

УДК 159.923

ПРОГНОСТИЧЕСКИЕ ЛИЧНОСТНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Е. А. СОКОЛОВИЧ¹⁾

¹⁾Белорусский государственный университет, пр. Независимости, 4, 220030, г. Минск, Беларусь

Перфекционизм определяется как устойчивый стиль личности, для которого характерны чрезмерно высокие стандарты и значимость достижений, требовательность, отсутствие способности адекватно оценивать возможности самого и окружающих, нетерпимость к ошибкам. При проведении исследования применялись многомерная шкала перфекционизма Хьюитта и Флетта в адаптации И. И. Грачевой; психодиагностический тест Мельникова и Ямпольского; методика диагностики личности на мотивацию к успеху Элерса; методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач Элерса; методика Дембо – Рубинштейн для диагностики уровней самооценки и притязаний в модификации П. В. Яньшина. Установлено, что различные индивидуально-личностные и мотивационные характеристики являются факторами возникновения перфекционизма разных видов. Результаты исследования можно использовать в психотерапии и консультировании, при работе со студентами и молодыми специалистами, которые чрезвычайно требовательны к самим себе и окружающим.

Ключевые слова: перфекционизм; субъектно ориентированный перфекционизм; объектно ориентированный перфекционизм; социально предписываемый перфекционизм; индивидуально-личностные характеристики; мотивационные характеристики; ранняя взрослость.

Образец цитирования:

Соколович ЕА. Прогностические личностные показатели перфекционизма в период ранней взрослости. *Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология.* 2020;3:99–108.

For citation:

Sokolovich EA. Prognostic personality indicators of perfectionism in early adulthood. *Journal of the Belarusian State University. Philosophy and Psychology.* 2020;3:99–108. Russian.

Автор:

Екатерина Аркадьевна Соколович – аспирантка кафедры психологии факультета философии и социальных наук. Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор И. А. Фурманов.

Author:

Ekaterina A. Sokolovich, postgraduate student at the department of psychology, faculty of philosophy and social sciences.
sokolovich.e@mail.ru

PROGNOSTIC PERSONALITY INDICATORS OF PERFECTIONISM IN EARLY ADULTHOOD

E. A. SOKOLOVICH^a

^aBelarusian State University, 4 Niezaliežnasci Avenue, Minsk 220030, Belarus

Perfectionism is a stable personality style, which is characterized by excessively high standards and the significance of achievements, exactingness, lack of ability to adequately assess the capabilities of oneself and others, intolerance to mistakes. The following techniques were applied: the multidimensional scale of perfectionism Hewitt and Flett in the adaptation of I. I. Gracheva, psychodiagnostic test Melnikova and Yampolsky, a technique for diagnosing a personality on the motivation for success of Ehlers, a technique for diagnosing a personality on the motivation for avoiding the failures of Ehlers, the Dembo – Rubinstein technique for diagnosing levels of self-esteem and claims in the modification of P. V. Yanshin. As a result of the study: various individually-personal and motivational characteristics are factors of the appearance of different types of perfectionism. These results can be used in psychotherapy and counseling when working with students and young professionals who are extremely demanding of themselves and others.

Keywords: perfectionism; self-oriented perfectionism; object-oriented perfectionism; socially prescribed perfectionism; individually-personal characteristics; motivational characteristics; early adulthood.

Введение

Под перфекционизмом будем понимать устойчивую личностную черту, характеризующуюся высоким уровнем притязаний, гипертрофированной значимостью собственных достижений, сверхтребовательностью по отношению к самому себе и (или) окружающим, нетерпимостью к собственным ошибкам и просчетам других людей, абсолютистским мышлением в терминах «всё или ничего», которое затрагивает все сферы жизнедеятельности самого индивида и (или) окружающих. Феномен перфекционизма распространен в современном обществе, для которого совершенство и успешность во всем приобрели наивысшую ценность. Данное явление может оказывать негативное воздействие на жизнедеятельность индивида, препятствовать формированию межличностных отношений, а также способствовать возникновению тревожных и эмоциональных состояний, расстройств пищевого поведения (анорексии, булимии), суицидальных мыслей и попыток, т. е. быть причиной некоторых психопатологий. Чтобы предотвратить негативные последствия перфекционизма, необходимо в первую очередь обратить внимание на психологические факторы его возникновения, в частности социально-психологические (социокультурные аспекты, семейные отношения, процесс общения в условиях учебной среды и в неформальных группах) и личностные (личностные характеристики, мотивационные показатели). Социально-психологические факторы получили широкое распространение среди ученых (К. Е. Аблард (K. E. Ablard), П. Р. Аплтон (P. R. Appleton), Дж. Барроу (J. Barrow), М. В. Биран (M. W. Biran), А. Е. Крэддок (A. E. Craddock), Дж. С. Экклз (J. S. Eccles), Е. Мофилд (E. Mofield), А. Д. Андреева, А. А. Власова, С. В. Воликова, Н. Г. Гаранян, О. Ю. Гроголева, П. М. Тарханова, А. Б. Холмогорова). Личностные факторы затрагивались в исследованиях частично: преимущественно в клинической психологии или на

примере специфических выборок (одаренные учащиеся, спортсмены) (З. Басирион (Z. Basirion), Д. Дунклей (D. Dunkley), С. Дж. Эган (S. J. Egan), Е. Филайрэ (E. Filaire), С. Ходарахими (S. Khodarahimi), Р. С. Кумари (R. S. Kumari), К. Г. Райс (K. G. Rice), Г. Б. Горская, М. В. Ларских), поэтому настоящее исследование является наиболее актуальным. Работа направлена на выявление прогностических личностных детерминант перфекционизма у мужчин и женщин с разными его видами в период ранней взрослости.

