The Handbook of Aging* / ed. by J. E. Birren, K. W. Schaie. – 6th ed. – San Diego : Academic Press, 2006. – P. 343-362.
148. D’Andrade R. G. Schemas and motivation / Roy G. D'Andrade // D’Andrade R.G. *Human Motives and Cultural Models*. – Cambridge : Cambridge University Press, 1992. – P. 23-44.
149. Dabrowski K. Perfectionism: yearning to become what one ought to be / K. Dabrowski, T. Piechovsky. – London: Little, Brown & Co, 1997. – P. 28 – 34.
150. Davis C. Not just a pretty face: physical attractiveness and perfectionism in the risk for eating disorders / C. Davis, G. Claridge, J. Fox. // *International J-1 of Eating Disorders*. – 2000. – № 27. – P. 67–73.

151. Dweck C. S. A social-cognitive approach to motivation and personality / Carol S. Dweck, Ellen E. Leggett // *Psychological Review*. – 1988. – Vol. 95 (2). – P. 256-273.

152. Ellis T. Cognitive characteristics of suicidal and nonsuicidal psychiatric inpatients / T. Ellis, K. Ratliff. // *Cognitive therapy and research*. – 1986. – № 10. – P. 625–634.

153. Enns M. Personality dimensions and depression: Review and Commentary / M. Enns, B. Cox. // *Canadian J Psychiatry*. – 1997. – № 42. – P. 1–15.

154. Flett G. Dimensions of perfectionism and procrastination / G. Flett, P. Hewitt, T. Martin // *Procrastination and task avoidance: Theory, research and treatment* : [red: S. Ferrari, J. Johnson, W. McCown. – London: Plenum Press, 1995. – P. 113 – 136.

155. Flett G. Dimensions of perfectionism, psychological adjustment, and social skills / G. Flett, P. Hewitt, D. Rosa. // *Personality and Individual differences*. – 1996. – № 20. – P. 143–150.

156. Flett G. Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem / G.Flett, P. Hewitt, K. Blankstein, S. O'Brien. // *Personality and Individual differences*. – 1991. – № 12. – P. 61–68.

157. Frost R. A comparison of two measures of perfectionism / R. Frost, R. Heimberg, C. Holt, J. Mattia, A. Neubauer // *Personality and individual differences*. – 1993. – V. 14. – № 1. – P. 119–126.

158. Frost R. Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes / R. Frost // *Cognitive Therapy and Research*. – 1995. – V. 19. – P. 195 – 205.

159. Frost R. The dimensions of perfectionism / R. Frost, P. Marten, C. Lahart, R. Rosenblate // *Cognitive Therapy and Research*. – 1990. – № 14 (5). –P. 449 – 468.

160. Gaudreau P. Dispositional Perfectionism and Well-Being: A Test of the 2 x 2 Model of Perfectionism in the Sport Domain / P. Gaudreau, J. Verner-Filion // Sport, Exercise, and Performance Psychology. – 2012. – V. 1. – № 1. – P. 29 – 43.

161. Gergen K. J. Realities and Relationships: Soundings in Social Construction / Kennet J. Gergen. – Cambridge, MA : Harvard University Press, 1994. – 356 p.

162. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism / D. Hamachek // Psychology. – 1978. – № 15. – P. 27 – 33.

163. Hawkins C. Psychometric Properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale With Australian Adolescent Girls [Электронный ресурс] / C. Hawkins, H. Watt, K. Sinclair // Educational and Psychological Measurement. – 2006. – Режим доступа до ресурсу: <https://personality-testing.info/tests/FMPQ.php>.

164. Hewitt P. Dimensions of perfectionism / P. Hewitt, G. Flett // Cognitive Therapy and Research. – 1998. – № 27. – P. 21 – 45.

165. Hewitt P. Perfectionism and depression: longitudinal assesement of a specific vulnerability hypothesis / P. Hewitt, G. Flett, E. Ediger. // J-l of Abnormal Psychology. – 1996. – № 105. – P. 276–280.

166. Hewitt P. Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesement and association with psychopathology / P. Hewitt, G. Flett // Journal of Personality and Social Psychology. – 1991. – V. 60. – № 3. – P. 456 – 470.

167. Hewitt P. The interpersonal expression of perfection. Perfectionistic self-presentation and psychological distress / P. Hewitt, G. Flett // Journal of Personality and Social Psychology. – 2003. – V. 84. – № 6. – P. 1303 – 1325.

168. Hickey D. T. Motivation and contemporary socio-constructivist instructional perspectives / Daniel T. Hickey // Educational Psychologist. – 1997. – Vol. 32. – P. 175-193.

169. Hollender M. Perfectionism / M. Hollender // Comprehensive Psychiatry. –V. 6. – 1965. – P. 94 – 103.

170. Lapadat J. C. Evaluative Discourse and Achievement Motivation: Students' Perceptions and Theories / Judith C. Lapadat // Language and Education. –2000. – Vol. 14 (1). – P. 37-61.

