

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

Вавілова Альона Сергіївна

УДК 159.922.73

**ДЕСТРУКТИВНИЙ ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ЧИННИК ТРИВОЖНО-
ДЕПРЕСИВНИХ ПАТЕРНІВ У ПІДЛІТКІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ – 2019

Дисертацією є рукопис

Робота виконана на кафедрі психодіагностики та клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка, МОН України

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Кудріна Тетяна Семенівна,
Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
доцент кафедри психодіагностики та клінічної психології.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, доцент
Шамне Анжеліка Володимирівна,
Національний університет біоресурсів і
природокористування України,
доцент кафедри психології;

кандидат психологічних наук,
Завада Тетяна Юріївна,
Український католицький університет,
викладач кафедри психології і психотерапії.

Захист дисертації відбудеться «30» травня 2019 року о 13.00 на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.001.26 у Київському національному університеті імені Тараса Шевченка, МОН України за адресою: 03187, м. Київ, просп. Академіка Глушкова, 2а, ауд. 310.

З дисертацією можна ознайомитися у Науковій бібліотеці імені М. Максимовича Київського національного університету імені Тараса Шевченка, МОН України за адресою: 01033, м. Київ, вул. Володимирська, 58, зал № 12.

Автореферат розіслано «27» квітня 2019 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради

Т. М. Траверсе

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. Високий рівень досягнень, на який орієнтує людину сучасне суспільство, є передумовою її саморозвитку, одним із визначальних чинників її конкурентоспроможності. Прагнення досягти якомога якіснішого результату у будь-якій царині пов'язані з наявністю перфекціонізму, який формується вже у ранньому віці і може мати, разом з позитивним, негативний вплив на розвиток особистості. Особливого значення цей феномен набуває у підлітковому віці. Зростання вимог з боку соціуму, інколи завищені очікування щодо підлітків від батьків та вчителів можуть призводити до невротизації, зниження емоційно-психологічного благополуччя. Наслідком цього є труднощі у навчанні, соціальна ізоляція, девіантна поведінка та загалом порушення гармонійного розвитку в дорослому віці.

У зарубіжних дослідженнях перфекціонізму здебільшого йдеться про: змістові, ключові характеристики (К. Хорні, Д. Хамачек, К. Холлендер, Д. Бернс, М. Енс, Б. Кокс), які узагальнено у структурних моделях (П. Хьюїтт, Г. Флетт, Р. Слейні, Р. Хілл); специфіку його вияву в представників різних сфер професійної діяльності (Б. Харлі). Також з'ясовано: вплив на психічне та психологічне здоров'я людини (Л. Лі, К. Райс, Н. Сорені, В. Комерчоро, В. Паркер, К. Адкінс); його значення у перебігу психопатологічних розладів (Р. Фрост); зв'язки з досягненнями та самоствердженням особистості (Т. Бен-Шахар, Ф. Діксон, К. Бленстейн); особливості соціально-психологічної адаптації при перфекціоністських моделях поведінки (Дж. Штобер, К. Отто); способи та методи боротьби з його негативними проявами (Дж. Хойер, М. Ентоні, Р. Свінсон) тощо.

У дослідженнях перфекціонізму на пострадянському просторі здебільшого йдеться про: структурні компоненти та системотвірні риси (Н. Гаранян, О. Кононенко); роль соціальних чинників та, зокрема, сімейного виховання у його виникненні (О. Кашина, О. Байєр, Л. Чернова, Є. Ільїн, М. Ларських); діагностику форм та видів (А. Золотарьова, О. Лоза, А. Щипіцина); диференціацію деструктивної і конструктивної форм (А. Проскурня, Л. Кисельова, С. Тарасова, О. Чала); його значення для реалізації особистості у різних сферах професійної діяльності (К. Новгородова, Г. Чепурна, І. Матієшин); зв'язки з емоційними проблемами та психічними розладами (Т. Юдеєва, А. Пушкіна, К. Соколова, М. Васильєва); вікові особливості (О. Кузнецова, С. Волікова); мотиваційну сферу особистості схильної до перфекціонізму (К. Седікідес, М. Люк, Т. Завада) тощо.

Більшість досліджень сфокусовано на виокремленні причин виникнення, ключових параметрів та компонентів перфекціонізму, які дозволяють виокремити його крайні форми (позитивну та негативну). При цьому нез'ясованим залишається ряд суперечностей, зокрема, динамічність суспільного життя, необхідність підтримки конкурентоспроможності особистості і нез'ясованість якісних відмінностей перфекціонізму на різних етапах онтогенезу. Незважаючи на чималий доробок щодо змісту і структури перфекціонізму, поза увагою залишається його роль у процесі життєвого становлення особистості. Актуальний стан наукової розробки та соціальна значущість проблеми зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: «Деструктивний перфекціонізм як чинник тривожно-депресивних патернів у підлітків».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційна робота виконана у межах тематичного плану досліджень факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка «Розвиток цілісної особистості в контексті соціальних змін: соціальні, психологічні та педагогічні аспекти» (номер державної реєстрації 0114U003481). Тема дисертації затверджена (протокол № 6 від 21 січня 2016 року) та уточнена (протокол № 13 від 11 квітня 2018 року) на засіданнях Вченої ради факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Мета дослідження полягає у визначенні структурно-типологічних та вікових особливостей деструктивного перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами та розробці психологічної програми з його корекції.

Відповідно до мети дослідження було сформульовано такі **завдання**:

1. На основі узагальнення вітчизняних та зарубіжних концепцій перфекціонізму з'ясувати генезу, структуру та особливості впливу на емоційну сферу підлітків.
2. Визначити структурні компоненти деструктивного перфекціонізму і встановити типи підлітків-перфекціоністів.
3. Виявити вікові особливості перфекціонізму у підлітковому віці.
4. Встановити зв'язок деструктивного перфекціонізму з якісними особливостями тривожно-депресивних патернів у підлітків.
5. Розробити та апробувати групову корекційну програму для підлітків з ознаками деструктивного перфекціонізму.

Об'єкт дослідження: перфекціонізм як особистісний феномен.

Предмет дослідження: деструктивний перфекціонізм як чинник тривожно-депресивних патернів у підлітків.

Теоретико-методологічні засади дослідження становлять положення щодо сутності та структури перфекціонізму (П. Хьюїтт, Г. Флетт); його генези (К. Холлендер, Д. Бернс, К. Хорні, Є. Ільїн, І. Грачова, О. Кононенко); теорії рис особистості (Р. Кетелл); порушень емоційної сфери (А. Бек, К. Малкова); специфіки видів, зокрема клінічного перфекціонізму (Р. Фрост, А. Холмогорова, Т. Юдєєва); інструментарію (А. Золотарьова, С. Волікова, Н. Гаранян); а також положення щодо специфіки підліткового віку: його поділу на етапи (Ф. Райс, Г. Крайг, В. Квин, А. Реан); соціально-психологічного розвитку (Л. Виготський, О. Власова, А. Шамне); емоційної сфери підлітків (Л. Абрамян, В. Пихтарєв, В. Козідубова).

Для реалізації мети та вирішення поставлених завдань застосовано такі **методи дослідження**: а) *теоретичні* – аналіз, синтез, узагальнення та систематизація – для визначення особливостей перфекціонізму у підлітковому віці та його зв'язків з емоційними проблемами; б) *емпіричні* – спостереження, а також психодіагностичні методики: адаптована «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму / CAPS» (П. Хьюїтт, Г. Флетт) – для визначення видів та рівнів прояву перфекціонізму у підлітків; «Методика багатовимірної оцінки дитячої тривожності» (К. Малкова) та «Шкала депресії» (А. Бек) – для оцінки тривожно-депресивних патернів; «Чотирнадцятифакторний особистісний опитувальник Р. Кетелла» (підлітковий варіант) – для діагностики особистісних рис підлітків; «Опитувальник мотивації успіху або уникнення невдачі / МУН» (А. Реан) – для визначення

мотивації досягнення у підлітків з різним рівнем перфекціонізму; «Методика вивчення батьківських установок / PARI» (в адаптації Т. Нещерет) – для вивчення ролі батьківських установок у виникненні деструктивного перфекціонізму підлітків; в) *математично-статистичної обробки даних* – для кількісного опису даних та статистичного виводу (t-критерій Стьюдента, U-критерій Манна-Уїтні, кореляційний аналіз), методи багатомірної математичної статистики (факторний, множинний регресійний, кластерний аналізи) – для встановлення структурно-типологічних особливостей деструктивного перфекціонізму як чинника тривожно-депресивних патернів у підлітків.

Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів полягає в тому, що

вперше:

- концептуалізовано поняття деструктивного перфекціонізму як однієї із його форм, яка призводить до негативних наслідків для особистості на когнітивному, емоційному, мотиваційному, діяльнісному та інтерперсональному рівнях і має прояв як в межах відносної норми, так і в межах патології;
- встановлено чотири типи перфекціоністів-підлітків, а саме: успішний тривожно-депресивний, успішний конструктивний, неуспішний тривожно-депресивний та помірно успішний конструктивний неперфекціоніст;
- розроблено і апробовано групову програму для корекції деструктивного перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами (на когнітивному, емоційному, мотиваційному та діяльнісному рівнях);
- адаптовано опитувальник «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму» П. Хьюїтта та Г. Флетта на українській вибірці, спрямований на визначення видів перфекціонізму (загального, Я-орієнтованого та соціально приписаного);

уточнено:

- вікові особливості вияву перфекціонізму у підлітків: молодший підлітковий вік є сензитивним етапом онтогенезу для становлення перфекціонізму як властивості;
- зв'язок деструктивного перфекціонізму з якісними особливостями тривожно-депресивних патернів у підлітків: соціально приписаний перфекціонізм пов'язаний з депресивними патернами, а Я-орієнтований – з тривожно-фобічними;
- структуру та чинники розвитку перфекціонізму у підлітків.

Надійність та достовірність результатів дослідження забезпечено теоретико-методологічним обґрунтуванням вихідних положень, психологічних змінних, використанням валідних і надійних діагностичних методик, репрезентативністю вибірки та застосуванням коректних методів математичної статистики із використанням сучасних програм обробки даних.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що його результати можуть бути використані у діагностуванні деструктивного перфекціонізму, який може призводити до появи та ускладнення тривожно-депресивних патернів у підлітків і викликати емоційні розлади у дорослому віці; у профілактичній роботі з попередження виникнення деструктивного перфекціонізму у дітей та підлітків у сімейному та освітньому середовищах; у корекційних заходах, які уможливають

зниження його негативного впливу на емоційну сферу та загальний рівень психологічного благополуччя особистості, а також при викладанні навчальних дисциплін «Педагогічна психологія», «Психологія розвитку», «Вікова психокорекція», «Медична психологія», у процесі підготовки та підвищення кваліфікації педагогічних працівників і практичних психологів.

Результати дослідження **впроваджено** у діяльність Центру сімейного здоров'я Rain Light, м. Київ (довідка № 417 від 6 листопада 2018 року); роботу практичного психолога Шрамківської ЗОШ Черкаської області (довідка № 26 від 11 листопада 2018 року); у роботу соціально-психологічної служби Кононівської ЗОШ Черкаської області (довідка № 41 від 8 листопада 2018 року).

Апробація результатів дисертації. Основні результати дисертаційного дослідження обговорювалися на засіданнях кафедри психодіагностики та клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка (2018); а також на XVIII Міжнародній науковій конференції молодих науковців «Проблеми особистості у сучасній науці: результати та перспективи дослідження» (Київ, 2016); Міжнародній науково-практичній конференції «Тенденції розвитку психології та педагогіки» (Київ, 2016); Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні питання сучасних педагогічних та психологічних наук» (Одеса, 2017); XIX Міжнародній науковій конференції молодих науковців «Проблеми особистості у сучасній науці: результати та перспективи дослідження» (Київ, 2017); Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології і педагогіки» (Харків, 2017); XX Міжнародній науковій конференції молодих науковців «Проблеми особистості у сучасній науці: результати та перспективи дослідження» (Київ, 2018); Міжнародній науково-практичній конференції «Пріоритетні напрямки вирішення актуальних проблем виховання і освіти» (Харків, 2018).

Публікації. Результати дослідження відображено в 18 публікаціях, серед яких 6 статей у наукових фахових виданнях, включених до переліку, затвердженого МОН України (5 одноосібних, 1 у співавторстві), 2 статті в іноземних виданнях, 3 статті, включені до наукометричних баз, 8 тез доповідей на науково-практичних конференціях.

Структура та обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Список використаних джерел містить 176 найменувань (з них 29 – англійською мовою). Основний зміст дисертації викладено на 202 сторінках, загальний обсяг – 243 сторінки. Робота містить 38 таблиць (на 18 сторінках), 13 рисунків (на 7 сторінках) та 3 додатки.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми, визначено об'єкт, предмет, сформульовано мету та завдання дослідження; висвітлено наукову новизну, теоретичне і практичне значення отриманих результатів, використані методи; наведено дані про апробацію, публікації та структуру роботи.

У першому розділі – «**Теоретичні засади перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами**» – розкрито основні підходи до визначення перфекціонізму у психології; описано моделі перфекціонізму; здійснено

концептуалізацію поняття «деструктивний перфекціонізм»; з'ясовано особливості перфекціонізму у дітей та підлітків; проаналізовано ситуацію досягнення як чинник актуалізації тривожно-депресивних патернів у підлітків-перфекціоністів.

В основних підходах до перфекціонізму його визначають як: властивість нарцисичної особистісної організації, спрямованої на досягнення Его-ідеалу, що передбачає глибоке переживання незадоволення собою – психоаналітичний (К. Хорні, Б. Сороцкін); орієнтацію на високу результативність у діяльності і поведінці внаслідок позитивного чи негативного підкріплення в досягненні успіху та уникненні невдачі – біхевіоральний (А. Бергман, Дж. Ніланд, Л. Барнс, А. Хаас); особливий тип мисленнєвої діяльності, наявність когнітивних схем, спрямованих лише на найвищі досягнення – когнітивний (Р. Фрост, П. Хьюїтт та Г. Флетт, Р. Слейні, Р. Хілл, К. Седікілес та М. Люк, Н. Гаранян).

У структурі перфекціонізму переважно визначають такі компоненти: батьківські критика та очікування, високі особисті стандарти та організованість, сумніви у власних діях та страх помилок (Р. Фрост); завищена складність цілей; поляризована оцінка власної результативності; зосередженість на невдачах, перманентне порівняння себе з іншими, відчуття власної невідповідності очікуванням оточуючих; надмірні вимоги до інших (Н. Гаранян, Т. Юдєєва, А. Холмогорова). Також виокремлюють види перфекціонізму за вектором спрямування: Я-орієнтований, соціально приписаний та спрямований на інших (П. Хьюїтт та Г. Флетт). На основі диференціації вказаних компонентів та видів більшість вчених виокремлюють дві форми перфекціонізму: позитивну та негативну. Позитивний перфекціонізм (здоровий, конструктивний) визначають через високий рівень домагань та досягнення (П. Хьюїтт, Г. Флетт). Негативний (клінічний, патологічний, невротичний) визначають через його деструктивний вплив на різні сфери особистості (А. Холмогорова, Д. Хамачек). Деструктивний перфекціонізм породжує тотальну незадоволеність власною діяльністю та її результатами, що може призводити до появи тривожно-депресивних патернів. Протилежним до деструктивного полюсу перфекціонізму є конструктивний, який сприяє успішній самореалізації особистості.

Перфекціонізм як відносно стійка особистісна риса виникає в підлітковому віці у процесі засвоєння нових соціальних ролей, рефлексії власних досягнень у ході оцінок соціального оточення (Є. Ільїн). Підлітковий вік у сучасній міжнародній традиції має дві стадії – молодший (11–14 років) і старший (14–19 років) (Ф. Райс, Г. Крайг, В. Квин, А. Реан). Провідними видами діяльності у підлітковому віці є навчально-професійна та інтимно-особистісне спілкування, які визначають специфіку вікового розвитку, особливості соціалізації, індивідуалізації та становлення власного Я (Л. Виготський, Д. Ельконін, Е. Еріксон, Т. Марцинковська, А. Реан, О. Власова та ін.).

