

Література

1. Бех І. Д. Особистісно-зорієнтоване виховання : наук.-метод. посіб. / І. Д. Бех. – К. : ІЗМН, 1998. – 203 с.
Beh I. D. Personality-oriented education : science textbook / I. D. Beh. – K. : IZMN, 1998. – 203 p.
2. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. С. Костюк – К. : Рад. шк., 1989. – 608 с.
Kostyuk G. S. The educational process and mental development of the individual / G. S. Kostyuk. – K. : Raryans'ka shkola, 1989. – 608 p.
3. Миллер Дж. А. Психолінгвісти. Теорія речевої діяльності / Дж. А. Миллер. – М., 1968. – С. 245–246.
Miller J. A. Psycholinguistics. Theory of speech activities / J. A. Myller. – M., 1968. – P. 245–246.
4. Психологія : словарь / [под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского]. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 494, [1] с.
Psychology : dictionary / [pod ob. ed. A. V. Petrovskoho, M. G. Yaroshevsky]. – 2nd ed., corr. and add. – M. : Politizdat, 1990. – 494, [1] p.
5. Савчин М. В. Психологічна характеристика відповідальності вчителя у педагогічній взаємодії. Психолого-педагогічні проблеми гуманізації / М. В. Савчин. – К., 1993. – С. 91–92.
Savchyn M. V. Psychological characteristics of teacher accountability in pedagogical interaction. Psychological and pedagogical problems of humanization / M. V. Savchyn. – K., 1993. – P. 91–92.
6. Сухомлинский В. А. Сто советов учителю : избр. пр. – Т. 2. / В. А. Сухомлинский. – Киев : [б. и.], 1979. – С. 454–462.
Suhomlynsky V. A. One hundred advice for teacher : izbr. proizv. Vol. 2. / V. A. Sukhomlynsky. – Kiyev, 1979. – P. 454–462.

УДК 159.9.072.432

Т. Ю. Завада

Received February 12, 2015

Revised March, 7, 2015

Accepted April, 13, 2015

**МОДИФІКАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ
Н. ГАРАНЯН, А. ХОЛМОГОРОВОЇ**

У статті описано процедуру адаптації та модифікації україномовного варіанта опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової. Методика, що її

© Завада Т. Ю., 2015

розробили російські науковці, дає змогу виміряти компоненти, які складають структуру перфекціонізму і пов'язані з: 1) надто високими вимогами та стандартами очікуваних результатів діяльності; 2) порушенням соціальних когніцій (приписування оточуючим людям надто високих очікувань); 3) персоналізацією, що передбачає постійне порівняння себе з іншими; 4) поляризованим мисленням за бінарним принципом оцінки результатів діяльності та її планування («усе або нічого»); 5) відбором негативної інформації про результати своєї діяльності. У статті також описано два аспекти, що мають значення у структурі перфекціонізму: «самозвинувачення» та «залежність від оцінок оточення», які в подальшому були долучені до опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян та А. Холмогорової. Авторські запитання до двох шкал містять 15 тверджень, вісім із яких стосуються шкали «самозвинувачення», а сім – «залежності від позицій оточення». Доведено високу статистично значиму надійність (показники коефіцієнта α -Кронбаха) модифікованого опитувальника, зокрема і загального показника перфекціонізму, й усіх його шкал (компонентів). Результати факторного аналізу вказують, що додані дві шкали до опитувальника є додатковим аспектом, що дає змогу розширити структуру перфекціонізму. За допомогою кластерного аналізу виділено три рівні перфекціонізму: високий, середній та низький. Статистична значимість шкал модифікованого опитувальника підтверджується також результатами дискримінантного аналізу.

Ключові слова: перфекціонізм, опитувальник, надійність, самозвинувачення, залежність від позицій оточення.

Zavada T. Y. The Modification of Perfectionism Questionnaire by N. Garanyan, A. Kholmogorova. This article describes the procedure of adaptation and modification of Ukrainian-language version of the perfectionism questionnaire by N. Garanyan, A. Kholmogorova. The technique, developed by Russian scientists, allows to measure the components that make up the structure of perfectionism, and are related to: 1) too high claims and standards of expected results of activity; 2) violation of social cognitions (high expectations to surrounded people); 3) personalization, providing constant comparing oneself with others; 4) polarized thinking on binary principle of performance assessment and planning (“all or nothing”); 5) the selection of negative information on the results of one’s own activity. The article also describes two aspects that are important in the structure of perfectionism: “self-blame” and “dependence on the position of environment”, which, subsequently, were included in the perfectionism questionnaire by N. Garanyan and A. Kholmogorova. Authors’ questions to the two scales contain 15 statements, 8 of which relate to the scale of “self-blame” and 7 – “dependence on the positions of environment”. The highly statistically significant reliability is proved (index factor α -Cronbach) modified questionnaire, including a general indicator of perfectionism and all its scales (components). The results of the factor analysis indicate that two scales attached to the questionnaire expand the structure of perfectionism. Using cluster analysis, we distinguished three levels of perfectionism: high, medium and low. Statistical

significance of modified questionnaire scales is also confirmed by the results of discriminant analysis.

