

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

УДК 159.923

DOI: 10.31558/2786-8745.2023.1(2).1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРУКТУРИ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ

Сніжана Марчук

Анотація. Стаття присвячена розгляду теоретичного аналізу психологічної структури перфекціонізму. Представлено огляд теоретичних підходів до вивчення структури перфекціонізму серед зарубіжних та українських науковців. Значна увага приділяється проблемі недостатнього вивчення закономірностей і механізмів перфекціонізму. Також наголошується доцільність дослідження перфекціонізму на сучасному етапі розвитку психологічної науки в Україні. Доведено, що проблема перфекціонізму є досить новою в українській науковій літературі, і наявність потреби дослідження перфекціонізму вимагає більш глибокого аналізу даного феномену на сучасному етапі розвитку психологічної науки в Україні. Визначено, що перфекціонізм найчастіше розглядається як прагнення особистості до бездоганного виконання тієї чи іншої діяльності. Проведений аналіз наукової літератури вказує на те, що в українських науковців немає єдиної позиції щодо розуміння сутності психологічної структури перфекціонізму. Для успішного формування та розвитку потрібно розуміти, що стоїть за цим поняттям, тому у викладеному матеріалі розглядаються різноманітні теоретичні підходи до вивчення перфекціонізму. Автором доводиться, що у сучасній психологічній науці різні психологічні підходи містять розбіжні тенденції щодо самого визначення поняття «перфекціонізм» та його структури. Перспективи подальших досліджень полягають у детальнішому емпіричному вивченні впливу перфекціонізму на різні сфери життєдіяльності особистості.

Ключові слова: теорія, дослідження, структура, науковці, підхід, діяльність, особистість, поведінка.

Постановка проблеми. Сучасна психологічна наука все більше і більше досліджує феномен перфекціонізму та його структуру. Адже останнім часом вивчення типології перфекціонізму спричинено багатьма чинниками. Саме поняття «перфекціонізм» (з лат. перекладається як «абсолютна досконалість») розглядається не тільки у психологічному аспекті, але і у філософському, етичному, соціальному та інших аспектах пі-

знання. Тому все ж є важливим аспектом аналізу саме структури даного поняття, його роль і значення.

Вивчення психологічної структури перфекціонізму дасть визначення механізмів та закономірностей його впливу на особистість. Досліджень саме психологічної структури перфекціонізму на сучасному етапі розвитку української психології надзвичайно мало. Найголовнішою причиною, на нашу думку,

е те, що сам феномен перфекціонізму, механізми і закономірності його виникнення вивчені недостатньо. Це актуальний напрям дослідження сьогодення не тільки українських науковців, а й зарубіжних також.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення феномену перфекціонізму є важливим для знаходження механізмів та закономірностей його впливу на особистість та її життєвий шлях. Психологічний аналіз дослідження перфекціонізму здійснювався переважно за кордоном. Відповідно, найважливішими дослідженнями перфекціонізму є праці саме зарубіжних науковців (Р. Фрост, П. Хьюїтт, Г. Флетт). Проте цікавість українських дослідників до природи перфекціонізму зумовила появу нових векторів дослідження у даному напрямку. Істотний внесок у вивченні перфекціонізму належить таким українським науковцям як І. Гуляс, Л. Данилевич, О. Лоза, О.Чепурна, Т. Грубі.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі вивчення психологічної структури перфекціонізму.

Виклад основного матеріалу дослідження. Саме поняття перфекціонізму стало відомим у науці у середині ХХ ст., проте фактично перфекціонізм як явище психічної спрямованості відзначений був раніше таким вченим як А. Адлером, який вважав, що перфекціонізм це, перш за все, компенсаторне прагнення до переваг і досконалості навколо. Наприклад, К. Хорні визначила прагнення до досконалості як нарцисичну патологію. Осьу класичних визначеннях науковців, насамперед, учених-психологів (М. Холендер, Д. Барнс) це поняття включало один параметр – тенденцію особистості встановлювати надмірно високі стандарти і, як наслідок, неможливість отримати задоволення результатами. Проте уже у 1990-х рр. уявлення про психологічну структуру перфекціонізму значно розширились. Гру-

па британських клінічних психологів під керівництвом Р. Фроста та група канадських учених, яку очолював П. Хьюїтт провели дослідження, яке дало зрозуміти, що перфекціонізм – це багатовимірний конструкт, що має складну структуру і включає високі особистісні стандарти та низку когнітивних й інтерперсональних параметрів [1, с. 12].