171. Locke E. A. Motivation through conscious goal setting / Edwin A. Locke // Applied & Preventive Psychology. – 1996. – Vol. 5. – P. 117-124.

172. Markland D. Motivational interviewing and self-determination theory / David Markland, Richard M. Ryan, Vanessa Jayne Tobin, Stephen Rollnick // Journal of Social and Clinical Psychology. – 2005. – Vol. 24 (6). – P. 811-831.

173. Matthews P. H. Effects of tutoring discourse structure on motivation among university foreign language learners / Paul Harvey Matthews. – Dissertation, The University of Georgia, 2001. – 169 p.

174. Mehrabian, A., Ksionzky, S. A theory of affiliation / Albert Mehrabian, Sheldon Ksionzky. – Lexington, Massachusetts : D.C. Heath, 1974. – 212 p.

175. Miller W. Motivational Interviewing: Helping People Change / William R. Miller, Stephen Rollnick. – New York : Guilford Press, 2012. – 482 p.

176. Minarik M. Relations of eating behavior and symptoms of depression and anxiety to the dimensions of perfectionism among undergraduate women / M. Minarik, A. Ahrens. // Cognitive Therapy and Research. – 1996. – № 20. – P. 155–169.

177. Parker W. D. Perfectionism and the gifted / W. D. Parker, K.K. Adkins // Roeper Review. – 1995. – V.17. – № 3. – P.173 – 176.

178. Plinner P. Perfectionism in weight – concerned and unconcerned women: an experimental approach / P. Plinner, G. Haddock. // International J-l of eating Disorders. – 1996. – № 19. – P. 381–389.

179. Rheume J. Perfectionism Questionnaire (PQ) / J. Rheume, M. Freeston, M. Ladouceur. // Universite Laval. – Canada. – 1994.

180. Rheume J. The prediction of obsessive-compulsive tendencies: Does perfectionism play a significant role? / J. Rheume, M. Freeston, R. Ladouceur. // *Personality and Individual Differences*. – 2000. – №28. – С. 583–592.

181. Rice K. G. Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equation analysis / K. G. Rice, J. S. Ashby, R. B. Slaney // *Journal of Counseling Psychology*. – 1998. – V. 45. – № 3. – P. 304 – 314.

182. Ryan R. M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci // *Am. Psychol.* – 2000. – No. 55. – P. 68-78.

183. Saboonchi F. Perfectionism and self-consciousness in social phobia and panic disorder with agoraphobia / F. Saboonchi, L. Lundth, L. Ost. // *Behavior research and Therapy*. – 1999. – № 37. – P. 799–808.

184. Shafran R. Perfectionism and psychopathology: a review of research and treatment / R. Shafran, W. Mansell. // *Clinical Psychology Review*. – 2001. – № 21. – P. 879–903.

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

186. Silverman L. K. Perfectionism / L. K. Silverman // *Maximizing potential: lengthening and strengthening our stride: Proceedings of the 11th World conference of gifted and talented children*. – Hong Kong, 1997. – P. 417 –423.

187. Silverman L. K. Perfectionism: The crucible of giftedness / L. K. Silverman // *Advanced Development*. – 1999. – №. 8. – P. 47 – 61.

188. Sivan E. Motivation in social constructivist theory / Eva Sivan // *Educational Psychologist*. – 1986. – Vol. 21. – P. 209-233.

189. Slaney R. A programmatic approach to measuring perfectionism: the almost perfect scales / R. Slaney, K. Rice, J. Ashby // *Perfectionism: Theory, research and treatment* : [Flett G, Hewitt P]. – Washington: Amer. Psychol. Assoc., 2002. – P. 63 – 89.

190. Slaney R. Perfectionism: Its measurement and career relevance / R. Slaney, J. Ashby, J. Trippi // *Journal of Career Assessment*. – 1995. – V. 3. – № 2. – P. 279 – 297.

191. Soenens B. The intergenerational transmission of perfectionism : parents' psychological control as an intervening variable / B. Soenens, A. Elliot, L. Goossens, M. Vansteenkiste, P. Luyten, B. Duriez // *Journal of Family Psychology*. – 2005. – Vol. 19. – № 3. – P. 358–366.

192. Sorotzkin B. The quest for perfection: Avoiding quilt or avoiding shame? / B. Sorotzkin // *Psychotherapy*. – 1985. – V. 22. – № 3. – P. 564 – 571.

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

194. Stoeber J. Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges / J. Stoeber, K. Otto // *Personality and Social Psychology Review*. – 2006. – V.10. – № 4. – P. 295 – 319.

195. Stoeber J. The 2 x 2 model of Perfectionism:A Critical Comment and Some Suggestions / J. Stoeber // *Personality and Individual Differences*. – 2012. – V.53. – № 5. – P. 541 – 545.