Key words: perfectionism, questionnaire, reliability, self-blame, dependence on the positions of environment.

Завада Т. Ю. Модифікація опросника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогоровой. В статті описується процедура адаптації і модифікації україномовного варіанта опросника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогоровой. Методика, розроблена російськими ученими, дозволяє виміряти компоненти, що складають структуру перфекціонізму і пов'язані з: 1) надмірно високими претензіями і стандартами очікуваних результатів діяльності; 2) порушенням соціальних когніцій (приписування оточуючим людям надмірно високих очікувань); 3) персоналізацією, що передбачає постійне порівняння себе з оточуючими; 4) поляризованим мисленням за бінарним принципом оцінки результатів діяльності і її планування («все або нічого»); 5) відбором негативної інформації про результати своєї діяльності. В статті також описані два аспекти, що мають значення в структурі перфекціонізму: «самообвинення» і «залежність від оцінок оточуючих», які в подальшому, були включені в опросник перфекціонізму Н. Гаранян і А. Холмогоровой. Авторські запитання до двох шкал містять 15 тверджень, вісім з яких стосуються шкали «самообвинення», а сім – «залежності від позицій оточення». Доведено високу статистично значиму надійність (показники коефіцієнта α -Кронбаха) модифікованого опросника, зокрема як загального показника перфекціонізму, так і всіх його шкал (компонентів). Результати факторного аналізу показують, що додавання в опросник двох шкал є додатковим аспектом, який дозволяє розширити структуру перфекціонізму. З допомогою кластерного аналізу були виділені три рівні перфекціонізму: високий, середній і низький. Статистична значимість шкал модифікованого опросника підтверджується також результатами дискримінантного аналізу.

Ключові слова: перфекціонізм, опросник, надійність, самообвинення, залежність від позицій оточення.

Постановка наукової проблеми та її значення. Незважаючи на те, що проблема перфекціонізму в психології досить нова, усе ж упродовж останнього десятиліття особливо інтенсивно зріс інтерес науковців до цього психологічного феномену, що відображається в численних працях і зарубіжних (Л. Терри-Шорт, Р. Фрост, Г. Флетт, Р. Хамачек, П. Х'юїт, Р. Шафран, Н. Гаранян, І. Грачева, А. Золотарьова, А. Холмогорова, Т. Юдєєва, В. Ясная та ін.), і вітчизняних дослідників (Л. Данилевич, І. Гуляс, Г. Чепурна, О. Лоза).

У теоретичному полі існує значна кількість систематизованих та узагальнених наукових поглядів на структуру перфекціонізму, розроблених

теоретичних моделей і типологій, проте досі точаться дискусії щодо амбівалентності природи цього психологічного феномену. Адже, з одного боку, перфекціоністські тенденції стимулюють особистість до саморозвитку, а з іншого – пов'язані зі значними психоемоційними розладами. Сучасна наука характеризується диференціацією пошуків, що значно ускладнює проблему психометричного дослідження перфекціонізму, побудову загальноновизначеної структури.

У нашій роботі спробуємо розширити уявлення про структуру перфекціонізму, яку розробили російські науковці Н. Г. Гаранян та А. Б. Холмогорова, а також удосконалити їхній діагностичний інструментарій.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Якщо звернутися до наукових досліджень проблеми перфекціонізму, то значна кількість науковців [2; 5; 6; 8; 9] визначають його стрижневу особливість у надмірній схильності до досконалості, пов'язаній із низкою передумов, які загалом проявляються в автодеструктивній поведінці.

Слід зазначити, що спочатку перфекціонізм розглядався тільки як патологічний прояв, адикція.

Науковці доводять (Д. Берн, М. Холлендер, Д. Хамачек, Р. Шафран, О. Соколова, М. Васильєва, Н. Гаранян, П. Циганкова, А. Холмогорова, Т. Юдєєва та ін.), що прагнення ідеалу перетворюється в аутодеструктивну поведінку і розчарування від невдач, спричиняє виникнення різноманітних психічних розладів (депресія, психосоматичні порушення, харчові та сексуальні розлади), зниження самооцінки. Надмірна самокритика, почуття провини породжують незадоволення результатами діяльності. Максималізм, сповідування принципу «все або нічого» змушує відмовитися від багатьох справ. Страх невдачі примушує уникати ситуацій, де можуть виникнути помилки. Перфекціоністські орієнтації пов'язують зі значною втратою часу через надмірну скрупульозність, дріб'язковість, увагу до деталей.

