

ПЕРФЕКЦІОНІЗМ: ІСТОРИЧНО-СВІТОГЛЯДНІ АСПЕКТИ

В роботі досліджується феномен перфекціонізму в історично-світоглядному аспекті. Проаналізовано поняття перфекціонізм в часовому вимірі з позиції психології, філософії. Акцентовано увагу на тому, що перфекціонізм є позитивним тоді, коли особистість демонструє справжнє психічне здоров'я, а негативним – при ототожненні з перфектизмом.

Ключові слова: історично-світоглядний аспект, перфектизм, перфекціонізм, часовий вимір.

Постановка проблеми. В різні епохи поняття досконалості включалося в певні культурні парадигми. Цілком очевидно, що уявлення про досконалість і досконале змінювалися упродовж історії людства. Сьогодні поняття "перфекціонізм" стає найбільш популярним і вживаним не лише у філософії та психології, але й журналістиці, релігії і буденному житті, водночас набуваючи негативного забарвлення, яке поступово поширюється, затьмарюючи те позитивне, що означав указаний феномен спочатку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Процес самовдосконалення особистості тривалий час не був об'єктом ретельного дослідження у вітчизняній науці. Лише наприкінці 80-х років ХХ ст., ставши нагальною потребою особистісного й суспільного розвитку, цей феномен набув значущості і в наукових дослідженнях, де, однак, розглядався не як самостійний процес, а як вищий рівень самовиховання. У такому аспекті феномен самовдосконалення особистості став предметом педагогічного, психологічного, соціологічного і філософсько-етичного досліджень.

На їхній основі було розкрито методи й засоби організації роботи над собою (А. Арет, О. Кочетов та ін.), показано співвідношення об'єктивного і суб'єктивного в процесі усвідомленого саморозвитку (О. Ковальов, С. Максименко, Л. Рувінський та ін.), висвітлено параметри усвідомлення та цілепокладання в ході особистісного самоздійснення, свободи й активності людини в розвитку необхідних особистісних якостей (Г. Балл, М. Глезерман, Ю. Злотников, Ю. Швалб та ін.), вивчено соціальну детермінацію, психологічні механізми, функції самовиховання, виявлено його рушійні сили, виділено чинники актуалізації сутнісних сил та творчих потенцій людини (М. Боришевський, В. Лозовой, М. Макарець, М. Савчин, В. Татенко та ін.), розглянуто взаємозв'язок процесів усвідомленого саморозвитку з ціннісними орієнтаціями, моральними ідеалами і суспільно-політичною ментальністю (Ж. Вірна, О. Гусейнов, Г. Іванченко, З. Карпенко, В. Ларіонова, В. Москалець, А. Фурман, Д. Шимановський та ін.), зроблено спробу за допомогою культурно-історичного аналізу осмислити теорії і типи самовиховання, самовдосконалення і саморозвитку особистості (А. Арет, І. Бех, Т. Титаренко та ін.) і професіонала (В. Семиченко, Н. Шевченко, Н. Чепелева, Т. Щербан та ін.).

Метою статті є висвітлення історично-світоглядних аспектів означеного феномена.

Виклад основного матеріалу дослідження. Упродовж століть поняття про досконалість змінювалося, а іноді й драматично. Образ досконалості то наближався до людини – і тоді виявлялося, що досконалість доступна багатьом; то віддалявся – і тоді недосяжність ідеалу ставала очевидною.

Термін "перфекціонізм" бере початок від фр. (perfection) чи англ. (perfect), об'єктивніше – з латини, й означає переконання в тому, що самовдосконалення і вдосконалення інших, зокрема соціуму, – життєва мета людини. Причому під удосконаленням розуміється максимальний розвиток не лише здібностей, умінь, реалізація можливостей, але й моральна досконалість. Тобто, початково поняття не тлумачилося у негативному аспекті, хоча, можливо, те, що його зміст включає і моральний розвиток, стало передумовою подальшого розуміння поняття як морально-етичної категорії, яка, передбачаючи позитивні зміни, обов'язково враховує й негативні. Етимологія слова "досконале" пов'язана з грецькими термінами *τελειός* (телейос) – "досконалий" та *τό τελεῖον* (то телейос) – "досконалість", що є похідними від *τελος* (телос) – "мета, завершення", і цей же зв'язок (оскільки у церковнослов'янському *τέλος* перекладалось як "верх") зберігає російське слово "совершенный", що прийшло з церковнослов'янського, а також синонімічне українське – "довершене"; латинські *perfectus*, *perfectio* походять від *facere* із прийменником *per*, – що може трактуватися як "зроблене, виконане до кінця, цілком" [8, с. 41-71].

