

УДК 159.942.2:17.023.36

Колтунович Т. А.

## ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВИХОВАТЕЛІВ ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

*У статті розглянуто актуальну проблему сучасної системи освіти – професійне вигорання вихователів. Емпірично доведено припущення про існування зв'язку між вигоранням і перфекціонізмом, про детермінованість вигорання на різних етапах його формування відповідною структурною організацією перфекціонізму; визначено провідні та базові компоненти перфекціонізму, що здійснюють найсильніший вплив на різних етапах формування вигорання.*

**Ключові слова:** професійне вигорання, перфекціонізм, перфекціонізм, орієнтований на себе, перфекціонізм, орієнтований на інших, соціально приписаний перфекціонізм.

*В статье рассмотрено актуальную проблему системы образования – профессиональное выгорание воспитателей. Эмпирически доказано предположения о существовании связи между выгоранием и перфекционизмом, о детерминированности выгорания на различных этапах его формирования соответствующей структурной организацией перфекционизма; а также определены ведущие и базовые компоненты перфекционизма, которые осуществляют наибольшее влияние на формирование выгорания на разных этапах.*

**Ключевые слова:** профессиональное выгорание, перфекционизм, перфекционизм, направленный на себя, перфекционизм, направленный на других, социально предписанный перфекционизм.

*The article deals with the actual problem of modern education system – professional burnout of kindergarten teachers. Empirically proven assumptions about the existence of the relationship between burnout and perfectionism; the determination of burnout at different stages of its formation corresponding to the structural organization of perfectionism, as well as leading and defined the basic components of perfectionism that have the most impact on formation burnout at different stages.*

**Key words:** professional burnout, perfectionism, self oriented perfectionism, socially oriented perfectionism, socially prescribed perfectionism.

Прагнення до досконалості – узуальний мотиваційний процес, природна потреба людини, одна з рушійних сил її розвитку. Проте доволі часто у своєму прагненні бути бездоганим у всьому, все встигнути, зробити якнайкраще людина потрапляє у простір “нездорового” перфекціонізму, а її шляхетні наміри перетворюються в нав’язливу, безупинну гонитву за абсолютними ідеалами, обертаючись шкодою для неї самої, навколишніх людей та для справи, якою вона займається. Особистість продовжує рухатися вперед, але мотивація цього руху вже інша: людина діє не задля досягнення досконалості, а через страх не діяти, через боязнь відхилитися від створеного нею чи ким-небудь іншим ідеалом. У такому випадку перфекціонізм переміщується з позитивної площини в протилежну, яка є не шляхом до досконалості, а швидше втечею від недосконалості, оскільки, навіть досягнувши мети, перфекціоніст одразу знецінює її чи розцінює як невдачу.

Деякі професії, зокрема педагогічна, накладаючи на особистість вимогу бути досконалою, бездоганою, компетентною тощо, тим самим схиляють її до перфекціонізму. Педагог – близький і доступний зразок для наслідування й еталон для порівняння. Його щоденна практична діяльність – постійна робота над самовдосконаленням, яка вимагає неабияких затрат енергії та часу. Крім того, реалії сьогодення вимагають від педагога конкурентоспроможності, мобільності, гнучкості, креативності, доброї базової освіти, широкої професійної підготовки, високого культурно-технічного рівня, уміння виживати в умовах змагальності та швидко оновлювати і поповнювати знання, перекваліфікуватися та ін. У результаті педагог збільшує витрати часу на справи, пов’язані з роботою, і усе менше часу проводить з сім’єю та друзями, відмовляється від хобі, нехтує особистими потребами та ін. Як правило, такі жертви не приносять очікуваних результатів, адже успіх виявляється значно нижчим від витрачених зусиль, натомість педагог почуває себе знесиленим, постійно втомленим, у нього знижується працездатність і задоволення від роботи, звужується коло спілкування, збільшується кількість скарг психосоматичного характеру та ін. Ідеалізм, трудовий ентузіазм, наснага перетворюються у їх повну протилежність.

Окрім цього, особливості емоційного стану та рівень психічного здоров’я педагога безпосередньо впливають на вихованців, які (через специфіку дитячого віку: вразливість, емоційність, легку навіюваність, пластичність нервової системи та ін.) досить емпатійні до стану “значимих” дорослих і не вміють психологічно захищатися.