Методологическую основу представленного исследования составили:

1) многомерная шкала перфекционизма Хьюитта и Флетта, в рамках которой перфекционизм может быть субъектно ориентированным (имеются высокие ожидания, обращенные к самому себе), объектно ориентированным (характеризуется наличием высоких ожиданий, направленных на окружающих) и социально предписываемым (типичным является убеждение перфекциониста в том, что окружающие предъявляют к нему завышенные требования) [1; 2]. Отличие данного многомерного подхода заключается в том, что в качестве основы для определения различных составляющих перфекционизма используется один параметр (высокие требования), который нацелен на разные объекты (самого себя, окружающих либо ожидания со стороны других индивидов);

2) многомерный подход к изучению личности, разработанный В. М. Мельниковым и Л. Т. Ямпольским, в рамках которого индивид рассматривается с помощью структурно-иерархической модели. В нее входят следующие взаимосвязанные личностные характеристики: депрессия (предрасположенность к формированию депрессивного состояния), женственность (ранимость, склонность к анализу и самоанализу), невротизм (тревожность), общительность, психотизм (впечатлительность и возбу-

димось), расторможенность (отрицательное отношение к общепринятым правилам и нормам), робость, совестливость, эстетическая впечатлительность (чувствительность и преобладание конкретно-образного мышления). Данные характеристики образуют шкалы второго уровня: асоциальность, интроверсия, психическая неуравновешенность, сензитивность [3];

3) теория мотивации Макклелланда, описывающая в качестве некоторых регуляторов деятельности личности мотивацию достижения успеха и мотивацию избегания неудач [4]. Для индивидов с высоким уровнем мотивации достижения характерны активность, инициативность, стремление к достижению высоких результатов, соревновательность при выполнении работы, а для индивидов с высоким уровнем мотивации избегания неудач – тревожность, страх перед неудачами и желание их избежать, стремление к защите, занижение своих возможностей и способностей;

4) методика изучения самооценки (А. Н. Леонтьев, Л. И. Божович, С. Я. Рубинштейн). В рамках этой

методики самооценка рассматривается как одна из основных составляющих самоосознания личности, которая формируется под влиянием мнения окружающих и в результате сравнения себя с другими, и выступает одним из регуляторов деятельности индивида [5; 6];

5) школа Левина (К. Левин, Т. В. Дембо, Ф. Хоппе, М. Юкнат), в учении которой показывается, как от уровня притязаний зависит постановка цели, которую стремится достичь индивид и которая формируется под воздействием временных (ситуационных) и стабильных (личностных и социально-психологических) факторов [7; 8];

6) возрастная периодизация, предложенная Д. Левинсоном, согласно которой возраст от 17 до 28 лет является ранней взрослостью. Данный период делится на два этапа: переход к ранней взрослости (от 17 до 21 года) и вхождение в раннюю взрослость (от 22 до 28 лет) [9].

Цель данной работы – выявить личностные предикторы перфекционизма разных видов в период ранней взрослости.

Материалы и методы

В исследовании принимали участие жители Республики Беларусь. Выборку составили 812 человек в возрасте от 17 до 28 лет (305 мужчин и 507 женщин). Средний возраст респондентов – 20 лет. В результате низким уровнем перфекционизма обладают 19,5 % участников, средним – 60,2 % и высоким – 20,3 %, что соответствует нормальному распределению.

Для проведения исследования использовались следующие методики: многомерная шкала перфекционизма Хьюитта и Флетта в адаптации И. И. Грачевой [10], психодиагностический тест, разработанный В. М. Мельниковым и Л. Т. Ямпольским [3], методика диагностики личности на мотивацию к успеху Элерса [11], методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач Элерса [11], методика Дембо – Рубинштейн для диагностики уровней самооценки и притязаний в модификации П. В. Яньшина [12].

Полученные данные подвергались статистической обработке с применением программы *SPSS 17.0 for Windows*, а их достоверность проверялась с помощью регрессионного анализа (линейной регрессии). Для проведения регрессионного анализа в настоящей статье используются следующие сокращения: ОП – общий перфекционизм; ПОС – перфекционизм, ориентированный на себя (субъектно ориентированный перфекционизм); ПОД – перфекционизм, ориентированный на других (объектно ориентированный перфекционизм); СПП – социально предписываемый перфекционизм; Д – депрессия; Ж – женственность; Н – невротизм; ОА – общая активность; П – психотизм; Р – расторможенность; РБ – робость; СВ – совестливость; О – общительность; ЭВ – эстетическая впечатлительность; МН – мотивация избегания неудач; МУ – мотивация достижения успеха; УП – уровень притязаний; УС – уровень самооценки.

Результаты и их обсуждение

Большинство исследовательских работ, направленных на изучение личностных детерминант перфекционизма, основываются на различных вариантах корреляционного анализа, с помощью которого можно установить направление и тесноту взаимосвязей, не позволяя понять, каким образом эти связи формируются. Регрессионный анализ, в отличие от корреляционного, позволяет проверить адекватность системы предикторов, включающей все требуемые теорией переменные. Независимыми переменными, используемыми для установления надежных предикторов перфекционизма, послужили индивидуально-личностные (депрессия, жен-

ственность, невротизм, общая активность, психотизм, расторможенность, робость, совестливость, общительность, эстетическая впечатлительность) и мотивационные (мотивация достижения успеха, мотивация избегания неудач, уровень самооценки, уровень притязаний) характеристики мужчин и женщин. К зависимым переменным следует отнести общий, субъектно ориентированный, объектно ориентированный и социально предписываемый перфекционизм.