Дослідження вказують, що аспекти *самозвинувачення* та *страху неприйняття* як важливих факторів перфекціонізму опосередковано торкаються багато науковців. Зокрема, Д. Хамачек, Р. Шафран, О. Кашина, А. Золотарьова, П. Циганкова у власних дослідженнях доводять, що перфекціонізм пов'язаний із надмірною самокритикою, схильністю до звинувачень себе, прояву сильного почуття провини, що породжують незадоволення результатами діяльності [4; 5; 6; 8; 9]. К. Хорні не використовує у працях терміна «перфекціонізм», проте доводить, що потреба в досягненні досконалості характеризуються постійними роздумами і самозвинуваченнями щодо можливого неуспіху, страхом виявити у собі

вади, боязню критики чи звинувачень, почуттям переваги над іншими людьми, нав'язливим прагненням до досконалості [7].

К. Хорні, А. Адлер, Н. Гаранян, А. Холмогорова [2; 3; 8], опосередковано торкаються проблеми залежності від поглядів та думок оточення. Зокрема, К. Хорні у своїй праці «Невротична особистість нашого часу» говорить про невротичне прагнення до досконалості, що породжує в людини такі проблеми, як відсутність власної думки; надмірний конформізм щодо вимог і стандартів; незадоволення міжособистісними стосунками; орієнтація на очікування інших людей, а не на власні мотиви; відсутність спонтанності у прояві почуттів; емоційний дискомфорт [7]. А. Холмогорова, Н. Гаранян зазначають, що у перфекціонізмі домінує мотивація отримання схвалення й захоплення від інших людей (як прагнення отримати любов та визнання), уваги з боку оточення на шкоду всім іншим мотивам.

Ми висунули гіпотезу про те, що важливими компонентами в структурі перфекціонізму (окрім виділених компонентів структури Н. Гаранян, А. Холмогорової) є також, з одного боку, схильність особистості до *самозвинувачень*, а з іншого – *значна залежність людини від оцінок та позицій оточення* (страх неприйняття).

Головна мета і завдання роботи – адаптація та модифікація опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової.

Теоретичні та практичні передумови створення модифікованого опитувальника перфекціонізму.

У 1996 році російські дослідники Н. Гаранян та А. Холмогорова висунули гіпотезу про існування структури перфекціонізму особистості. Їх припущення ґрунтувалося на досвіді практичної роботи з амбулаторними пацієнтами, у яких було виявлені емоційні порушення. Як результат, було створено опитувальник, який ґрунтується переважно на висловлюваннях пацієнтів у групах індивідуальної та групової психотерапії.

У 2007 році російська дослідниця Т. Юдєєва апробувала в дисертаційній роботі опитувальник перфекціонізму Н. Гаранян та А. Холмогорової, детально описавши процедуру валідизації методики та її надійність [9].

Спочатку російські науковці склали 29 тверджень, які гіпотетично мали б тестувати п'ять теоретичних параметрів перфекціонізму.

У результаті факторного аналізу було встановлено, що опитувальник містить шести факторну структуру. Загальна дисперсія факторів становить 70 % (табл. 1).

Фактор 1 – *сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування (при постійному порівнянні себе з іншими)*, відображає суб'єк-

тивне сприйняття того, що оточення очікує високих результатів діяльності, і є когнітивним параметром перфекціонізму. **Фактор 2** – *завищені домагання та вимоги до себе* відображає схильність побудови складних цілей та завдань. **Фактор 3** – *високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»* стосується високих стандартів діяльності при орієнтації на результати найбільш успішних людей. **Фактор 4** – *селектування інформації про власні помилки й невдачі* відображає негативний аспект мислення, пов'язаний із фіксацією на власному неуспіхові. **Фактор 5** – *поляризоване мислення* – пов'язаний зі схильністю до дихотомічної оцінки результатів діяльності, планування її за принципом «все або нічого». **Фактор 6** – *контроль над переживаннями* – пов'язаний із потребою контролювати власні емоції, почуття, бажання.