196. Tellenbach H. Melancholie. Problemgeschichte Endogenitat Typologie Pathogenese Klinik / H. Tellenbach. – New York: Springer-Verlag Berlin-Heidelberg, 1983. – 201 p.

197. Terry-Short L. A. Positive and negative perfectionism / L. A. Terry-Short, R. G. Owens, P. D. Slade // *Personality and Individual Differences*. – 1995. – V.18. – № 5. – P. 663 – 666.

198. Turner J. C. Motivational Influences on Student Participation in Classroom Learning Activities / Julianne C. Turner, Helen Patrick // *Teachers College Record*. – 2004. – Vol. 106 (9). – P. 1759–1785.

199. Vroom V. H. Work and motivation / Victor H. Vroom. – New York : Wiley, 1964. – 331 p.
200. Weiner B. Little-known truths, quirky anecdotes, seething scandals, and even some science in the history of (primarily achievement) motivation / B. Weiner. // Personality and Social Psychology Review. – 2013. – №17. – С. 293–304.
201. Weissman A. Development and validation of the Dysfunctional Attitudes Scale: a preliminary investigation [Электронный ресурс] / A. Weissman, A. Beck. – 1978. – Режим доступа до ресурсу: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED167619.pdf>.
202. Woods P. The contamination of suicide: Its relationship to irrational beliefs in a client sample and the implications for long-range suicide prevention / P. Woods, G. Muller. // J-1 of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy. – 1988. – №6. – P. 236–258.
203. Yang H. The Physical Appearance Perfectionism Scale: Development and preliminary validation / H. Yang, J. Stoeber. // Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment. – 2012. – №34. – С. 69–83.
204. Zuckerman M. O'Loughlin R.E. Narcissism and well-being: A longitudinal perspective / M. Zuckerman, R. E. O'Loughlin // European Journal of Social Psychology. – 2009. – Vol. 39. – Issue 6. – P. 957–972.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Опитувальник перфекціонізму Н.Гаранян, А. Холмогорової

1. Коли мене хвалять, мені здається, що я складаю про себе краще враження, ніж є насправді.
2. Коли люди мене хвалять за будь-яку діяльність, я боюся, що не зможу в майбутньому оправдати їх очікування.
3. Я переживаю, що значимі для мене люди помітять, що я менш здібний, ніж вони про мене думали.
4. Переважно я пам'ятаю ті випадки чи ситуації, в яких я проявив себе не найкращим чином, аніж ті епізоди, у яких я був на висоті.
5. Я рідко справляюся з будь-якою діяльністю настільки добре, наскільки мені того б хотілося.
6. Мені часто здається, що багато людей справляються з роботою краще за мене.
7. Похвала і компліменти у мою адресу часто сприймаються мною як незаслужені.
8. Коли я задумуюся про своє життя, мені здається, що я досягнув дуже мало.
9. Коли я досягаю хорошого результату, в мене виникають сумніви – чи зможу я його повторити.
10. Я часто порівнюю не у власну користь свої здібності із здібностями оточення, і думаю, що вони розумніші і успішніші.
11. Я незадоволений собою, якщо не досягнув максимально хорошого результату в певному виді діяльності.
12. Я часто відмовляюся від ідеї написати електронного повідомлення знайомим чи друзям, так як мені видається неможливим описати у листі все те, що відбулося зі мною за останній період.

13. Після не надто успішного спілкування я часто переживаю і тривалий час прокручую в думках, що я сказав чи зробив не так.

14. Я прагну бути вищим будь-якої недружелюбності на свою адресу і звинувачую себе, якщо вона мене торкає.

15. Мені дискомфортно, якщо люди, яких я ціную, не ставляться до мене з такою ж віддачею, а тому прагну максимально завоювати їхню прихильність.

16. Я ніколи не зупиняюся на досягнутому, досягнувши одного – одразу ставлю наступну ціль.

17. Якщо докладені мною зусилля не сприяють відчутному у реальному житті результату – я вважаю, що цей час витрачено надаремно, навіть якщо отримував задоволення від самого процесу виконання.

18. Якщо мені доводиться виступати перед аудиторією і я через це хвилююся, то часто злюся на себе за те, що не можу впоратися зі своїм емоційним станом.

19. Творчість інших людей (книги, фільми, інші отримані результати) часто слугують мені нагадуванням про те, як я мало досягнув.

20. Я часто думаю про власну недосконалість.

21. Я переконаний, що краще не братися за справу зовсім, ніж зробити її не добре.

22. У своїй роботі я орієнтуюся на найвищі стандарти.

23. У будь-якій діяльності мене не влаштовують середні показники.

24. Я схильний часто порівнювати себе з іншими людьми.

25. У моїх невдачах мене не втішає думка про людей з середніми можливостями, яким також багато що не вдається.

26. У своїх життєвих цілях задаваннях я орієнтуюся на людей успішних людей, які багато досягнули.