Деструктивний перфекціонізм у підлітків здебільшого виникає як наслідок непослідовного стилю виховання значущих дорослих, надмірної вимогливості та завищених очікувань до їхніх досягнень (О. Байєр, Л. Чернова, С. Волікова). Він пов'язаний з феноменом «синдрому відмінника», який призводить до формування емоційних проблем (А. Коцуба). Деструктивний перфекціонізм негативно впливає на різні сфери особистості підлітка (М. Ларських, К. Новгородова, С. Волікова):

емоційний стан (занижена самооцінка, тривога, депресивні переживання); продуктивність діяльності (поведінка уникання, прокрастинація, зниження продуктивності та хронічна перевтома як наслідок перенесення високих стандартів виконання на всі види діяльності); міжособистісні стосунки (конфлікти і сварки через надмірні вимоги і очікування з боку оточуючих, порівняння себе з іншими, заздрощі та ревності тощо).

Підлітковий вік є сензитивним для виникнення депресивних і тривожних розладів (Н. Славіна, Т. Марцинковська). Зазвичай емоційні розлади проявляються у труднощах у навчанні, і, згодом, виражаються у швидкій астенизації, зниженні продуктивності навчальної діяльності, втраті інтересу до середовища та спілкування (А. Золотарьова, І. Грачова). Для підлітків у стані депресії чи тривоги характерні думки про власну недосконалість та неповноцінність, які розгортаються на тлі підвищеного критичного ставлення до себе, невпевненості у своїх силах і можливостях, тривожності, низької самооцінки, іноді в поєднанні з високим рівнем домагань (К. Малкова, Т. Іванова).

Перфекціонізм корелює з мотивацією досягнення, оскільки передбачає виражену спрямованість на високі результати діяльності та уникання помилок (Р. Фрост, П. Хьюїтт, Г. Флетт, Н. Мар'яніна). У підлітковому віці релевантною ситуацією досягнення є академічна оцінка знань, яка може викликати хронічний стрес і призводити до появи тривожно-депресивних патернів (О. Чала).

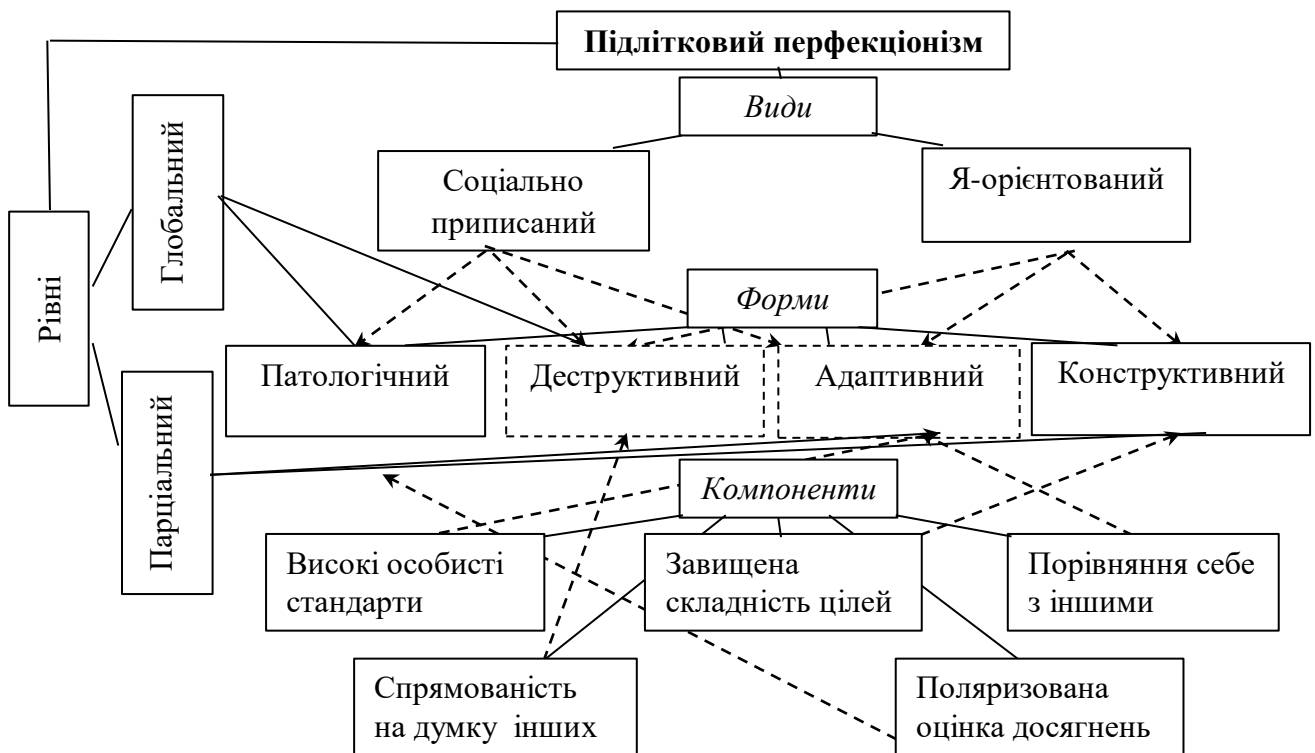


Рис. 1. Модель підліткового перфекціонізму

Отже, перфекціонізм є особистісним феноменом, який полягає у прагненні до досконалості, передбачає висунення високих стандартів до себе та інших людей, прагнення відповідати очікуванням соціального оточення з метою отримання схвалення та визнання, обумовлює когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові

особливості і може мати різні форми прояву – від конструктивної / позитивної до деструктивної / патологічної.

У другому розділі – **«Методичні засади дослідження деструктивного перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами»** – описано основні етапи організації дослідження; статеві-вікові та психологічні параметри вибірки; обґрунтовано доцільність психологічного інструментарію; розкрито етапи адаптації та психометричні показники методики «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму» П. Хьюїтта та Г. Флетта.

У дослідженні взяло участь 186 осіб віком 11–18 років (97 дівчат та 89 хлопців). З них було сформовано дві групи – клінічну і нормотипічну. До клінічної групи увійшла 31 особа (18 дівчат та 13 хлопців) віком 11–17 років з депресивними, тривожно-фобічними та тривожно-депресивними розладами; до нормотипічної – 155 осіб (79 дівчат та 76 хлопців) віком 12–18 років з відсутністю клінічно підтверджених тривожно-депресивних розладів та інших психічних порушень.

Емпірична частина дослідження проводилася у три етапи. На першому етапі – адаптовано методику «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму» на українській вибірці підлітків та з'ясовано зв'язки перфекціонізму з підвищеним рівнем тривожно-депресивних патернів. На другому – перевірено показники надійності та валідності адаптованої методики; проведено аналіз статеві-вікових особливостей перфекціонізму у підлітків, його зв'язку з іншими особистісними рисами; порівняння показників перфекціонізму у нормотипічній та клінічній групах підлітків. На останньому етапі апробовано групову програму з корекції рівня деструктивного перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами та оцінено її ефективність.

Методику «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму / ДПШП» (П. Хьюїтт, Г. Флетт), адаптовано на вибірці зі 108 осіб віком 11–17 років. Очевидна валідність виявилася достатньою, оскільки частина досліджуваних вказала, на що спрямований опитувальник (36%). Критеріальну (зовнішню) валідність доведено високим кореляційним зв'язком між показниками перфекціонізму в опитувальнику і оцінкою старанності учнів педагогами ($r = 0,711$, $p \leq 0,05$). Конкурентну валідність підтверджено через наявність достатньо високих кореляційних зв'язків між ДПШП та методиками, що вимірюють подібні психологічні феномени. Прогностична валідність виявлена шляхом аналізу старанності в академічній успішності у підлітків-перфекціоністів.

