

Міністерство освіти і науки України  
Державний заклад  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені К.Д. УШІНСЬКОГО»

**ЛУКІНА НАТАЛІЯ БОРИСІВНА**

УДК 159.923+159.947.5]:17.036.2-051](043.3)

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЦІЛЬОВОЇ СПРЯМОВАНOSTІ  
ПЕРФЕКЦІЙНОЇ ОСОБИСТОСТІ**

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

**Автореферат**

дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук

Одеса – 2020

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Чорноморському національному університеті імені П. Могили Міністерства освіти і науки України.

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор,  
**Васильєв Ярослав Васильович**,  
Національний університет кораблебудування  
імені Адмірала Макарова,  
професор кафедри соціально-гуманітарних  
дисциплін

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, доцент  
**Фурман Анатолій Анатолійович**,  
Державний заклад «Південноукраїнський  
національний педагогічний  
університет імені К.Д. Ушинського»,  
декан соціально-гуманітарного факультету;

кандидат психологічних наук, доцент  
**Бикова Світлана Валентинівна**,  
Одеська державна академія будівництва  
та архітектури, доцент кафедри філософії,  
політології, психології та права.

Захист дисертації відбудеться «10» жовтня 2020 р. об 11.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 41.053.03 у Державному закладі «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» за адресою: 65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 26, конференц-зала.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» за адресою: 65020, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 36.

Автореферат розісланий «09» вересня 2020 р.

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради

О. Г. Бабчук

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Протягом усього періоду існування людства ідея прагнення до досконалості визнана однією із найбільш актуальних і життєво-принципових. Уявлення про ідеал зумовлюють формування світогляду і самосвідомості особистості, визначають її місце у соціумі, активують спрямованість розвитку та досягнення поставлених цілей. В умовах сучасного суспільства особистість все частіше виявляє бажання досягти найвищих результатів діяльнісного та особистісного розвитку через зростаючі вимоги до працівника ринку праці, високий рівень конкуренції, існуючий у соціумі культ успіху та індивідуальних досягнень тощо.

Зазначений факт пояснює прояв інтересу учених до феноменології перфекційної особистості та перфекціонізму, що розглядається науковцями як інтегральна характеристика, яка поєднує сукупність бажань людини довести результати будь-якої своєї діяльності до відповідності найвищим еталонам. Перфекціонізм є специфічною якістю особистості, що зумовлює її вимогливість до себе та до інших людей, прагнення до досконалості, встановлення високих стандартів діяльності. Це з одного боку, спонукає особистість до досконалості, тобто нормального адаптивного функціонування, а з іншого - до патологічного прагнення довершеності, що може провокувати розлади афективного спектру і знижувати продуктивність діяльності.

У сучасній психології зазначена проблема інтенсивно вивчається у контексті дослідження феноменологічних обговорень та уточнення поняття (А. Адлер, Дж. Барроу, Д. Бернс, К. Хорні, А. Маслоу, С. Мур, М. Холлендер); концептуалізації конструкту, розвитку уявлень про структуру, параметри та види перфекціонізму (М. Аддерхолд-Елліотт, І.А. Гуляс, К. Дебровські, В. Паркер, Л. Сільверман, А.М.Чепурна); операціоналізації поняття, створення валідних і надійних інструментів, які вимірюють перфекціонізм (Н. Г. Гаранян, Дж. Ешбі, Р. Слейні, Г. Флетт, Р. Фрост, П. Хьюїтт); позитивних та негативних аспектів феномену (К. Отто, В. Паркер, Л. Сільверман, Дж. Стоєбер, Л. Террі-Шорт, Р. Шафран); вивчення взаємозв'язку перфекціонізму з психопатологічними феноменами (Н. Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеєва).

Водночас для сучасної психології є достатньо актуальним розгляд різноспрямованих наукових напрямків вивчення перфекціонізму. Так, проблему перфекційної особистості та перфекціонізму учені вивчають в межах здоров'я та нездоров'я (У. Паркер); адаптивності та дезадаптивності (Дж. Ешбі, Р. Слейні); функціональності та дисфункціональності (Л. А. Данілевич); нарцисичності (Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова); глобальності та парціальності (О. І. Кононенко), невротичності (І. І. Грачова, Д. Хамачек, К. Хорні); адиктивності (П.Х'юїтт, Г. Флетт).

Актуальним є також вивчення не лише загальних закономірностей перфекціонізму та відношень зазначеного феномену з іншими психологічними явищами, але і індивідуально-психологічних особливостей перфекційної особистості. Зокрема, поза межами уваги дослідників залишилось вивчення цільової спрямованості особистості у співвідношенні з її перфекційністю, що і

обумовило тему нашого дослідження: «Психологічні особливості цільової спрямованості перфекційної особистості».

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження виконано згідно з тематикою науково-дослідної роботи кафедри психології «Цільова спрямованість особистості у різних сферах її діяльності» (номер держреєстрації 0116U008737), що входить до тематичного плану Чорноморського національного університету імені Петра Могили. Тему дисертації затверджено Вченою радою Чорноморського національного університету імені Петра Могили (протокол № 10 від 17 травня 2018 р.) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень в галузі педагогіки та психології в Україні (протокол № 3 від 29 травня 2018 р.).

**Мета дослідження** полягає у теоретичному та емпіричному обґрунтуванні індивідуально-психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості та здійсненні аналізу співвідношення між параметрами перфекціонізму особистості та її цільовою спрямованістю.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні дослідницькі завдання:

1) на основі теоретико-методологічного аналізу визначити основні підходи до вивчення цільової спрямованості та феномену перфекціонізму;

2) розробити програму емпіричного дослідження та здійснити добір адекватних меті та завданням діагностичних методик, що спрямовані на вивчення індивідуально-психологічних особливостей цільової спрямованості у перфекційної особистості;

3) діагностувати співвідношення показників перфекціонізму з показниками характеристик цільової спрямованості особистості;

4) розробити, адаптувати та перевірити ефективність тренінгової програми, яка спрямована на забезпечення зниження показників деструктивного перфекціонізму та корекцію цільової спрямованості.

**Об'єкт дослідження** – цільова спрямованість особистості.

**Предмет дослідження** – індивідуально-психологічні особливості цільової спрямованості перфекційної особистості.

**Гіпотеза дослідження** полягає у припущенні про існування взаємозв'язку між типами перфекціонізму та факторами формування цільової спрямованості особистості (особливостями темпераменту, локусу контролю, рисами особистості, специфікою професії та впливом соціокультурних норм), що визначають її індивідуально-психологічні особливості. За умови корекції деструктивного типу перфекціонізму може бути сформована альтруїстична позиція, яка визначається не як допомога іншим, а як найвищий розвиток особистості, що сприяє задоволенню потреби у безпеці та формуванню потреб вищих рівнів і призведе до самореалізації особистості.