27. У найрізноманітніших ситуаціях (навіть не пов'язаних з роботою), я думаю про те, як мало досягнув.

28. Я переконаний, що справжній професіоналізм виключає помилки і невдачі.

29. Я впевнений, що справжня дружба передбачає повну взаєморозуміння у всьому.

ДОДАТОК Б

Результати порівняльного аналізу

Додаток Б.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
Завищені 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

Додаток Б.2

**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 РбРе	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

Додаток Б.3

**Результати порівняльного аналізу
ціннісних орієнтацій
студентської та нестудентської молоді**

Назва шкали	Mean 1 студен	Mean 2 нестуд	t-value	p	Valid N	Valid N
Конформізм	4,1800	6,5058	-2,4813	0,0542	283	174
Традиції	3,3719	5,9605	-2,6997	0,0043	283	174
Доброта	4,9053	4,7953	0,8019	0,4232	283	174
Універсалізм	4,2539	4,0814	1,1928	0,2338	283	174
Самостійність	4,9930	4,9581	0,3079	0,7583	283	174
Стимуляція	6,0705	3,1628	2,7773	0,0064	283	174
Гедонізм	5,0999	5,1822	-0,5368	0,5917	283	174
Досягнення	5,9207	3,8634	2,2613	0,0651	283	174
Влада	4,2282	3,8808	0,2890	0,7727	283	174
Безпека	5,0207	4,9279	0,0554	0,9558	283	174

Додаток Б.4

**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

Додаток Б.5

**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

ДОДАТОК В

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 стенич. типу	9,3	4,67	1941,1	457	4,052	1,153	0,316435
Переживання фрустрації астенич. 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	1169,6	584,80	26083,0	457	54,453	10,739	0,003227

мотивації (Ід)							
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

ДОДАТОК Д

Результати факторного аналізу Додаток Д.1.

Схематичне зображення факторної структура мотиваційних особливостей осіб з високим рівнем перфекціонізму



Додаток Д.2.

Схематичне зображення факторної структура мотиваційних особливостей осіб з середнім рівнем перфекціонізму

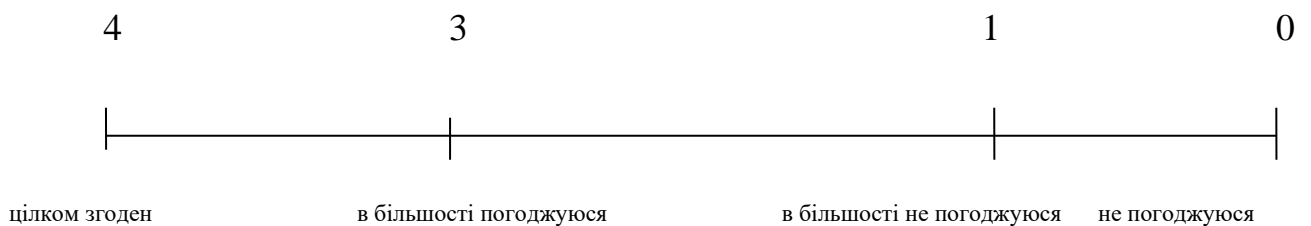


Додаток Д.3.**Схематичне зображення факторної структура мотиваційних особливостей осіб з високим рівнем перфекціонізму**

ДОДАТОК Е

Модифікований опитувальник перфекціонізму А.Холмогорової, Н. Гаранян (Т. Завадою) (МОП Т. Завади)

Інструкція: Тест складається з низки тверджень, що стосуються окремих сторін Вашого характеру, а також думок і почуттів. Будь-ласка прочитайте їх та оцініть ступінь своєї згоди чи незгоди за 4-х бальною шкалою, де



1. Коли мене хвалять, мені здається, що я складаю про себе краще враження, ніж є насправді.

2. Я боюсь розчарувати важливих для мене людей.

3. Коли люди мене хвалять за будь-яку діяльність, я боюся, що не зможу в майбутньому оправдати їх очікування.

4. Я часто злюсь на себе за те, що не можу виконати певну роботу настільки добре, наскільки мені того б хотілось.

5. Я переживаю, що значимі для мене люди помітять, що я менш здібний, ніж вони про мене думали.

6. Коли я щось роблю, я часто думаю про те, як оцінять мою діяльність інші.

7. Переважно я пам'ятаю ті випадки чи ситуації, в яких я проявив себе не найкращим чином, аніж ті епізоди, у яких я був на висоті.

8. Я рідко справляюся з будь-якою діяльністю настільки добре, наскільки мені того б хотілося.

9. Мені часто здається, що багато людей справляються з роботою краще за мене.

10. Похвала і компліменти у мою адресу часто сприймаються мною як незаслужені.

11. Я часто звинувачую себе за здійснені помилки.

12. Коли я задумуюся про своє життя, мені здається, що я досягнув дуже мало.

13. Коли я досягаю хорошого результату, в мене виникають сумніви – чи зможу я його повторити.

