

УДК 159.9.072.432

К ВОПРОСУ О ПСИХОДИАГНОСТИКЕ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОСТИ

Новгородова Е.Ф.

Аспирант кафедры психологии образования по специальности 19.00.05

ФГБОУ ВПО «Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет»

г. Комсомольск-на-Амуре

В статье представлены результаты изучения перфекционизма в среде выпускников общеобразовательных школ. Также соотнесены результаты применяемых в России психометрических методик, выявляющих перфекционные тенденции личности. Обнаружено, что использованные опросники значимо коррелируют друг с другом.

Ключевые слова: перфекционизм, диагностика, выпускники общеобразовательных школ, молодежь.

THE PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS OF PERFECTIONISM IN YOUTH

Novgorodova E.F.

Postgraduate of the Department of Education Psychology

The Amur State University of Humanities and Pedagogy

Komsomolsk-on-Amur

The article presents a study of perfectionism among school leavers. Also compared psychological techniques of perfectionism diagnostics used in Russia. Found that questionnaires significantly correlated with each other.

Key words: perfectionism, diagnostics, graduates of secondary schools, youth.

Юность - пора взросления, жизненного самоопределения и планирования будущего. Психологическими особенностями этого периода являются: развитие устойчивого самосознания, формирование мировоззрения, обретение идентичности и самостоятельности, поиск своего места в социальной общности, начало практической реализации, развитие способности строить жизненные планы и цели. Кроме этого, на юношеском возрастном этапе наблюдаются важные особенности социальной ситуации развития, а именно – происходит смена детерминации развития и человек становится субъектом собственной активности (самодетерминация).

Молодым людям ученые уделяют должное внимание, поскольку именно в юношеском возрасте актуализируются проблемы формирования личности (Абульханова-Славская К.А., Андреева Г.М., Божович Л.И., Выготский Л.С., Кон И.С., Мудрик А.В., Мухина В.С., Прихожан А.А., Регуш Л.А., Франкл В., Эриксон Э. и др.). Благодаря научной деятельности российского психологического общества стало очевидно, что за последние годы резко изменились условия взросления молодежи. В частности – существенно расширились возможности для самореализации. Психологи отмечают, что сегодня характерны нетипичные для школьников прошлых лет мотивы самоутверждения, самосовершенствования и стремление к саморазвитию. Таким образом, современная молодежь заинтересована в осознании вектора собственного развития, что является базой сенситивности к самосовершенствованию.

Стремление к совершенствованию себя является естественным стимулом человеческого развития, актуализируя внутри личностный потенциал. Однако в своих крайних формах этот процесс приобретает рискованные тенденции, отражающиеся в феномене *перфекционизма*. Психологическая литература интерпретирует это явление как тенденцию личности предъявлять повышенные требования к осуществляемой деятельности, гиперболизированное стремление к идеалу и успеху, ангажированность идеей совершенства.

В последние десятилетия перфекционизм стал предметом интенсивных научных разработок мирового научного сообщества. На сегодняшний день обнаружено, что перфекционные установки содержат ряд компонентов, одновременно и стимулирующих носителя к саморазвитию (Горская Г.Б., Грачева И.И., Иванченко Г.В., Малкина-Пых И.Г., Ларских М.В. и др.), и провоцирующих психоэмоциональные расстройства (Васильева М.Н., Гаранян Н.Г., Цыганкова П.В., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю. и др.). Именно амбивалентность роли перфекционизма в субъективном благополучии личности носителя обуславливает актуальность научной разработки данного феномена и объясняет сфокусированность исследователей гуманитарного профиля на проблеме чрезмерного стремления к совершенству.

Однако современные учёные претерпевают ряд затруднений в теоретико-эмпирической разработке закономерностей перфекционного самосовершенствования. Очевидной сложностью в научных исследованиях этого феномена является тот факт, что вплоть до настоящего момента времени отсутствует единое понимание перфекционизма. Данная научная категория с трудом операционализируется ввиду противоречивости ее трактовок отечественными психологами. Исследователи ведут острую полемику, стремятся обогатить явление новыми аспектами и разработать авторские концепции психологической структуры перфекционизма. В свою очередь, это способствует еще большему размыванию

границ термина и теоретической аморфности проблемы, препятствуя её разрешению. По сей день остаётся открытым вопрос о месте перфекционизма в системе психологического знания. Следовательно, концептуализация феномена перфекционизма личности в проекции психолого-педагогических исследований является остро актуальным направлением научно-исследовательской деятельности.