Регрессионный анализ индивидуально-личностных характеристик. Прогностические индивидуально-личностные показатели перфекциониз-

ма в период ранней взрослости (от 22 до 28 лет) вне зависимости от пола. Регрессионный анализ позволил установить, что у мужчин и женщин общий перфекционизм характеризуется такими индивидуально-личностными особенностями, как психотизм, совестливость, общая активность, невротизм, депрессия и женственность. Об этом свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$\text{ОП} = 141,73 + 2,74 \cdot \text{П} + 3,12 \cdot \text{СВ} + 2,19 \times \\ \times \text{ОА} + 2,22 \cdot \text{Н} - 1,17 \cdot \text{Д} - 1,04 \cdot \text{Ж}.$$

Следовательно, чем выше показатели возбудимости, ответственности, добросовестности и активности при выполнении деятельности, тревожности, впечатлительности и меньше склонность к возникновению угнетенного состояния, волнениям и рефлексии, тем больше вероятность формирования высокого уровня общего перфекционизма у мужчин и женщин в период ранней взрослости. Данные выводы частично совпадают с результатами зарубежных исследований (на примерах выборки спортсменов, студенческой и академически успешной студенческой выборки), в рамках которых утверждается, что невротизм и добросовестность являются индивидуально-личностными характеристиками, оказывающими влияние на формирование перфекционизма [13–15].

Для субъектно ориентированного перфекционизма свойственны совестливость, общая активность, психотизм, депрессия и невротизм, что отражено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$\text{ПОС} = 51,36 + 1,80 \cdot \text{СВ} + 1,22 \cdot \text{ОА} + 0,91 \times \\ \times \text{П} - 1,21 \cdot \text{Д} + 0,95 \cdot \text{Н}.$$

Таким образом, чем выше показатели ответственности и активности при выполнении деятельности, возбудимости, тревожности и впечатлительности, а также ниже склонность к формированию угнетенного состояния, тем в большей степени у индивида может развиваться субъектно ориентированный перфекционизм, характеризующийся предъявлением к самому себе нереалистично высоких стандартов и требований.

Объектно ориентированный перфекционизм определяется расторможенностью, совестливостью, психотизмом, робостью, невротизмом и женственностью, что видно из уравнения регрессии ($R^2 = 0,07$):

$$\text{ПОД} = 44,90 + 0,87 \cdot \text{Р} + 0,88 \cdot \text{СВ} + 0,43 \cdot \text{П} - \\ - 0,48 \cdot \text{РБ} + 0,46 \cdot \text{Н} - 0,45 \cdot \text{Ж}.$$

Следовательно, если у индивида показатели импульсивности в поведении, социальной конфликтности, ответственности, впечатлительности, тревожности и возбудимости сильно выражены, а робость и скованность при межличностном взаимодействии, склонность к волнениям и самоанализу проявляются в меньшей степени, то вероятность формирования перфекционизма, ориентированного на других, выше.

Регрессионный анализ показал, что социально предписываемый перфекционизм имеет следующие индивидуально-личностные характеристики: психотизм, невротизм, расторможенность, совестливость, депрессию и женственность, что можно наблюдать в уравнении регрессии ($R^2 = 0,24$):

$$\text{СПП} = 47,63 + 1,34 \cdot \text{П} + 0,62 \cdot \text{Н} - 0,60 \cdot \text{Р} + \\ + 0,64 \cdot \text{СВ} + 0,54 \cdot \text{Д} - 0,40 \cdot \text{Ж}.$$

Из полученного уравнения следует, что чем выше возбудимость, впечатлительность, тревожность, ответственность при выполнении деятельности и предрасположенность к формированию угнетенного состояния, тем чаще у индивида формируется социально предписываемый перфекционизм. Напротив, импульсивность, склонность к волнениям и самоанализу коррелируют с этим видом перфекционизма отрицательно: при увеличении показателей по данным характеристикам вероятность формирования социально предписываемого перфекционизма меньше.

Прогностические индивидуально-личностные показатели перфекционизма у мужчин в период перехода к ранней взрослости (от 17 до 21 года). У мужчин общий перфекционизм характеризуется совестливостью, психотизмом и расторможенностью, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$\text{ОП} = 129,88 + 3,73 \cdot \text{СВ} + 3,28 \cdot \text{П} + 2,96 \cdot \text{Р}.$$

Итак, чем сильнее у мужчин выражены ответственность и добросовестность, напряженность и возбудимость, социальная конфликтность и импульсивность в поведении, тем больше вероятность формирования высокого уровня общего перфекционизма, что частично совпадает с результатами зарубежных исследований, в рамках которых было установлено, что добросовестность оказывает влияние на развитие личностных характеристик второго порядка (к ним относится перфекционизм) [13–15].

Субъектно ориентированный перфекционизм у мужчин отличается совестливостью и расторможенностью. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,15$):

$$\text{ПОС} = 47,09 + 2,20 \cdot \text{СВ} + 1,87 \cdot \text{Р}.$$

Чем выше показатели ответственности и добросовестности при выполнении работы, а также социальной конфликтности и импульсивности в поведении, тем больше мужчины расположены к предъявлению нереалистично высоких требований, направленных на самих себя и на свою деятельность.

Объектно ориентированный перфекционизм у мужчин в возрасте от 17 до 21 года, согласно регрессионному анализу, отличается общительностью, что показано в уравнении регрессии ($R^2 = 0,03$):

$$\text{ПОД} = 48,97 + 0,92 \cdot \text{О}.$$

Значит, чем выше у мужчин показатели общительности и открытости при установлении межлич-

ностных контактов, тем больше вероятность формирования перфекционизма, ориентированного на других.

Социально предписываемый перфекционизм у мужчин обрисовывается некоторыми индивидуально-личностными показателями: психотизмом, совестливостью, депрессией и эстетической впечатлительностью, что отражено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,28$):

$$\text{СПП} = 45,92 + 1,62 \cdot \text{П} + 0,90 \cdot \text{СВ} + 0,97 \cdot \text{Д} - 0,83 \cdot \text{ЭВ}.$$

Из полученного уравнения следует, что при наличии высоких показателей возбудимости, добросовестности и ответственности при выполнении деятельности, чувствительности и мечтательности и предпосылок к возникновению угнетенного состояния у юноши чаще формируется социально предписываемый перфекционизм.