14. Я часто порівнюю не у власну користь свої здібності із здібностями оточення, і думаю, що вони розумніші і успішніші.

15. Мені дуже соромно, коли інші знаходять помилки у моїй роботі.

16. Захоплення і похвала інших людей мотивує мене до діяльності.

17. Я незадоволений собою, якщо не досягнув максимально хорошого результату в певному виді діяльності.

18. Я часто відмовляюся від ідеї написати електронного повідомлення знайомим чи друзям, так як мені видається неможливим описати у листі все те, що відбулося зі мною за останній період.

19. Я почуваю себе ні на що нездатним, коли інші досягають більш значних результатів, ніж я.

20. Мені надзвичайно важко, коли мене критикують.

21. Після не надто успішного спілкування я часто переживаю і тривалий час прокручую в думках, що я сказав чи зробив не так.

22. Я прагну бути вищим будь-якої недружелюбності на свою адресу і звинувачую себе, якщо вона мене торкає.

23. Мені дискомфортно, якщо люди, яких я ціную, не ставляться до мене з такою ж віддачею, а тому прагну максимально завоювати їхню прихильність.

24. Мені рідко буває соромно за свою поведінку.

25. Я ніколи не зупиняюся на досягнутому, досягнувши одного – одразу ставлю наступну ціль.

26. Якщо докладені мною зусилля не сприяють відчутному у реальному житті результату – я вважаю, що цей час витрачено надаремно, навіть якщо отримував задоволення від самого процесу виконання.

27. Якщо мені доводиться виступати перед аудиторією і я через це хвилююся, то часто злюся на себе за те, що не можу впоратися зі своїм емоційним станом.

28. Творчість інших людей (книги, фільми, інші отримані результати) часто слугують мені нагадуванням про те, як я мало досягнув.

29. Мені не важливо, що про мене думають інші люди.

30. Я часто сумніваюсь в якості своєї роботи.

31. Я часто думаю про власну недосконалість.

32. Я переконаний, що краще не братися за справу зовсім, ніж зробити її не добре.

33. Я переживаю почуття провини, якщо нічого не роблю.

34. У своїй роботі я орієнтуюся на найвищі стандарти.

35. У будь-якій діяльності мене не влаштовують середні показники.

36. Критика інших людей ніяким чином не впливає на результати моєї діяльності.

37. Я схильний часто порівнювати себе з іншими людьми.

38. У моїх невдачах мене не втішає думка про людей з середніми можливостями, яким також багато що не вдається

39. У своїх життєвих цілях задаваннях я орієнтуюся на людей успішних людей, які багато досягнули.

40. У найрізноманітніших ситуаціях (навіть не пов'язаних з роботою), я думаю про те, як мало досягнув.

41. Я переконаний, що справжній професіоналізм виключає помилки і невдачі.

42. Я впевнений, що справжня дружба передбачає повну взаєморозуміння у всьому.

43. Коли мене хвалять, мені здається, що похвала є незаслуженою.

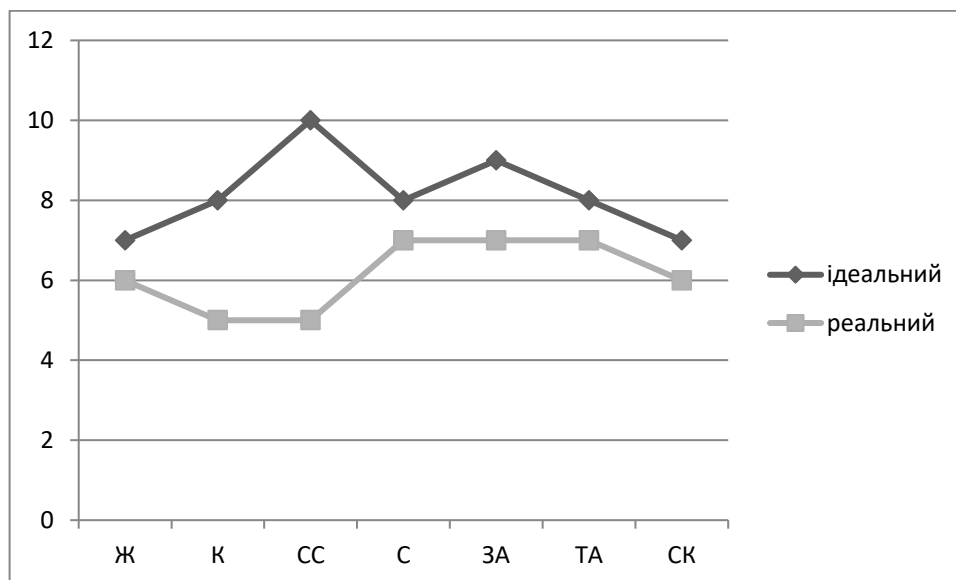
44. Мені дуже соромно, коли інші знаходять помилки у моїй роботі.