Перевірку надійності опитувальника здійснено шляхом визначення внутрішньої узгодженості питань за коефіцієнтом альфа Кронбаха ($\alpha = 0,792$) та ретестової надійності ($r = 0,972$, $p \leq 0,01$), які свідчать про високу узгодженість тверджень та високу стійкість показників перфекціонізму в часі. Останнім етапом в адаптації була стандартизація процедури й інтерпретація результатів. Виявлено, що високий рівень показників за даною методикою (≥ 83 балів) можна характеризувати як деструктивний перфекціонізм через високий кореляційний зв'язок з тривожно-депресивними патернами ($r = 0,586$ – при тривожних та $r = 0,568$ – при депресивних патернах, при $p \leq 0,05$). Отримані результати дають підстави вважати адаптовану методику «Дитячо-підліткова шкала перфекціонізму» валідним та надійним психологічним інструментом для діагностики перфекціонізму у підлітків.

Третій розділ – «Аналіз результатів емпіричного дослідження деструктивного перфекціонізму як чинника тривожно-депресивних патернів у підлітків» – містить аналіз зв'язку деструктивного перфекціонізму підлітків з тривожно-депресивними патернами. Надано порівняльну характеристику перфекціонізму нормотипічних підлітків та підлітків з емоційними розладами. Описано місце перфекціонізму у структурі особистості підлітка. Охарактеризовано їхні статево-вікові особливості перфекціонізму. Побудовано типологію конструктивних та деструктивних перфекціоністів-підлітків.

Встановлено, що існує зв'язок між підлітковим перфекціонізмом та депресією ($r = 0,568$, $p \leq 0,05$) і тривогою ($r = 0,586$, $p \leq 0,05$) (табл. 1). Я-орієнтований перфекціонізм здебільшого приводить до підвищення тривоги у ситуаціях перевірки знань ($r = 0,547$, $p \leq 0,05$) та тривоги, пов'язаної з успішністю в навчанні ($r = 0,596$, $p \leq 0,05$). Соціально приписаний перфекціонізм у підлітковій вибірці зумовлює виникнення тривоги у стосунках з учителями ($r = 0,525$, $p \leq 0,05$) та тривоги у зв'язку з оцінкою оточуючих ($r = 0,539$, $p \leq 0,05$).

Таблиця 1

Зв'язок тривожно-депресивних патернів з видами перфекціонізму підлітків

Тривожно-депресивні патерни / Види перфекціонізму	У стосунках з однолітками	Через оцінку оточуючих	У стосунках з учителями	У стосунках з батьками	Через успішність у навчанні	У ситуаціях самовираження	У ситуаціях перевірки знань	Зниження психічної активності	Підвищена вегетативна реактивність	Депресивні патерни
Загальний	0,414*	0,490*	0,541*	0,490*	0,675*	0,426*	0,575*	0,569*	0,558*	0,568*
Я-орієнтований	0,479*	0,446*	0,466*	0,417*	0,586*	0,332	0,547*	0,399	0,409*	0,499*
Соціально Приписаний	0,317	0,539*	0,525*	0,426*	0,574*	0,336	0,485*	0,462*	0,382	0,554*

Примітка: значення кореляційних зв'язків за коефіцієнтом Пірсона на значущому рівні $p \leq 0,01$ ** ; $p \leq 0,05$ *

Показники перфекціонізму вищі у підлітків, які страждають на емоційні розлади ($\bar{x} = 91,1$), порівняно з підлітками, які входять до групи нормотипіків ($\bar{x} = 69,9$). Середні показники Я-орієнтованого перфекціонізму вищі у підлітків з тривожно-фобічними розладами ($\bar{x} = 69$), порівняно з показниками соціально-приписаного ($\bar{x} = 64$). Соціально-приписаний перфекціонізм більш виражений у досліджуваних з депресивними та тривожно-депресивними розладами ($\bar{x} = 58$), порівняно з показниками Я-орієнтованого ($\bar{x} = 48$). Отже, деструктивний перфекціонізм є одним з чинників, який ускладнює перебіг депресивних, тривожно-фобічних та мішаних тривожно-депресивних розладів у підлітків (табл. 2), може призводити до посилення тривожності та зниженого настрою у нормотипічних підлітків.

Показники перфекціонізму у клінічній та нормотипічній групах

Види перфекціонізму	Клінічна вибірка			Нормотипічна вибірка		
	Середнє	Мінімум	Максимум	Середнє	Мінімум	Максимум
Я-орієнтований	36,9*	18	58	49,2*	22	69
Соціально приписаний	34,5*	19	48	40,6*	21	64
Загальний	69,9*	41	94	91,1*	62	107

Примітка: відмінності показників за U-критерієм Манна-Уїтні на значущому рівні $p \leq 0,05^*$

Психологічний аналіз особливостей перфекціонізму у підлітків на різних субетапах вікового розвитку (групи 12, 13, 14, 15, 16, 17 та 18 років) свідчить, що його середній рівень у віці 12–14 ($\bar{x} = 72,9$ (12 р.); $\bar{x} = 74,1$ (13 р.); $\bar{x} = 75,3$ (14 р.)) років є значно вищим, ніж у досліджуваних віком 15–18 років ($\bar{x} = 61,6$ (15 р.); $\bar{x} = 63$ (16 р.); $\bar{x} = 69,8$ (17 р.); $\bar{x} = 69$ (18 р.)). Ця тенденція характерна і для різних видів перфекціонізму – Я-орієнтованого та соціально приписаного (рис. 2). Можна припустити, що молодший підлітковий вік є сензитивним для формування перфекціонізму у зв'язку з оволодінням новими соціальними ролями та може сприяти його загостренню; тоді як у старшому підлітковому віці ця властивість вже набуває свого місця в структурі особистості підлітка і знижується за мірою його вираженості.

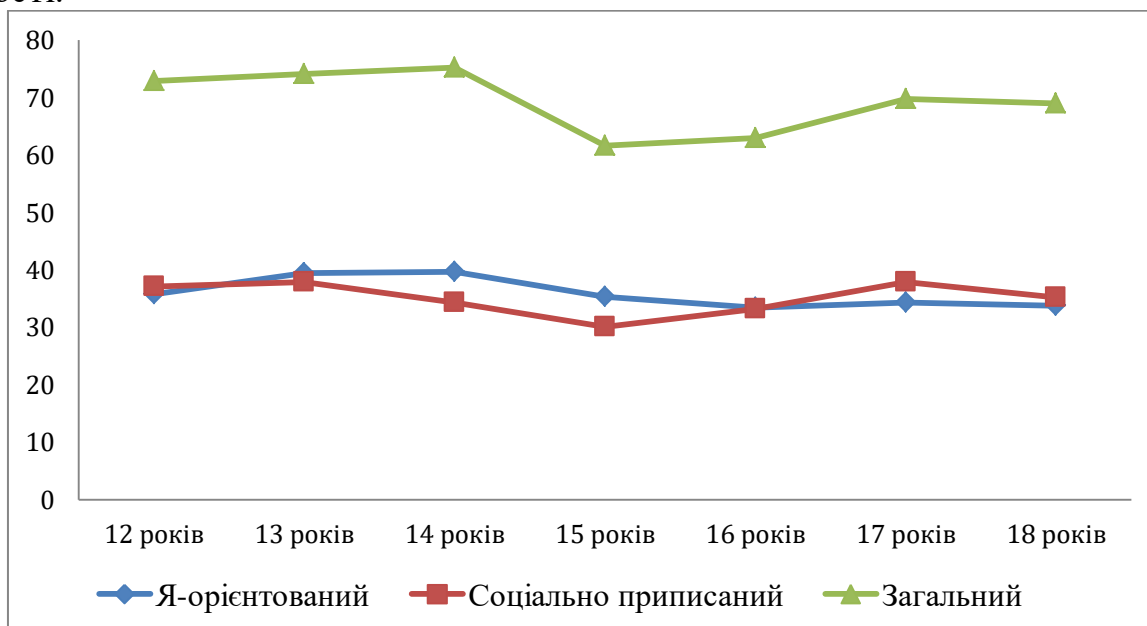


Рис. 2. Середні значення перфекціонізму для вікових підгруп підлітків

Встановлено зв'язок перфекціонізму з такими особистісними рисами підлітків, як міра емоційної стійкості ($r = -0,462$, $p \leq 0,01$); обережність – легковажність ($r = -0,436$, $p \leq 0,01$); сором'язливість – авантюризм ($r = -0,428$, $p \leq 0,01$); неврастенія ($r = 0,515$, $p \leq 0,01$); міра внутрішнього напруження ($r = 0,411$, $p \leq 0,01$); міра самоконтролю ($r = 0,371$, $p \leq 0,01$). Тісний зв'язок перфекціонізму з іншими особистісними рисами свідчить про його важливу роль у формуванні особистості в підлітковому віці (табл. 3).