Ввиду отсутствия чёткого определения измеряемого признака практически не возможна разработка адекватных измерительных инструментов. На сегодняшний день научное сообщество по-прежнему испытывает дефицит психометрических методов измерения перфекционных тенденций, которые бы обладали высокой степенью валидности и надёжности. Психодиагностика перфекционизма ограничивается методиками ретроспективного и актуального самоотчёта. Более того, имеющиеся шкалы измерения перфекционных тенденций включают различные параметры, отвечающие эклектичным теоретическим представлениям авторов. Соответственно, целесообразны разработка психодиагностической методики, релевантной многогранному концепту перфекционизма, а также апробация уже имеющихся измерительных инструментов на широкой популяции в различных социальных группах. Проработкой данных вопросов занимались: Гаранян Н.Г., Золотарева А.А., Зурабова А.М., Еникополов С.Н., Ильин Е.П., Малкина-Пых И.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю. и Ясная В.А.

Поскольку ранее была предпринята достаточно успешная попытка систематизации и обобщения существующих научных представлений о перфекционизме [8], перейдем к решению проблемы измерения перфекционных тенденций.

С целью сопоставления результатов применяемых на российской выборке методик диагностики перфекционизма, было проведено эмпирическое исследование с привлечением 137 учащихся 10-11 классов общеобразовательных школ. Среди них 67 парней и 70 девушек. Возраст испытуемых колеблется в диапазоне от 16 до 18 лет.

Эмпирическое исследование было реализовано с применением следующих психометрических инструментов:

- 1) «Многомерная шкала перфекционизма» (авторы - Hewitt P.L. и Flett G.L.) в адаптации Грачёвой И.И. [2]. Данная методика позволяет измерить общий уровень перфекционизма и определить характер соотношения трёх его составляющих: перфекционизм, ориентированный на себя; перфекционизм, ориентированный на других; социально предписанный перфекционизм. Данные обрабатывались в соответствии со следующими нормативами: общий уровень признака считался слабо выраженным при значении меньше 159 баллов включительно, средне выраженным в диапазоне от 160 до 203 баллов, ярко выраженным – при сумме более 204 баллов.

2) «Многомерная шкала перфекционизма» (автор - Frost R.O.), русифицированная Ясной В.А. и Еникополовым С.Н., тестирует четыре параметра перфекционизма (обеспокоенность ошибками; личные стандарты и родительские ожидания; родительская критика и сомнения в действиях; организованность) и его итоговый показатель [10]. Подсчитывался общий балл по опроснику в соответствии со следующими значениями: низкий уровень выраженности перфекционизма констатировался при сумме до 83 баллов, средний уровень соответствует разбросу значений от 84 до 113, высокий – от 114 баллов.

3) «Опросник перфекционизма» (авторы - Гаранян Н.Г. и Холмогорова А.Б.) [9]. Эта отечественная методика содержит пять аспектов перфекционизма (восприятие других людей как делегирующих высокие ожидания; завышенные притязания и требования к себе; высокие стандарты деятельности при ориентации на полюс «самых успешных»; селектирование информации о собственных неудачах и ошибках; поляризованное мышление), интегрированных в суммарное значение измеряемого признака. В качестве средних значений общего уровня перфекционизма использовались данные Юдеевой Т.Ю., полученные на выборке здоровых людей ($M=47,7$, $SD=13,7$), соответственно низкими значениями выраженности перфекционизма считались показатели до 33 баллов, средними – от 34 до 61 балла, высокими – от 62 баллов [там же, с. 18].

По результатам обследования обнаружено не нормальное распределение данных, а разнo выраженная асимметрия значений перфекционизма (таблица 1).