Прогностические индивидуально-личностные показатели перфекционизма у мужчин в период вхождения в раннюю взрослость (от 22 до 28 лет). Регрессионный анализ позволил установить индивидуально-личностные предикторы перфекционизма у мужчин в период вхождения в раннюю взрослость: общий перфекционизм характеризуется психотизмом и совестливостью, что можно наблюдать в уравнении регрессии ($R^2 = 0,25$):

$$\text{ОП} = 136,81 + 4,40 \cdot \text{П} + 4,47 \cdot \text{СВ}.$$

Таким образом, чем выше у мужчин показатели возбудимости, а также добросовестности и ответственности при выполнении деятельности, тем больше вероятность формирования высокого уровня общего перфекционизма. Данные результаты частично совпадают с выводами предыдущих зарубежных исследований, в которых утверждается, что добросовестность является индивидуально-личностным фактором перфекционизма [13–15].

У мужчин субъектно ориентированный перфекционизм характеризуется совестливостью, что отражено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,18$):

$$\text{ПОС} = 56,68 + 2,56 \cdot \text{СВ}.$$

Итак, чем выше у мужчин ответственность и добросовестность при выполнении деятельности, тем больше они склонны к формированию перфекционизма, ориентированного на самих себя.

Объектно ориентированный перфекционизм отличается психотизмом и совестливостью, что отражено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,10$):

$$\text{ПОД} = 42,07 + 1,55 \cdot \text{П} + 1,05 \cdot \text{СВ}.$$

Из результатов уравнения следует, что высокие показатели возбудимости, добросовестности и ответственности являются фактором того, что для мужчин в большей степени будет свойственно предъявление высоких требований по отношению к окружающим.

Социально предписываемый перфекционизм у мужчин характеризуется психотизмом и робостью, и это видно из уравнения регрессии ($R^2 = 0,28$):

$$\text{СПП} = 41,88 + 1,86 \cdot \text{П} + 0,88 \cdot \text{РБ}.$$

Соответственно, чем выше показатели возбудимости, робости и стеснительности при интерперсональных взаимодействиях, тем чаще у мужчин формируется социально предписываемый перфекционизм.

Прогностические индивидуально-личностные показатели перфекционизма у женщин в период перехода к ранней взрослости (от 17 до 21 года). С помощью регрессионного анализа у женщин можно установить индивидуально-личностные предикторы перфекционизма разных видов. Общий перфекционизм характеризуется психотизмом, совестливостью, общей активностью и женственностью, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,13$):

$$\text{ОП} = 157,69 + 2,27 \cdot \text{П} + 3,11 \cdot \text{СВ} + 2,90 \cdot \text{ОА} - 2,38 \cdot \text{Ж}.$$

Таким образом, чем сильнее у женщин выражены возбудимость, ответственность и добросовестность, активность, энергичность и слабее склонность к волнениям и рефлексии, тем больше вероятность формирования высокого уровня общего перфекционизма.

У женщин субъектно ориентированный перфекционизм характеризуется такими индивидуально-личностными показателями, как совестливость и общая активность, что отражено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,11$):

$$\text{ПОС} = 53,06 + 1,92 \cdot \text{СВ} + 1,42 \cdot \text{ОА}.$$

Из данного уравнения следует, что чем выше добросовестность, ответственность и активность, тем больше женщины склонны предъявлять нереалистично высокие требования, направленные на самих себя.

По результатам регрессионного анализа индивидуально-личностными факторами объектно ориентированного перфекционизма у женщин являются общая активность, женственность, робость, совестливость и расторможенность. Данные выводы представлены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,08$):

$$\text{ПОД} = 48,41 + 0,93 \cdot \text{ОА} - 0,98 \cdot \text{Ж} - 0,40 \times \\ \times \text{РБ} + 0,85 \cdot \text{СВ} + 0,91 \cdot \text{Р}.$$

Значит, большая вероятность формирования высокого уровня перфекционизма, ориентированного на других, свойственна тем женщинам, у которых сильнее выражены активность и энергичность, добросовестность при выполнении деятельности, импульсивность и социальная конфликтность. Напротив, склонность к волнениям и самоанализу, стеснительность и скованность в интерперсональных контактах отрицательно коррелируют с перфекционизмом, ориентированным на других. Следовательно, при увеличении показателей по данным ха-

рактикам меньше вероятность формирования этого вида перфекционизма.

Социально предписываемый перфекционизм у женщин можно охарактеризовать такими индивидуально-личностными показателями, как психотизм, расторможенность, невротизм и женственность. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,22$):

$$\text{СПП} = 59,17 + 1,37 \cdot \text{П} - 1,18 \cdot \text{Р} + 0,92 \cdot \text{Н} - 0,92 \cdot \text{Ж}.$$

Следовательно, чем выше показатели возбудимости, впечатлительности, тревожности и ниже импульсивности в поведении, социальной конфликтности, склонности к волнениям и самоанализу, тем больше вероятность формирования социально предписываемого перфекционизма у женщин.

Прогностические индивидуально-личностные показатели перфекционизма у женщин в период вхождения в раннюю взрослость (от 22 до 28 лет). Общий перфекционизм у женщин характеризуется психотизмом, совестливостью, невротизмом и общей активностью. Данные выводы можно видеть в уравнении регрессии ($R^2 = 0,26$):

$$\text{ОП} = 104,30 + 3,41 \cdot \text{П} + 4,40 \cdot \text{СВ} + 3,32 \cdot \text{Н} + 5,01 \cdot \text{ОА}.$$

Итак, чем выше показатели возбудимости, ответственности и добросовестности, тревожности, энергичности и активности у женщин, тем больше вероятность формирования высокого уровня общего перфекционизма. Полученные данные совпадают с результатами исследования П. С. Кумари, в котором утверждается, что невротизм и добросовестность оказывают влияние на зарождение и развитие такой личностной характеристики второго порядка, как перфекционизм [15].

Субъектно ориентированный перфекционизм у женщин определяется психотизмом и совестливостью, что записано в уравнении регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$\text{ПОС} = 50,41 + 1,94 \cdot \text{П} + 2,43 \cdot \text{СВ}.$$

Таким образом, чем выше показатели возбудимости и ответственности при выполнении деятельности у женщин, тем чаще у них формируется перфекционизм, ориентированный на самих себя.

