

ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9.072+159.923.3

О.О. ЛОЗА

Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

МОДЕЛІ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ТА МЕТОДИКИ ЙОГО ДІАГНОСТИКИ

Проаналізовано психологічні моделі перфекціонізму та проведено психометричну перевірку внутрішньої узгодженості шкал та факторних структур опитувальників, які діагностують перфекціонізм.

Ключові слова: перфекціонізм, модель перфекціонізму, параметри перфекціонізму, методики діагностики перфекціонізму.

Вступ. Поширення західного прикладу життя, з його високими стандартами та вимогами до особистості (її знань, умінь, навиків), провокує виникнення плеяди так званих перфекціоністів, тих, хто прагне досягати довершеності в будь-якій сфері життєдіяльності. Відтак, виникає запит до науки пояснити сутність такого феномену (перфекціонізму) та розробити методи його всебічного дослідження та діагностування.

Аналіз останніх досліджень. Оскільки феномен перфекціонізму зацікавив вітчизняних вчених (Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева, І.А. Гуляс, В.А. Ясная, С.В. Волікова, А.М. Галкіна) відносно нещодавно, то й основний доробок у напрямі дослідження моделі перфекціонізму та розробки діагностичних інструментаріїв належить зарубіжним вченим (D. Burns, R. Frost, P. Hewit, G. Flett, D. Boucher, L. Davidson, R. Slaney, J. Ashby, L. Terry-Short, R. Owens, P. Slade, M. Dewey).

Формулювання мети дослідження. Відтак, постає завдання проаналізувати психологічні моделі перфекціонізму та провести психометричну перевірку внутрішньої узгодженості шкал та відтворюваність факторних структур опитувальників, що й становить мету нашої статті.

Виклад основного матеріалу. Як відомо, сучасна наука характеризується диференціацією пошуків, що нерідко створює додаткові складнощі у побудові єдиної загальноновизнаної концепції тих чи інших феноменів. Це стосується й перфекціонізму, оскільки існує ряд його моделей і опитувальників, які їм відповідають.

На сьогодні відомі такі опитувальники перфекціонізму: шкала перфекціонізму D. Burns (The Burns Perfectionism Scale), шкала дисфункціональних установок А. Weissman, А. Beck (Dysfunctional Attitude Scale), багатовимірна шкала перфекціонізму R. Frost (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS-F), багатовимірна шкала перфекціонізму P. Hewit, G. Flett (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS-H), шкала перфекціонізму для дітей та юнацтва G. Flett, P. Hewit, D. Boucher, L. Davidson (Child and Adolescent Perfectionism Scale, CAPS), шкала недосягнутої довершеності R. Slaney, J. Ashby (Almost Perfect Scale, APS-r), шкала позитивного та негативного перфекціонізму L. Terry-Short, R. Owens, P. Slade, M. Dewey (Positive and Negative Perfectionism Scale, PNSP) та опитувальник перфекціонізму Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогороваї. Серед вітчизняних дослідників найбільш використовуваними є багатовимірні шкали перфекціонізму Р. Hewit, G. Flett, багатовимірні шкали перфекціонізму R. Frost, шкали недосягнутої довершеності R. Slaney, J. Ashby та опитувальник перфекціонізму Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогороваї. Кожен з цих опитувальників ґрунтується на заздалегідь розробле-

них теоретичних моделях перфекціонізму, які мають дати відповідь перш за все на питання структури перфекціонізму та критеріїв його конструктивності / неконструктивності.