Сучасний аналіз вивчення природи перфекціонізму саме серед українських науковців показав, що багато експериментальних досліджень ґрунтуються на шестифакторній моделі структури перфекціонізму вітчизняних науковців Н. Гаранян та А. Холмогорової. Згідно їхніх висновків психологічна структура перфекціонізму характеризується такими поняттями: сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування; завищені вимоги до себе; високі стандарти діяльності з орієнтацією на полюс «найуспішніший»; селектування інформації про свої помилки та невдачі; поляризоване мислення; контроль над переживаннями [12, с. 124.]. Іншу думку має така дослідниця як Н. Гаранян – особистісний чинник «перфекціонізм» є складним психологічним конструктом, має мотиваційну основу, що має високий рівень «конфлікту досягнення», за якого мотиви «прагнення до успіху» і «уникнення невдачі» є все одно точними [2, с. 78].

Крім того, вітчизняна дослідниця І. Грачева, яка є однією із перших науковців у східній Європі, яка почала досліджувати структуру перфекціонізму. Вона виявила, що особистостям, яким притаманний надмірно високий та низький рівні перфекціонізму мають безліч психологічних труднощостей. Ці проблеми пов'язані з внутрішньоособистісними конфліктами, порушенням міжособистісної адаптації, труднощами у спілкуванні, зниженням продуктивності діяльності, невротизацією особистості – у осіб з високим рівнем. Низький рівень рефлексії та прагнення до саморозвитку, екстерналь-

ність, зовнішня мотивація, антисоціальні шляхи до самоствердження – у осіб з низьким рівнем, і як наслідок – стагнація особистісного розвитку особистості. Середній же рівень перфекціонізму асоційований з конструктивним прагненням до самореалізації, саморозвитку, високим рівнем рефлексії, орієнтованість на успіх, що робить позитивний внесок до структури особистісної зрілості [4, с. 20-21].

На думку Г. Чепурної, у структурі перфекціонізму є інтегративна особистісна характеристика, яка визначає прагнення до досконалості, встановлення високих стандартів виконання діяльності, високих вимог до себе й інших. І це щільно пов'язано з ціннісно-мотиваційною, когнітивною, емоційною, поведінковою сферами та визначається компонентами і має відповідний вплив на соціальну адаптацію та міжособистісну взаємодію [11, с. 188].

Відмінність на визначення психологічної структури перфекціонізму має науковець О. Лоза. За її визначенням – перфекціонізм є особистісною рисою, що виражається у прагненні досягати досконалості в різних сферах життєдіяльності, що може проявлятися як у конструктивних, так і в деструктивних формах. у свою чергу, ми розділяємо саме такий погляд на тлумачення перфекціонізму. О. Лоза структурну модель перфекціонізму розглядає у двох компонентах: високі особистісні стандарти (відображають бажання бути досконалим) та поляризація мислення (характеризує жорстке ставлення до помилок) [10, с. 95-96].

Л. Данилевич визначає перфекціонізм як багатовимірну та ієрархічну структуровану якість, що проявляється у двох формах поведінки: функціональний та дисфункціональний. Функціональний перфекціонізм втілюється через високі особисті стандарти (результативності власної діяльності, своїх якостей, здібностей, орієнтації на важкі цілі)

та організованість (наявна організованість та прагнення до неї). Дисфункціональний перфекціонізм складається з нетерпимого ставлення до помилок, тривожності з приводу результатів діяльності, відкладання дій через сумніви у відповідності своїм високим стандартам, переживання невідповідності між бажаною та реальною досконалістю, відсторонення від інших [7, с. 138].