Таблиця 1

**Факторна структура шкал опитувальника перфекціонізму
Н. Гаранян та А. Холмогорової [8]**

№ з/п	Шкали опитувальника перфекціонізму	Найбільш позитивні навантаження	% загальної дисперсії
1	Сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування	0,793	26
2	Завищені домагання та вимоги до себе	0,750	15
3	Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,766	7
4	Селектування інформації про власні помилки й невдачі	0,748	7
5	Поляризоване мислення «все або нічого»	0,771	10
6	Контроль над почуттями	0,826	5

Також три твердження опитувальника (запитання 7, 15, 24) з низьким факторним навантаженням не ввійшли до жодної зі шкал і при обробці враховувалися лише під час підрахунку загального показника перфекціонізму.

Перевірка внутрішньої узгодженості шкал (використання коефіцієнтів надійності α -Кронбаха і Guttman Split-half) вказує на те, що тест внутрішньо узгоджений. Практично всі шкали опитувальника перевищують значення коефіцієнтів – 0,6, що засвідчує статистично значиму надійність методики. Винятком стала шкала «Контроль над переживаннями» (коефіцієнт α -Кронбаха = 0,3747), яку в подальшому автори не виділили у структурі перфекціонізму через низьку надійність. Проте показники тверджень цієї шкали беруться до уваги при оцінці загального

показника перфекціонізму, оскільки навіть низьке значення не знижує загальної надійності опитувальника. Також у процесі апробації опитувальника Т. Юдєєва [8] статистично доводить, що фактори «стать», «вік» та «освіта» не впливають на показник перфекціонізму.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Дослідження проводилося у вищих навчальних закладах м. Львова. Кількість досліджуваних – 299 осіб. Вік – 17–24 роки.

Слід зазначити, що текст опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян й А. Холмогорової ми переклали українською мовою й відредагували. У процесі перекладу взято до уваги морфологічні та синтаксичні особливості української мови й особливості української психологічної термінології, тому формулювання деяких тверджень змінено. Проте основний зміст кожного твердження збережений.

Для перевірки припущення про існування двох додаткових аспектів у структурі перфекціонізму, що пов'язані зі самозвинуваченнями та залежністю від позицій оточення, ми розробили 15 тверджень, вісім із яких стосувалися шкали «самозвинувачення», а сім – «залежності від позицій оточення».

До шкали «самозвинувачення» увійшли такі твердження:

1. Я часто серджуся на себе за те, що не можу виконати певну роботу настільки добре, наскільки мені того б хотілося.

2. Я почуваюся ні на що нездатним, коли інші досягають більш значних результатів, ніж я.

3. Мені рідко буває соромно за свою поведінку (обернене).

4. Я часто звинувачую себе за здійснені помилки.

5. Коли мене хвалять, мені здається, що похвала незаслужена.

6. Я часто сумніваюся в якості своєї роботи.

7. Я переживаю почуття провини, якщо нічого не роблю.

8. Мені дуже соромно, коли інші знаходять помилки в моїй роботі.

До шкали «залежність від позицій оточення» увійшли такі запитання:

1. Критика інших людей ніяк не впливає на результати моєї діяльності (обернене).

2. Я боюсь розчарувати важливих для мене людей.

3. Коли я щось роблю, часто думаю про те, як оцінять мою діяльність інші.

4. Захоплення й похвала інших людей мотивує мене до діяльності.

5. Мені дуже важко, коли мене критикують.

6. Мені не важливо, що про мене думають інші люди (обернене).

7. Мені дуже соромно, коли інші знаходять помилки в моїй роботі.

Процедура перевірки двох доданих шкал на надійність засвідчила високий коефіцієнт α -Кронбаха (табл. 2).

Таблиця 2

**Коефіцієнти α -Кронбаха для шкал
«самозвинувачення» та «значимість оцінок оточення»**

№ з/п	Шкали	Коефіцієнт α -Кронбаха
1	Самозвинувачення	0,71
2	Значимість оцінки оточення	0,64

Таким чином, виділені дві шкали статистично значимі, ми можемо перевірити їх місце у факторній загальній структурі опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян, А. Холмогорової.

Результати факторного аналізу. Отримані результати за допомогою методу кам'яного осипу під час факторного аналізу вказують на трифакторну структуру опитувальника перфекціонізму. В результаті застосування методу Varimax Normalized встановлено, що дві додані шкали до опитувальника («самозвинувачення» та «залежність від оцінок оточення») виділилися в окремий фактор, що свідчить про те, що вони відображають вплив чинників, які не пов'язані зі структурою перфекціонізму, котру виділили російські науковці (загальний відсоток дисперсії – 71,6 %), а відображають окремий аспект у його структурі (табл. 3).