Одна з найперших дефініцій поняття "досконалість" у європейській культурі відома ще з часів Аристотеля. У праці Аристотеля "Дельта" вказується на три значення поняття:

- 1) досконале те, що є повним, містить усі необхідні частини, "поза чим не можна знайти хоча б одну його частину";
- 2) досконале те, "що є настільки пригожим, що за достоїнствами та цінністю не може бути перевершене у своїй царині";
- 3) досконале те, "що досягло гарного завершення" [7, с. 339].

Упродовж наступних історичних періодів також були спроби визначити поняття "досконалість"; окремі з них були схожі на дефініцію Аристотеля, а інші – певним чином відрізнялися від неї. В. Татаркевич, досліджуючи розуміння поняття "досконалість" відомими філософами, відзначає кілька найбільш загальних визначень:

1. Досконале те, що завершене, доведене до кінця, а тому повне, до чого вже нічого не можна додати і водночас від чого не можна відняти. Частково таке розуміння є в Аристотеля у "Дельті", ще яскравіше воно виявляється у "Фізиці". Ця формула досконалості тривалий час була дуже поширеною й тому пізніше неодноразово повторювалася схоластами (особливо Томою Аквінським) і гуманістами епохи Відродження.

2. Досконале те, що виконує усі властиві йому функції. Це визначення належить К. Галену: "Нехай жодна з притаманних людині здібностей не залишається без застосування", – зазначав він у праці "Про виснаження". Згодом один з варіантів такого визначення сформулював Тома Аквінський: "Досконале те, що досягає усього, до чого спроможне за своєю природою", – писав він у творі "Про потенцію".

3. Досконале те, що досягло своєї мети. Т. Аквінський писав: "Кажуть, що все досконале тією мірою, якою воно досягає власної мети, що є вищою досконалістю речі" [7, с. 340].

4. Досконале те, що є простим, нескладним. Цю думку підтримували деякі мислителі, зокрема про це писав Амвросій Калепіно у творі "Про Ісака та душу".

5. Досконале те, що гармонійне, побудоване відповідно до єдиного принципу. Це розуміння є прикметним для Відродження. Відповідно до нього, художники епохи Ренесансу вважали досконалим образ кола й прагнули широко використовувати його у своєму мистецтві.

6. Досконалим є єдність у розмаїтості, узгодження при розходженні думок. Це визначення походить від Х. Вольфа й було прийняте в його школі. У цьому ж контексті А. Баумгартен – учень Вольфа, визначав досконалість як "узгодженість", "співзвуччя" [7, с. 340-341].

Підсумовуючи вказані вище трактування поняття "досконалість", можемо відзначити, що спільною прикметною рисою його розуміння є апеляція до певної завершеності, цілісності.

Зазначимо, що досконалість посідає особливе місце серед низки одвічних цінностей. Вона передбачає наявність кожної з інших цінностей (добра, краси, вірності, повноти існування, сенсу), проте не зводиться до їх суми.

Хоча "набір" "одвічних цінностей" є надто обмеженим, їх іноді складно розмежувати. Не є виключенням і досконалість. Водночас її аксіологічний аналіз неможливий без зіставлення досконалості як цінності з іншими "базовими" цінностями культури, і є проблематичним за необхідності врахування часової і культурної дистанції.

Досконалість частково є синонімом такої мета-цінності дзенської культури, як Шлях. Наблизитися до осягнення Шляху дозволяє оволодіння таїнами свого ремесла. Якщо людина ними не володіє, то її не можна назвати майстром. Якщо ж вона завжди прагне поліпшити свою майстерність, то досягає досконалості [3, с. 8].