Объектно ориентированный перфекционизм выражается невротизмом и общей активностью. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,12$):

$$\text{ПОД} = 34,02 + 1,37 \cdot \text{Н} + 2,99 \cdot \text{ОА}.$$

Итак, чем выше показатели впечатлительности, тревожности и активности, тем в большей степени существует вероятность формирования перфекционизма, ориентированного на других.

Социально предписываемый перфекционизм характеризуется депрессией, это видно в уравнении регрессии ($R^2 = 0,30$):

$$\text{СПП} = 42,75 + 2,42 \cdot \text{Д}.$$

Из полученного уравнения следует, что склонность к формированию угнетенного состояния яв-

ляется индивидуально-личностным фактором социально предписываемого перфекционизма у женщин в возрасте от 22 до 28 лет.

Регрессионный анализ исследования мотивационных характеристик. Прогностические мотивационные показатели перфекционизма в период ранней взрослости вне зависимости от пола. Регрессионный анализ позволил установить, что общий перфекционизм у мужчин и женщин характеризуется мотивацией достижения успеха и уровнем самооценки, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$\text{ОП} = 146,74 + 2,92 \cdot \text{МУ} - 0,18 \cdot \text{УС}.$$

Значит, чем сильнее индивид старается достичь успешного результата при выполнении деятельности и стремится преуменьшать свои способности и недооценивает собственные успехи, а также имеет склонность сравнивать себя с окружающими не в свою пользу, тем больше у него будет формироваться высокий уровень общего перфекционизма. Полученные результаты согласуются с выводами исследования Е. Филайрэ, в рамках которого было установлено, что низкий уровень самооценки выступает фактором возникновения перфекционизма. Стремление к совершенному результату во всем появляется в ответ на низкую самооценку как компенсаторный механизм [16].

Для субъектно ориентированного перфекционизма свойственна мотивация достижения успеха. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,22$):

$$\text{ПОС} = 43,45 + 1,61 \cdot \text{МУ}.$$

Из полученного уравнения следует, что чем сильнее индивид стремится достичь успеха при выполнении работы, тем больше он склонен к формированию перфекционизма, ориентированного на самого себя.

Объектно ориентированный перфекционизм характеризуется мотивацией достижения успеха и мотивацией избегания неудач, что видно из уравнения регрессии ($R^2 = 0,12$):

$$\text{ПОД} = 41,84 + 1,01 \cdot \text{МУ} - 0,26 \cdot \text{МН}.$$

Таким образом, чем больше индивид желает прийти к успешному результату при выполнении деятельности, а также не боится допустить оплошность, не стремится защитить себя от чувства стыда при отсутствии положительного исхода, тем чаще формируется высокий уровень перфекционизма, ориентированного на других.

В результате регрессионного анализа было установлено, что социально предписываемый перфекционизм характеризуется уровнем самооценки и мотивацией достижения успеха. Данные представлены в следующем уравнении регрессии ($R^2 = 0,07$):

$$\text{СПП} = 66,19 - 0,19 \cdot \text{УС} + 0,29 \cdot \text{МУ}.$$

Следовательно, чем выше показатели мотивации достижения успеха, тем в большей степени ин-

дивид склонен к формированию социально предписываемого перфекционизма. Напротив, уровень самооценки отрицательно коррелирует с данным видом перфекционизма: чем выше стремление преуменьшить свои способности и достижения и чем больше склонность сравнивать себя с окружающими не в свою пользу, тем чаще развивается социально предписываемый перфекционизм. Полученные выводы согласуются с результатами исследования Г. Флетта, в рамках которого было выявлено, что социально предписываемый перфекционизм отрицательно взаимосвязан с уровнем самооценки [17].

Прогностические мотивационные показатели перфекционизма у мужчин в период перехода к ранней взрослости (от 17 до 21 года). Общий перфекционизм характеризуется мотивацией достижения успеха, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$ОП = 137,78 + 2,69 \cdot МУ.$$

Итак, высокие показатели у мужчин по таким мотивационным характеристикам, как ориентация и стремление к достижению успешного результата при выполнении деятельности, являются прогностическими факторами уровня общего перфекционизма.

Субъектно ориентированный перфекционизм у мужчин определяется мотивацией достижения успеха и уровнем притязаний. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,37$):

$$ПОС = 24,86 + 1,60 \cdot МУ + 0,23 \cdot УП.$$

Из уравнения следует, что чем выше у мужчин стремление к достижению успешного результата при выполнении определенного вида работы, чрезмерная идеализация собственных способностей и склонность ставить чрезмерно высокие цели, тем чаще проявляются требования по отношению к самим себе.

Регрессионный анализ показал, что объектно ориентированный перфекционизм у мужчин характеризуется мотивацией достижения успеха, как видно из уравнения регрессии ($R^2 = 0,08$):

$$ПОД = 40,02 + 0,83 \cdot МУ.$$

Значит, высокий показатель мотивации достижения успеха, выражающийся в желании прийти к успешному результату при выполнении деятельности, является мотивационным фактором возникновения перфекционизма, ориентированного на других.

У мужчин социально предписываемый перфекционизм характеризуется уровнем самооценки, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,05$):

$$СПП = 68,89 - 0,15 \cdot УС.$$

Таким образом, чем ниже уровень самооценки, который проявляется в стремлении преуменьшать свои способности и ценность собственных достижений, в склонности сравнивать себя с окружающими

не в свою пользу, тем выше вероятность формирования у мужчин социально предписываемого перфекционизма.