**Теоретико-методологічну основу дослідження** склали загально-психологічні положення діяльнісного (О. М. Леонтьєв, Б. Ф. Ломов, С. Д. Максименко, С. Л. Рубінштейн ) та фізіологічного (П. К. Анохін, М. О. Бернштейн, І. П. Павлов, І. М. Сеченов) підходів до тлумачення феномену особистості; філософського (Г. Гегель, І. Кант), структурно-функціонального (Р. Акофф, Ф. Емері),

педагогічного (Б. Блум, А. С. Макаренко), структурно-системного (О. П. Саннікова), особистісно-діяльнісного (Л. К. Велитченко) та футурреального (Я. В. Васильєв); основні положення теорій розвитку особистості (А. Адлер, Г. Айзенк, Дж. Голланд, Д. Келлі, Р. Кеттелл, А. Маслоу, К. Роджерс, Дж. Роттер, Б. Скіннер, Л. Фестінгер, З. Фройд, Е. Фромм, К. Юнг); наукові підходи до феномену перфекціонізму (А. Адлер, Д. Барнс, С. Блат, З. Фройд, Д. Хамачек, М. Холендер, К. Хорні), зокрема структурний підхід (Г. Флетт, П. Х'юїтт) та типологічний підхід (Н. Г. Гаранян, Л. А. Данилевич, К. Едкінс, О. І. Кононенко, О. О. Лоза, У. Паркер, Р. Фрост, А. Б. Холмогорова); учення про перфекціонізм через процес прокрастинації (С. В. Бикова, Дж. Маттія, А. Тюркот, Р. Фрост, Р. Хайнберг), перфекціонізм як рису обдарованості (М. Аддерхольд-Елліотт, В. Роєделл, Л. Сільверман), перфекціонізм як чинник розвитку професійної ідентичності (В. Д. Кузіна).

**Методи дослідження:** теоретичні методи (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення і систематизація теоретичних концепцій та положень з проблеми цільової спрямованості особистості), що застосовувалися для узагальнення теоретико-методологічних та емпіричних даних дослідження; емпіричні методи (методи опитування, тестування, констатувальний та формувальний експеримент); методи психологічної діагностики та математико-статистичної обробки отриманих даних: кореляційний аналіз з метою встановлення системи міжкомпонентних взаємозв'язків цільової спрямованості та виявлення особливостей її зв'язку з особистісними властивостями перфекційної особистості; факторний аналіз з метою встановлення факторної структури психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості; оцінка розбіжності експериментальних даних за допомогою t-критерій Стьюдента; метод якісного аналізу обробки емпіричних даних (метод «асів», метод «профілів»).

Психодіагностичний комплекс методик склали: «Дослідження цільової спрямованості особистості» Я.В. Васильєва, «Багатовимірна шкала перфекціонізму» П. Х'юїта і Г. Флетта, Особистісний опитувальник ЕРІ (методика Г. Айзенка), Опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю (РСК) Роттера (адапт. Е. Ф. Бажин, Є. А. Голинкіна, А. М. Еткінд), методика «Вивчення професійної спрямованості» Дж. Холланда, опитувальник Міні-мульти, методика багатфакторного дослідження особистості Р. Кеттелла, Самоактуалізаційний тест Е. Шострома -

В емпіричному дослідженні брали участь студенти різної статі денної форми навчання I-VI курсів спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота» та «Соціологія» Чорноморського національного університету ім. Петра Могили. Загальну вибірку дослідження склали 345 осіб.

### **Наукова новизна**

*вперше* теоретично обґрунтовано та емпірично досліджено психологічні особливості цільової спрямованості перфекційної особистості; запропоновано теоретичну модель взаємозв'язку перфекціонізму та цільової спрямованості, яка показує причини виникнення показників перфекціонізму (перфекціонізм, орієнтований на себе; перфекціонізм, що орієнтований на інших; соціально-приписаний перфекціонізм), що можуть мати вираження у конструктивній чи деструктивній формі через компоненти (емоційний, когнітивний, поведінковий),

позиції (егоцентрична, раціональна, альтруїстична) та в залежності від факторів, що сприяють розвитку цільової спрямованості особистості;

*доповнено та розширено* уявлення про співвідношення між перфекціонізмом та цільовою спрямованістю особистості; встановлено, що певне поєднання компонентів та позицій визначає специфіку перфекціонізму як деструктивної, так і конструктивної форми;

*дістало подальшого розвитку* уявлення про цільову спрямованість особистості, як провідну психічну властивість особистості, та її становлення у осіб з високим рівнем перфекційності.

**Практичне значення** полягає у виборі та обґрунтуванні системи методів і методик, спрямованих на дослідження цільової спрямованості та перфекційної особистості. Теоретичні та емпіричні результати розробленої програми зі зниження показників деструктивного перфекціонізму та корекції позицій цільової спрямованості можуть бути використані у лекційних і практичних заняттях, спецкурсів з загальної, диференціальної психології, психології особистості, психодіагностики.

Результати дослідження були впроваджені у навчальний процес Херсонського державного університету (довідка впровадження № 07-30/100 від 29.01.2019р.), Чорноморського національного університету імені Петра Могили (довідка впровадження № 03/1053 від 21.11.2018 р.), Вінницького державного педагогічного університету (довідка впровадження № 06/28 від 29.05.2019 р.), Миколаївського національного університету ім. В. О. Сухомлинського (довідка впровадження № 01-12/25.2/1287 від 18.11.2019 р.)

**Особистий внесок автора** у роботі, написаній у співавторстві, полягає в узагальненні стану проблеми, систематизації теоретичних даних, що визначають теоретичні аспекти цільової спрямованості особистості.

**Апробація результатів.** Основні положення та результати роботи доповідались та обговорювались на міжнародних науково-практичних конференціях: «Aktualne naukowe problemy. Rozpatrzenie, decyzja, praktyka» (Gdansk, 2016); «Ольвійський форум: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі» (Миколаїв, 2016, 2017, 2018); «Людина та соціум: сучасні проблеми взаємодії (психологічні та педагогічні аспекти)» (Львів, 2017); «Актуальні проблеми психології і педагогіки» (Харків, 2017), «Сучасні технології розвитку людини в інтегрованому суспільстві» (Миколаїв, 2018); Всеукраїнській науково-методичній конференції «Могилянські читання: досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» (Миколаїв, 2016, 2017, 2018); на засіданнях кафедри психології (2015-2018).