При обробці результатів підраховується показник по кожній із 7-ми шкал (сума балів, що складають кожну шкалу), а також загальний рівень перфекціонізму (сума балів за всіма шкалами).

№	Шкала	Твердження
1	Сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування	1, 3, 5, 9, 13, 14, 28
2	Завищені домагання та вимоги до себе	17, 25, 34, 35, 40
3	Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	8, 12, 26, 38, 39
4	Селектування інформації про власні помилки й невдачі	7, 21, 31
5	Поляризоване мислення – «все або нічого», також шкали	18, 32, 41, 42
6	Самозвинувачення	4, 11, 15, 19, 24 (обернене), 30, 33, 43
7	Залежність від позицій оточення	2, 6, 16, 20, 29 (обернене), 44, 36 (обернене)

Додаток Ж

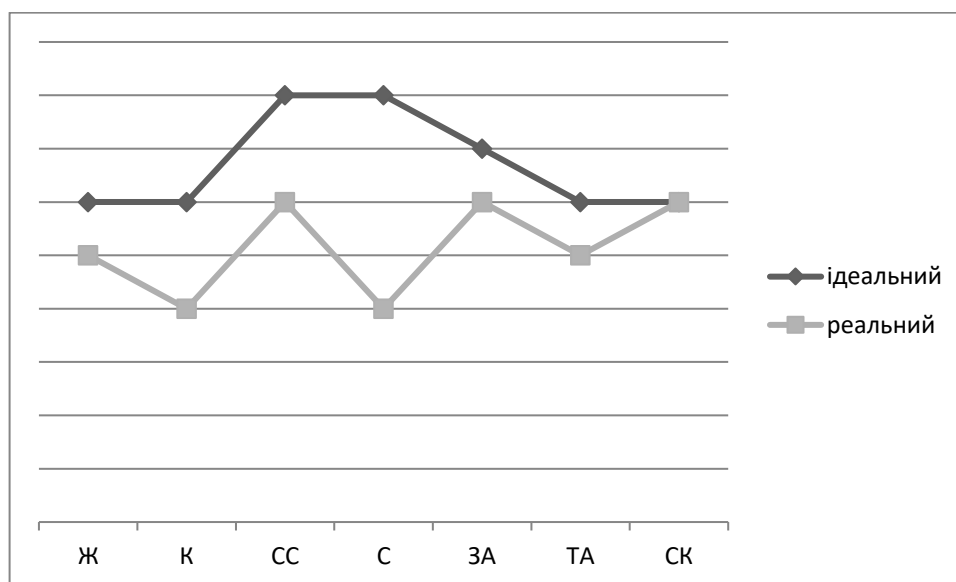
Мотиваційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму у професійній (навчальній) діяльності (ідеальний та реальний стан)



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

Додаток 3

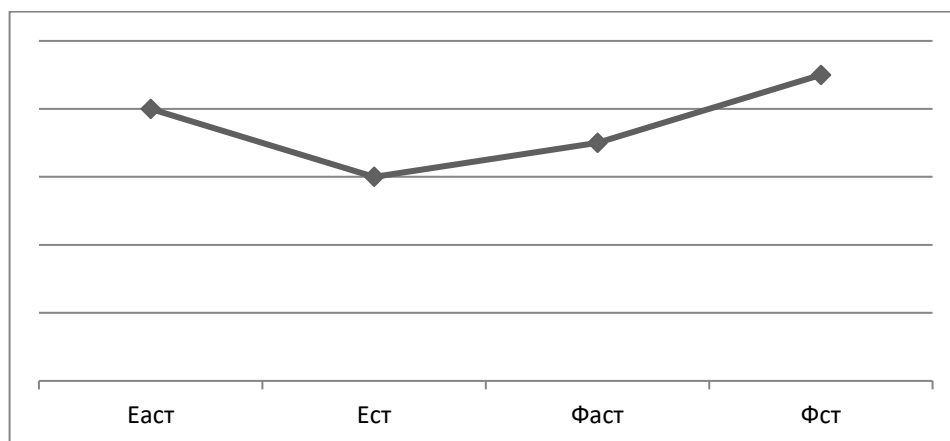
Мотиваційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму у загальножиттєвій сфері (ідеальний та реальний стан)