Зв'язок видів перфекціонізму з особистісними рисами підлітків

Види перфекціонізму	Особистісні риси (за Р. Кеттелом)						
	Міра емоційної стійкості	Обережність – легковажність	Міра самоконтролю	Сором'язливість – авантюризм	Неврастенія	Міра внутрішнього напруження	Самовпевненість – почуття провини
Загальний	-0,462**	-0,436**	0,371*	-0,428*	0,515**	0,411*	0,408**
Я-орієнтований	-0,437**	-0,381*	0,501**	-0,407*	0,426**	0,354*	0,316*
Соціально приписаний	-0,366*	-0,419*	0,312*	-0,448*	0,421*	0,497**	0,329*

Примітка: значення кореляційних зв'язків за коефіцієнтом Пірсона на значущому рівні $p \leq 0,01$ **; $p \leq 0,05$ *

Виявлено, що виникнення деструктивного перфекціонізму у підлітків обумовлюють такі дисфункціональні установки батьківського виховання, як надмірна суворість, надмірне втручання у світ дитини, прагнення прискорити розвиток дитини та пригнічення волі. Батькам підлітків з конструктивним перфекціонізмом більшою мірою притаманний оптимальний стиль виховання ($\bar{x} = 10$ – для батьків конструктивних перфекціоністів; $\bar{x} = 8,4$ – для батьків деструктивних перфекціоністів). Батьки підлітків з деструктивним перфекціонізмом схильні до гіперопіки ($\bar{x} = 9,1$ та $\bar{x} = 7,6$ відповідно) та уникання теплих емоційних стосунків з дітьми ($\bar{x} = 24,1$ та $\bar{x} = 20,8$ відповідно) (рис. 3).



Рис. 3. Домінуючі батьківські установки у порівнюваних групах батьків

За допомогою кластерного аналізу розроблено типологію підлітків перфекціоністів, в основу якої покладено критерії, представлені у вигляді континуальних полюсів: уникання невдачі – надія на успіх; високий рівень

успішності – низький рівень успішності; відсутні тривожно-депресивні патерни – виражені тривожно-депресивні патерни; високий рівень перфекціонізму – низький рівень перфекціонізму.

Структура перфекціонізму містить 4 параметри, на основі яких встановлено його типи: а) когнітивний (ментальні схеми, які передбачають ригідні, виражені на високому рівні деструктивні установки прагнення до досконалості); б) мотиваційний (мотиваційна тенденція уникнення невдачі як нав'язливий страх зробити помилку, що фруструє будь-яку активність підлітка); в) емоційний (наявність емоційних проблем у вигляді тривожно-депресивних патернів, які виникають як наслідок переживання постійного стресу у зв'язку з необхідністю відповідати лише найвищим стандартам) та г) діяльнісний (низька успішність в навчанні чи діяльності, яка не відповідає докладеним зусиллям перфекціоніста).

Зміст перфекціонізму зумовив такі чотири типи підлітків: успішний тривожно-депресивний; успішний конструктивний; неуспішний тривожно-депресивний; помірно успішний конструктивний неперфекціоніст (рис. 4).

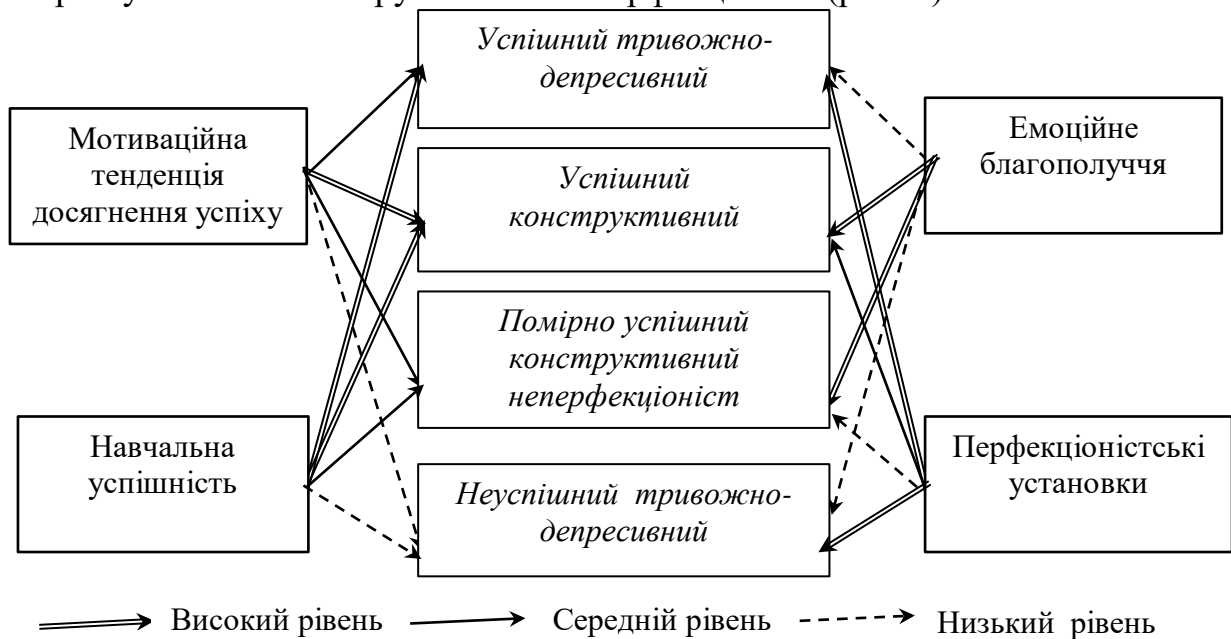


Рис. 4. Типи підлітків-перфекціоністів

Успішний тривожно-депресивний перфекціоніст: високий рівень перфекціонізму ($\bar{x} = 91,6$), рівною мірою властиві мотиваційні тенденції досягнення успіху та уникнення невдачі ($\bar{x} = 10,3$), представлені на високому рівні тривожні та депресивні патерни ($\bar{x} = 71,5$ та $\bar{x} = 5,9$ відповідно) і високий рівень академічної успішності ($\bar{x} = 10,4$).

Успішний конструктивний перфекціоніст: середній рівень вираженості перфекціонізму ($\bar{x} = 72,3$), переважає мотиваційна тенденція досягнення успіху ($\bar{x} = 15,1$), помірно виражені патерни тривожності та депресії ($\bar{x} = 37,2$ та $\bar{x} = 3,0$ відповідно) і достатньо високий рівень академічної успішності ($\bar{x} = 9,2$).

Неуспішний тривожно-депресивний перфекціоніст: високий рівень перфекціонізму ($\bar{x} = 98,6$), виражена мотиваційна тенденція уникнення невдачі ($\bar{x} = 9,2$), високий рівень тривожно-депресивних патернів (тривожність – $\bar{x} = 89,4$; депресія – $\bar{x} = 7,1$) та рівень академічної успішності нижче середнього ($\bar{x} = 5,8$).

Помірно успішний конструктивний неперфекціоніст: низький рівень перфекціонізму ($\bar{x} = 47,0$), відсутня виражена орієнтація на досягнення успіху чи уникнення невдачі ($\bar{x} = 12,4$), помірно виражені тривожно-депресивні патерни (відповідно $\bar{x} = 29,1$ та $\bar{x} = 2,7$) і середній рівень академічної успішності ($\bar{x} = 7,1$).

Специфіка змісту перфекціонізму у підлітковому віці є підґрунтям для розробки програми з корекції міри вираженості деструктивного перфекціонізму та обумовлених ним тривожно-депресивних патернів.

У четвертому розділі – **«Програма психологічної корекції деструктивного перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами»** – описано структуру та етапи апробації корекційної програми. Здійснено оцінку її ефективності в цілому та окремих блоків. Надано рекомендації та розроблено превентивні заходи щодо зниження негативного впливу деструктивного перфекціонізму на емоційний стан підлітків.