**Публікації.** Основні результати дослідження відображено в 16 публікаціях, з них: 4 статті, що були опубліковані у наукових фахових виданнях України, 2 статті у зарубіжних наукових періодичних виданнях та 10 публікацій в інших наукових виданнях.

**Структура.** Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, додатків, та списку використаних джерел, що налічує 182 найменувань, з яких 29 іноземною мовою. Загальний обсяг дисертації становить 214 сторінки,

основний зміст викладено на 150 сторінках. Робота містить 13 рисунків, 23 таблиці та 4 додатка.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми, доцільність її наукового дослідження; визначено мету, об'єкт, предмет, завдання дослідження; надано перелік використаних методів та психодіагностичних методик; розкрито наукову новизну, теоретичне та практичне значення отриманих результатів; надані відомості про апробацію та впровадження результатів дослідження, кількість публікацій за темою дисертації; наведено дані щодо обсягу та структури роботи.

У першому розділі *«Теоретико-методологічні засади дослідження цільової спрямованості та перфекційності особистості»* здійснено теоретико-методологічний аналіз літературно-наукових джерел, що характеризують теоретичні уявлення про спрямованість особистості у психології; розглянуто поняття «цільова спрямованість» в історичному та сучасному контекстах; проаналізовано історичні витоки феномену «перфекціонізм»; розглянуто перфекціонізм у системі споріднених понять (нарцисизм, педантизм, трудоголізм); розроблено теоретичну модель взаємозв'язку цільової спрямованості особистості та перфекціонізму.

За результатами теоретико-методологічного аналізу наукової літератури встановлено, що проблема цільової спрямованості перфекційної особистості повинна розглядатися у тісному динамічному взаємозв'язку таких понять, як спрямованість особистості, цільова спрямованість, перфекціонізм, перфекційна особистість.

Уточнення сутності понять психологічних феноменів цільової спрямованості особистості та перфекціонізму потребує звернення до філософських поглядів. Сократ, Платон, Т.Гоббс, І.Кант, Г.Гегель наголошували на тому, що якщо людина має ціль, то вона наділена почуттями і волею та може себе реалізувати у всіх сферах життя. Але також повинна існувати спільна ціль – дотримання порядку у суспільстві. Цілепокладання полягає у тому, що кожна людина у своїй діяльності повинна керуватися певними цілями. Особистість при цьому виступає динамічним явищем, зокрема для реалізації своєї спрямованості, умінь, бажань тощо.

Узагальнення наукових поглядів як зарубіжних (А.Адлер, Дж.Келлі, А. Маслоу, Б. Скіннер, Е. Фромм, К.-Г. Юнг), так і вітчизняних психологів (М.Й. Боришевський, Л. К. Велитченко, Г. С. Костюк, В. В. Рибалко, С. Л. Рубінштейн, О. П. Саннікова) дозволяє визначати спрямованість як провідну психічну властивість особистості, або як структурний компонент особистості, що складається із сукупності мотивів, потреб, інтересів, схильностей, прагнень, ціннісних орієнтацій, цілей та установок. С. Л. Рубінштейн вказував на те, що «проблема спрямованості, це перш за все питання про динамічні тенденції, які в якості мотивів визначають людську діяльність, а самі у свою чергу визначаються її цілями і завданнями».

Результати наукових досліджень (Б. С. Братусь, Я. В. Васильєв, Л. К. Велитченко, О. М. Леонт'єв, Б. Ф. Ломов, С. Д. Максименко, С. Л. Рубінштейн, О. П. Саннікова, В. А. Семиченко, Ю. М. Швалб тощо), вказують, що цільова спрямованість є системоутворюючою мотиваційно-динамічною характеристикою суб'єкта, яка відображає його глибинні смислові

структури. Будучи інтегральним особистісним утворенням, спрямованість орієнтує людину, визначає її внутрішнє суб'єктивне ставлення до навколишнього світу, що виражається в її безпосередній взаємодії з середовищем.

Як складне і багатоаспектне явище цільова спрямованість має свою структуру. Узагальнення досліджень проблеми спрямованості особистості представників різних концепцій дозволило нам визначити склад її компонентів спрямованості. По-перше, це формуючі фактори цільової спрямованості, зокрема: 1) нейротизм, екстраверсія та інтроверсія (за Г. Айзенком); 2) професійний компонент (за Дж. Голландом); 3) риси особистості: а) темпераментальні, що показують реакцію особистості на подразники середовища; б) динамічні, що мотивують поведінку людини; в) конституційні, що формуються завдяки навчанню та досвіду; 4) вплив соціокультурних норм (за Р. Кеттеллом); 5) локус контролю, що визначає контроль підкріплення у житті особистості (за Дж. Роттером). Крім того, цільова спрямованість включає а) позиції, які характеризують цілі за віддаленістю – егоцентрична, раціональна та альтруїстична (за Я. В. Васильєвим) та б) компоненти – емоційний, когнітивний (пізнавальний) та поведінковий (за Б. Ломовим). Ці компоненти разом із раціональною та альтруїстичною позицією сприяють саморозвитку особистості, який в подальшому є поштовхом до самоактуалізації – найвищого шаблю розвитку особистості (за А. Маслоу, Е. Шостромом), що призводить до досконалості.

Досконалість особистості у будь-якій діяльності заснована на співвідношенні цілей та результатів застосованих людиною зусиль. У психології поняття досконалості розглядається через поняття морального ідеалу. Відповідно перфекціонізм – це тип етичних та моральних навчань, що спирається на ідею досконалості, в досягненні якої вбачається кінцева мета людини. За даними досліджень науковців (Д. Ватсон, Н.Г. Гаранян, Л.А. Данилевич, Л. Кларк, А. Харкнесс, М. Холлендер, А.Б. Холмогорова, Г.Л. Чепурна) виокремлюються наступні погляди на перфекціонізм. По-перше, його становленню сприяє повсякденна практика висування до себе та інших вимог щодо виконання обов'язків і впровадження діяльності на більш високому рівні, ніж того потребують обставини, а також у прагненні до бездоганного виконання завдання. По-друге, перфекціонізм може бути особистісною рисою, але такою, що має дисфункціональний характер і передбачає встановлення надмірно високих стандартів, що позбавляє людину можливості відчувати задоволення від результатів діяльності. При цьому вказана риса поєднується із хронічним суб'єктивним дискомфортом, ризиком психічних розладів і низькою продуктивністю. Сукупність вказаних характеристик визначає типи перфекціонізму: нормальний («здоровий», адаптивний тощо) та перфекціонізм, як негативна властивість (патологічний, деструктивний, «нездоровий», неадаптивний). Теоретичне вивчення типів перфекціонізму та рис особистостей кожного типу спонукало нас до висунення припущення про взаємозалежність структурних компонентів перфекціонізму і цільової спрямованості особистості, що може стати у нагоді корекції індивідуально-психологічних особливостей представників вищезазначених типів.