Прогностические мотивационные показатели перфекционизма у мужчин в период вхождения в раннюю взрослость (от 22 до 28 лет). Общий перфекционизм характеризуется мотивацией достижения успеха и уровнем самооценки. Данный вывод отражен в регрессионном уравнении ($R^2 = 0,25$):

$$ОП = 146,73 + 3,65 \cdot МУ - 0,42 \cdot УС.$$

Следовательно, если отмечается высокое стремление достичь значительного результата при выполнении деятельности, а также склонность преуменьшать свои способности и ценность собственных достижений и наблюдается привычка сравнивать себя с окружающими не в свою пользу, то вероятность формирования высокого уровня общего перфекционизма выражена сильнее. Представленные выводы частично совпадают с данными исследования Е. Филайрэ, в результате которого было установлено, что перфекционизм возникает как компенсаторный механизм низкого уровня самооценки [16].

У мужчин субъектно ориентированный перфекционизм характеризуется мотивацией достижения успеха, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,28$):

$$ПОС = 39,66 + 1,80 \cdot МУ.$$

Из полученного уравнения можно сделать вывод о том, что чем выше данный показатель у мужчин, который проявляется в ориентации на достижение успешного результата при выполнении деятельности, тем больше они склонны к формированию перфекционизма, ориентированного на самих себя.

Объектно ориентированный перфекционизм у мужчин определяется мотивацией достижения успеха и уровнем притязаний, что представлено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,19$):

$$ПОД = 50,67 + 1,37 \cdot МУ - 0,22 \cdot УП.$$

Итак, чем выше ориентация на достижение результата при выполнении деятельности, склонность сравнивать себя с окружающими не в свою пользу и ставить невысокие цели, стремление преуменьшать свои способности, тем больше вероятность развития перфекционизма, ориентированного на других.

Социально предписываемый перфекционизм у мужчин характеризуется уровнем самооценки и мотивацией достижения успеха. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,12$):

$$СПП = 61,92 - 0,23 \cdot УС + 0,50 \cdot МУ.$$

Таким образом, чем выше показатели стремления преуменьшить свои способности и ценность собственных достижений, склонности сравнивать себя с окружающими не в свою пользу, а также ориентации на достижение успешного результата при выполнении деятельности, тем чаще у мужчин в пе-

риод вхождения в раннюю взрослость формируется социально предписываемый перфекционизм.

Прогностические мотивационные показатели перфекционизма у женщин в период перехода к ранней взрослости (от 17 до 21 года). Общий перфекционизм характеризуется мотивацией достижения успеха и уровнем самооценки, что видно из уравнения регрессии ($R^2 = 0,15$):

$$\text{ОП} = 152,62 + 2,61 \cdot \text{МУ} - 0,180 \cdot \text{УС}.$$

Соответственно, чем выше показатели мотивации достижения успеха и ниже уровень самооценки, что проявляется в стремлении к достижению успешного результата при выполнении деятельности и низкой оценке собственных способностей и возможностей, тем больше вероятность формирования общего перфекционизма. Данные выводы частично согласуются с результатами исследования Е. Филайрэ, в рамках которого было установлено, что перфекционизм возникает как компенсаторный механизм в ответ на низкий уровень самооценки [16].

Перфекционизм, ориентированный на самого себя, у женщин определяется мотивацией достижения успеха, что видно из уравнения регрессии ($R^2 = 0,17$):

$$\text{ПОС} = 46,84 + 1,44 \cdot \text{МУ}.$$

Из данного уравнения следует: чем выше показатели мотивации достижения успеха, что проявляется в желании достичь высокого результата при выполнении деятельности, тем больше вероятность предъявления к себе нереалистично высоких требований.

Перфекционизм, ориентированный на других, у женщин в период перехода к ранней взрослости (по данным регрессионного анализа) характеризуется мотивацией достижения успеха и мотивацией избегания неудач, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,16$):

$$\text{ПОД} = 45,39 + 0,94 \cdot \text{МУ} - 0,45 \cdot \text{МН}.$$

Итак, чем выше стремление к достижению успешного результата, ниже тревожность и страх допустить ошибку и менее выражено стремление защитить себя от стыда при отсутствии положительного исхода деятельности, тем больше женщины в период перехода к ранней взрослости склонны к формированию объектно ориентированного перфекционизма. Полученный результат согласуется с выводами исследования, проведенного на студенческой выборке О. С. Виндекер, в котором было установлено, что у женщин объектно ориентированный перфекционизм отрицательно взаимосвязан с мотивацией избегания неудач, а у мужчин такой взаимосвязи нет [18].

Кроме того, представленные результаты согласуются с рядом зарубежных исследований, по дан-

ных которых было определено, что общий перфекционизм и субъектно ориентированный (независимо от пола и возрастного периода) взаимосвязаны с мотивацией достижения успеха [19; 20]. Отличие данного исследования от предыдущих заключается в том, что мотивация достижения успеха является психологическим предиктором данных видов перфекционизма вне зависимости от пола и возраста.

У женщин социально предписываемый перфекционизм можно определить следующими показателями: уровнем самооценки и уровнем притязаний. Данные выводы отражены в уравнении регрессии ($R^2 = 0,08$):

$$\text{СПП} = 76,67 - 0,12 \cdot \text{УС} - 0,12 \cdot \text{УП}.$$

Значит, уровни самооценки и притязаний отрицательно коррелируют с данным видом перфекционизма. Следовательно, при увеличении показателей по представленным характеристикам вероятность формирования социально предписываемого перфекционизма будет низкой.

Прогностические мотивационные показатели перфекционизма у женщин в период вхождения в раннюю взрослость (от 22 до 28 лет). Общий перфекционизм характеризуется мотивацией достижения успеха, о чем свидетельствует уравнение регрессии ($R^2 = 0,14$):

$$\text{ОП} = 131,07 + 3,28 \cdot \text{МУ}.$$

Как видно из уравнения, ориентация и стремление к достижению успешного результата при выполнении деятельности у женщин являются психологическим предиктором общего уровня перфекционизма.

Субъектно ориентированный перфекционизм у женщин определяется мотивацией достижения успеха, что отражено в уравнении регрессии ($R^2 = 0,18$):

$$\text{ПОС} = 42,48 + 1,68 \cdot \text{МУ}.$$

Итак, чем выше у женщин стремление к достижению успешного результата, тем больше они склонны к формированию перфекционизма, ориентированного на самих себя.