Поняття "перфекціонізм" прийшло в психологію, згідно з твердженнями переважної більшості його дослідників, з філософії чи релігійної філософії, де звучало й у варіанті "прагнення досконалості" чи "самовдосконалення", оскільки тлумачилося як моральна мета людини, суспільства та сенс людської історії. Дослідники лише розходяться у часі виникнення даного поняття: одні появу поняття (але, вочевидь, не власне терміну) пов'язують з існуванням давніх східних держав (і філософсько-релігійних учень, які проповідували моральне вдосконалення людини перед лицем і в межах Дао); інші – з релігійним богословським ученням, коріння якого – в ранньому християнстві, що, на нашу думку, не цілком виправдане; так, з найбільш давніх філософських учень приходить у сучасність ідея розвитку (яка й не могла не з'явитися об'єктивно, адже світ – розвивається), а з релігійних – удосконалення людини, яка щоденно робить добрі справи, щоб заслужити прощення перед Богом за свою гріховну природу, передусім, в очах Бога, але ідея перфекціонізму в філософсько-психологічному плані – дещо, так би мовити, "більш досконале". Адже самовдосконалення і досконалість – це не просто розвиток, а вказівка на мету і вектор розвитку, його ймовірний підсумок (а не остаточний результат, бо межі вдосконалення світу й людини в ньому немає, її можна виділити лише суб'єктивно, для кожної людини – індивідуальну, як індивідуальні передумови перфекціонізму). Розвиток передбачає вдосконалення, співмірне з характером цього розвитку, але перфекціонізм робить процес самовдосконалення усвідомленим, з розумінням мети й очікуваних результатів, інша справа, що початкова мета та бажаний результат після їх досягнення також можуть "удосконалюватися", і якщо даний процес перетворюється на перманентний, – це насправді створює проблему для перфекціоніста: жодний результат не сприйматиметься ним як остаточно досконалий, але це не є частим чи закономірним, на чому наголошується у сучасних статтях про перфекціонізм, і корені даної проблеми не в явищі перфекціонізму, а в психіці особистості, її індивідуальних особливостях, не сумісних зі здоровим перфекціонізмом. Інші – називають конкретні імена філософів, пов'язуючи їх з ідеєю перфекціонізму, починаючи список, зокрема, з Г. Лейбніца (XVII ст.), що, на нашу думку, не цілком обґрунтовано, оскільки ще в епоху Відродження в іспанського лікаря і філософа Х.Л. Вівеса виникає ідея самовдосконалення людини.

Тому, аналізуючи проблему перфекціонізму, в науці виокремлюють дві основні позиції: перфекціоніст виконає завдання максимально якісно або ніколи не виконає роботу якісно (через суб'єктивне розуміння поняття "якісний"). Звичайно, перфекціонізм з феноменологічного поняття може перетворитися на проблему, про що стверджує В. Райх, витлумачивши перфекціонізм як істотну характеристику механістичного мислення, яке не визнає ні помилок, ні неясностей, ні невизначеності чи невпевненості, на які така багата природа і світ; та А. Маслоу, який вважає перфекціонізм "переконанням у необхідності ідеальних чи досконалих рішень – небезпечним", що призводить до невдачі, втрати ілюзій, апатії, розчарування, ворожості до ідеалів і надій [5] у майбутньому; не лише психологічну, але й психопатологічну. Проте, на нашу думку, це лише часткові випадки переконань, схожих на перфекціонізм, і варто акцентувати увагу на тлумаченні прагнення досконалості А. Адлером – саме він зробив це обґрунтовано-серйозно. Зауважимо також, що Маслоу вважав потребу в самоактуалізації – реалізації (і самовдосконаленні) людиною своїх найкращих здібностей, можливостей, потенціалів і талантів – вродженою, ознакою психічного здоров'я. Отже, за Адлером, у кого, на наш погляд, тлумачення перфекціонізму найточніше й оптимальне, "прагнення до досконалості є вродженим у тому сенсі, що це частина життя, прагнення чи потреба, без якої життя було б немислимим" [1]. Прагнення до досконалості – це прагнення досягти найкращого у своїй особистості, а не бажання бути досконалишим за інших (чи найдосконалишим, як надлюдина Ф. Ніцше), прагнення досконалості виповненості. Причому дане прагнення реалізує тенденцію особистості до розвитку, а не діє через внутрішні чи зовнішні причини.

Отже, на нашу думку, не варто поняття "перфекціонізм" ототожнювати з його реальними результатами, надаючи йому позитивного чи негативного змісту (морального забарвлення). Моральним є не саме поняття перфекціонізму (воно, швидше, філософсько-психологічне за змістом), а особистість як носій перфекціонізму, і власне вона визначає наслідки вдосконалення, а психопатологічний (чи "невротичний") не перфекціонізм сам по собі, а особистість, риси й особливості якої зумовлюють негативні прояви самовдосконалення.