Узагальнення та систематизація проаналізованих наукових джерел спонукали нас до розробки теоретичної моделі взаємозв'язку цільової спрямованості та перфекціонізму (рис.1).

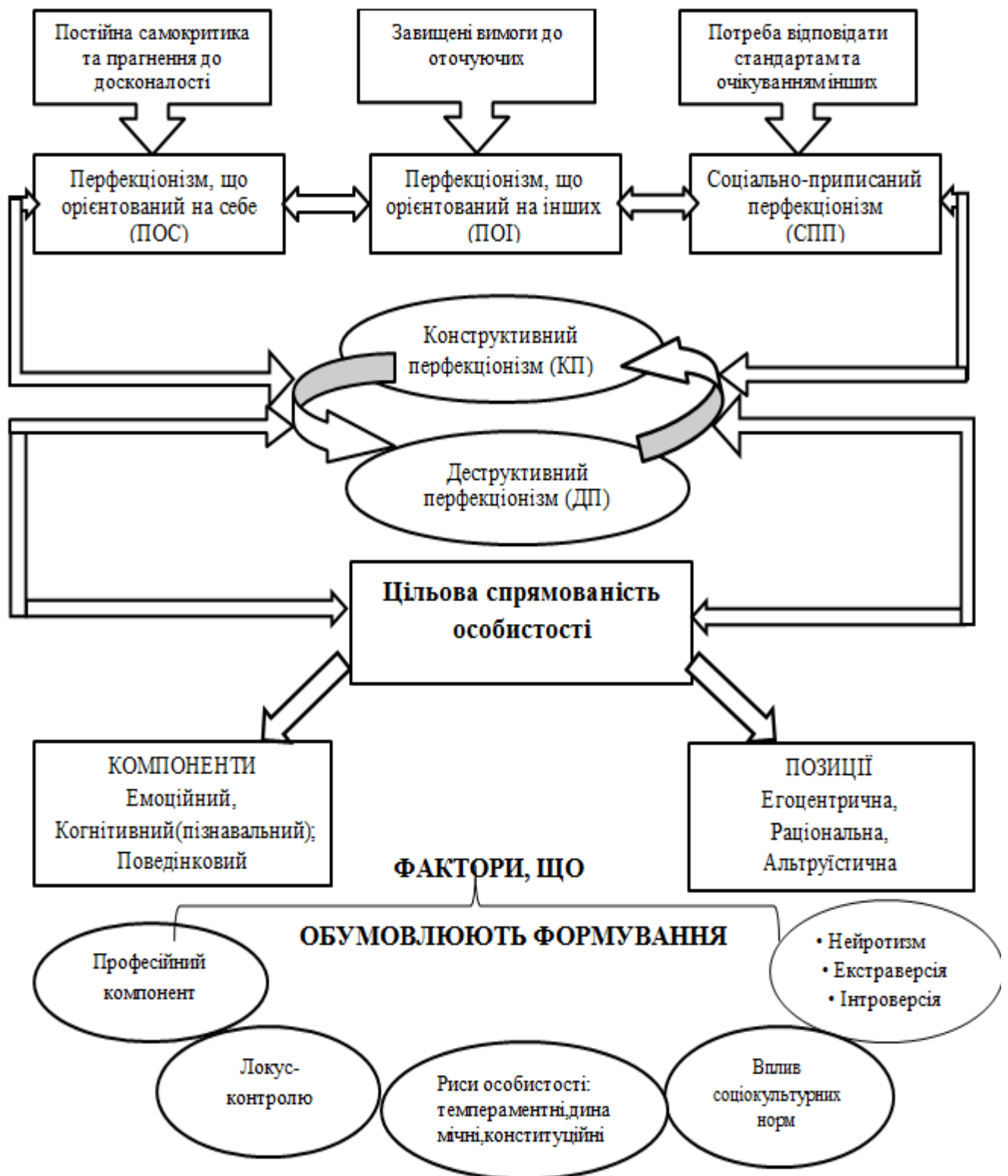


Рис. 1. Теоретична модель взаємозв'язку перфекціонізму та цільової спрямованості

Перша складова теоретичної моделі – це цільова спрямованість особистості, що містить позиції, які характеризують цілі за віддаленістю – егоцентрична, раціональна та альтруїстична; компоненти – емоційний, когнітивний (пізнавальний) та поведінковий; фактори, що обумовлюють формування цільової спрямованості: 1) нейротизм, екстраверсія та інтроверсія (Г. Айзенк); 2) професійний компонент (Дж. Голланд); 3) риси особистості та вплив соціокультурних норм (за Р.Кеттеллом); 4) локус-контролю (Дж.Роттер). Другою складовою є показники перфекціонізму (перфекціонізм, що орієнтований на себе, перфекціонізм, що орієнтований на інших та соціально-приписаний перфекціонізм), які проявляються у конструктивній або деструктивній формі, в залежності від обраних особистістю цілей.

Зроблений теоретичний аналіз дозволив виділити основні наукові положення, що склали основу теоретичної моделі взаємозв'язку перфекціонізму і цільової спрямованості та визначили хід подальшого емпіричного дослідження.

**У другому розділі** *«Експериментальне дослідження психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості»* викладено програму, етапи емпіричного дослідження та обґрунтовано репрезентативну вибірку. Визначено систему психодіагностичних методів, методик та дослідницьких процедур, спрямованих на діагностику психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості.

Теоретичний аналіз наукових досліджень, викладений у попередньому розділі, дозволив нам уточнити сутність цільової спрямованості як властивості особистості та окреслити покомпонентний склад її показників; концептуалізувати психологічні особливості цільової спрямованості осіб, які схильні до перфекціонізму; визначити психологічне підґрунтя психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості.

Дослідження включало три послідовні та взаємопов'язані етапи (підготовчий, діагностичний та аналітико-інтерпретаційний).