Таблица 1

Количество школьников, демонстрирующих различные уровни перфекционизма
сообразно использованным методикам психодиагностики (в %)

Методика диагностики	Общий уровень выраженности перфекционизма		
	Низкий	Средний	Высокий
«Многомерная шкала перфекционизма» Грачева И.И. (Hewitt P.L., Flett G.L.)	31,6	57,4	11
«Многомерная шкала перфекционизма» Ясная В.А. и Еникополов С.Н. (Frost R.O.)	2,1	45,4	52,5
«Опросник перфекционизма» Гаранян Н.Г. и Холмогорова А.Б.	19,7	69,4	10,9

Так, количественные результаты российской (Гаранян Н.Г. и Холмогоровой А.Б.) и канадской методик (Hewitt P.L. и Flett G.L.) обнаруживают слабый уклон в сторону низких значений признака и характеризуют большую часть испытуемых как обладателей средней

степени перфекционизма. Это позволяет констатировать относительную благополучность старшеклассников в решении задач самодетерминации. Напротив, по британской шкале перфекционизма (Frost R.O.), большинство респондентов (52,5 %) обладают высоким уровнем выраженности перфекционных тенденций. Такое положение дел может свидетельствовать об авторском рассмотрении перфекционизма как абсолютно нормального явления, тотально присущего нашим современникам в юношеском возрасте. В целом, полученные данные обладают некоторой противоречивостью.

Для детального рассмотрения взаимосвязей выраженности общего уровня перфекционизма в сознании учащейся молодежи, эмпирический материал был обработан посредством г-критерия Спирмена. Статистический анализ данных позволил обнаружить, что интегральные показатели применяемых в России психометрических методик изучения перфекционных тенденций личности, несмотря на различные авторские подходы к структурным компонентам перфекционизма и их оценке, находятся в значимой корреляционной связи ($p \leq 0,0001$), т.е. они изучают один и тот же фрагмент реальности.

Также обнаружены любопытные сведения: сходные по смыслу компоненты отечественной методики диагностики перфекционизма находятся в статистически достоверной связи с зарубежными (таблица 2). Все коэффициенты значимы для $p \leq 0,0001$.

Таблица 2

Матрица коэффициентов корреляции «Опросника перфекционизма»

Гараян Н.Г. и Холмогоровой А.Б. с зарубежными аналогами

Параметры перфекционизма	Hewitt P.L. и Flett G.L.		Frost R.O.
	Социально предписанный перфекционизм	Перфекционизм ориентированный на себя	Обеспокоенность ошибками
Восприятие других людей как делегирующих высокие ожидания	0,344*	-	-
Завышенные притязания и требования к себе	-	0,499*	-
Селектирование информации о собственных неудачах и ошибках	-	-	0,558*

*** $p \leq 0,0001$.**

Предпринимая попытку сравнения результатов диагностики перфекционизма на юношеской выборке с реализованными ранее исследованиями, мы столкнулись с рядом сложностей. Так оказалось, что, большая часть опубликованных работ не содержит информации об абсолютном или процентном соотношении выраженности перфекционных тенденций. К тому же, используя «Опросник перфекционизма» Гаранян Н.Г. и Холмогоровой А.Б., ученые выделяли диапазоны значений для каждой конкретной выборки методом процентилей, пренебрегая нормативными показателями автора методики, что не позволило нам сопоставить количественные данные обследований. Однако таблица 3 отображает сведения о результатах нескольких исследований юношеского перфекционизма.

Таблица 3

Количественное распределение выраженности перфекционизма (в %) по данным «Многомерной шкалы перфекционизма» (Hewitt P.L., Flett G.L.) в адаптации Грачевой И.И.