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

Додаток К

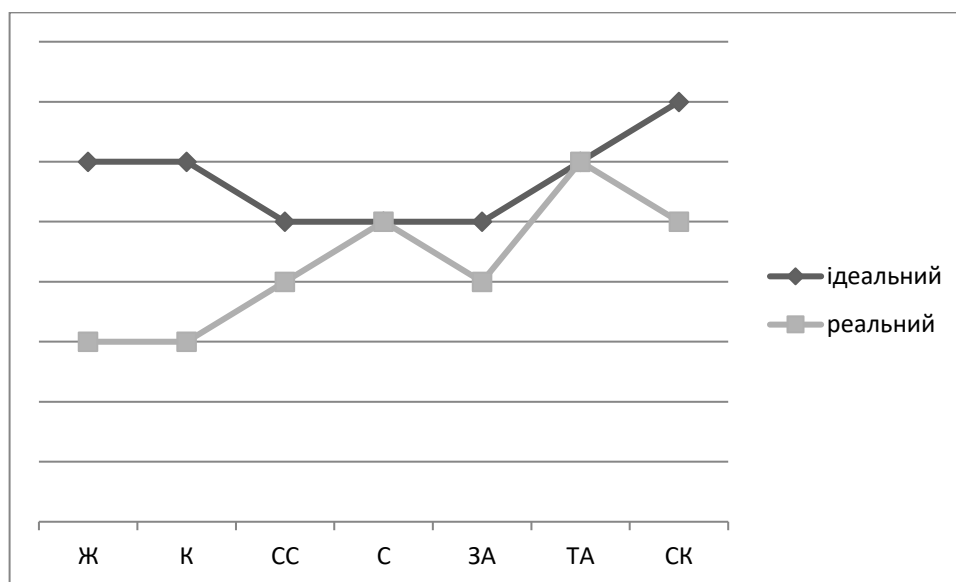
Емоційний профіль студентів з середнім рівнем перфекціонізму



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

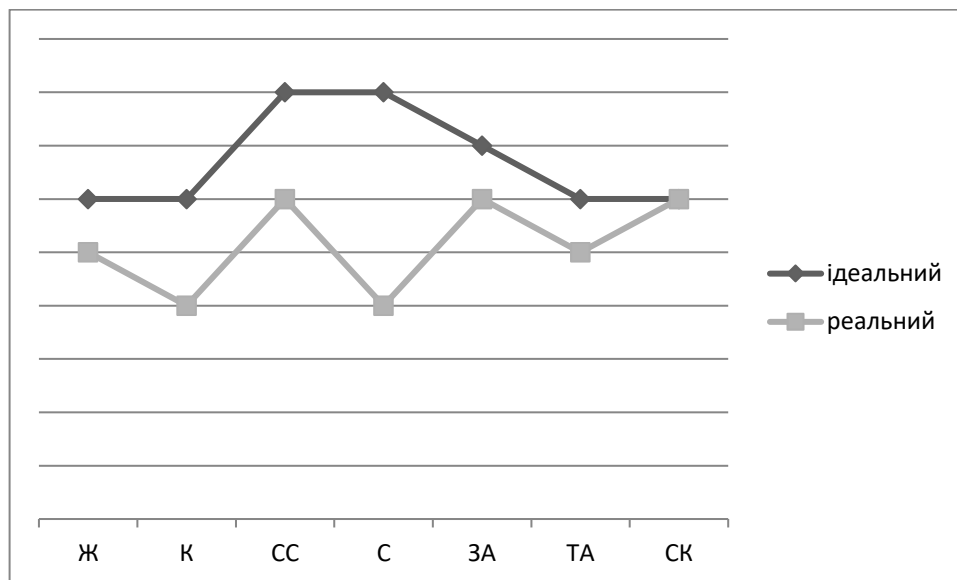
Додаток Л

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

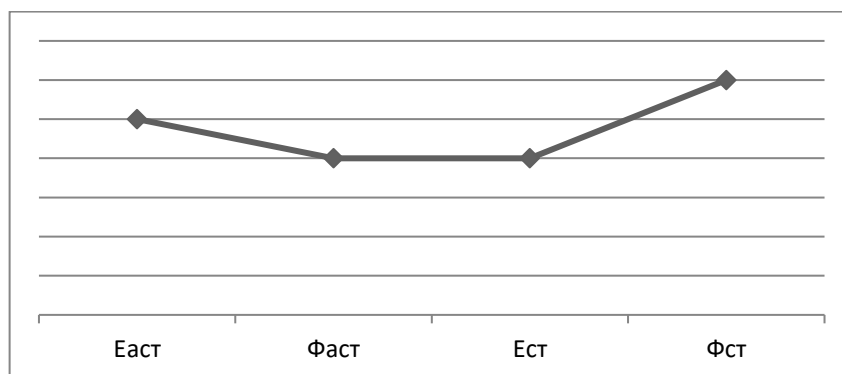
Додаток М

**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

Додаток Н

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.