Таблиця 3

**Факторна структура шкал опитувальника перфекціонізму
(авторський варіант)**

Шкали	Фактор1	Фактор2	Фактор3
Самозвинувачення	0,441678	0,214118	0,644942
Залежність від оцінок оточення	– 0,003687	0,138188	0,859419
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	0,728919	0,087992	0,441112
Завищені домагання та вимоги до себе	0,375313	0,619074	0,032457
Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,819431	0,183554	– 0,087414
Селектування інформації про власні посилки й невдачі	0,586099	– 0,094092	0,513351

Закінчення таблиці 3

Поляризоване мислення «все або нічого»	– 0,000637	0,845773	0,162694
Загальний показник	0,807648	0,451439	0,352609
Expl. Var	2,534549	1,417613	1,772158
Prp/ Totl	0,316819	0,177202	0,221520

Також результати факторного аналізу вказують, що додавши дві шкали до опитувальника, збільшується відсоток сукупної дисперсії даних, яким пояснюється цей фактор (Prp. Totl) – 0,22. А це свідчить про те, що ми виявили аспект, що дає змогу розширити структуру перфекціонізму.

Розміщення даних у просторі першого і третього латентного факторів подано на рис. 1.

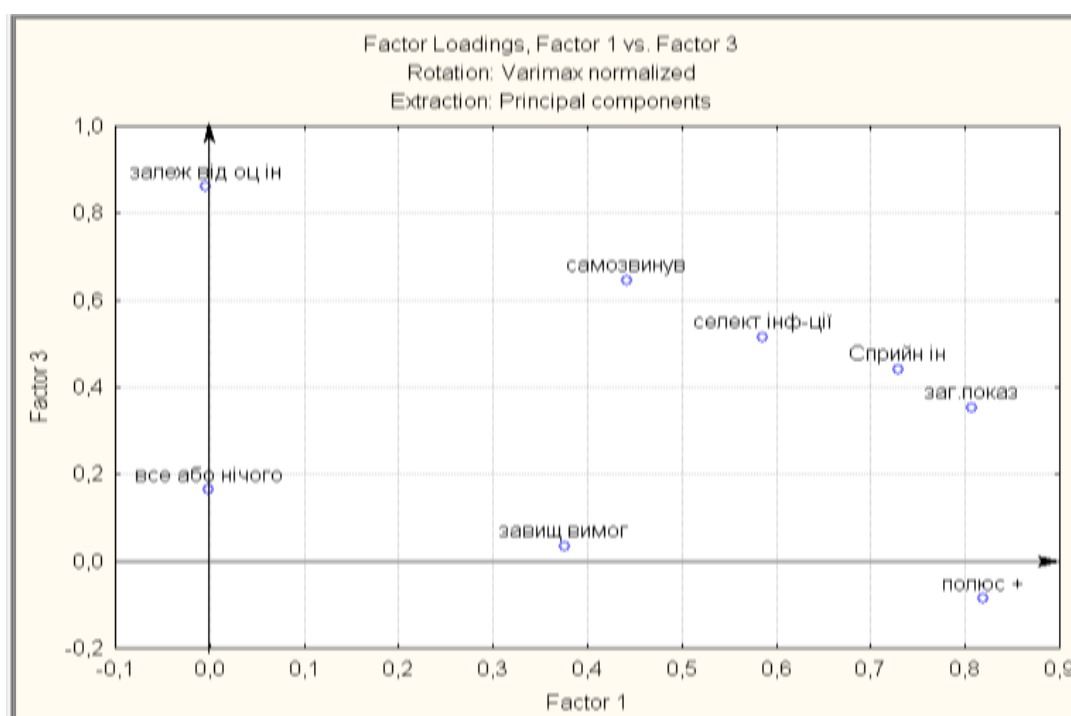


Рис. 1. Графічне представлення факторних навантажень (факторне поле)

Як видно з рисунку 1, додана шкала «залежність від оцінок оточення» істотно впливає на більшість компонентів опитувальника перфекціонізму, і виділяється в окремий ортогональний латентний фактор. Також з рисунка 1 бачимо, що додана шкала «самозвинувачення» певною мірою пов'язана і з «залежністю від оцінок оточення», і з загальним показником перфекціонізму.

Отже, ми сформували структуру перфекціонізму, яка складається з семи компонентів. Спробуємо визначити рівні перфекціонізму за його загальним показником.

Для того, щоб спробувати виділити рівні перфекціонізму, використано кластерний аналіз. Отримані результати свідчать про чітке визначення високого, середнього та низького рівнів за шкалами, які виділили російські науковці, та за доданими шкалами (рис. 2).

