

УДК 159.923

Кононенко О. І.

кандидат психологічних наук, доцент

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Одеса, вул. Дворянська, 2

e-mail: oksana.kroshka@gmail.com

ПРОБЛЕМА ОНТОГЕНЕЗУ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

В сучасній психологічній науці представлені різні концептуальні моделі перфекціонізму, в рамках яких даний феномен розглядається як багатовимірне явище. Проблема онтогенезу перфекціонізму постає питанням досліджень сучасних напрямків вивчення сутності феномену перфекціонізму особистості. Представники різних підходів погоджуються з думкою, що негативні прояви перфекціонізму обумовлено, перш за все, сімейними факторами, а саме тими очікуваннями, надіями і вимогами, що покладають на дітей батьки.

Ключові слова: перфекціонізм, особистість, онтогенез, чинники.

Постановка проблеми. Сучасний світ передбачає постійне вдосконалення майстерності і прагнення до високого рівня досягнень в суворо регламентованих умовах жорсткої конкуренції. Успішна професійна діяльність спрямовує особистість на досягнення гранично високих результатів, що привертає увагу дослідників до феномену перфекціонізму. У психології перфекціонізм визначається як прагнення до бездоганності, до досконалості, яке передбачає завищені стандарти виконання дії в поєднанні з тенденцією до надмірно критичних оцінок своєї поведінки, схильності слідувати завищеними стандартам діяльності та висувати до власної особистості надмірно високі вимоги.

Аналіз останніх досліджень. Проблема перфекціонізму стала предметом дослідження в зарубіжній психології з 60-х рр. ХХ ст. (А. Бек, Р. Блатт, Д. Бернс, П. Гевітт, М. Голендер, К. Дабровські, В. Родела, Л. Сільверман, Р. Свінсон, Р. Слейн, Х. Стампф, Р. Фрост, Г. Флетт, Д. Хамачек, Р. Шафран та ін.).

Деяко пізніше феноменом перфекціонізму зацікавилися російські (Н. Гаранян, І. Грачова, С. Еніколопов, Є. Ільїн, В. Парамонова, А. Холмогорова, Т. Юдеева, В. Ясна та ін.) та вітчизняні (І. Гуляс, Л. Данилевич, З. Карпенко, О. Лоза, К. Фоменко) психологи.

В сучасній психологічній науці різні психологічні підходи містять розбіжні тенденції щодо самого визначення поняття «перфекціонізм», його структури та особливостей онтогенезу.

Мета статті — проаналізувати сучасні дослідження проблеми онтогенезу перфекціонізму особистості.

Виклад основного матеріалу. Онтогенетичні основи формування перфекціонізму відображені в концепції М. Холлендера, який розумів пер-

фекціонізм як «повсякденну практику пред'явлення до себе вимог більш високої якості виконання діяльності, ніж того вимагають обставини» [9]. Він вважав, що «перфекціоніст бореться не стільки за нарцисичне задоволення від публічного іміджу «досконалого», скільки прагне до досягнутого результату в надії отримати прийняття з боку інших людей» [8, с. 99]. Описуючи джерела формування перфекціонізму, Д. Хамачек вважав, що перфекціонізм походить з дитячого досвіду взаємодії з нехваленого або непостійного схвалення батьками, що демонструють любов, яка залежить від успіхів дитини [7]. У першому випадку дитина прагне до досконалості не стільки для того, щоб уникнути осуду батьків, скільки для того, щоб прийняти самого себе за допомогою власних досягнень. У другому випадку перфекціоніст приходиться до розуміння того, що лише бездоганне виконання діяльності дозволяє домогтися успіху. Іншими словами, онтогенетичне формування перфекціонізму відбувається в умовах перманентного пошуку дитиною батьківського схвалення з подальшим формуванням установки на бездоганне виконання будь-якої діяльності.

Іншими словами, перші психологічні уявлення про перфекціонізм відбивали його орієнтацію на високі особистісні стандарти і прагнення до бездоганності у всьому. Проте з часом постало питання про те, що одномірне розуміння перфекціонізму не охоплює всі феноменологічні характеристики даного психологічного явища. Відповідно, перед психологічною наукою постало завдання розширення уявлень про феномен перфекціонізму. Дана ідея була послідовно розвинена в трьох багатовимірних концепціях перфекціонізму: британської [6], канадської [7] та американської моделях [10].

У британській концепції описані такі параметри перфекціонізму, як «особисті стандарти» (схильність висувати надмірно високі стандарти), «стурбованість помилками» (негативна реакція на помилки, схильність прирівнювати помилку до невдачі), «сумніви у власних діях» (перманентні сумніви щодо якості виконання діяльності), «батьківські очікування» (сприйняття батьків які делегують дуже високі очікування), «батьківська критика» (сприйняття батьків, які надмірно критикують) і «організованість» (важливість порядку і організованості) [5].