Проблема перфекціонізму знайшла своє висвітлення у працях зарубіжних (К. Adkins, W. Parker, 1987; S. Blatt, 1992; D. Quinlan, 1982; K. Dabrowski, T. Piechovsky, 1997;

М. Enns, В. Cox, 1997-2000; D. Namachek, 1978; P. Hewitt, G. Flett, 1991; M. Hollander, 1965; L. Silverman, 1993, 1997 та ін.), російських (С. В. Воликова, 2006; Н. Г. Гаранян, 2006; І. І. Грачова, 2006; А. Б. Холмогорова, 2006; Т. Ю. Юдеева, 2007; В. О. Ясная, 2005 та ін.) і вітчизняних науковців (Ж. П. Вірна, 2006; І. А. Гуляс, 2007; С. С. Занюк, 2002; Г. Л. Чепурна, 2009 й ін.), проте, незважаючи на значну кількість досліджень феномену серед різних демографічних і професійних груп, поза увагою дослідників залишилось вивчення перфекціонізму серед педагогів першої ланки освіти (вихователів). Дослідження у цій професійній групі потребує і питання взаємозв'язку перфекціонізму та професійного вигорання.

Мета статті полягає у з'ясуванні ролі перфекціонізму у формуванні професійного вигорання вихователів дошкільних навчальних закладів (ДНЗ).

Для досягнення мети було сформульовано такі завдання: виявити характер взаємозв'язків між рівнем перфекціонізму, його складовими та фазами і симптомами вигорання; розкрити роль перфекціонізму та його компонентів у формуванні професійного вигорання вихователів.

Для емпіричної перевірки було висунуто такі припущення: існує закономірний зв'язок між професійним вигоранням і його компонентами та перфекціонізмом і його складовими; формування професійного вигорання вихователів ДНЗ детерміноване особливістю структурної організації перфекціонізму.

Психометричний інструментарій дослідження склали: опитувальник "Емоційне вигорання" В. В. Бойка, що дає можливість дослідити синдром як динамічну модель у рамках процесуального підходу та дозволяє побачити повну картину професійного вигорання за трьома фазами і дванадцятьма симптомами [4] та "Багатовимірна шкала перфекціонізму" (БШП) Р. L. Hewitt і G. L. Flett (в адаптації І. І. Грачової) для вимірювання рівня перфекціонізму та визначення характеру співвідношення його складових у респондентів [1]. Обробка отриманих результатів здійснювалася на двох рівнях (аналітичному та структурному), та включав моделі описової статистики, кореляційний, дисперсійний та структурний аналізи, розрахунок кореляційного відношення та оцінку його достовірності та матриць інтеркореляцій, на основі яких було побудовано відповідні структурограми, метод  $\chi^2$  та ін. Статистична обробка та графічне представлення даних здійснювалося з використанням стандартного пакету статистичних програм MS Excel і Statistica 7. 0.

Для перевірки висунутого припущення було проведено емпіричне дослідження, в якому взяли участь 180 вихователів ДНЗ м. Чернівці та Чернівецької області. Середній вік респондентів – 29,4±0,71 років, стаж коливається від 1 місяця до 40 років.

За визначенням за методикою діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойка, підсумковим показником сформованості ПВ вибірку було розділено на три групи: респонденти з високим рівнем вигорання (ВРВ) (М=209,3), середнім (СРВ) (М=140,82) і низьким (НРВ) (М=78,61) (див. табл. 1). Як бачимо, простежується загальна тенденція: у групі респондентів з ВРВ середні за всіма компонентами вигорання значно вищі, ніж у групах респондентів з СРВ і НРВ, а в групі з СРВ вищі, ніж у групі з НРВ.

Таблиця 1  
Середні арифметичні та дисперсії шкал  
методики діагностики рівня "емоційного вигорання" В. В. Бойка для трьох груп респондентів

Шкала \ Групи	ВРВ		СРВ		НРВ	
	М	Д	М	Д	М	Д
ППО	20	20,62	12,28	55,22	5,26	31,31
НС	9,83	15,52	7,10	20,56	3,57	8,52
ЗуК	14,13	58,07	8,08	31,14	4,35	49,12
Тід	17,17	69,92	12,62	55,20	4,78	23,11
Напруга	61,28	232,61	40,08	187,97	17,96	109,55
НВЕР	19,78	60,53	16,38	28,66	12,48	31,99
ЕМД	16,87	48,56	13,21	36,37	9,96	40,58
РСБЕ	17,91	50,39	13,13	66,24	5,48	25,06
РПО	20,57	43,01	16,90	39,63	11,61	38,64
Резистенція	75,11	178,72	59,87	197,67	39,52	160,26
ЕД	16,52	40,43	10,41	39,15	5,74	26,51
ЕВ	16,57	55,63	12,18	34,23	7,61	24,42
ОВ	20,22	48,80	8,33	19,08	3,26	11,93
ПтПІ	19,61	24,95	9,21	34,81	4,52	13,14
Виснаження	72,91	244,17	40,10	174,02	21,13	83,58
ППСВ	209,3	771,06	140,82	440,67	78,61	504,95