Кластер 1 відображає середній рівень перфекціонізму, Кластер 2 – високий, і, відповідно, Кластер 3 – низький.

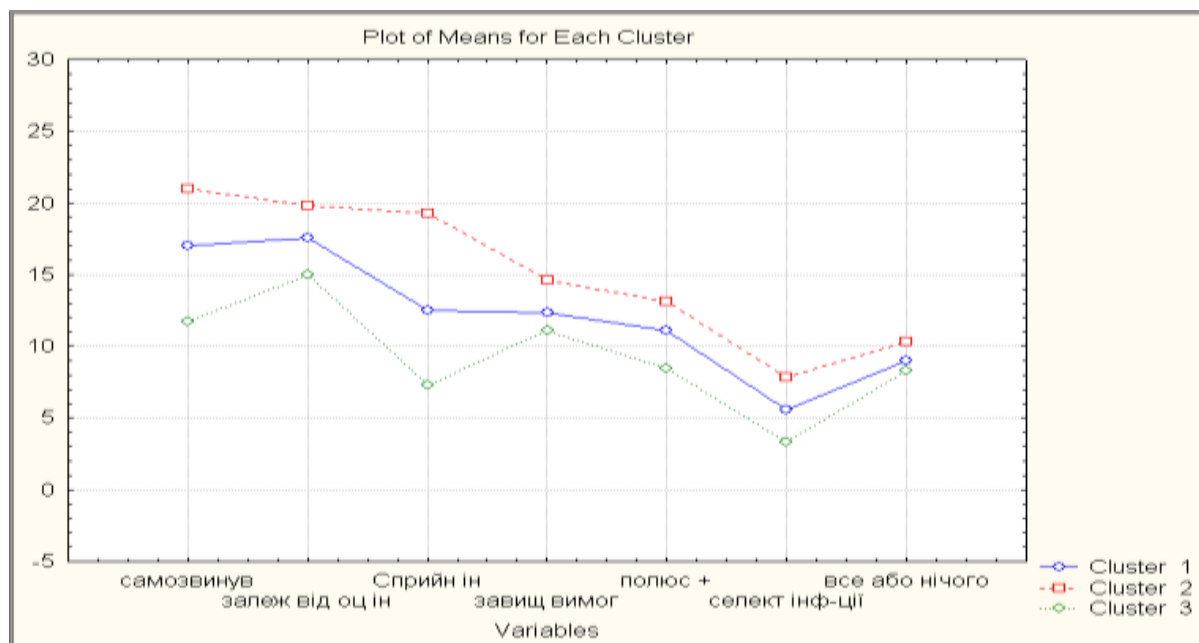


Рис. 2. Результати кластерного аналізу розподілу рівнів перфекціонізму

Результати дискримінантного аналізу.

Дискримінантний аналіз використовують для перевірки найбільшого впливу показників на групу існуючої класифікації.

Отож, виокремивши за допомогою кластерного аналізу рівні перфекціонізму (високий, середній та низький), ми дослідили, які чинники найбільш вагомі при їх виділенні. За дискримінантним аналізом ми визначили, що всі шкали є значущими критеріями для диференціації перфекціонізму (з достовірністю 98 %). Причому, шкала «самозвинувачення», що яку додали, посідає одне з найвагоміших значень, (табл. 4).

Таблиця 4

Результати дискримінантного аналізу шкал перфекціонізму

Шкали	Wilks' Lambda	Partial Lambda	F-remove
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	0,2829	0,5870	101,999
Самозвинувачення	0,2177	0,7630	45,03

Закінчення таблиці 4

Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,1833	0,9057	15,09
Селектування інформації про власні посилки й невдачі	0,1733	0,9578	6,38
Завищені домагання та вимоги до себе	0,1710	0,9712	4,29
Залежність від оцінок оточення	0,1712	0,9699	4,48
Поляризоване мислення «все або нічого»	0,1689	0,9832	2,46

Застосування методу покрокового додавання змінних у дискримінантному аналізі показує, що коректність класифікації (з достовірністю 90 %), практично не змінюється при використанні лише *трьох* змінних: 1) «самозвинувачення», 2) «сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування», 3) «орієнтація на полюс найуспішніших».

Перевірка надійності шкал (коефіцієнт α -Кронбаха).

Перевірка внутрішньої узгодженості всіх шкал опитувальника перфекціонізму (за допомогою коефіцієнта α -Кронбаха), виділених у результаті ієрархічного факторного аналізу, вказує на високу їх надійність, (табл. 5). Загальний показник становить – 0,75, що значно покращує надійність опитувальника, якщо додати дві шкали, порівняно з опитувальником, який розробили російські науковці, де коефіцієнт α -Кронбаха – 0,63.