Корекційна програма базується на структурних компонентах деструктивного перфекціонізму та містить такі завдання: а) формування здатності до постановки реальних цілей (когнітивний компонент); б) зміщення локусу уваги на аналіз досягнень з аналізу помилок (мотиваційний); в) зниження рівня тривожності та депресивних патернів (емоційний); г) розвиток креативності (когнітивний та діяльнісний); д) формування здатності до релаксації (емоційний); е) формування коректних вимог до себе та оточуючих; підвищення самооцінки (когнітивний). Запропонована програма містить шість блоків, які відповідають сформульованим завданням, передбачає групову форму роботи і розрахована для цільової аудиторії підлітків з ознаками деструктивного перфекціонізму віком 11–18 років.

У корекційній програмі взяло участь 12 підлітків віком 15–17 років (7 дівчат та 5 хлопців), у яких виявлено високий рівень деструктивного перфекціонізму ($\bar{x} = 97,9$) та тривожних і депресивних патернів ($\bar{x} = 91,6$ та $\bar{x} = 12,6$ відповідно). Учасники програми були попередньо знайомими між собою. До контрольної групи увійшло 13 підлітків віком 14–17 років (7 дівчат та 6 хлопців), які також мали високий рівень деструктивного перфекціонізму ($\bar{x} = 98,2$) та тривожно-депресивних патернів ($\bar{x} = 89,9$ та $\bar{x} = 12,9$ відповідно), але не зазнавали корекційного впливу.

В учасників програми після корекційного впливу виявлено значуще зниження депресивних патернів ($\bar{x} = 12,6$ та $\bar{x} = 9,2$), загальної тривоги ($\bar{x} = 91,6$ та $\bar{x} = 78,4$), тривоги у зв'язку з оцінкою оточуючих ($\bar{x} = 7,4$ та $\bar{x} = 5,2$), тривоги у стосунках з учителями ($\bar{x} = 7,0$ та $\bar{x} = 5,4$), тривоги через успішність в навчанні ($\bar{x} = 81$ та $\bar{x} = 6,5$), тривоги у зв'язку з перевіркою знань ($\bar{x} = 8,9$ та $\bar{x} = 6,2$) при $p \leq 0,01$, характерних для підлітків з деструктивним перфекціонізмом (рис. 5).

Для підлітків з домінуванням Я-орієнтованого перфекціонізму властиво значуще зниження тривожно-депресивних патернів, порівняно з підлітками з соціально приписаним перфекціонізмом (показники тривоги: $\bar{x} = 78,1$ при Я-орієнтованому та $\bar{x} = 78,7$ при соціально приписаному перфекціонізмі; показники депресії: $\bar{x} = 8,9$ та $\bar{x} = 9,4$ відповідно). Можна припустити, що завдяки інтернальному локусу контролю підлітки з Я-орієнтованим перфекціонізмом здатні усвідомлювати негативні наслідки деструктивного перфекціонізму і схильні брати на себе відповідальність за зміну своїх життєвих пріоритетів. Водночас підлітки з

соціально приписаним перфекціонізмом потребують допомоги і схвалення з боку соціального оточення.

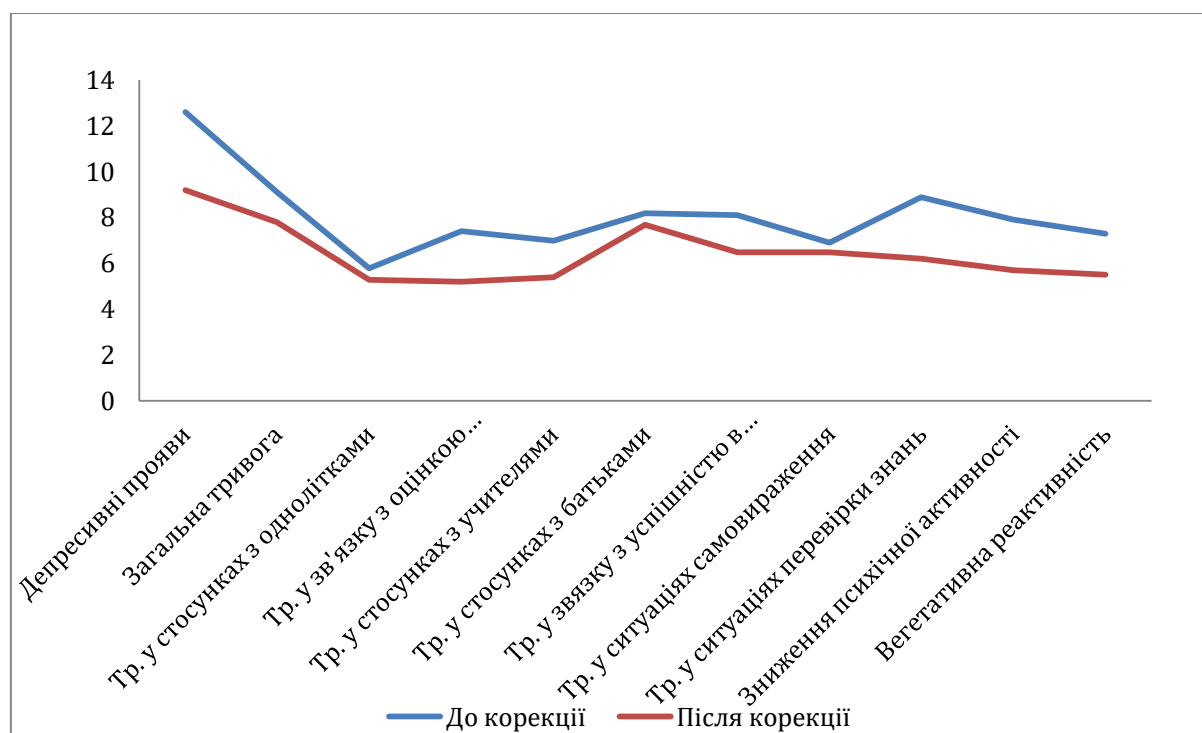


Рис. 5. Динаміка середніх значень тривожно-депресивних патернів у підлітків з деструктивним перфекціонізмом (до та після корекційного впливу)

З'ясовано відмінності динаміки тривожно-депресивних патернів у дівчат і хлопців до та після корекційного впливу. Дівчата є гнучкішими у зміні проявів деструктивного перфекціонізму, ніж хлопці (різниця показників тривоги до та після корекції $\bar{x} = 12,2$; депресивних патернів $\bar{x} = 3,6$). Хлопці ригідніші до зміни поведінкових патернів і більшою мірою прагнуть відповідати встановленим стандартам (різниця показників тривоги до та після корекції $\bar{x} = 10,6$; депресивних проявів – $\bar{x} = 3,2$).

Створені корекційною програмою умови сприяли підліткам усвідомити власні переваги та недоліки; подолати деструктивні установки та переконання, спрямовані на виключно найвищі і досконалі досягнення; здійснити рефлексію прагнення до досконалості, що обумовило зниження тривожно-депресивних патернів і підвищення рівня емоційно-психологічного благополуччя.

Розроблено рекомендації для батьків і дітей. Рекомендації батькам спрямовані на попередження деструктивного перфекціонізму в їхніх дітей, передбачають формування безумовної любові до дитини; прийняття її поразок і невдач; уникнення завищених очікувань та порівняння дитини з іншими; заохочення успіхів і досягнень та встановлення довірчих стосунків з нею. Рекомендації для підлітків носять корекційний характер і передбачають розвиток здатності розрізняти власні потреби та очікування оточуючих; раціонально планувати свій час і вміти організовувати відпочинок; сприймати поразку як необхідний досвід у досягненні перемоги; усвідомлювати принцип стосовно того, що першим в усьому і завжди бути

неможливо; приймати всі свої риси характеру; обирати види навчальної діяльності за інтересами та отримувати задоволення від процесу їх здійснення.

ВИСНОВКИ

У роботі здійснено узагальнення теоретичних і емпіричних результатів дослідження деструктивного перфекціонізму як чинника тривожно-депресивних патернів у підлітків, що дає підстави дійти таких висновків.