На першому - підготовчому етапі було складено комплекс психодіагностичних методик, підібраних відповідно предмету та меті дослідження, а також сформовано вибірку, до складу якої увійшли студенти (віком 18-24 роки) денної форми навчання I-VI курсів спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота» та «Соціологія» Чорноморського національного університету імені Петра Могили.

На другому діагностичному етапі відбувалась діагностика зазначених параметрів стосовно цільової спрямованості перфекційних осіб.

На третьому етапі (аналітико-інтерпретаційному) здійснювався кількісний (кореляційний, факторний) і якісний аналізи отриманих даних (результати констатувального і формувального етапів експерименту), їх інтерпретація та порівняння з результатами інших досліджень. Кореляційний аналіз показників, що вивчалися, дозволив вивчити закономірні зв'язки між показниками цільової спрямованості та показниками типів перфекціонізму, а також співвідношення цих параметрів з іншими властивостями особистості. Встановлено значущі кореляційні зв'язки між типами перфекціонізму та складовими саморозвитку, компонентами особистісної зрілості. Якісний аналіз із застосуванням методу «асів» і методу «профілів» дав можливість визначити специфіку цільової спрямованості у осіб з різним рівнем перфекційності, згрупувати випробуваних за рівнем схильності до

перфекціонізму та вивчити і охарактеризувати їх індивідуально-психологічні особливості.

У третьому розділі «*Результати емпіричного дослідження психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості*» представлені результати дослідження структурних компонентів, позицій та факторів, що обумовлюють формування цільової спрямованості перфекційної особистості. Розроблено тренінгову програму зі зниження показників перфекціонізму та формування альтруїстичної позиції цільової спрямованості, представлені отримані результати, що доводять її ефективність.

За результатами застосування методики Я. В. Васильєва «Дослідження цільової спрямованості особистості» встановлено, що у всіх випробуваних переважають цілі, які пов'язані з особистими потребами. Відповідно до цього, сфери цільової спрямованості студентів, які схильні до перфекціонізму, розташовані наступним чином: 1) особистісна; 2) навчально-професійна; 3) самодіяльна; 4) дружня; 5) інтимна; 6) суспільна та на останньому місці (7) – сімейна. Встановлено, що студентам схильним до перфекціонізму, що орієнтований на себе (ПОС), притаманна егоцентрична та раціональна позиція особистості, тобто близькі та середні цілі; студентам, схильним до перфекціонізму, що орієнтований на інших (ПОІ), характерна альтруїстична позиція, тобто далекі цілі, які стосуються досконалості інших людей; раціональна позиція цільової спрямованості особистості є властивістю соціально-обумовлених перфекціоністів (СПП). Відповідно, для них характерні середні цілі у структурі цільової спрямованості.

Аналіз отриманих результатів за показниками перфекціонізму свідчить, що у випробуваних з домінуванням значення показника ПОС (перфекціонізм, що орієнтований на себе), пріоритетними є цілі, реалізація котрих залежить від них самих. До таких цілей можна віднести наступні: «добре скласти сесію», «стати справжнім психологом», «відкрити власну справу», «стрибнути з парашутом», «досконало володіти двома іноземними мовами», «отримати диплом з відзнакою» тощо. У свою чергу, відсоткові результати отриманих даних за сферами діяльності цілей засвідчили, що для перфекціоністів, орієнтованих на себе, провідними цілями є особистісні, навчально-професійні та сімейні. Студенти зі схильністю до перфекціонізму, орієнтованого на інших (ПОІ), визначають провідними дружні (45 %) цілі, суспільні (26 %) та інтимні (23 %). До таких цілей належать наступні: «щоб мене обожнювали друзі», «щоб поважали та рахувалися зі мною», «мати вірних друзів», «мужнього чоловіка» та інші. Щодо соціально приписаного перфекціонізму (СПП), то провідними сферами цільової спрямованості даних студентів-випробуваних є суспільна (30 %) та сімейна (25 %). Значущість отриманих розбіжностей була підтверджена за допомогою коефіцієнта Пірсона.

Кореляційні зв'язки між показниками цільової спрямованості та перфекціонізму засвідчили наступне. Показник емоційного компоненту (екстра-інтроверсії та нейротизму) виявив додатні значимі зв'язки на рівні  $p \leq 0,01$  з усіма показниками перфекціонізму. Дослідження поведінкового компоненту у структурі цільової спрямованості перфекційної особистості показало додатні кореляційні зв'язки між показниками перфекціонізму та інтернальності. Так, показник перфекціонізму, що орієнтований на себе (ПОС) позитивно корелює зі шкалами

«Інтернальність у галузі досягнень» та «Інтернальність у галузі виробничих відносин»; показник перфекціонізму, що орієнтований на інших (ПОІ) корелює додатньо на 1% рівні зі шкалою «Інтернальність у галузі міжособистісних відносин»; показник соціально приписаного перфекціонізму (СПП) – виявив кореляції зі шкалою «Інтернальність стосовно здоров'я та хвороби».

Вивчення професійного компоненту у структурі когнітивного рівня цільової спрямованості перфекційної особистості виявило, що серед кореляційних зв'язків домінує показник соціального типу особистості. Це підтверджують встановлені значимі коефіцієнти кореляцій між показниками типів професійної спрямованості та показниками перфекціонізму. Зокрема, показник соціального типу додатньо пов'язаний на рівні  $p \leq 0,01$  із показником ПОС (перфекціонізм, що орієнтований на себе), із показником ПОІ (перфекціонізм, що орієнтований на інших) та з показником СПП (соціально приписаний перфекціонізм). Підприємницький тип додатньо пов'язаний на рівні  $p \leq 0,05$  із показником СПП (соціально приписаний перфекціонізм).

Встановлено та підтверджено прямі кореляційні зв'язки показників перфекціонізму, що орієнтований на себе (ПОС), із екстра-інтроверсією ( $r = 0,586$  при  $p \leq 0,01$ ) та нейротизмом ( $r = 0,714$  при  $p \leq 0,01$ ); прямі кореляційні зв'язки перфекціонізму, що орієнтований на інших (ПОІ), із екстра-інтроверсією ( $r = 0,308$  при  $p \leq 0,01$ ) та нейротизмом ( $r = 0,533$  при  $p \leq 0,01$ ); прямі кореляційні зв'язки показників соціально приписаного перфекціонізму (СПП) із екстра-інтроверсією ( $r = 0,494$  при  $p \leq 0,01$ ) та нейротизмом ( $r = 0,563$  при  $p \leq 0,01$ ).