Для объектно ориентированного перфекционизма у женщин свойственна мотивация достижения успеха, что можно наблюдать в уравнении регрессии ($R^2 = 0,12$):

$$\text{ПОД} = 34,83 + 1,33 \cdot \text{МУ}.$$

Следовательно, чем сильнее выражена мотивация достижения успеха, которая проявляется в стремлении получить высокий результат, тем в большей степени для женщин в период вхождения в раннюю взрослость характерно предъявление высоких требований по отношению к другим.

Социально предписываемый перфекционизм у женщин в возрасте от 22 до 28 лет не имеет статистически значимых взаимосвязей с мотивационными факторами.

Заключение

Обобщив вышеизложенное, можно сделать вывод о том, что психотизм, совестливость, невротизм являются индивидуально-личностными предикторами, а мотивация достижения успеха – мотивационным фактором перфекционизма вне зависимости от его вида. Детерминантами возникновения общего, субъектно ориентированного и социально предписываемого перфекционизма является депрессия, а общего и социально предписываемого перфекционизма – женственность и уровень самооценки. Общая активность выступает индивидуально-личностным фактором общего и субъектно ориентированного перфекционизма, расторможенность – объектно ориентированного и социально предписываемого, робость, женственность и мотивация избегания неудач – объектно ориентированного перфекционизма.

Вне зависимости от пола и возрастного периода мотивацию достижения успеха можно назвать предиктором общего уровня субъектно ориентированного и объектно ориентированного перфекционизма. Такие личностные характеристики, как психотизм и совестливость, относятся к параметрам общего перфекционизма и не зависят от пола и возраста. У мужчин в период перехода к ранней взрослости к личностным детерминантам перфекционизма относится расторможенность, а у женщин – женственность, общая активность и низкий уровень самооценки. Также у мужчин в период вхождения в раннюю взрослость психологическим фактором перфекционизма является уровень самооценки, а у женщин – невротизм и общая активность. Совестливость считается личностной детерминантой субъектно ориентированного перфекционизма (вне зависимости от пола и возраста). У мужчин в период перехода к ранней взрослости личностными факторами считаются расторможенность и уровень притязаний, у женщин – общая активность, у обоих полов в период вхождения в раннюю взрослость – психотизм. Предиктором объектно ориентированного перфекционизма у мужчин в возрасте от 17 до 21 года является совестливость, а в возрасте от 22 до 28 лет – психотизм, совестливость и низкий уровень

притязаний. У женщин (не зависит от возраста) общая активность считается индивидуально-личностным фактором объектно ориентированного перфекционизма. Кроме того, у них в период перехода к ранней взрослости личностными детерминантами объектно ориентированного перфекционизма являются женственность, робость, совестливость, расторможенность и мотивация избегания неудач, а в период вхождения в раннюю взрослость – невротизм. Вне зависимости от пола в период перехода к ранней взрослости (а также у мужчин от 22 до 28 лет) предиктором социально предписываемого перфекционизма являются психотизм и низкий уровень самооценки. Вместе с тем у мужчин от 17 до 21 года факторами данного вида перфекционизма считаются совестливость, депрессия и эстетическая впечатлительность, а в период вхождения в раннюю взрослость – робость и мотивация достижения успеха. У женщин в период перехода к ранней взрослости психологическими факторами социально предписываемого перфекционизма являются психотизм, невротизм, расторможенность, женственность и низкий уровень притязаний, а в период вхождения в раннюю взрослость – депрессия.

Полученные в ходе исследования данные позволили более полно и развернуто описать феномен перфекционизма (его индивидуально-личностные и мотивационные предикторы) и могут использоваться в психотерапии и консультировании, при работе со студентами и молодыми специалистами, которые чрезвычайно требовательны к самим себе и окружающим. Оказываемую помощь необходимо направлять и на психологические факторы перфекционизма в целях предотвращения его негативных последствий для жизнедеятельности индивида. Нераскрытым остается вопрос о психологических факторах перфекционизма в другие возрастные периоды. Для того чтобы определить, являются ли данные индивидуально-личностные и мотивационные характеристики детерминантами развития перфекционизма в более раннем возрасте, а также в более позднем, чем ранняя взрослость, требуется провести ряд дополнительных исследований.

Библиографические ссылки

1. Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL. Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: an International Journal*. 1992;20(2):85–94. DOI: 10.2224/sbp.1992.20.2.85.
2. Flett GL, Hewitt PL. Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991;60(3):456–470. DOI: 10.1037/0022-3514.60.3.456.
3. Мельников ВМ, Ямпольский ЛТ. *Введение в экспериментальную психологию личности*. Москва: Просвещение; 1985. 315 с.
4. Макклелланд Д. *Мотивация человека*. Санкт-Петербург: Питер; 2007. 672 с.
5. Божович ЛИ. *Проблемы формирования личности*. Фельдштейн ДИ, редактор. Москва: Московский психолого-социальный институт; 1997. 349 с. Совместное издание с «МОДЭК».
6. Леонтьев АН. *Проблемы развития психики*. Москва: Издательство Академии педагогических наук РСФСР; 1959. 345 с.
7. Левин К. *Динамическая психология*. Москва: Смысл; 2001. 572 с.