Канадська концепція описує перфекціонізм крізь призму його соціальних аспектів [8]:

1. Я-адресований перфекціонізм — надзвичайно високі стандарти, постійне самооцінювання і цензурування власної поведінки, а також мотив прагнення до досконалості, який виявляють в різних сферах життєдіяльності.

2. Перфекціонізм, адресований іншим людям — переконання і очікування щодо інших людей, що припускають нереалістичні стандарти для значущих людей, очікування від них досконалості і постійне оцінювання інших, що породжує звинувачення на адресу інших людей.

3. Перфекціонізм, адресований світу в цілому — переконаність у тому, що в світі все має бути точно, акуратно, правильно, а всі людські проблеми повинні отримувати правильне і своєчасне вирішення.

4. Соціально приписуваний перфекціонізм — потреба відповідати стандартам та очікуванням значимих інших і переконання в тому, що інші люди нереалістичні у своїх очікуваннях, схильні дуже суворо оцінювати і чинити тиск на індивіда з метою змусити бути досконалим.

В американській моделі в якості центрального параметра перфекціонізму виступає «розбіжність» (discrepancy) як суб'єктивне сприйняття особистістю постійних невдач у прагненні відповідати власним високим стандартам, додатковими компонентами перфекціонізму є параметри «стандарти» та «схильність до порядку» [10]. Згідно з Р. Слейн, розбіжність є ключовим фактором у визначенні адаптивності або дезадаптивності перфекціонізму.

Одночасно із зарубіжними концепціями у вітчизняній психології на основі досвіду психотерапевтичної роботи з пацієнтами в форматі когнітивної терапії, була створена оригінальна модель перфекціонізму [Гаранян, Холмогорова, 2004]:

1. Завищені, в порівнянні з індивідуальними можливостями, стандарти діяльності і домагання — надмірні вимоги до себе в плані кількості роботи і якості її виконання, бездоганності поведінки, володіння собою в тій чи іншій ситуації.

2. Надмірні вимоги до інших і завищені очікування від них — очікування досконалості від оточуючих і пред'явлення по відношенню до них високих стандартів.

3. Сприйняття інших людей як делегуючи високі очікування або спотворені соціальні каганець — суб'єктивне відчуття «примусу до досконалості» оточуючими, відчуття власного невідповідності позитивним уявленням інших людей про себе і постійне передчуття публічного викриття.

4. Постійне порівняння себе з іншими людьми при орієнтації на найуспішніших індивідів (персоналізація) — життя в «режимі порівняння» себе з іншими людьми, що тягне за собою перманентне почуття заздрості, невдоволення собою, помилкові життєві вибори, знецінення інших, уникнення контактів.

5. Дихотомічному оцінка результату діяльності та її планування за принципом «все або нічого», або поляризоване мислення — «чорно-біла» оцінка результату власної діяльності, що припускає лише два варіанти виконання діяльності — досягнення важкої мети або відмова від активності.

6. Селекція інформації про власні невдачі і помилки (негативне селекція) — схильність до перебільшення значення невдачі і знецінення успіху [5].

Більшість дослідників перфекціонізму звертають увагу на обумовленість цього феномену, перш за все, сімейними факторами (Дж. Бароу, А. Бек, Р. Блатт, Д. Барнс, М. Вей, С. Волікова, А. Галкіна, І. Грачева, М. Голендер, Л. Данилевич, Р. Дріскулл, К. Мор, А. Пахт, Б. Соененс, Р. Фрост, Г. Флетт, Д. Хамачек, К. Хорні, А. Холмогорова та ін.).

На основі теоретичного аналізу досліджень зарубіжних та вітчизняних авторів можемо виділити наступні дисфункціональні родинні установки:

надмірно високі батьківські очікування та стандарти, надмірний критицизм батьків; батьківське схвалення взагалі відсутнє або ж непослідовне чи умовне; симбіотичний характер зв'язку з дитиною, гіперопіка, придушення автономії дитини.

До вагомих чинників формування перфекціонізму дослідники також відносять перфекціонізм батьків. Зокрема, Б. Соененсом встановлено, що адаптивний батьківський перфекціонізм пов'язаний з адаптивним, тоді як дезадаптивний — з дезадаптивним перфекціонізмом дитини [10]. Причому перфекціонізм дітей більш пов'язаний з рівнем перфекціонізму матерів, ніж батьків. Саме матерям з вираженими показниками перфекціонізму, притаманна тенденція сприймати дитину як інструмент реалізації власних стандартів.