Примітка: ППО – переживання психотравмуючих обставин, НС – незадоволеність собою; Зук – загнаність у кут; ТіД – тривога і депресія; НВЕР – неадекватне вибіркове емоційне реагування; ЕМД – емоційно-моральна дезорієнтація; РСЕЕ – розширення сфери економії емоцій; РПО – редукція професійних обов’язків; ЕД – емоційний дефіцит; ЕВ – емоційне відчуження; ОВ – особистісне відчуження; ПіПП – психосоматичні і психовегетативні порушення.

Середнє ППСВ також вище у 1,5 раза у групі респондентів з ВРВ (M=209,3), порівняно з групою з СРВ (M=140,82) і у 2,7 раза, у порівнянні з групою з НРВ (M=78,61), а в групі з СРВ у 2,3 раза вище, порівняно з групою респондентів з НРВ. У трьох групах за значеннями середніх переважає фаза “резистенція”, проте у групі респондентів з ВРВ ми говоримо про її сформованість, а у групі з СРВ і НРВ вона перебуває на стадії формування. Середні за фазами “виснаження” та “напруга” свідчать про їхню сформованість у групі респондентів з ВРВ, етап формування – у групі респондентів з СРВ та несформованість у групі респондентів з НРВ.

У групі респондентів з ВРВ найвищі середні визначено за симптомами РПО (M=20,57); ОВ (M=20,22), ППО (M=20), НВЕР (M=19,78), найнижчі – за симптомами НС (M=9,83), Зук (M=14,13), ЕД (M=16,52), ЕВ (M=16,57). У групі респондентів з СРВ найвищі середні виявлено за РПО (M=16,19), НВЕР (M=16,38), ЕМД (M=13,21), РСЕЕ (M=13,13), найнижчі – за симптомами НС (M=7,10); Зук (M=8,08), ОВ (M=8,33), ПіПП (M=9,21). У респондентів з НРВ найвищі середні визначено за симптомами НВЕР (M=12,48), РПО (M=11,6), ЕМД (M=9,96), ЕВ (M=7,61), найнижчі – за ОВ (M=3,26), НС (M=3,57), Зук (M=4,35), ПіПП (M=4,52). Як бачимо, симптоми РПО, НВЕР мають високі середні у трьох групах, проте показники рівня їх сформованості у кожній групі різні: у групах респондентів з ВРВ і СРВ ці симптоми сформовані, а у групі з НРВ вони перебувають на стадії формування. Середні, визначені за симптомом ЕМД, демонструють сформованість симптому у групі респондентів з СРВ і несформованість у групі респондентів з НРВ. Окрім названих симптомів, у групі респондентів з ВРВ високі значення середніх, що свідчать про сформованість симптомів, визначено за шкалами ОВ та ППО, у групі респондентів з СРВ – за симптомом РСЕЕ, який знаходиться на стадії формування, у групі респондентів з НРВ – за симптомом ЕВ, проте він не сформований. Найнижчі середні за симптомами НС і Зук визначені у трьох групах, проте у групі респондентів з ВРВ значення середнього говорить про початок їх формування, тоді як у двох інших групах вони не сформовані. Очевидно, педагогам властиво неадекватно оцінювати власні недоліки у роботі та результати своєї діяльності, через що їхня професійна самооцінка часто завищена, що підтверджують дослідження Н. В. Назарук [3, с. 94]. Низькі значення середніх за симптомами ПіПП та ОВ, виявлені у групах респондентів з СРВ і НРВ, свідчать про їх несформованість. Окрім спільних для трьох груп симптомів, найнижчі середні було визначено за симптомом ЕД та ЕВ у групі респондентів з ВРВ, які характеризують їх як сформовані.

Застосування Н-критерію Крускала-Уолліса також дозволило виявити достовірні відмінності між трьома групами респондентів на рівні статистичної значущості  $p \leq 0,01$  за усіма компонентами вигорання (табл. 2).