1. У результаті теоретичного аналізу з'ясовано, що перфекціонізм є особистісним феноменом, який полягає у прагненні до досконалості, передбачає висунення високих стандартів до себе та інших людей, прагнення відповідати очікуванням соціального оточення з метою отримання схвалення та визнання і має дві форми прояву – конструктивну (позитивну) та деструктивну (негативну). Деструктивний перфекціонізм призводить до негативних наслідків для особистості на когнітивному, емоційному, мотиваційному, діяльнісному та інтерперсональному рівнях і може існувати як в межах відносної норми, так і в межах патології. Специфічна соціальна ситуація розвитку у підлітковому віці, яка полягає в оволодінні новими соціальними ролями, з одного боку, та індивідуалізації, з іншого боку, зумовлює особливості виникнення і становлення підліткового перфекціонізму. Деструктивний перфекціонізм у підлітків виникає як наслідок дисфункціональних стилів виховання та надмірних вимог з боку соціального оточення і може обумовлювати появу тривожно-депресивних патернів.

2. Існують якісні відмінності зв'язку видів підліткового перфекціонізму та тривожно-депресивних патернів: Я-орієнтований перфекціонізм частіше за все обумовлює підвищення тривоги у ситуаціях перевірки знань та тривоги, пов'язаної з успішністю в навчанні; соціально приписаний – пов'язаний з виникненням тривоги у стосунках з учителями та тривоги у зв'язку з оцінкою з боку оточуючих.

3. Характерними особливостями вікової динаміки перфекціонізму у підлітків є такі: у віці 12–14 років його середній рівень значно вищий, ніж для підлітків віком 15–18 років, що дає змогу вважати молодший підлітковий вік (11–14 років) сензитивним для формування даної риси. У старшому підлітковому віці (15–18 років) перфекціонізм вже займає своє місце в структурі особистості і знижує міру своєї вираженості.

4. Встановлено чотири типи перфекціоністів-підлітків: а) успішний тривожно-депресивний перфекціоніст; б) успішний конструктивний перфекціоніст; в) неуспішний тривожно-депресивний перфекціоніст; г) помірно успішний конструктивний неперфекціоніст. В основі розробленої типології перфекціоністів-підлітків лежать наступні критерії (у вигляді континуальних полюсів): уникання невдачі – надія на успіх; високий рівень успішності – низький рівень успішності; відсутні тривожно-депресивні патерни – виражені тривожно-депресивні патерни; високий рівень перфекціонізму – низький рівень перфекціонізму.

5. Запропонована програма психологічної корекції дозволила знизити міру негативного впливу деструктивного перфекціонізму на емоційний стан підлітків. Насамперед, відбулося зниження вираженості депресивних патернів, загальної тривоги та тривоги, пов'язаної з ситуаціями досягнення у підлітків. Розроблено

систему рекомендацій та превентивних заходів, яка спрямована на зниження негативного впливу деструктивного перфекціонізму на емоційний стан підлітків. Вказані рекомендації розділені на дві частини: для батьків та для самих підлітків.

З усім тим, **перспективами подальших досліджень є:** системотвірні психологічні чинники виникнення деструктивного перфекціонізму; критерії диференціації деструктивної та конструктивної форм перфекціонізму; динаміка вікових особливостей перфекціонізму в онтогенезі; розробка коректних методик для діагностики деструктивного перфекціонізму у дітей та підлітків; виокремлення проміжних типів підлітків-перфекціоністів.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у наукових фахових виданнях:

1. Вавілова А. С. Деструктивні прояви перфекціонізму у ситуації досягнення: досвід корекції / А. С. Вавілова // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Херсон, 2016. – № 1. – Т. 2. – С. 132–136.
2. Вавілова А. С. Тривожно-депресивні прояви у дітей та підлітків з деструктивним перфекціонізмом / А. С. Вавілова, Т. С. Кудріна // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Херсон, 2017. – № 4. – Т. 2. – С. 14–20.
3. Вавілова А. С. Гендерно-вікові особливості перфекціонізму у дітей та підлітків / А. С. Вавілова // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Херсон, 2018. – № 1. – Т. 2. – С. 14–20.

Статті у наукових фахових виданнях України, які входять до міжнародних наукометричних баз даних:

1. Вавілова А. С. «Дитячо-Підліткова Шкала Перфекціонізму» П. Х'юїтта та Г. Флетта: досвід адаптації / А. С. Вавілова // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Херсон, 2017. – № 2. – Т. 1. – С. 50–57.
2. Вавілова А. С. Особливості перфекціонізму у дітей та підлітків з розладами емоційної сфери / А. С. Вавілова // Український психологічний журнал: зб. наук. праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка / За ред. І. В. Данилюка. – К., 2017. – № 3 (5). – С. 31–42.
3. Вавілова А. С. Типологія перфекціонізму в підлітків / А. С. Вавілова // Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2018. – Випуск 42. – С. 31–49.

Статті у зарубіжних виданнях:

1. Vavilova A. The typological approach to academic perfectionism in adolescents / A. Vavilova, T. Kudrina // Theoretical and practical aspects of the development of modern science, the experience of countries of Europe and prospects for Ukraine: monograph. – Riga Latvia: «Baltija Publishing», 2018. – P. 15–170.

2. Vavilova A. S. Perfectionism in the personality structure of adolescents / A. S. Vavilova // International Journal of Education & Development / Taras Shevchenko National University of Kyiv, Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology. – Hamilton, – Volume 4, 2018. – P. 114–122.

Статті в інших виданнях:

1. Вавілова А. С. Деструктивний перфекціонізм у підлітків з підвищеним рівнем невротичних проявів / А. С. Вавілова, Т. С. Кудріна // Молодий вчений. – № 10 (37), 2016. – Херсон: Гельветика. – С. 322–325.
2. Вавілова А. С. Зв'язок деструктивного перфекціонізму з невротичними проявами у підлітків / А. С. Вавілова, Т. С. Кудріна // Український психологічний журнал: зб. наук. праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка / За ред. І. В. Данилюка. – К., 2016 – № 1. – С. 76–86.

Тези наукових доповідей:

1. Вавілова А. С. Здоровий та деструктивний перфекціонізм у структурі особистості / А. С. Вавілова // Проблеми особистості у сучасній науці: результати та перспективи дослідження: Матеріали XVIII Міжнародної конференції молодих науковців / За ред. І. В. Данилюка, С. Ю. Пащенко. – К.: Логос, 2016. – С. 35–37.
2. Вавілова А. С. Розлади емоційного спектру у дітей та підлітків / А. С. Вавілова // Тенденції розвитку психології та педагогіки: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. – К.: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2016. – С. 68–72.
3. Вавілова А. С. Деструктивний перфекціонізм у дітей та підлітків як наслідок завищених батьківських очікувань / А. С. Вавілова // Актуальні питання сучасних педагогічних та психологічних наук: зб. наук. робіт учасників Міжнародної науково-практичної конференції. – Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2017. – С. 9–13.
4. Вавілова А. С. Проблеми психодіагностики перфекціонізму у дітей та підлітків / А. С. Вавілова // Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження: Матеріали XIX Міжнародної конференції молодих науковців / За ред. І. В. Данилюка, С. Ю. Пащенко. – К.: Логос, 2017. – С. 56–58.
5. Вавілова А. С. Порівняльна характеристика перфекціонізму у дітей з емоційними розладами та «нормотипічних» дітей / А. С. Вавілова // Актуальні проблеми психології і педагогіки: зб. тез Міжнародної науково-практичної конференції. – Харків: Центр педагогічних досліджень, 2017. – С. 122–123.
6. Вавілова А. С. Зв'язок перфекціонізму з особистісними рисами підлітків / А. С. Вавілова // Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження: Матеріали XX Міжнародної конференції молодих науковців / За ред. І. В. Данилюка, С. Ю. Пащенко. – К.: Логос, 2018. – С. 43–46.
7. Вавілова А. С. Вплив стилю навчання педагога на формування конструктивного перфекціонізму в учнів / А. С. Вавілова, Л. А. Вавілова // Пріоритетні напрями вирішення актуальних проблем виховання і освіти: зб. тез учасників

міжнародної науково-практичної конференції. – Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2018. – С. 91–96.