Додаток П

Особливості взаємозв'язків мотиваційної сфери та загального показника перфекціонізму на кожному з його рівнів

Рівень	Потреби	Мотиви	Цінності	Установки
ВИСОКИЙ	- безпеки; - визнання	- мотив соціального престижу; - загальна активність; - мотив комфорту; - обернений показник мотиву суспільної корисності; - мотиви розвитку; - професійна мотивація; - загальний показник ідеального стану мотиву; - страх неприйняття оточенням; - прагнення до уникнення невдачі;		- на результат; - на владу
СЕРЕДНІЙ	- визнання	- мотив соціального престижу; - мотив загальної активності; - мотив спілкування; - мотив досягнення успіху; - чутливість до неприйняття оточенням;		
НИЗЬКИЙ	- соціальні	- споживчі мотиви; - мотив життєзабезпечення; - мотив комфорту; - невизначений мотиваційний полюс (орієнтація на успіх чи уникнення невдачі)	- стимуляції - самостійності	

Додаток Р

Критерії здорового та патологічного перфекціонізму
за Н. Гаранян

<i>Критерії</i>	<i>Здоровий перфекціонізм</i>	<i>Патологічний перфекціонізм</i>
мотиваційний	Високий рівень стандартів та домагань	Надмірно високі стандарти і домагання особистості
когнітивний	Зрілі когнітивні схеми:	Дисфункціональні когнітивні схеми:
	Диференційоване і точне сприйняття очікувань і вимог з боку інших людей	Спотворені соціальні когніції – сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування
	Розвинена здатність до децентрації, реалістичні уявлення про діапазон людських можливостей	Персоналізація – постійне порівняння себе з іншими людьми при орієнтації на полюс найуспішніших («життя в режимі порівняння»)
	Сприйняття можливого як успіху так і неуспіху, усвідомлення неминучості і корисності помилок	Негативне селектування – концентрація на невдачах і помилках, за принципом «помилка – ознака некомпетентності»
	Градуйовані уявлення про результати своєї діяльності	Поляризоване мислення – дихотомічна оцінка результатів діяльності («добре-погано», «всє-нічого»)
афективний	Отримання задоволення від діяльності, надія на успіх, помірна стресостійкість в повсякденному житті	Симптоми депресії, тривоги, страх невдачі, висока соціальна тривожність, інтенсивний щоденний стрес.
поведінковий	Адаптивні тактики вибору помірно важких цілей	Картина «неадекватного рівня домагань». Захисні тактики уникнення невдачі: чергування вибору надто важких чи надто легких цілей
	Помірна мобілізація копінг-ресурсів з переважанням активних допінг-стратегій	«Надмобілізація» копінг-ресурсів з переважанням уникаючих копінг-стратегій – прокрастинації та соціального уникнення

Додаток С

Відмінності між дезадаптивним та адаптивним перфекціонізмом
за О. Кашиною

Дезадаптивний перфекціонізм	Адаптивний перфекціонізм
<ul style="list-style-type: none"> • нездатність отримувати задоволення від роботи; • жорсткі високі стандарти; • страх невдачі; • фокус на уникненні помилок; • напружене/тривожне ставлення щодо завдань; • мотивація уникнення негативних наслідків; • цілі досягаються для зростання власної значимості; • неуспіх пов'язаний з жорсткою самокритикою; • переконання в тому, що особа повинна досягнути досконалості. 	<ul style="list-style-type: none"> • здатність отримувати задоволення від діяльності; • зміна стандартів у відповідності з ситуацією; • фокус на тому, що все робити правильно; • спокійне, проте скрупульозне ставлення; • мотивація досягнення позитивного зворотного зв'язку; • цілі досягаються задля добробуту суспільства; • неуспіх пов'язаний з розчаруванням і новими зусиллями; • сильне бажання досягнення досконалості

Додаток Т

**Психологічні індикатори нормального і патологічного типів
перфекціонізму за А. Золотарьовою**

<i>Нормальний перфекціонізм</i>	<i>Патологічний перфекціонізм</i>
Активна життєва позиція, впевненість в собі, стресостійкість	Втрата самоконтролю у важких життєвих ситуаціях, невпевненість в собі
Сприйняття невдач як потенційних можливостей, пошук нових шляхів вирішення проблеми	Переживання безпомічності, непродуктивна поведінка (чи відмова від вирішення проблеми) в загрозованих ситуаціях
Здатність приймати життєві зміни і успішно орієнтуватись в життєвих ситуаціях. Готовність ризикувати при ймовірних невдачах	Страх нових, невизначених ситуацій, неготовність до ризику, неможливість отримувати новий довід в складних життєвих ситуаціях
Переживання щастя, осмисленості та задоволеності життям	Почуття незадоволеності та безмістовності в житті
Позитивні майбутні очікування, прагнення до реалізації цілей	Відсутність чіткої часової перспективи, переважання негативних роздумів про минуле і безнадійного ставлення до майбутнього
Переживання самототожності, визнання і прийняття власних ресурсів і обмежень	Почуття самовідчуження, незадоволеності і розчарування собою
Незалежність і орієнтація на власні стандарти, впевненість у можливості вибору життєвого шляху	Заклопотаність очікуваннями і оцінками інших людей, переживання відсутності вибору і не контрольованості у житті
Особистісне зростання і почуття безперервного саморозвитку, самовдосконалення і реалізації свого потенціалу	Переживання особистої стагнації і відсутність власного прогресу, фіксація на ідеї бездоганності
Переживання наповненості енергією і життям	Брак енергії в житті