Т. Грубі наголошує, що феномен перфекціонізму є психологічним конструктом, у якому поєднуються прагнення суб'єкта до досконалості з високими особистісними стандартами й прагненням доводити результати своєї діяльності до найвищих моральних, естетичних, інтелектуальних стандартів. У структурі перфекціонізму виділяє чинники, що мають найбільший вплив на розвиток перфекціонізму. Це такі три категорії: макрорівень (сімейні чинники та особистісні якості); мезорівень (робочий колектив, навчальна група); макрорівень (соціально-культурні чинники, ЗМІ). [6, с. 130].

О. Кононенко визначає, що перфекціонізм є складним психологічним конструктом, що поєднує вкрай високі стандарти очікуваних результатів діяльності та домагання, порушення соціальних когніцій (приписування оточенню надмірно високих очікувань), персоналізацію, пов'язану з постійним порівнянням себе з оточенням, поляризоване мислення за бінарним принципом оцінювання результатів та планування діяльності («все або нічого»), відбір негативної інформації про результати власної діяльності. Мотиваційною основою перфекціонізму вчена вважає інтенсивний «конфлікт досягнення», за якого мотиви «прагнення до успіху» та «уникнення невдач» однаково сильно виразні [9, с. 206].

У психологічній структурній моделі О. Кононенко [8, с. 148]. перфекціонізм базується на тому, що прагнення людини до досконалості навколо себе не є патологіч-

ни відхиленням. Пояснюється це тим, що задоволення від наполегливої праці, саморозвиток, самовдосконалення та успіх підвищує та підтримує самооцінку у будь-якій діяльності протягом усього життя. Адже особистість отримує задоволення від отриманих результатів. Дослідниця розділяє глобальний (поділяється на автентичний, компенсаторний та невротичний підвиди) та парціальний (поділяється на інтерперсональний, аддиктивний підвиди та екзоперфекціонізм) види перфекціонізму, як єдності процесів диференціації та інтеграції.

Чимало висновків щодо психологічної структури перфекціонізму дають дослідження І. Гуляса, за яким перфекціонізм є прагненням до самовдосконалення, що являє собою особистісний сенс, інтегральною диспозицією, яка зумовлює постійний розвиток. Науковець сюди також відносить самоактуалізацію, яка є відіграє важливу роль для кожної особистості. Тому І. Гуляс наголошує, що психологічна структура перфекціонізму містить певний рівень готовності до професійної діяльності. Саме це може виражатися у формах: самовиховання (морально-етичний перфекціонізм), самоосвіта (інтелектуально-компетентнісний перфекціонізм), розвиток професійних досягнень (акмеологічний перфекціонізм). Це проявляється у динамічній єдності таких характеристик особистості, як мотивація досягнення, рефлексивні здібності, професійно важливі якості та функції емоційно-ціннісного спонукання, когнітивно-вольового забезпечення та професійно-особистісної самореалізації [3, с. 42].

Вивчення поняття психологічної природи перфекціонізму, дослідники переважно звертають увагу на багатоструктурність даного феномену. на нашу думку доцільним може бути розгляд також впливу перфекціонізму на когнітивні процеси. Дослідження взаємозв'язку перфекціонізму та

індивідуальних властивостей особистості може бути корисним для розширення розуміння цього феномена. Визначення впливу перфекціонізму на пізнавальні процеси особистості матиме вагоме значення для психології, адже у сучасних дослідженнях не існує вичерпної та узгодженої концепції таких досліджень. Науковцями визнається багатовимірність психологічної структури перфекціонізму й наголошується, що він має вплив на особистість в цілому.