Так, «Багатовимірна шкала перфекціонізму» R. Frost являє собою опитувальник, який містить 35 питань і базується на уявленні про перфекціонізм, що складається з шести параметрів (відповідно, шкал опитувальника): *особистісні стандарти* – схильність висувати надмірно високі стандарти у поєднанні з надмірною важливістю відповідності цим стандартам, що породжує коливання самооцінки й хронічну незадоволеність діяльністю; *заклопотаність помилками* – негативна реакція на помилки, схильність вбачати в помилці невдачу; *сумніви у власних діях* – перманентні сумніви щодо якості виконання діяльності; *батьківські очікування* – сприйняття батьків як таких, що мають дуже високі очікування; *батьківська критика* – сприйняття батьків як таких, що надмірно критикують; *організованість* – відображає важливість порядку й організованості [1]. Слід зазначити, що модель R. Frost ґрунтується на двох основних конструктах – «особистісні характеристики» та «батьківський стиль» [4]. Останній викликає певні сумніви, оскільки є скоріше детермінантою виникнення перфекціонізму, ніж його складовою. Окрім цього, сам дослідник наголошує на тому, що організованість не входить до загального показника перфекціонізму й розглядається як самостійний, але пов'язаний з ним параметр. Тому, на нашу думку, правильнішим було б використання окремих шкал опитувальника для діагностики перфекціонізму, а саме – «особистісні стандарти», «заклопотаність помилками», «сумніви у власних діях». Водночас параметри «заклопотаність помилками» та «сумніви у власних діях», можна розглядати як прояви неконструктивної форми перфекціонізму.

Психометрична перевірка опитувальника багатовимірна шкала перфекціонізму R. Frost показала, що загальний перфекціонізм має показник внутрішньої узгодженості α Кронбаха 0,82, а це означає що методика є надійною. На діаграмі осипу чітко виокремилась п'ятифакторна структура перфекціонізму, що суперечить авторській, яка містить шість факторів. Однак змістовний аналіз показав, що питання п'ятого фактора мають суттєві навантаження й на інші фактори, які за сутністю є більш природними для цих питань. Тому нами було прийнято рішення зменшити кількість факторів до чотирьох, які в кінцевому вигляді пояснили 47% дисперсії. Варто сказати, що опитувальник R. Frost раніше був підданий психометричній перевірці вітчизняними [7] та зарубіжними вченими [9] при цьому, наші результати відповідають зарубіжним. У цілому ми підтвердили два авторських параметри – «особистісні стандарти» та «організованість». Цікавим виявився той факт, що поєдналися в один фактор параметри «батьківських очікувань» і «батьківської критики», а також «заклопотаність помилками» і «сумніви у власних діях». А це знову ж таки нашою думку про можливість тлумачення останніх як таких, що обумовлюють конструктивну/неконструктивну форми перфекціонізму. Таким чином, опитувальник багатовимірна шкала перфекціонізму R. Frost потребує доопрацювання та розробки нових «ключів» та норм.

Багатовимірна шкала перфекціонізму P. Hewit, G. Flett являє собою опитувальник, що містить 45 питань, і у своїй основі має уявлення про перфекціонізм як складовий трьох параметрів (відповідно, шкал опитувальника): *перфекціонізм, орієнтований на себе* (я-адресований перфекціонізм), – передбачає існування високих стандартів, постійного самооцінювання й цензурування власної поведінки, а також виражений мотив прагнення до досконалості, який варіюється за інтенсивністю в різних людей; *перфекціонізм, орієнтований на інших* (перфекціонізм, адресований іншим людям), – передбачає нереалістичні стандарти для значущих людей із близького оточення, очікування досконалості й постійне оцінювання інших; *соціально приписаний перфекціонізм* – характеризує суб'єктивне переконавання в тому, що люди у своїх нереалістичних очікуваннях схильні занадто суворо оцінювати індивіда й тиснути на нього з метою змусити бути більш досконалим [1; 2; 4]. Згідно зі своєю теоретичною моделлю P. Hewit, G. Flett виокремили ще один параметр – *перфекціонізм, адресований світу*, як впевненість в тому, що у світі все має бути акуратно, точно, а всі людські й загальносвітлові проблеми мають знаходити правильне й своєчасне вирішення. Однак він не був підтверджений емпірично, тому його не включено в остаточний варіант опитувальника [1].