Отже, справжньою проблемою перфекціонізму є не проблема часу: в певному сенсі можна стверджувати, що прагнення досконалості існувало завжди, з часу створення світу, бо ж чи не створив Бог людину за образом і схожістю власними (досконалою)? Вона значно глибша, і зумовлена потраплянням поняття у сферу психології. Зазвичай, коли філософське поняття чи термін з однієї науки потрапляє в іншу науку (і психологію), зміст і психологічний смисл його відчутно не страждають, і вже цілком неможливо непередбачувано однобічне тлумачення "чужого" терміну: якщо у психології настільки по-іншому розуміють поняття "перфекціонізм", то, можливо, доцільно не запозичувати термін з філософії, а придумати власний для позначення "власного" життєвого явища. С. Степанов стверджує, що в психологію увійшло "вужке" значення терміну "перфекціонізм", як "загостреного прагнення досконалості", що стосується особистості та діяльності, й це прагнення "відрізняється маніакальним нав'язливим характером", представляючи особистісну проблему. Далі дослідник "розводить" термін з мотивацією досягнення, витлумачуючи її як пов'язану з адекватною самооцінкою та рівнем домагань, реальністю поставленої мети та відповідними здібностями людини, а перфекціонізм – як протилежне за змістом поняття при орієнтації перфекціоніста на зовнішні цілі, цінності, еталони (очевидно, екстернала) – з усім цим важко погодитися, якщо брати до уваги повне значення поняття "перфекціонізм" [6].

Таким чином, термін "перфекціонізм", заледве увійшовши (долучившись) до психології, різко змінює свою суть і позбавляється майже всього позитивного, абсолютизуючи негативне тлумачення поняття, яке швидко опиняється у межах клінічної психології.

І хоча в певних дослідженнях час від часу згадується, що перфекціонізм – "складний феномен, пов'язаний як з нормальним адаптивним функціонуванням, так і з дезадаптацією", тобто, крім невротичного перфекціонізму існує і нормальний; більшість сучасних згадок про перфекціонізм розуміють його, якщо й не як самостійне психопатологічне порушення, то як один із симптомів серйозної патології, наслідком чого можуть бути як заздрість і страх (до інших і себе), так і постійне невдоволення собою, світом; депресивність, невротичність і тривожність, навіть схильність до суїцидальної поведінки. На нашу думку, однобічно-негативне розуміння поняття "перфекціонізм" у психології є цілком незадовільним, оскільки: 1) психологом не було сенсу запозичувати поняття, щоб одразу ж змінити його тлумачення, по суті, на протилежне; 2) такого реально й не було – ні у К. Хорні, на яку посилається зарубіжна клінічна психологія, і яка дане поняття вживає у словосполученні "невротичний перфекціонізм" (а, отже, можливий і не невротичний), ні в А. Адлера, тлумачення яким "прагнення до вдосконалення" не містить негативного компоненту чи підтексту, проте також відрізняє здоровий стиль життя людини, що керується прагненням до самовдосконалення, від невротичного; ні в гуманістичній психології з її ідеєю самовдосконалення, що набуває форми самоактуалізації, самореалізації, самоздійснення чи повноцінно функціонуючої особистості і базується на реальних (вроджених) позитивних здібностях і можливостях людини, постановці нею реальних цілей, індивідуально орієнтованих; ні в екзистенційній психології, де самовдосконалення асоціюється з віднайденням сенсу власного життя (при цьому неможливо ні орієнтуватися на зовнішні цілі й ідеали, ні працювати, викладаючись більше, ніж має сенс); 3) перекаліфікацію поняття на патологічне і потрапляння у клінічну психологію дослідники відносять до 60-80 рр. минулого століття [2], активізацію ж негативного його розуміння – до кінця ХХ ст., а не до моменту потрапляння поняття у психологію.

Тому найбільшу й обгрунтовану цікавість викликає питання, що реально потребує відповіді: "Як настільки раптово поняття "перфекціонізм" втратило свій початково позитивний смисл і яка подія активізувала негативно-патологічне тлумачення початково прогресивного поняття?". Відповідь на дане питання не лише може прояснити ситуацію, що склалася у психології із застосуванням даного поняття, але й орієнтовно виявити час, коли це сталося. І криється вона, очевидно, в початковому значенні терміну, з одного боку, й особливостях його сприйняття, з іншого.