Висновки. Таким чином, аналіз наукової літератури вказує на те, що науковці, які досліджували феномен перфекціонізму у психологічній науці виділяють його як багатовимірний складний конструкт. у свою чергу, ми схилиємося до думки, що перфекціонізм є рисою особистості, що виявляється у прагненні особистості до досконалості, яка може проявлятися у різних аспектах діяльності.

Без сумніву складність наукових досліджень полягає в тому, що на даному етапі розвитку психології, немає єдиного бачення змістового визначення феномену перфекціонізму серед українських та зарубіжних науковців і цей вектор дослідження є актуальним і досі. Незважаючи на суперечність тлумачень науковців, які у свою чергу намагаються поповнити явище новими аспектами, дослідження даного феномену продовжуються.

Перспективи подальших досліджень є вивчення перфекціонізму серед різних вікових категорій та вплив його на життєдіяльність особистості різного рівня прояву.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Воликова С. В. Родительский перфекционизм – фактор развития эмоциональных нарушений у детей, обучающихся по усложненным программам. *Вопросы психологии*. 2006. № 5. С. 23-24.
2. Гаранян Н. Г. Психологические моде-

ли перфекціонізму. *Вопросы психологии*. 2009. №5. С. 74–83.

3. Гуляс І. А. Перфекціоністські настанови як чинник професійної готовності майбутніх практичних психологів: дис.канд. психол. наук:19.00.07. Івано-Франківськ, 2007. 283 с.

4. Грачева І. І. Уровень перфекціонізма и содержание идеалов подростков. *Психологические исследования личности*: сб. работ молодых ученых. отв. редактор Е. А. Чудина. М.: Изд-во ИП РАН, 2005. С. 16–36.

5. Грубі Т. В. Адаптація психодіагностичної методики «велика тривимірна шкала перфекціонізму». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. К.: Логос, 2018. 2 (13). С. 24–34.

6. Грубі Т. В. Генезис перфекціонізму. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 33. С. 128–138.

7. Данилевич Л. А. Перфекціонізм як особистий чинник академічної обдарованості студентів: дис. канд. псих. наук: 19.00.01. ДВНЗ «Ун-т менедж. освіти». К., 2010. 240 с.

8. Кононенко О. І. Проблема перфекціонізму личности в современной психологической науке. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2013. № 3. С. 147–151.

9. Кононенко О. І. Диференціація видів перфекціонізму особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 3. С. 199–207.

10. Лоза О. О. Особливості перфекціонізму як особистісної риси державних службовців: дис. канд. псих. наук: 19.00.01. К., 2015. 206 с.

11. Ченурна Г. Л. Соціально-психологічні особливості перфекціонізму молоді: дис. канд. псих. наук: 19.00.05. Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. К., 2013. 242 с.

12. Zavada T. (2015). The Modification of

Perfectionism Questionnaire by N. Garanyan, A. Kholmogorova. *Psychological Prospects Journal*, (26), 120-133. URL: <https://psychoprospects.vnu.edu.ua/index.php/sychoprospects/article/view/77>.

REFERENCES

1. Volikova S. V. Roditel'skiy perfektsionizm – faktor razvitiya emotsional'nykh narusheniy u detey, obuchayushchikhsya po uslozhnennym programam [Parental perfectionism is a factor in the development of emotional disorders in children enrolled in complicated programs]. *Voprosy psikhologii*. 2006 №5. S.23-24.

2. Garanyan N. G. Psikhologicheskiye modeli perfektsionizma [Psychological models of perfectionism]. *Voprosy psikhologii*. 2009. №5. S. 74-83.

3. Hulyas I. A. Perfektsionists'ki nastanovy yak chynnyk profesynoyi hotovnosti maybutnikh praktychnykh psykholohiv [Perfectionist guidelines as a factor of professional readiness of future practical psychologists]: dissertation: Candidate of Psychological Sciences: 19.00.07. Ivano-Frankivsk, 2007.