Таблиця 2  
Визначення достовірних відмінностей між групами респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання

Шкали опитувальника В. В. Бойка	Н-критерій	p
переживання психотравмуючих обставин (ППО)	74,629	0,0000
незадоволеність собою (НС)	47,747	0,0000
загнаність у кут (Зук)	45,253	0,0000
тривога і депресія (ТіД)	53,404	0,0000
напруга (Н)	101,458	0,0000
неадекватне вибіркове емоційне реагування (НВЕР)	25,784	0,0000
емоційно-моральна дезорієнтація (ЕМД)	22,769	0,0000
розширення сфери економії емоцій (РСЕЕ)	54,719	0,0000
редукція професійних обов’язків (РПО)	33,807	0,0000
резистенція (Р)	86,879	0,0000
емоційний дефіцит (ЕД)	51,746	0,0000
емоційне відчуження (ЕВ)	35,527	0,0000
особистісне відчуження (ОВ)	101,270	0,0000
психосоматичні і психовегетативні порушення (ПіПП)	87,142	0,0000
виснаження (В)	115,152	0,0000
підсумковий показник сформованості вигорання (ППСВ)	146,027	0,0000

Найменш значущі відмінності між трьома групами виявлено за симптомами ЕМД, НВЕР, РПО, ЕВ.

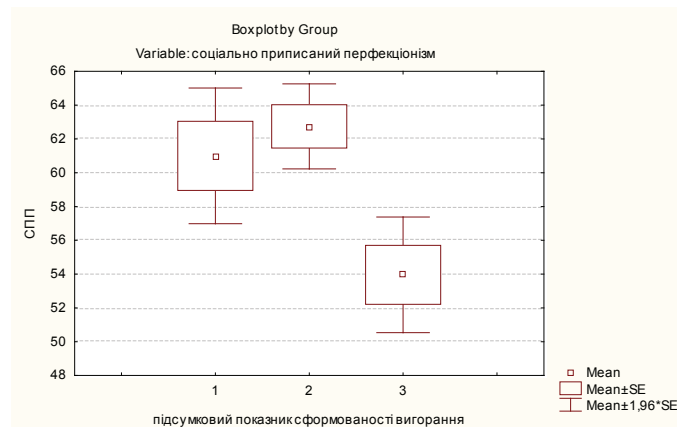
Найбільш значущі відмінності виявлено між групою респондентів з ВРВ і НРВ за симптомами ОВ, ППО, ПіПП, ТіД, РСЕЕ, ЕД та ЗуК, між групами з СРВ і НРВ – за симптомами ТіД, РСЕЕ та ППО, між групами з ВРВ і СРВ – за симптомами ОВ, ПіПП, ППО, ЕД, ЗуК. Очевидно, саме зростання проявів симптомів ТіД, ППО та РСЕЕ, що характеризуються тривожно-депресивною симптоматикою щодо власної професійної діяльності та відсутністю задоволення від цієї діяльності, усвідомленням психотравмуючих чинників професійної діяльності та зниженням контактів поза робочим середовищем, на фоні загальної напруги та виснаження і будуть тими маркерами, які свідчатимуть про початок формування вигорання вихователів. На наступній стадії поряд з цими симптомами проявляються ОВ, ПіПП, ЕД та ЗуК, для яких характерні повна чи часткова втрата інтересу до вихованців та інших учасників навчально-виховного процесу, відхилення в соматичних і психічних станах, відчуття того, що вихователь уже не може емоційно допомагати суб'єктам своєї професійної діяльності, почуттям безвихідності, інтелектуально-емоційного затору, тупику. Знання подібної закономірності дозволить вчасно виявити та скоригувати негативні прояви вигорання у вихователів. Виходячи з отриманих результатів, можна говорити про сформованість усіх фаз і симптомів вигорання у групі респондентів з ВРВ, сформованість симптомів РПО та НВЕР у групі респондентів з СРВ і відсутність сформованих симптомів у респондентів з НРВ. Отже, для груп респондентів з ВРВ і СРВ властиві вищі рівні сформованості усіх компонентів вигорання, ніж для групи з НРВ.

Отримані за багатомірною шкалою перфекціонізму дані, продемонстровано у табл. 3. Як показує аналіз таблиці, для респондентів трьох груп характерні високі середні за шкалою ПОС, проте найвище значення виявлено у групі респондентів з ВРВ. Найвищі значення середніх за шкалою ПОІ визначено у групі респондентів з НРВ, за шкалою СПП – у групі респондентів з СРВ.