Таблиця 5

Результати надійності шкал опитувальника перфекціонізму

Шкали	Показник α -Кронбаха
Самозвинувачення	0,67
Залежність від оцінок оточення	0,73
Сприйняття інших як таких, що делегують високі очікування	0,68
Завищені домагання та вимоги до себе	0,74
Високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»	0,73
Селектування інформації про власні посилки й невдачі	0,72
Поляризоване мислення «все або нічого»	0,75

Результати однофакторного дисперсійного аналізу. Виокремивши три рівні перфекціонізму – високий, середній та низький, – ми перевірили статистичні відмінності, що існують у шкалах. Для цього нами використано однофакторний дисперсійний аналіз.

Однофакторний дисперсійний аналіз використовується для перевірки значимих відмінностей між середніми значеннями вибірок, що розглядаються. Дані аналізу – це k незалежних одновимірних вибірок, елементи яких вимірюються в однакових одиницях. Кількість елементів кожної вибірки може бути різною.

За допомогою тесту Шеффе, розглянемо як саме відрізняються між собою виділені характеристики у групах осіб з різним рівнем перфекціонізму. Отже, вибираємо як залежну змінну виділені показники, серед яких існують відмінності на основі однофакторного дисперсійного аналізу та рівень психологічного благополуччя як групуючу змінну.

Отримані результати однофакторного дисперсійного аналізу засвідчили про існування відмінностей серед рівнів перфекціонізму. Значення, отримані за допомогою тесту Шеффе вказують, що всі шкали перфекціонізму рівномірно розподілились відповідно до його рівнів – високого, середнього та низького, (рис. 6).

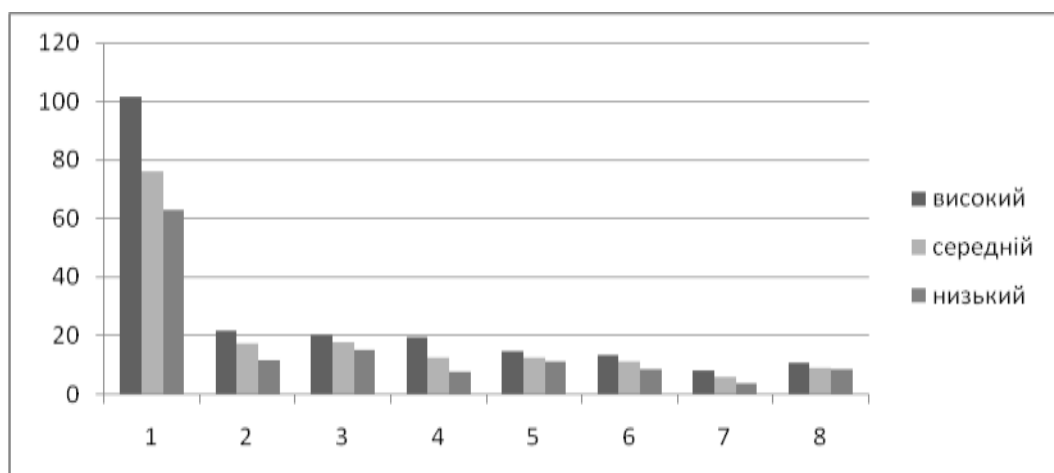


Рис. 6. Результати порівняльного аналізу відмінностей у значення шкал перфекціонізму, де 1 – загальний показник перфекціонізму;

2 – самозвинувачення; 3 – залежність від оцінок оточення; 4 – сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування; 5 – завищені домагання та вимоги до себе; 6 – високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»; 7 – селектування інформації про власні посилки й невдачі; 8 – поляризоване мислення «все або нічого»

Висновки. Отож, у статті представлено модифікований варіант опитувальника перфекціонізму Н. Гаранян та А. Холмогорової, що містить окрім виділених науковцями шкал: 1) сприйняття інших людей як таких, що делегують високі очікування; 2) завищені домагання та вимоги до себе; 3) високі стандарти діяльності при орієнтації на полюс «найуспішніший»; 4) селектування інформації про власні посилки й невдачі; 5) поляризоване мислення «все або нічого»; також шкали: 6) самозвинувачення

та 7) залежність від позицій оточення. Значимість та надійність такої модифікації доведено методами статистичної обробки математичних даних. В результаті кластерного аналізу виділено рівні перфекціонізму: високий, середній та низький, що дає можливість диференціювати прояви перфекціонізму особистості.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на вивчення структури перфекціонізму, її окремих компонентів у більш вузьких психологічних дослідженнях, зокрема виявлення психологічних корелятив, відмінностей та факторів, що впливають чи взаємопов'язані з нею. Отримані результати своє практичне значення можуть отримати у галузях педагогічної, медичної та соціальної психології.