На нашу думку, можливе лише єдине задовільне тлумачення ситуації, тобто лише перевірка реальним життям спростовує зміст теоретичного поняття. Крім того, вагомою є особливість людської психіки – схильність акцентувати увагу на негативних подіях (прикладях), вражаючих за суттю, й не помічати (як цілком звичне) позитивне: в реальному житті, історії та долі поняття "перфекціонізм" вирішальним було те, що людина фіксується саме на руйнівних результатах перфекціоністської спрямованості особистості. Зокрема, загальновідомий перфекціонізм як крайній прояв прагнення влади (бути найдосконалішим у владі – особливо при поєднанні його з твердженням, що влада народна і є для блага і щастя власне народу), що в реальності призводить до авторитаризму і диктатури. І такі історичні постаті з їх ідеологією абсолютно затінують позитивні приклади втілення перфекціоністської ідеї – роботи геніальних митців і науковців, які творили якнайкраще для людей і їх блага. Відомо, що "благими намірами (якими є і вдосконалення та самовдосконалення) вистелена дорога до пекла" – чим більше прагнення досконалості та самовдосконалення, тим більше шансів, що результат буде протилежним. Крім того, в цьому контексті варто згадати й трудовий перфекціонізм (наприклад, стаханівський рух) та перфекціонізм комуністичної ідеї (досконалисть справедливості) і їх реальні наслідки, здатні, разом з реалізацією перфекціонізму в політиці та владі, різко відвернути від перфекціоністської ідеї як такої. Саме вищезгадане може нівелювати позитивні результати перфекціонізму – і перфекціонізм став мислитися як один із симптомів психопатологічного особистісного порушення, а окремі історичні постаті – його наочна ілюстрація.

Перфекціоністи виявляються схильними до особистісних і патологічних порушень, депресії, страхів і суїциду, затягування строків виконання дорученого через недооцінку себе ("як би я не зробив, скільки б зусиль

не доклав – все одно недобре, недосконало, можна ліпше") не через перфекціонізм як явище, а власне через свої якості – неадекватну самооцінку, апатичність, розчарованість, депресивність, самозакоханість чи інші особистісні характеристики. Тому, можливо, краще розмежувати позитивні та негативні наслідки перфекціонізму, які ототожнюються з ним як феноменом, розуміючи власне перфекціонізм як прагнення до вдосконалення себе не за рахунок, не на шкоду і не порівняно з іншими, а для негативних його наслідків, зумовлених особистісними якостями людини, застосовувати вже відоме і вживане поняття перфекталізму – коли "для виконання бажаної соціальної ролі людині не вистачає ні здібностей, ні освіти" [4], а її досягнення не досягають до очікувань, знесилюючи людину непосильною працею, наслідком чого стає внутрішній конфлікт особистості.

На нашу думку, невротичний перфекціонізм змістовно відрізняється від здорового тим, що перфекціоніст-невротик вважає, що межі вдосконаленню немає – і насправді не можна досягти досконалості, справжній же перфекціоніст упевнений, що вона існує, причому для кожного окремого випадку і людини – своя.

Висновки. Підводячи підсумки викладеного вище, зазначимо, що: перфекціонізм – це не тільки самовдосконалення (позитивні зміни) особистості, але і вдосконалення, самореалізація з метою досягнення переваги над іншими, що здійснюється шляхом саморуїнування, виникнення патологічних поведінкових тенденцій і розвитку (професійно й особистісно) небажаних новоутворень. Виникнення і розвиток професійних деструкцій знижує продуктивність виконання діяльності, негативно впливає на мотивацію і професійну позицію особистості. Отже, перфекціонізм – неоднозначно трактований феномен. Позитивним він є тоді, коли особистість демонструє справжнє психічне здоров'я, а негативним – коли ототожнюється з перфектизмом.

Перспективу подальших досліджень убачаємо у вивченні означеної проблеми різних вікових груп природничих спеціальностей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии : лекции по введению в психотерапию для врачей, учителей и психологов. Издание пятое / Альфред Адлер. – М. : НПО «ПРАГМА», 1993. – 175 с.
2. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) / Гаранян Н.Г. // Терапия психических расстройств. – 2006. – № 1. – С. 23-31.
3. Иванченко Г.В. Идея совершенства в психологии и культуре / Иванченко Г.В. – М. : Смысл, 2007. – 255 с.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Ильин Е.П. – СПб. : Питер, 2002. – 512 с.
5. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / Маслоу А. – М. : Смысл, 1999. – 425 с.
6. Степанов С. Легко ли быть безупречным? [Электронный ресурс] / С. Степанов // Школьный психолог. – 2004. – № 10. – Режим доступа : psy.1september.ru/article.php?ID=20...
7. Татаркевич В. О счастье и совершенстве человека / Татаркевич В. / Сост. и пер. с польск. Л.В. Коноваловой. – М. : Прогресс, 1981. – 368 с.
8. Хоружий С. Концепция совершенного человека в перспективе исихастской антропологии / С. Хоружий // Совершенный человек : теология и философия образа / [сост. и отв. ред. Ш.М. Шукуров]. – М. : Институт востоковедения РАН; Валент, 1997. – С. 41-71.

Подано до редакції 01.06.12