Варто зазначити, що модель P. Hewit, G. Flett, хоча й позиціонується як багатовимірна, ґрунтується на одному конструкті – «високі стандарти», які мають різну орієнтацію (адреса-

цію) – Я, Інші, Інші стосовно мене [4]. Тому опитувальник, у першу чергу, діагностує орієнтацію (направленість) перфекціонізму. На нашу думку, про істинний перфекціонізм ми можемо говорити лише у випадку перфекціонізму, орієнтованого на себе та на інших, оскільки у своїй основі він має внутрішню мотивацію довершеності. Коли мова йде про соціально приписаний перфекціонізм, то тут скоріше маємо справу з перфекціоністською самопрезентацією, яка базується на зовнішній мотивації, тобто прагненні здаватися довершеним. Р. Hewitt розробив окремий опитувальник для діагностики перфекціоністської самопрезентації шкала перфекціоністської самопрезентації (Perfectionistic Self-Presentation Scale, PSPS) [5]. У зв'язку з цим виникає питання про доречність в опитувальнику MPS-H параметра соціально приписаного перфекціонізму, який має дещо іншу природу, порівняно з двома іншими.

Результати психометричної перевірки опитувальника свідчать, що загальний перфекціонізм має показник внутрішньої узгодженості α Кронбаха, який дорівнює 0,83, а це означає, що методика є надійною. На діаграмі осипу чітко виокремилась трифакторна структура перфекціонізму, яка в результаті пояснює 49% дисперсії. Змістовний аналіз цих факторів відповідає трьом параметрам перфекціонізму Р. Hewit, G. Flett, однак було помічено, що деякі питання у шкалах опитувальника мають незадовільне значення індексу дискримінативності (близька до нуля кореляція з кінцевим показником), тому їх варто переформулювати з метою підвищення внутрішньої узгодженості та надійності й відповідно до цього розробити нові «ключі» та норми [6]. Загалом опитувальник «Багатомірна шкала перфекціонізму» Р. Hewit, G. Flett доцільно використовувати, коли необхідно діагностувати саме спрямованість перфекціонізму.

Шкала недосягнутої довершеності R. Slaney, J. Ashby являє собою опитувальник, який містить 23 питання, й ґрунтується на уявленні про перфекціонізм як складовий трьох параметрів: *високі стандарти; організованість; розбіжності*. Базисним параметром вони вбачають «розбіжності» – суб'єктивне сприйняття особистістю постійних невдач у прагненні відповідати власним стандартам [4; 8]. Якщо придивитися уважніше, то ця модель дещо подібна до моделі R. Frost, а саме до його конструкту – «особистісні характеристики» за умови, що «розбіжності», так само як і «заклопотаність помилками» та «сумніви у власних діях», є проявом неконструктивної форми перфекціонізму. На нашу думку, опитувальник доцільно застосовувати при діагностиці конструктивної та неконструктивної форм перфекціонізму. Що ж стосується психометричної перевірки, то загальний перфекціонізм має показник внутрішньої узгодженості α Кронбаха 0,61, що є дещо нижчим від попередніх показників інших опитувальників, але все ж таки вважається достатньо надійним. Діаграма осипу засвідчує, що виокремлюються три фактори, які пояснюють 45% дисперсії і за змістовним аналізом відповідають авторським, тобто факторна структура підтвердилась.

Опитувальник перфекціонізму Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорової містить 29 питань і базується на уявленні про перфекціонізм як складовий п'яти параметрів: *сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування, –* відображає суб'єктивне відчуття «примусу до досконалості» навколишніми; *завищені домагання й вимоги до себе* – описує надмірні вимоги, які висуваються до власної особистості в різних сферах життя; *високі стандарти діяльності з орієнтацією на найуспішніших індивідів (персоналізація); селектування інформації про власні невдачі й помилки (негативне селектування)* – схильність фіксуватися на невдачах при вибірковій сліпоті до власних досягнень і удач; *поляризоване мислення* – дихотомічна оцінка результату діяльності та планування її за принципом «все або нічого», тобто індивід уявляє лише два варіанти виконання діяльності – повний провал або блискуче виконання [2–4]. Окрім цього, теоретична модель містить параметр «надмірні вимоги до інших», однак емпірично він не виокремився і увійшов до поляризованого мислення. Перевірка внутрішньої узгодженості шкал показала, що α Кронбаха дорівнює 0,76, тому методика вважається цілком надійною. На діаграмі осипу чітко виокремилась лише чотири фактори, які пояснюють 42% дисперсії. Ми вирішили не збільшувати їх кількість, тому що внутрішня узгодженість питань у шкалах одразу знижується. У цілому структура опитувальника Н.Г. Гаранян та А.Б. Холмогорової була відтворена частково, зокрема ми підтвердили фактор «високі стандарти діяльності з орієнтацією на найуспішніших індивідів» та «поляризоване мислення», а інші три авторських фактори не знайшли свого втілення. Натомість ми отримали два нових фактори – «самооцінка (низька)» та «страх неприйняття та