8. Левин К, Дембо Т, Фестингер Л, Сирс Р. Уровень притязаний. В: Гиппенрейтер ЮБ, Пузыряя АА, редакторы. *Психология личности. Тексты*. Москва: Издательство Московского университета; 1982. с. 85–92.
9. Крайг Г, Бокум Д. *Психология развития*. Прохоренко ТВ, редактор, переводчик. Санкт-Петербург: Питер; 2005. 940 с.
10. Грачева ИИ. Адаптация методики «многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта. *Психологический журнал*. 2006;6:73–80.
11. Райгородский ДЯ. *Практическая психодиагностика. Методики и тесты*. Самара: Бахрах-М; 2001. 672 с.
12. Яньшин ПВ. *Практикум по клинической психологии. Методы исследования личности*. Санкт-Петербург: Питер; 2004. 336 с.
13. Basirion Z, Majid RA, Jelas ZM. Big five personality factors, perceived parenting styles, and perfectionism among academically gifted students. *Asian Social Science*. 2014;10(4):8–15. DOI: 10.5539/ass.v10n4p8.
14. Egan SJ, Piek JP, Dyck MJ. Positive and negative perfectionism and the big five personality factors. *Behaviour Change*. 2015;32(2):104–113. DOI: 10.1017/bec.2015.3.
15. Kumari RS, Sudhir PM, Mariamma P. Perfectionism and interpersonal sensitivity in social phobia: the interpersonal aspects of perfectionism. *Psychological Studies*. 2012;57:357–368. DOI: 10.1007/S12646-012-0157-7.
16. Filaire E, Rouveix M, Bouget M. Troubles du comportement alimentaire chez le sportif. *Science and Sports*. 2008; 23(2):49–60. DOI: 10.1016/j.scispo.2007.10.009.
17. Flett GL, Hewitt PL, Rosa T. Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*. 1996;20(2):143–150. DOI: 10.1016/0191-8869(95)00170-0.
18. Виндекер ОС, Иргашева КА. Исследование взаимосвязи перфекционизма и мотивации достижения (на примере студенческой выборки). *Приволжский научный вестник*. 2014;5:151–157.
19. Иргашева КА, Сыманюк ЭЭ. Психологические корреляты перфекционизма у преподавателей вузов. *Педагогическое образование в России*. 2015;7:195–202.
20. Распопова АС. Возрастные особенности распространенности феномена перфекционизма и его взаимосвязи с личностными свойствами спортсменов. *Физическая культура, спорт – наука и практика*. 2011;2:92–97.

References

1. Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL. Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: an International Journal*. 1992;20(2):85–94. DOI: 10.2224/sbp.1992.20.2.85.
2. Flett GL, Hewitt PL. Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991;60(3):456–470. DOI: 10.1037/0022-3514.60.3.456.
3. Melnikov VM, Yampolsky LT. *Vvedenie v eksperimental'nyu psikhologiyu lichnosti* [Introduction to experimental psychology of personality]. Moscow: Prosveshchenie; 1985. 315 p. Russian.
4. McClelland D. *Motivatsiya cheloveka* [Human motivation]. Saint Petersburg: Piter; 2007. 672 p. Russian.
5. Bozhovich LI. *Problemy formirovaniya lichnosti* [Personality development issues]. Feldstein DI, editor. Moscow: Moskovskii psikhologo-sotsial'nyi institut; 1997. 349 p. Co-published by the «MODEK». Russian.
6. Leont'ev AN. *Problemy razvitiya psikhiki* [Mental development problems]. Moscow: Izdatel'stvo Akademii pedagogicheskikh nauk RSFSR; 1959. 345 p. Russian.
7. Levin K. *Dinamicheskaya psikhologiya* [Dynamic psychology]. Moscow: Smysl; 2001. 572 p. Russian.
8. Levin K, Dembo T, Festinger L, Sears R. [Level of claims]. In: Gippenreiter YuB, Puzyreya AA, editors. *Psikhologiya lichnosti. Teksty* [Personality psychology. Texts]. Moscow: Moscow University Press; 1982. p. 85–92. Russian.
9. Craig G, Bokum D. *Psikhologiya razvitiya* [Developmental psychology]. Prokhorenko TV, editor, translator. Saint Petersburg: Piter; 2005. 940 p. Russian.
10. Gracheva II. Adaptation of «Multidimensional perfectionism scale» technique by P. Hewitt and G. Flett. *Psychological Journal*. 2006;6:73–80. Russian.
11. Raygorodsky DY. *Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy* [Practical psychodiagnostics. Methods and tests]. Samara: Bahrah-M; 2001. 672 p. Russian.
12. Yanshin PV. *Praktikum po klinicheskoi psikhologii. Metody issledovaniya lichnosti* [Clinical psychology practicum. Personality research methods]. Saint Petersburg: Piter; 2004. 336 p. Russian.
13. Basirion Z, Majid RA, Jelas ZM. Big five personality factors, perceived parenting styles, and perfectionism among academically gifted students. *Asian Social Science*. 2014;10(4):8–15. DOI: 10.5539/ass.v10n4p8.
14. Egan SJ, Piek JP, Dyck MJ. Positive and negative perfectionism and the big five personality factors. *Behaviour Change*. 2015;32(2):104–113. DOI: 10.1017/bec.2015.3.
15. Kumari RS, Sudhir PM, Mariamma P. Perfectionism and interpersonal sensitivity in social phobia: the interpersonal aspects of perfectionism. *Psychological Studies*. 2012;57:357–368. DOI: 10.1007/S12646-012-0157-7.
16. Filaire E, Rouveix M, Bouget M. Troubles du comportement alimentaire chez le sportif. *Science and Sports*. 2008; 23(2):49–60. DOI: 10.1016/j.scispo.2007.10.009.
17. Flett GL, Hewitt PL, Rosa T. Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*. 1996;20(2):143–150. DOI: 10.1016/0191-8869(95)00170-0.
18. Vindeker OS, Irgasheva KA. A study of interconnection between perfectionism and achievement motivation (based on a sample group of students). *Privolzhskii nauchnyi vestnik*. 2014;5:151–157. Russian.
19. Irgasheva KA, Symanyuk EE. Psychological correlates of constructive perfectionism of university teachers. *Pedagogical education in Russia*. 2015;7:195–202. Russian.
20. Raspopova AS. Peculiarities of expanding the phenomena of the perfection and its interconnection with athletes' personal qualities. *Physical education, sport – science and practice*. 2011;2:92–97. Russian.

Статья поступила в редколлегию 12.06.2020.
Received by editorial board 12.06.2020.