Автор исследования	Респонденты	Объем выборки	Уровень перфекционизма		
			Низкий	Средний	Высокий
Грачева И.И. [2]	Старшеклассники	n=900	18,3	67,3	14,3
Распопова А.С. [7]	Спортсмены	n=113	10,4	36,6	53
Кириллова О.В. [4]	Студенты	n=49	27,1	45,8	27,1

Итак, результаты, полученные в нашем исследовании, согласуются с данными Грачевой И.И. на аналогичной выборке (не значительная ассиметрия в пользу низких значений, преобладание средних показателей в школьной среде). Противоположные тенденции наблюдаются в сознании спортсменов – доминирование высокого уровня перфекционизма у большинства испытуемых. Это может быть обусловлено систематическим участием юношей в соревновательной деятельности, ориентированной на максимально возможный уровень достижений, что способствует формированию и интенсификации перфекционных установок. Нормальное распределение данных зафиксировано в работе Кирилловой О.В., обследовавшей контингент студенческой молодежи.

Теоретическая и практическая разработка проблемы функционирования личности, обладающей перфекционными установками, является актуальным и перспективным направлением научной деятельности. Проведенный нами сопоставительный анализ методик диагностики перфекционизма осуществлен впервые в России. Также безусловную ценность и научную новизну проекта представляет сравнение выраженности тенденций самосовершенствования на широкой выборке юношеского возраста.

В завершении отметим, что, несмотря на очевидную необходимость гармоничного развития личности молодежи, данный вопрос лишь фрагментарно освещен в теории и

реализован в практике. При этом свежие научные публикации содержат убедительные доказательства целесообразности психолого-педагогического сопровождения лиц, обладающих завышенным уровнем перфекционизма [6]. Ряд отечественных психологов [3, 5] успешно разработали и внедрили авторские программы оптимизации перфекционных установок. Сегодня также существуют сведения о доминирующем влиянии субъективных свойств личности (самооценка, автономный стиль саморегуляции, внутренняя мотивация, удовлетворенность базовых потребностей) на конструктивность проявлений перфекционизма [1]. Это делает чрезвычайно важным проведение исследований с использованием достоверных психометрических инструментов, результаты которых можно использовать в качестве фундамента программ, содействующих процессу саморазвития и решению проблем психологического сопровождения самосовершенствования учащихся молодых людей. Разработка приоритетных направлений, программы мероприятий и конкретных практических рекомендаций по трансформации перфекционизма из дезадаптивного состояния в конструктивное представляет обширные перспективы для дальнейшей научно-исследовательской деятельности.

Литература:

1. **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.
2. **Грачева, И.И.** Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П.Хьюитта и Г.Флетта / И.И. Грачёва // Психологический журнал. – 2006. - № 6. – С. 73-81.
3. **Жебрун, Я.О.** Особенности коррекции самоотношения у лиц с Я-ориентированным перфекционизмом / Я.О. Жебрун // Вестник Бурятского государственного университета. - 2011. - № 5. - С. 23-27.
4. **Кириллова, О.В.** Личностные особенности студентов-перфекционистов // дипломная работа. – г. Ростов-на-Дону: ЮФУ, 2011.
5. **Ларских, М.В.** Применение синемологии при формировании конструктивной формы перфекционизма у студентов-медиков / М.В. Ларских, С.В. Ларских // Прикладные информационные аспекты медицины. - 2014. - Т. 17. - № 1. - С. 94-99.
6. **Новгородова, Е.Ф.** Оптимизация перфекционизма / Е.Ф. Новгородова // Психологическая культура в современном образовании: сборник научных трудов / под ред. Е.Н. Ткач. – Хабаровск: Изд-во ФГБОУ ВПО «ДВГГУ», 2013. – С. 151-155.

7. **Распопова, А.С.** Возрастные особенности распространенности феномена перфекционизма и его взаимосвязи с личностными свойствами спортсменов / А.С. Распопова // Физическая культура, спорт - наука и практика. - 2011. - № 2. - С. 92-97.

8. **Талаш, Е.Ф.** Отражение феномена перфекционизма в российских научных публикациях / Е.Ф. Талаш // Вестник Балтийского федерального университета им. И.Канта. – 2012. - № 11. - С. 79-87.

9. **Юдеева, Т.Ю.** Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.04 / Юдеева Татьяна Юрьевна. - М, 2007. – 25 с.

10. **Ясная, В.А.** Апробация шкал измерения перфекционизма на российской выборке / В.А. Ясная, С.Н. Еникополов // Психологическая диагностика: научно-методический и практический журнал. – 2009. - № 1. – С. 101-120.