Вітчизняні вчені додають до вищезазначених дисфункцій характерну для суспільства перехідного типу надмірну тривогу з приводу адаптації дитини в суспільстві, що, у свою чергу, зумовлює орієнтацію дитини на досягнення будь-якою ціною. До сімейних факторів негативного впливу на розвиток життєвих домагань українські вчені відносять низьку самооцінку рівня досягнень батьків, їх надмірні соціальні очікування щодо дитини, авторитарний стиль виховання та спілкування з дитиною, дефіцит емоційних контактів. характер симбіотичних зв'язків та рівень домагань матері. Як бачимо, виокремлені вітчизняними дослідниками особливості виховання збігаються з визначеннями сімейних чинників формування перфекціонізму закордонними вченими.

З посиланням на численні приклади у більшості досліджень зазначається, що перфекціоністська орієнтація починає формуватися, як правило, ще в молодшому шкільному віці, а іноді — й раніше. Вирішальними в її виникненні є чинники сімейного виховання. Стосовно цього питання серед психологів існує кілька точок зору.

Так, на думку С. Степанова, головним чинником, який провокує перфекціонізм, стає авторитарний стиль виховання, що поєднує в собі високі вимоги, жорсткий дисциплінарний режим і недостатню емоційну підтримку та участь. У таких умовах на дитину покладаються великі надії — їй належить виправдати батьківські сподівання, примножити їхні досягнення й уникнути їхніх помилок [4].

Дитина дуже рано починає розуміти: любов батьків їй необхідно заслужити своєю зразковою поведінкою, бездоганним виконанням їхніх вимог і високими успіхами в будь-якій діяльності, яку вони схвалюють. Тобто добре ставлення батьків до дитини зумовлене її успіхами. Частіше перфекціоністами стають єдині діти, а коли дітей в сім'ї — декілька, то тут найуразливішими виявляються первістки.

Як зазначає С. Степанов, зі вступом до школи ці успіхи чітко формалізуються у вигляді шкільних оцінок. І тільки статус «круглого відмінника», першого учня в класі, переможця всіляких конкурсів і олімпіад, а згодом — і золотого медаліста дозволяє дитині відчувати свою значущість, отримати таке необхідне їй схвалення та участь з боку найрідніших людей. Природні ускладнення в досягненні цього статусу фруструють дитину, по-

роджують постійний стрес. Невдачі вона переживає у край хворобливо, аж до суїцидних спроб [4].

За Л. Данилевич, батьківські очікування та критицизм мають безпосереднє відношення як до дисфункціонального, так і до функціонального перфекціонізму. Дослідниця припускає, що батьківські очікування обумовлюють в основному високі особисті стандарти (функціональний перфекціонізм), а батьківський критицизм — нетерпиме ставлення до помилок [2]. Л. Вознесенська відзначає, що задля адекватного формування рівня домагань найбільш сприятливим є авторитетний стиль виховання, з емоційно теплим ставленням батьків і помірним контролем успішності [1]. М. Ларських, посиляючись на роботи С. Блатта та К. Шмітца, стверджує, що у формуванні конструктивних перфекціоністських тенденцій важливою є підтримка дітей в їх прагненні до високих стандартів, але з правом на помилку та вихованням здатності бути терплячими до своїх недоліків [3].

Висновки. Отже, представники різних підходів погоджуються з думкою, що негативні прояви перфекціонізму обумовлені, перш за все, сімейними факторами, а саме тими очікуваннями, надіями і вимогами, що покладають на дітей батьки.

Таким чином, в сучасній психологічній науці представлені різні концептуальні моделі перфекціонізму, в рамках яких даний феномен розглядається як багатовимірне явище. Однак існуюче в психології розуміння перфекціонізму не дозволяє пролити світло на ті обставини, що прагнення до досконалості саме по собі не є патологічним, а стає таким лише в силу певних обставин, тому онтогенез перфекціонізму постає питанням досліджень сучасних напрямків вивчення сутності феномену перфекціонізму особистості.

Список використаних джерел та літератури

1. 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.
2. Данилевич Л. А. Перфекціонізм як особистісний чинник академічної обдарованості студентів : дис. ... канд. психолог. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Данилевич Лариса Арсенівна. — К., 2010. — 222 с.
3. Ларських М. В. Формирование конструктивного перфекционизма педагога : дис. ... канд. психолог. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая психология» / Ларських Марина Владимировна. — Воронеж, 2011. — 162 с.
4. Степанов С. С. Популярная психологическая энциклопедия / С. С. Степанов. — М. : Изд-во Эксмо, 2005. — 672 с.
5. Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Нарциссизм, перфекционизм и депрессия / Московский психологический журнал. — 2004. — № 8. — С. 18–35.
6. Frost R. The dimensions of perfectionism / R. Frost, P. Marten, C. Lahart // Cogn. Ther. Res. — 1990. — V. 14. — P. 449–468.
7. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism / D. Hamachek // Psychology. — 1978. — V. 15. — P. 27–33.
8. Hewitt P. Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology / P. Hewitt, G. Flett // J. of Personality and Social Psychology. — 1991. — V. 60, № 3. — P. 456–470.