Таблиця 3  
Середні значення перфекціонізму та його складових у групах респондентів з різним рівнем сформованості професійного вигорання

Складові перфекціонізму	Рівні розвитку перфекціонізму та його складових у групах респондентів								
	з ВРВ			з СРВ			з НРВ		
	в	с	н	в	с	н	в	с	н
ПОС	84,5	67,75	76,25	77,93	63,82	47,79	76,82	65	36,22
ПОІ	63,67	61,6	63,6	74	62,83	47,53	75	61	48,08
СПП	45	51,36	47,5	74,85	63,27	57,87	71,25	61,4	46,36
ЗРП	214,11	186,17	147,55	217	184,9	148,11	211,67	184,91	141,22

Варто зазначити, що застосування Н-критерію Крускала-Уолліса дозволило виявити достовірно значущі відмінності між групами респондентів з різним рівнем сформованості професійного вигорання саме за субшкалою СПП: рівень СПП у 1,2 раза вищий у респондентів з СРВ, у порівнянні з досліджуваними з НРВ ( $N=13,4599$ ,  $p=0,0012$ ). У графічній формі отримані результати подано на рис. 1. Очевидно, саме на етапі формування вигорання людина найбільш глибоко сприймає вимоги оточення як завищені й усвідомлює власну нездатність їх задовольнити.



Примітка: 1 – група респондентів з ВРВ, 2 – з СРВ, 3 – з НРВ

Рис. 1. Статистично значущі відмінності між групами респондентів з різним рівнем сформованості професійного вигорання за шкалою СПП



Для проведення більш ґрунтовного аналізу зв'язку перфекціонізму з професійним вигоранням було розраховано рангову кореляцію г-Спірмена (табл. 4).

Таблиця 4

*Взаємозв'язок між вигоранням, його фазами та симптомами і перфекціонізмом та його складовими (N=170)*

Показники паралельних методик Шкали опитувальника “Емоційне вигорання”	Шкали “БШП”			
	ПОС	ПОІ	СПП	ЗРП
1	2	3	4	5
переживання психотравмуючих обставин (ППО)	-,017	,041	,167*	,114
незадоволеність собою (НС)	-,209**	-,050	-,081	-,135
загнаність у кут (Зук)	,039	,068	,082	,147
тривога і депресія (Тід)	,183*	,164*	,197**	,237**
напруга (Н)	,029	,111	,151*	,168*
неадекватне вибіркоче емоційне реагування (НВЕР)	,215**	,094	,086	,203**
емоційно-моральна дезорієнтація (ЕМД)	-,077	-,004	-,061	-,036
розширення сфери економії емоцій (РСЕЕ)	-,018	-,089	,089	,010
редукція професійних обов'язків (РПО)	,240**	-,024	,086	,176*
резистенція (Р)	,086	-,042	,084	,089
емоційний дефіцит (ЕД)	,018	-,029	,188*	,096
емоційне відчуження (ЕВ)	-,061	,020	,140	,059
особистісне відчуження (ОВ)	,038	,020	,189*	,150
психосоматичні і психовегетативні порушення (ПіПП)	,041	-,070	,167*	,104
виснаження (В)	,030	-,022	,252**	,156*
підсумковий показник сформованості вигорання (ППСВ)	,035	-,010	,182*	,127