Вивчено значущі кореляційні зв'язки між показниками перфекціонізму та показниками властивостей особистості. Так, для перфекціоністів, що орієнтовані на себе (ПОС), коефіцієнт Пірсона підтверджує кореляційний зв'язок зі шкалою «Депресія» становить  $r = + 0,210^*$  (при  $p \leq 0,05$ ), для перфекціоністів, що орієнтовані на інших (ПОІ) -  $r = + 0,223^*$  (при  $p \leq 0,05$ ) та для соціально-приписаних перфекціоністів (СПП) -  $r = + 0,449^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ). Підтвердженням кореляційного зв'язку показника ПОС зі шкалою «Паранойяльність» є  $r = + 0,209^*$  (при  $p \leq 0,05$ ). А показник перфекціонізму, що орієнтований на інших (ПОІ) корелює зі шкалами: «Іпохондрія» –  $r = + 0,246^*$  (при  $p \leq 0,05$ ), «Істерія» –  $r = + 0,286^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ), «Психопатія» –  $r = + 0,221^*$  (при  $p \leq 0,05$ ). Показник СПП (соціально приписаний перфекціонізм) має кореляційні зв'язки зі всіма шкалами, окрім «Гіпоманії»: «Іпохондрія» –  $r = + 0,449^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ), «Істерія» –  $r = + 0,393^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ), «Паранойяльність» –  $r = + 0,333^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ), «Психостенія» –  $r = + 0,296^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ), «Шизоїдність» –  $r = + 0,285^{**}$  (при  $p \leq 0,01$ ).

Отримані співвідношення показників перфекціонізму і факторної структури особистості (на 1% і 5% рівнях) показали, що показник ПОС (перфекціонізм, що орієнтований на себе) позитивно корелює з факторами С (слабкість «Я»), F (стриманість), G (слабкість «Над-Я»), H (нерішучість), L (довірливість), Q3 (низький самоконтроль), Q4 (напруженість) ( $p \leq 0,05$ ) і з фактором А (шизотимія-замкнутість) ( $p \leq 0,01$ ). У свою чергу, від'ємні кореляційні зв'язки показника ПОС виявлено з факторами В (інтелект), Е (домінантність) ( $p \leq 0,05$ ), І (твердість) ( $p \leq 0,01$ ), М (мрійливість), N (дипломатичність), О (самовпевненість), Q1 (радикалізм), Q2 (нонконформізм) ( $p \leq 0,05$ ). Виявлені зв'язки вказують на

прояви слабкості, емоційної нестійкості, стомлюваності, нетовариськості, обережності, схильності до ускладнень, песимістичності у сприйнятті дійсності.

Показник ПОІ (перфекціонізм, що орієнтований на інших) виявив додатні кореляційні зв'язки з факторами – А (замкнутість), С (емоційна нестійкість), F (стриманість), G (підвладність почуттям), Н (нерішучість), Q1 (консерватизм) ( $p \leq 0,05$ ). Від'ємні зв'язки у даного показника встановлено з факторами В (інтелект), Е (домінантність), М (розвинута уява), N (проникливість), Q3 (високий самоконтроль), Q4 (напруженість) ( $p \leq 0,05$ ). Даний показник від'ємно корелює на 1% рівні з фактором І (чутливість). Кореляційні зв'язки вказують на невпевненість, емоційність, сентиментальність, прагнення до заступництва, претензії на почуття та увагу.

Показник соціально приписаного перфекціонізму (СПП) на значущому рівні корелює з факторами В+(інтелект), Н-(сміливість) ( $p \leq 0,05$ ), О+(тривожність) ( $p \leq 0,01$ ), Q2-(залежність від групи), Q4+(напруженість) ( $p \leq 0,01$ ). Такі зв'язки можуть свідчити про сором'язливість, обережність, передбачливість, невпевненість у собі, стурбованість, депресивність, пригніченість, схильність до почуття провини, сповненість тривогами та передчуттями.

Кореляційні зв'язки показників перфекціонізму та показників саморозвитку представлено у наступних результатах. Показник ПОС (перфекціонізм, що орієнтований на себе) показав від'ємні кореляції з показниками «Самореалізація» «Самоактуалізація» ( $p \leq 0,05$ ), додатні значимі взаємозв'язки з показниками «Самовизначення» та «Самовдосконалення» ( $p \leq 0,01$ ). Показник ПОІ (перфекціонізм, орієнтований на інших) має від'ємні кореляційні зв'язки з усіма показниками саморозвитку особистості: «Самовизначення», «Самореалізація», «Самовдосконалення», «Самоактуалізація» ( $p \leq 0,05$ ). Показник СПП (соціально-приписаний перфекціонізм) має від'ємну кореляцію з трьома показниками саморозвитку: «Самовизначення», «Самореалізація», «Самоактуалізація» ( $p \leq 0,01$ ); та додатний кореляційний зв'язок з показником «Самовдосконалення» ( $p \leq 0,01$ ). Зазначені зв'язки вказують на дефіцит бажання саморозвитку.

Аналіз кореляційних зв'язків між показниками особистісної зрілості (за шкалами методики САТ Шострома) та показниками перфекціонізму виявив наступне: показник перфекціонізму, що орієнтований на себе (ПОС) додатно корелює зі шкалами «Спонтанність» ( $p \leq 0,01$ ) та «Прийняття агресії» ( $p \leq 0,01$ ); показник перфекціонізму, що орієнтований на інших (ПОІ) від'ємно пов'язаний зі шкалою «Пізнавальні потреби» ( $p \leq 0,01$ ). Для показника соціально приписаного перфекціонізму (СПП) характерна від'ємна кореляція зі шкалами «Сензитивність» ( $p \leq 0,01$ ) та «Самоприйняття» ( $p \leq 0,01$ ).

Отримані кореляційні зв'язки підтвердили наше припущення про належність кореляцій між показниками цільової спрямованості, перфекціонізму, факторної структури особистості, локусу контролю та особистісної зрілості. За результатами отриманих зв'язків охарактеризовано вихідні дані, що покладено в основу якісного аналізу дослідження.