9. Hollender M. H. Perfectionism / M. H. Hollender // *Comprehensive Psychiatry*. — 1965. — Vol. 6. — P. 94–103.
10. Slaney R. The Almost Perfect Scale-Revised / R. Slaney // *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. — 2001. — V. 34, № 3. — P. 130–145.
11. 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.

References

1. Voznesens'ka O. L. Znachennja dosvidu rann'ogo ditinstva u formuvanni zhittevih domagan' osobistosti / O. L. Voznesens'ka // *Naukovi studii iz soc. ta polit. psihologii : zb. statej / NAPN Ukraini, In-t social'noi ta politichnoi psihologii; golov. redkol. S. D. Maksimenko (golova) [ta in.]*. — K. : Milenium, 2004. — Vip. 8 (11). — S. 113–121.
2. Danilevich L. A. Perfekcionizm jak osobistisnij chinnik akademichnoi obdarovanosti studentiv : dis. ... kand. psiholog. nauk : spec. 19.00.01 «Zagal'na psihologija, istorija psihologii» / Danilevich Larisa Arseniivna. — K., 2010. — 222 s.
3. Larskih M. V. Formirovanie konstruktivnogo perfekcionizma pedagoga : dis. ... kand. psiholog. nauk : spec 19.00.07 «Pedagogicheskaja psihologija» / Larskih Marina Vladimirovna. — Voronezh, 2011. — 162 s.
4. Stepanov S. S. Populjarnaja psihologicheskaja jenciklopedija / S. S. Stepanov. — M. : Izd-vo Jeksmo, 2005. — 672 s.
5. Holmogorova A. B., Garanjan N. G. Naecissizm, perfekcionizm i depressija // *Moskovskij pshhologicheskij zhurnal*. — 2004. — № 1. — S. 18–35.
6. Frost R. The dimensions of perfectionism / R. Frost, P. Marten, C. Lahart // *Cogn. Ther. Res.* — 1990. — V. 14. — P. 449–468.
7. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism / D. Hamachek // *Psychology*. — 1978. — V. 15. — P. 27–33.
8. Hewitt P. Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology / P. Hewitt, G. Flett // *J. of Personality and Social Psychology*. — 1991. — V. 60. — № 3. — P. 456–470.
9. Hollender M. H. Perfectionism / M. H. Hollender // *Comprehensive Psychiatry*. — 1965. — Vol. 6. — P. 94–103.
10. Slaney R. The Almost Perfect Scale-Revised / R. Slaney // *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. — 2001. — V. 34, № 3. — P. 130–145.
11. 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.

Кононенко О. И.

кандидат психологических наук, доцент
Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова

**ПРОБЛЕМА ОНТОГЕНЕЗА ПЕРФЕКЦИОНИЗМА ЛИЧНОСТИ
В СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ**

Резюме

В современной психологической науке представлены различные концептуальные модели перфекционизма, в рамках которых данный феномен рассматривается как многомерное явление. Проблема онтогенеза перфекционизма является одним из современных направлений изучения сущности феномена перфекционизма личности. Представители разных подходов соглашаются с мнением, что негативные проявления перфекционизма обусловлены, прежде всего, семейными факторами, а именно теми ожиданиями, надеждами и требованиями, которые возлагают на детей родители.

Ключевые слова: перфекционизм, личность, онтогенез, факторы.

Kononenko O. I.

candidate of psychological Sciences, associate Professor
Odessa I. I. Mechnikov national university

**THE PROBLEM OF ONTOGENESIS PERFECTIONISM PERSONALITY
IN CONTEMPORARY STUDIES**

Abstract

In modern psychological science presents different conceptual models of perfectionism in which this phenomenon is seen as a multidimensional phenomenon. The ontogenesis of perfectionism raises the question of modern research directions in the study of the essence of the phenomenon of perfectionism personality. The purpose of the article is to analyze current research problems of ontogenesis perfectionism personality. Representatives of different approaches agree with the opinion that the negative implications of perfectionism is due, above all, family factors, namely those expectations, hopes and demands, which lay on children of the parents. Thus, in modern psychological science presents different conceptual models of perfectionism in which this phenomenon is seen as a multidimensional phenomenon. However, existing in psychology understanding of perfectionism is not possible to shed light on the circumstances, the pursuit of excellence in itself is not pathological, and becomes so only because of certain circumstances, therefore, the ontogeny of perfectionism raises the question of modern research directions in the study of the essence of the phenomenon of perfectionism personality.

Key words: perfectionism, personality, ontogenesis, factors.

Стаття надійшла до редакції 28.04.2014