відкидання» – які, на нашу думку, є не зовсім коректними для операціоналізації та концептуального наповнення феномену перфекціонізму, а скоріше характеризують можливі наслідки його надмірного вираження [6]. Проте перевагою опитувальника є той факт, що він влучно охарактеризував негативний аспект прояву перфекціонізму, а саме – поляризацію мислення, яка априорно неможлива без високих стандартів і яка за умови надмірності проковує неконструктивність у прояві перфекціонізму. Однак у цілому ми вважаємо, що ця методика у своєму авторському вигляді діагностує лише неконструктивний перфекціонізм.

Висновки. Таким чином, ми здійснили стислий аналіз моделей перфекціонізму та його діагностичних інструментаріїв і дійшли висновку, що незалежно від того, якими конструктами вчені наповнюють модель перфекціонізму, всі вони сходяться у тому, що осьовим є конструкт «високі особистісні стандарти», який в основі своїй розглядається як позитивний, конструктивний аспект особистості і лише у поєднанні з певними характеристиками набуває негативного, неконструктивного прояву. На нашу думку, найбільш вдалим з цієї точки зору є конструкт поляризованого мислення. Тому перспективами подальших досліджень, є розробка власної моделі перфекціонізму та його діагностичного інструментарію.

Список використаної літератури

1. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) / Н.Г. Гаранян // Современная терапия психических расстройств. – 2006. – № 1. – С. 31–41.
2. Гаранян Н.Г. Типологический подход к изучению перфекционизма / Н.Г. Гаранян // Вопросы психологии. – 2009. – № 6. – С. 52–60.
3. Гаранян Н.Г. Перфекционизм, депрессия и тревога / Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 4. – С. 18–49.
4. Гаранян Н.Г. Психологические модели перфекционизма / Н.Г. Гаранян // Вопросы психологии. – 2009. – № 5. – С. 74–83.
5. Золотарева А.А. Перфекционистская самопрезентация как патологический феномен: перспективы изучения и измерения нового феномена в клинической психологии / А.А. Золотарева // Психология XXI века: сб. материалов V Международной научно-практической конференции молодых ученых: Санкт-Петербург. – 2009. – Т. 2. – С. 282–287.
6. Лоза О.О. Аналіз психометричних та змістовних характеристик методик діагностики перфекціонізму / О.О. Лоза // Вісник Дніпропетровського національного університету. Серія «Педагогіка і Психологія». – 2010. – Т. 18. – № 9/1. – Вип. 16.
7. Ясная В.А. Апробация шкал измерения перфекционизма на российской выборке / В.А. Ясная, С.Н. Ениколопов // Психологическая диагностика. – 2009. – № 1. – С. 101–120.
8. Slaney R., Rice K., Ashby J. A programmatic approach to measuring perfectionism: the almost perfect scales // G. Flett, P. Hewitt (eds) // Perfectionism: Theory, research and treatment. Washington: Amer. Psychol. Assoc., 2002. – P. 63–89.
9. Stober J. The Frost Multidimensional Perfectionism Scale revised: More perfect with four (instead of six) dimensions / J. Stober // Journal of Personality and Individual Differences. – 1998. – Vol. 24. No. 4. – P. 481–491.

Проаналізовані психологічні моделі перфекціонізму і проведена психометрична перевірка внутрішньої согласованності шкал і факторних структур опросників, которые діагностують перфекціонізм.

Ключевые слова: перфекционизм, модель перфекционизма, параметры перфекционизма, методики диагностики перфекционизма.

The models of perfectionism were analyzed. Psychometric testing of internal consistency of scales and factor structures in questionnaires for diagnosing perfectionism was carried out.

Key words: perfectionism, model of perfectionism, parameters of perfectionism, methods of perfectionism diagnostics.

Надійшло до редакції 8.02.2011.