Для сконцентрування вихідної інформації, представленої у вигляді масиву даних та для вираження якомога більшої кількості ознак через якомога меншу кількість характеристик, було використано метод факторного аналізу та виявлено

п'ять факторів. Перший фактор (15,0 % дисперсії) – професійно-пізнавальної мотивації, який містить в собі більшість показників професійної спрямованості за методикою Дж. Холланда. Найвищі факторні навантаження мають такі показники: соціальний (0,929), заповзятливий (0,909), конвенційний (0,891), інтелектуальний (0,848), артистичний (0,764) та реалістичний (0,728). Ця мотивація є внутрішньою, так як наявні процеси саморозвитку: самовизначення (0,611) та самореалізації (0,493), але на найнижчому рівні показник – самовдосконалення (0,186). Тобто в таких особистостей є прагнення до пізнання, інтерес до себе та реалізації своїх можливостей, їм властива екстраверсія (0,606), але відсутня мета – вдосконалення отриманих знань, та як результат – самоактуалізація.

Другий фактор (14,6 % дисперсії) – психопатологічний, який поєднує в собі найбільшу кількість показників з методики «Міні-мульти», інтравертованість, низьку інтернальність та егоцентричну позицію. Найвищі факторні навантаження мають такі показники: шизоїдність (0,883), іпохондрія (0,823), психостенія (0,810), депресія (0,772), психопатія (0,762), істерія (0,749), паранояльність (0,733). Відсутність альтруїстичної позиції у цьому факторі вказує на наявність лише близьких та середніх цілей особистості.

Третій фактор (13,5 % дисперсії) – екстернальний раціоналізм. Для нього характерна інтелектуальна мотивація. Наявність всіх показників інтернальності та відсутність психопатії – вказує на раціональну позицію. Найвищі факторні навантаження мають такі показники: загальна інтернальність (0,888), інтернальність в області невдач (0,874), інтернальність у галузі досягнень (0,861), інтернальність у галузі сімейних відносин (0,821), інтернальність у галузі виробничих відносин (0,791), інтернальність стосовно здоров'я та хвороб (0,745), інтернальність у галузі міжособистісних відносин (0,736).

Четвертий фактор (6,02 % дисперсії) – соціально-заповзятливої мотивації, містить самореалізацію, низьку загальну інтернальність та відсутність психопатії. Наявні високі показники самоактуалізації та самовдосконалення, відсутній егоцентричний рівень (– 0,475) та наявний раціональний (0, 373). Найвищі факторні навантаження мають такі показники: самоактуалізація (0,712), самовдосконалення (0,700) та самореалізація (0,441). У цьому факторі заповзятливість (0,105), ми розглядаємо, як шлях до творчості та самоактуалізації.

Останній фактор, п'ятий (5,88 % дисперсії) – інтелектуально-реалістичної мотивації, до складу якого входять: інтравертованість, невеликий нейротизм (0,338), низька інтернальність, раціональна та альтруїстична позиція. Найвищі факторні навантаження мають такі показники: корекція (0,558), егоцентрична позиція (–0,472), альтруїстична позиція (0,432).

Якісний аналіз результатів емпіричного дослідження осіб, які виявили різний рівень схильності до перфекціонізму дав можливість визначити індивідуально-психологічні особливості представників обох груп. Так, особам з високим рівнем перфекціонізму властива схильність до депресії, паранояльності, іпохондрії, істерії, шизотимії, емоційної нестійкості, підпорядкованості, стриманості, підвладності почуттям, сміливості, чутливості, підозрливості, практичності, дипломатичності, тривожності, консерватизму, нонконформізму, високого самоконтролю, розслабленості. Поряд з цими характеристиками їм притаманна нетовариськість,

відстороненість, критичність, емоційна нестабільність, яка виявляється у роздратованості, невдоволеністю життєвими ситуаціями, здоров'ям, труднощами міжособових стосунків. Для перфекціоністів характерна шкала високого самоконтролю, яка містить цілеспрямованість, сильну волю, вміння контролювати свої емоції та поведінку. Характеризуючи отримані дані можна стверджувати, що більшості досліджуваним властивий деструктивний перфекціонізм, який супроводжується низькою самооцінкою, нездатністю брати відповідальність за свої вчинки, прагненням сподобатися іншим, тобто наданням переваги інтересам інших ніж самому собі. Осіб з низьким рівнем перфекціонізму, тобто неперфекціоністів, характеризує сензитивність, креативність, спонтанність, самоприйняття, самоповага. Їм властиві висока швидкість вирішення практичних завдань, орієнтація на зовнішню реальність, практичність, реалістичність, позитивний погляд на природу людини, гнучкість поведінки, прийняття агресії, сензитивність.

Для проведення корекційних заходів з метою спрямування деструктивного перфекціонізму у русло конструктивного, а також корегування цільової спрямованості нами були запрошені студенти-досліджувані у кількості 55 осіб з найвищими показниками перфекціонізму (від 85 до 110 балів за шкалами методики «Багатовимірна шкала перфекціонізму»). Для активної участі у запропонованій роботі усі запрошені були розподілені на 5 груп по 11 осіб у кожній.

Результати до і після участі у корекційних заходах досліджуваних наочно представлені на рис.2.