4. Gracheva I. I. Uroven' perfektsionizma i sodержaniye idealov podrostkov [The level of perfectionism and the content of the ideals of adolescents]. *Psychological research of personality: collection of articles. works of young scientists*. editor E. A. Chudina. M.: Publishing house of IP RAS, 2005. S.16-36.

5. Hrubі T. V. Adaptatsiya psykho-diahnostychnoyi metodyky «velyka tryvymirna shkala perfektsionizmu». *Orhanizatsiyina psykholohiya. Ekonomichna psykholohiya* [Adaptation of psychodiagnostic methods «large three-dimensional scale of perfectionism»] K., 2018. №2 (13). S. 24-34.

6. Hrubі T. V. Henezys perfektsionizmu [Genesis of perfectionism]. *Problems of modern*

- psychology. 2016. №33. S. 128-138.
7. Danylevych L. A. Perfeksionizm yak osobystyy chynnyk akademichnoyi obdarovanosti studentiv [Perfectionism as a personal factor of academic talent of students] dissertation: Candidate of Psychological Sciences: 19.00.01. SHEI «University of Management. Education». K., 2010.
8. Kononenko O. Y. Problema perfeksyonyzma lychnosti v sovremennoy psikhologicheskoy nauke [The problem of personality perfectionism in modern psychological science]. *Theoretical and applied problems of psychology*. 2013. №3. S. 147–151.
9. Kononenko O. I. Dyferentsiatsiya vydiv perfeksionizmu osobystosti. [Differentiation of types of personality perfectionism] *Theoretical and applied problems of psychology*. 2015. №3. S. 199-207.
10. Loza O. Osoblyvosti perfeksionizmu yak osobystisnoyi rysy derzhavnykh sluzhbovtziv [Features of perfectionism as a personality trait of civil servants] dissertation: Candidate of Psychological Sciences: 19.00.01. K., 2015.
11. Chepurna H. L. Sotsial'no-psikhologichni osoblyvosti perfeksionizmu molodi [Socio-psychological features of youth perfectionism]: dissertation: Candidate of Psychological Sciences: 19.00.05. In-t sots. ta polit. psikhohohiyi NAPN Ukrayiny. K., 2013.
12. Zavada T. The Modification of Perfectionism Questionnaire by N. Garanyan, A. Kholmogorova. *Psychological Prospects Journal*, (26), 120-133. URL: <https://psychoproprospects.vnu.edu.ua/index.php/sychoproprospects/article/view/77>.

THEORETICAL ANALYSIS OF THE PSYCHOLOGICAL STRUCTURE OF PERFECTIONISM

Snizhana Marchuk

Abstract. *The article is devoted to the theoretical analysis of the psychological structure of perfectionism. An overview of theoretical approaches to the study of the structure of perfectionism among foreign and Ukrainian scientists is presented. Considerable attention is paid to the problem of insufficient study of patterns and mechanisms of perfectionism. The expediency of the study of perfectionism at the current stage of the development of psychological science in Ukraine is also emphasized. It has been proven that the problem of perfectionism is quite new in Ukrainian scientific literature, and the need to study perfectionism requires a deeper analysis of this phenomenon at the current stage of the development of psychological science in Ukraine. It was determined that perfectionism is most often considered as an individual's desire for flawless performance of one or another activity. The analysis of scientific literature indicates that Ukrainian scientists do not have a single position regarding the understanding of the essence of the psychological structure of perfectionism. For successful formation and development, it is necessary to understand what is behind this concept, therefore, the presented material considers various theoretical approaches to the study of perfectionism. The author proves that in modern psychological science, different psychological approaches contain divergent tendencies regarding the very definition of the concept of «perfectionism» and its structure. Prospects for further research consist in a more detailed empirical study of the influence of perfectionism on various spheres of an individual's life.*

Keywords. *Theory, research, structure, scientists, approach, activity, personality, behavior.*

Відомості про авторів:

Сніжана Вікторівна Марчук, аспірантка кафедри психології та соціальної роботи, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця, Україна
e-mail: kucheryava_snizhana@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-8530-3702>