8. Вавілова А. С. Попередження виникнення деструктивного перфекціонізму у підлітків: рекомендації для батьків / А. С. Вавілова // Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства: Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції / За ред. О. І. Власової та ін. – К.: Віваріо, 2018. – С. 26–27.

АНОТАЦІЯ

Вавілова А. С. Деструктивний перфекціонізм як чинник тривожно-депресивних патернів у підлітків. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Київський національний університет імені Тараса Шевченка, МОН України. – Київ, 2018.

Дисертаційне дослідження присвячене вивченню структурно-типологічних особливостей деструктивного перфекціонізму як чинника тривожно-депресивних патернів у підлітків. У результаті теоретичного аналізу проблеми встановлено, що деструктивний перфекціонізм у підлітків виникає як наслідок дисфункціональних стилів виховання та надмірних вимог з боку соціального середовища. Цей феномен обумовлює емоційні розлади та, зокрема, тривожно-депресивні патерни у підлітковому віці.

У роботі виявлено особливості зв'язку деструктивного перфекціонізму з тривожно-депресивними патернами у підлітків: Я-орієнтований перфекціонізм обумовлює підвищення тривоги, а соціально-приписаний – депресивні патерни. Показано, що деструктивний перфекціонізм у підлітків виникає як наслідок надмірної батьківської опіки чи емоційної дистанції у вихованні. Встановлено, що молодший підлітковий вік є сензитивним для виникнення перфекціонізму, а в старшому підлітковому віці ця властивість знижує міру вираженості. Виокремлено типи підлітків-перфекціоністів на основі диференціації його конструктивних та деструктивних компонентів. Розроблено і апробовано групову програму і надано рекомендації для попередження та корекції деструктивного перфекціонізму у підлітків з тривожно-депресивними патернами.

Ключові слова: деструктивний перфекціонізм, підлітковий вік, тривожно-депресивні патерни, типи підлітків-перфекціоністів, корекційна програма.

АННОТАЦИЯ

Вавилова А. С. Деструктивный перфекционизм как фактор тревожно-депрессивных паттернов у подростков. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко, МОН Украины. – Киев, 2018.

Диссертационное исследование посвящено изучению структурно-типологических особенностей деструктивного перфекционизма как фактора тревожно-депрессивных паттернов у подростков. В результате теоретического анализа проблемы установлено, что деструктивный перфекционизм возникает у

подростков как следствие дисфункциональных стилей воспитания и чрезмерных требований со стороны социальной среды. Этот феномен обуславливает эмоциональные расстройства и, в частности, тревожно-депрессивные паттерны в подростковом возрасте.

В работе выявлено особенности связи деструктивного перфекционизма с тревожно-депрессивными паттернами у подростков: Я-ориентированный перфекционизм обуславливает повышение тревоги, а социально-приписанный – депрессивные паттерны. Показано, что деструктивный перфекционизм у подростков возникает как следствие чрезмерной родительской опеки или эмоциональной дистанции в воспитании. Установлено, что младший подростковый возраст является сенситивным для возникновения перфекционизма, а в старшем подростковом возрасте данное свойство снижает степень выраженности. Выделено типы подростков-перфекционистов на основе дифференциации его конструктивных и деструктивных компонентов. Разработано и апробировано групповую программу и предоставлено рекомендации для предупреждения и коррекции деструктивного перфекционизма у подростков с тревожно-депрессивными паттернами.

Ключевые слова: деструктивный перфекционизм, подростковый возраст, тревожно-депрессивные паттерны, типы подростков-перфекционистов, коррекционная программа.

SUMMARY

Vavilova A. S. The distractive perfectionism as a factor of anxiety and depressive patterns in adolescents. – Manuscript.

Thesis for the degree of psychological sciences in speciality 19.00.07 – Pedagogical and age psychology. – Taras Shevchenko National University of Kyiv, Ministry of Education and Science of Ukraine. – Kyiv, 2018.

The dissertation is devoted to the study of structural and typological features of destructive perfectionism as a factor of anxious and depressive patterns in adolescents. As a result of the theoretical analysis this problem, we define perfectionism as a personal phenomenon, which means the striving for perfection, involves the nomination of high standards to oneself and other people, the desire to meet the expectations of social environment for the purpose of obtaining approval and recognition, causes cognitive, emotional, motivational and behavioral features and has different forms – from constructive / positive to destructive / pathological. It was found, that destructive perfectionism in children and adolescents appears as a result of dysfunctional styles of upbringing and excessive demands from the social environment. The last one causes emotional frustration and, in general, emotional problems in adolescence. The negative influence of destructive perfectionism is actualized in the achievement situation, which mediates the emergence of emotional problems.

Taking into account it, a program of empirical research destructive perfectionism in adolescents has been developed. The methodology for measuring perfectionism was adapted on a sample of Ukrainian adolescents. The connection between destructive perfectionism and anxiety-depressive patterns in adolescents is specified. It is revealed, that there are qualitative differences between adolescents perfectionism and anxiety-depressive patterns: Self-oriented perfectionism often causes increased anxiety in situations of knowledge testing and anxiety associated with learning success; socially

prescribed causes the emergence of anxiety in relations with teachers and anxiety due to the assessment of others.

Characteristic features of the age dynamics of perfectionism in adolescents are the follows: at the age of 12–14 years the average level of perfectionism is significantly higher, than for adolescents at the age 15–18 years, which makes it possible to consider younger adolescence age (12–14 years) as critical to the formation of perfectionism. In older adolescents (15–18 years) perfectionism already takes its place in the structure of the personality and reduces the level of its influence.

It is determined that perfectionism is closely connected with other psychological features in the structure of adolescent's personality. It is established connection between perfectionism and such personality traits of adolescents, as: degree of emotional stability; caution-frivolity; shyness-adventurism; neurasthenia; degree of internal stress; degree of self-control. The obtained results testify that perfectionism is not an isolated construct, it is formed in a complex with other features and properties of a person, affects on the peculiarities of their manifestation and is influenced by their side.

It is revealed that the emergence of destructive perfectionism in adolescents is caused such dysfunctional settings of parenting, as: excessive severity, excessive interference in the child's world, desire to accelerate the development of the child and oppression of freedom. Parents of adolescents with constructive perfectionism are more likely to have an optimal style of parenting, and parents of adolescents with destructive perfectionism are prone to excessive care and avoid warm emotional relationships with children.

The typology of adolescents-perfectionists is developed based on the following criteria (in the form of continual poles): avoiding failure – hope for success; high level of success – low level of success; there are no anxiety-depressive patterns – expressed anxiety-depressive patterns; high level of perfectionism – low level of perfectionism. There are four types of adolescents-perfectionists: a) successful anxious and depressive perfectionist; b) successful constructive perfectionist; c) unsuccessful anxious and depressive perfectionist; d) moderately successful constructive non-perfectionist. The developed typology allows to determine the qualitative features of destructive perfectionism, which are revealed through its connection with cognitive (destructive perfectionist settings), motivational (avoidance of failure), emotional (anxiety and depressive patterns) and activity components (success), which are characteristic for adolescence.

A group correction program has been developed and tested to reduce the severity of anxiety-depressive patterns in adolescents with signs of destructive perfectionism. Correctional program includes the following blocks: development of creativity (overcoming rigidity); formation of the ability to set real goals; focusing on analysis of achievements instead of focusing on error; decrease the anxiety level; formation relaxation ability; formation adequate requirements for themselves and others.

The results of approbation of the correction program indicate a statistically significant decrease depressive patterns, general anxiety, anxiety due to the assessment of others, anxiety in relationships with teachers, anxiety due to academic success and anxiety in testing the knowledge, which are characteristic for adolescents with destructive perfectionism.

Based on the results of the study, a system of recommendations was developed for adolescents and their parents, aimed at reducing the negative impact of destructive perfectionism on the emotional state of adolescents. Recommendations for parents are about the features of parenting children and adolescents, which can lead to emergence the signs of destructive perfectionism. Recommendations for adolescents are associated with awareness of the destructive effect of perfectionism on their emotional state and behavior.

Key words: destructive perfectionism, adolescent age, types of adolescents-perfectionists, anxious-depressive patterns, correctional program.