Примітка: \* –  $p \leq 0,05$ , \*\* –  $p \leq 0,01$

Виявлені статистично значимі кореляційні зв'язки підтверджують припущення щодо існування зв'язку між вигоранням і його компонентами та перфекціонізмом і його складовими. Так, прямі статистично значущі зв'язки було виявлено між СПП та ППСВ; між ЗРП та фазою “виснаження” й окремими симптомами вигорання (Тід, НВЕР, РПО, ОВ). Тобто зі зростанням прагнення до досконалості людина, втомлюючись і виснажуючись, стає більш тривожною, роздратованою, депресивною, неадекватно економить на емоціях, скорочує чи обмежує свої професійні обов'язки, стає більш закритою, відстороненою та байдужою. Найбільша кількість статистично значущих кореляційних зв'язків виявлено між СПП та вигоранням і його складовими (фазою “виснаження”, ППО, Тід, ЕД, ЕВ, ОВ і ПіПП). Тобто чим більше вихователь прагне відповідати стандартам та очікуванням інших людей, чим більше він переконаний у власній неспроможності догодити іншим та у завищених вимогах до нього з їхнього боку, тим вищими є падіння загального тону й ослаблення нервової системи, що посилюється виснажливою постійністю та дією психотравмуючих чинників, підвищенням нервовості, втомі і небажання підтримувати соціальні контакти поза робочим середовищем, спроби полегшити чи скоротити обов'язки, які потребують емоційних затрат; відчуття неможливості емоційно допомагати вихованцям та іншим учасникам навчально-виховного процесу, втрата інтересу до суб'єктів своєї професійної діяльності, погіршення стану здоров'я та ін. Статистично значимих зв'язків між субшкалою ПОС та вигоранням і його складовими, порівняно зі шкалою СПП, значно менше. Так, виявлено прямі кореляційні зв'язки між ПОС та Тід, НВЕР, РПО та зворотний – між ПОС та НС. Ймовірно, що чим вищі вимоги людина ставить до себе, чим більше вона займається самокопірванням, тим більш властивими для неї є тривожно-депресивна симптоматика, неадекватне вибіркоче емоційне реагування, скорочення чи полегшення професійних обов'язків, що вимагають емоційних затрат. Виявлено єдиний статистично

значущий кореляційний зв'язок між ПОІ та ТiД, що свідчить про зростання тривожно-депресивних симптомів зі зростанням вимог до інших і постійним їх оцінюванням.

Розглянувши наявність кореляційних зв'язків між вигоранням та перфекціонізмом, можна припустити існування між ними двостороннього впливу. На цьому етапі дослідження ми поклали завдання визначити силу впливу змінних на формування одна одної. Для цього було використано спосіб визначення кореляційного відношення  $\eta$  між змінними, що вивчаються (див. табл. 5).

Таблиця 5  
Вплив перфекціонізму та його компонентів на загальний рівень вигорання та вплив вигорання на перфекціонізм

Вплив перфекціонізму на вигорання			Вплив вигорання на перфекціонізм		
Шкали перфекціонізму	$\eta$	$\eta^2$	$\eta^2$	$\eta$	Шкали перфекціонізму
ПОС	0,56**	0,315	0,01	0,1	ПОС
ПОІ	0,16	0,027	0,0006	0,025	ПОІ
СПП	0,21	0,045	0,10	0,32**	СПП
ЗРП	0,30*	0,093	0,032	0,18	ЗРП

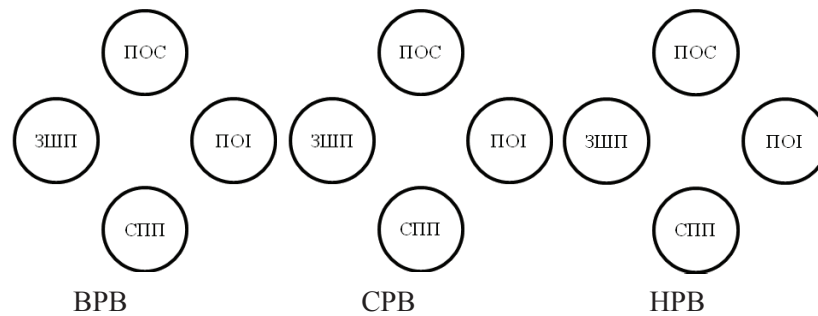
Таблиця 6  
Матриця інтеркореляційних зв'язків компонентів перфекціонізму респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання

Компоненти перфекціонізму	Група респондентів з високим рівнем сформованості професійного вигорання				Група респондентів з середнім рівнем сформованості професійного вигорання				Група респондентів з низьким рівнем сформованості професійного вигорання			
	ПОС	ПОІ	СПП	ЗРП	ПОС	ПОІ	СПП	ЗРП	ПОС	ПОІ	СПП	ЗРП
ПОС												
ПОІ	,230				-,065				,137			
СПП	,163	,227			,369**	,287*			-,113	,244*		
ЗРП	,816**	,584**	,533**		,719**	,462**	,785**		,729**	,597**	,437*	

Аналізуючи дані таблиці 9, можна стверджувати, що окремі субшкали перфекціонізму здійснюють вплив на формування вигорання. Найбільшою мірою воно детерміноване ПОС ( $p \leq 0,01$ ) і ЗРП ( $p \leq 0,05$ ). Тобто постійне прагнення до досконалості в усьому (у 30 %), а особливо існування високих стандартів і вимог до себе, постійне самооцінювання, порівняння себе з омріяним ідеалом та постійне незадоволення собою і власною діяльністю (у 32%) формують вигорання вихователів. І, навпаки, вигорання сприяє формуванню СПП ( $p \leq 0,01$ ): вигорілі особистості переконані у власній неспроможності догодити навколишнім; останні, своєю чергою, висувають надзвичайно високі, нереалістичні, завищені вимоги щодо них, суворо оцінюють і тиснуть на них.