Література

1. Бабенко В. В. Основи теорії ймовірностей і статистичні методи аналізу даних у психологічних і педагогічних експериментах / В. В. Бабенко. – Львів: Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2009. – 184 с.
Babenko V.V. Osnovy teorii imovirnostei i statystychni metody analizu danyh u psyhologichnyh i pedagogichnyh eksperymentah [Fundamentals of probability theory and statistical methods of data analysis in psychological and pedagogical experiments] / V. Babenko. – Lviv : Vydavnychyi centr Lvivskogo natsionalnogo universytetu imeni Ivana Franko, 2009. – 184 p.
2. Гаранян Н. Г. Перфекционизм и враждебность как личностные факторы депрессивных и тревожных расстройств : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Н. Г. Гаранян. – М., 2010. – 42 с.
Garanyan N. G. Perfektsionizm i vrazhdebnost' kak lichnostnye faktory depressivnyh i trevozhnyh rasstroisv [Perfectionism and hostility as personal factors of depressive and anxiety disorders] : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk / N. G. Garanyan. – М., 2010. – 42 p.
3. Гаранян Н. Г. Психологические модели перфекционизма / Н. Г. Гаранян // Вопр. психологии. – 2009. – № 5. – С. 74–83.
Garanyan N. G. Psihologicheskie modeli perfektsionizma [Psychological models of perfectionism] / N. G. Garanyan // Voprosy psihologii. – 2009. – № 5. – P. 74–83.
4. Золотарева А. А. Диагностика индивидуальных различий перфекционизма личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / А. А. Золотарева – М., 2012. – 25 с.
Zolotareva A. A. Diagnostika individualnyh razlichii perfektsionizma lichnosti [Diagnosis of individual differences in personality perfectionism] : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk / A. A. Zolotareva – М., 2012. – 25 p.
5. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 224 с.
Ilin E. P. Rabota I lichnost'. Trudogolizm, perfektsionizm, len' [Work and personality. Workaholism, perfectionism, laziness] / E. P. Il'in. – SPb. : Piter, 2011. – 224 p.

6. Цыганкова П. В. Перфекционный стиль личности пациентов с нарушением адаптации и суицидальным поведением : автореф. дис. ... канд. психол. наук / П. В. Цыганкова. – М., 2012. – 32 с.
Tsigankova P. V. Perfeksionnyi stil' lichnosti patsientov s narusheniem adaptatsii i suitsydalnym povedeniem [Perfectionist's style personality patients with impaired adaptation and suicidal behavior] : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk / P. V. Tsigankova. – M., 2012. – 32 p.
7. Хорни К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. – СПб. : Питер, 2002. – 218 с.
Hornі K. Nevroticheskaya lichnost' nashogo vremeni [The Neurotic Personality Of Our Time] / K. Hornі. – SPb. : Piter, 2002. – 218 p.
8. Юдеева Т. Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств : дис. ... канд. психол. наук / Т. Ю. Юдеева. – М., 2007. – 275 с.
Yudeeva T. Y. Perfeksionizm kak lichnostnyi factor depressivnyh i trevozhnyh rasstroistv [Perfectionism as a personal factor of depressive and anxiety disorders] : dys. ... kand. psykhol. nauk / T. Y. Yudeeva – M., 2007. – 275 p.
9. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism / D. Hamachek // Psychology. – 1978. – №15. – P. 27–33.

УДК 159.923

Л. Д. Заграй

Received March, 17, 2015

Revised April, 7, 2015

Accepted April, 13, 2015

ПРАКТИКИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ РИЗИКІВ І НЕБЕЗПЕК

У статті проаналізовано проблему психологічної безпеки особистості в умовах ризиків і небезпек. Розглянуто питання забезпечення психологічної безпеки особистості в кризових, травмувальних ситуаціях, оскільки в період змін особливо загострюються питання психологічної безпеки особистості, яка переживає стан тривоги й дискомфорту. Мета статті полягає в розкритті поняття «соціально-психологічні практики захисту» й обґрунтуванні необхідності їх формування задля забезпечення психологічної безпеки особистості. Психологічна безпеку потрактовано як усвідомлене, рефлексивне, дієве ставлення людини до умов життя, що забезпечує їй відчуття цілісності, конгруентності, рівноваги та розвитку. Визначено два підходи до забезпечення психологічної безпеки особистості: 1) диспозиційний – джерела психологічної безпеки осо-