Подальший аналіз результатів відбувався на структурному рівні. Для цього розраховувались матриці інтеркореляцій (табл. 6), на основі яких було побудовано відповідні структурограми (рис. 2); розраховані вагові коефіцієнти та їхні ранги (табл. 7).

Як видно з рис. 5, структурограма респондентів з СРВ більш організована, ніж структурограми респондентів з НРВ і ВРВ.



**Рис. 2. Структурограма складових перфекціонізму респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання**

Визначені кількість та якість зв'язків у структурній організації перфекціонізму у трьох групах респондентів свідчать про низку закономірностей: для структур респондентів з ВРВ і НРВ властива менша кількість статистично значущих взаємозв'язків, у порівнянні з групою з СРВ; група респондентів з СРВ відрізняється від двох інших більш інтегрованою системою перфекціонізму.

На основі матриць інтеркореляцій нами було визначено провідні та базові складові перфекціонізму для кожної групи респондентів (за В. Д. Шадриковим). До базових компонентів перфекціонізму увійшли: СПП у групі респондентів з СРВ, ПОІ – у групі респондентів з НРВ. Для групи респондентів з ВРВ характерна однакова вагова вираженість усіх компонентів перфекціонізму (табл. 6-7).

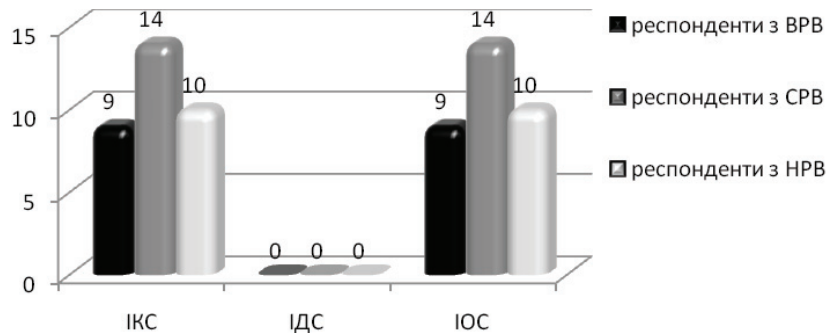
*Таблиця 7  
Структурна вага та ранг перфекціонізму та його складових*

Шкали перфекціонізму	Групи респондентів	з ВРВ		з СРВ		з НРВ	
		вага	ранг	вага	ранг	вага	ранг
ПОС		3	2	6	3	3	4
ПОІ		3	2	5	4	5	2
СПП		3	2	8	2	4	3
ЗРП		9	1	9	1	8	1
Провідні компоненти перфекціонізму		ЗРП		-		-	
Базові компоненти перфекціонізму		ПОС		СПП		ПОІ	

Для подальшого аналізу застосовувалися два методи: критерій  $\chi^2$  для порівняння матриць інтеркореляцій та визначення їх гомо/гетерогенності, що дає змогу виявити, чи визначені структури перфекціонізму принципово схожі, чи відмінні у групах респондентів з різним рівнем сформованості професійного вигорання та визначення структурних індексів (за методикою А. В. Карпова) та ін.

Застосування методу  $\chi^2$  вказує на відносну якісну гетерогенність визначених матриць інтеркореляцій ( $\chi^2_{\text{емп.}} 53,63 > \chi^2_{\text{крит.}} 23,213, p \leq 0,01$ ), що свідчить не про локальні, часткові відмінності між ними, а про відмінності саме якісного порядку. Тому можна говорити про те, що вони достовірно відрізняються у респондентів з різним рівнем сформованості вигорання, що підтверджує висунуте нами припущення. Тобто приріст значення підсумкового показника сформованості вигорання відображає значні внутрішні зміни у структурі перфекціонізму.

Оцінка визначених показників за системою структурних індексів (рис. 3) дозволяє стверджувати, що по мірі формування вигорання зростає індекс організованості структури (ІОС): у групі респондентів з СРВ і ВРВ він вищий, ніж у групі респондентів з НРВ, що свідчить про те, що окремі компоненти структури (складові перфекціонізму) починають тісно взаємодіяти одна з одною і процес вигорання набуває складнішого, більш комплексного характеру. Індекс когерентності структури (ІКС) теж нижчий у групі респондентів з НРВ, що говорить про меншу синтезованість перфекціонізму у певну цілісність. Отже, три групи респондентів відрізняються не тільки за рівнем вираженості перфекціонізму та його компонентів, але й за їх структурною організацією.



**Рис. 3. Взаємозв'язок індексів організованості та рівнів сформованості професійного вигорання**

Зазначимо, що для цієї структурної організації характерна її абсолютна когерентність, що дозволяє говорити про інтегральний характер перфекціонізму. Визначені нами структурні індекси вказують на те, що найбільший приріст позитивних взаємозв'язків між складовими перфекціонізму відбувається при переході від НРВ до СРВ. Таким чином, з ростом перфекціонізму на цьому етапі вигорання, зростає загальна кількість зв'язків у його [перфекціонізму] структурній організації на фоні домінування тенденції інтеграції. У респондентів з ВРВ індекс когерентності й організованості структури перфекціонізму нижчий, ніж у групі респондентів з СРВ і НРВ.

Зауважимо також і те, що індекси організованості структур свідчать про те, що отримані дані співвідносяться з закономірністю "типу оптимуму". Тобто, тут можна говорити не тільки про структурну, але й про функціональну закономірність: найбільш високий рівень організованості структури перфекціонізму простежується не за максимальних і мінімальних значень підсумкового показника сформованості вигорання, а за його середніх (проміжних) значень.

Перфекціонізм, попри пов'язану з ним благородну ідею досягнення досконалості, за своєю суттю – характеристика механістичного мислення, якому властиво уникати незрозумілих ситуацій, не визнавати помилок, невизначеності та невпевненості, що неминуче призводить до помилок.

Встановлення нереально високих стандартів, прагнення до неможливих цілей, висування надзвичайно високих вимог до себе та прагнення досягти максимальної власної досконалості безпосередньо впливають на розвиток вигорання у вихователів, проявляючись, насамперед, у повній чи частковій втраті інтересу до учасників навчально-виховного процесу, усвідомленні психотравмуючих чинників професійної діяльності, спробах полегшити чи скоротити обов'язки, які вимагають емоційної віддачі, появи тривожно-депресивної симптоматики та відхилень у соматичних і психічних станах, скороченні контактів, навіть з близькими людьми; втраті інтересу до суб'єктів професійної діяльності та ін.

Результати проведеного нами дослідження дають підтвердження висунутим припущенням про існування зв'язків між двома феноменами, про вплив високих рівнів ПОС і ЗРП на формування вигорання і вплив вигорання на формування СПП. Також доведено, що зміна рівня вигорання супроводжується якісною перебудовою структури перфекціонізму. Тобто на формування вигорання впливають не тільки рівень розвитку перфекціонізму та його компонентів, але й специфіка їх структурної організації.

Отримані результати дозволяють розглядати високий рівень перфекціонізму, орієнтованого на себе, та перфекціонізм у цілому як чинники ризику професійного вигорання у вихователів ДНЗ. Практична значущість дослідження полягає в тому, що отримані в його ході результати та встановлені закономірності можуть бути використані при розробці програм оптимізації праці, профілактики та корекції професійного вигорання вихователів на різних етапах його сформованості.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на визначення особливостей феноменів вигорання та перфекціонізму у вихователів ДНЗ різних типів; виявлення взаємозв'язків між перфекціонізмом, особистісними характеристиками вихователів і чинниками, що детермінують виникнення вигорання у представників цієї професійної групи.

### Література:

1. Грачева И. И. Адаптация методики "Многомерная шкала перфекционизма" П. Хьюитта и Г. Флетта / И. И. Грачева // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 6. – С. 73-89.
2. Карпов А. В. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов / А. В. Карпов // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 6. – С. 18-28.
3. Назарук Н. В. Психологічні засоби профілактики "професійного вигорання" вчителя : дис... канд. психол. наук: 19. 00. 07 / Наталя Володимирівна Назарук. – Івано-Франківськ, 2007. – 320 с.
4. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов – М. : Изд-во Института психотерапии, 2002. – С. 394-399.