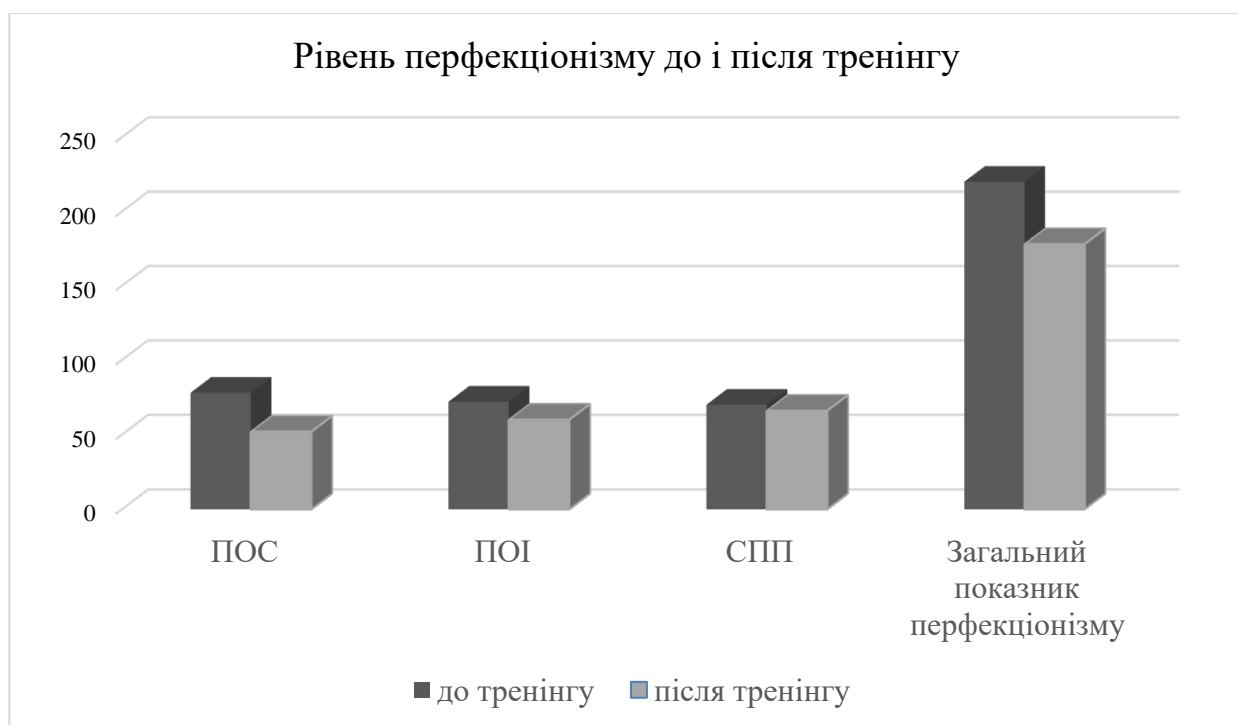


Рис. 2. Рівень перфекціонізму до і після корекційних заходів

Примітки. Умовні скорочення показників перфекціонізму: ПОС – перфекціонізм, що орієнтований на себе, ПОІ- перфекціонізм, що орієнтований на інших, СПП – соціально-приписаний перфекціонізм.

За результатами формувального експерименту помітне суттєве зростання рівня емоційного комфорту та зниження психічної напруги (наслідком якої є підвищений нейротизм) у показниках всіх типів перфекціонізму. У порівнянні із попередніми даними психодіагностичного обстеження це свідчить про стабілізацію емоційних станів. У результаті проведеної роботи студенти, які виявили схильність до перфекціонізму, навчилися здійснювати контроль над емоційними проявами та знизили рівень нейротизму.

Наступний етап психокорекційної роботи був направлений на корекцію цільової спрямованості перфекційної особистості. Так, під час дослідження було виявлено середню кількість цілей у досліджуваних (близьких, середніх та дальніх за віддаленістю) у випробуваних контрольної (КГ) та експериментальної (ЕГ) груп. У результаті психокорекційної роботи зменшилася кількість близьких цілей з 9,4 до 4,3, натомість збільшилася кількість середніх та дальніх цілей – 5,4 до 6,8 та 3,6 до 7,1 відповідно. У зв'язку з цим можемо стверджувати, що майже у два рази збільшилася кількість дальніх цілей, які є складовими альтруїстичної позиції цільової спрямованості особистості. Це зумовлено тим, що вправи тренінгової програми були спрямовані на зниження рівня прокрастинації у перфекціоністів та вироблення вміння задовольняти власні потреби, які виражаються у діяльності за інтересами та сприяють саморозвитку.

Помітні зміни відбулися і у процесі саморозвитку, як складової цільової спрямованості перфекційної особистості. Отримані результати свідчать про збільшення кількості дальніх цілей, які сприяють розвитку особистості та її реалізації у соціумі (табл.1).

Таблиця 1

**Порівняльні показники процесу саморозвитку цільової спрямованості до та після психокорекційної роботи**

№	Показники	Контроль на група (n = 32)		Експериментальна група до тренінгу (n = 55)		Експериментальна група після тренінгу (n = 55)		t-критерій для експериментальної групи
		М	Std	М	Std	М	Std	
1.	Самовизначення	5,07	3,73	3,59	2,64	4,28	2,85	-2,3*
2.	Самореалізація	6,07	4,46	1,58	1,16	3,41	2,50	-3,64*
3.	Самовдосконалення	5,63	4,14	3,74	2,79	4,82	3,20	-2,51*
4.	Самоактуалізація	8,29	6,09	1,76	1,29	3,77	2,76	-3,05*

Примітки: М – середнє значення ; Std – стандартне квадратичне відхилення

Визначено, що у перфекціоністів, що орієнтовані на інших (ПОІ), після участі у тренінгу показник загальної екстернальності зменшився до 54 %, а показник загальної інтернальності збільшився до 46 %. Майже у два рази збільшився показник інтернальності у сфері досягнень (38 %). Зміни відбулися у результаті використання вправ та ситуацій, мета яких навчити особистість вірити у власні



сили, покладатися на свої можливості, а не очікувати, що хтось це зробить замість неї. Це, безумовно, вплинуло і на показники інтернальності у сфері невдач та зміну локусу-контролю з екстернального на інтернальний. Після тренінгу показник екстернальності зменшився до 48 %, а інтернальності зріс до 52 %. Також, зміну локусу контролю спостерігаємо і за шкалою «Інтернальність стосовно здоров'я та хвороби». Показники екстернальності змінилися з 71 % до 42 % та інтернальності з 29 % до 58 %. У результаті проведеної психокорекційної роботи, перфекціоністи, що орієнтовані на інших (ПОІ), усвідомили, що необхідно брати відповідальність на себе, а не перекладати її на інших, особливо коли це стосується власних досягнень, невдач, сімейних відносин та здоров'я.

Щодо соціально-приписаного перфекціонізму (СПП), то результати свідчать про зміни, зокрема, екстернальності та інтернальності: до тренінгу показники екстернальності склали – 63 %, а після - 47%; інтернальності до тренінгу 37 %, після – 53 %. Локус контролю змінився з екстернального на інтернальний за такими шкалами: «Інтернальність у галузі невдач» (з 31 % до 51%), «Інтернальність у галузі сімейних відносин» Отримані результати свідчать про те, що перфекціоністи соціально-приписаного типу навчилися самостійно приймати рішення та нести відповідальність за свою діяльність.

Ще одним важливим елементом цільової спрямованості перфекційної особистості є показники особистісної зрілості, зокрема – самоприйняття, самоповага, орієнтація у часі, пізнавальні потреби. Під час проведення третього цілекорекційного етапу тренінгової роботи, акцент був зроблений на роботу із власним самоприйняттям, самоповагою, адже ці елементи є складовими альтруїстичної позиції цільової спрямованості особистості. Цю позицію цільової спрямованості ми розглядаємо, як сукупність далеких цілей, що сприяють саморозвитку особистості зі складовими самовизначення, самореалізації, самовдосконалення та самоактуалізації.

Порівняльна характеристика здійснювалася між випробуваними експериментальної групи (ЕГ), до якої увійшли студенти з найвищими показниками перфекціонізму – 55 осіб та контрольної групи (КГ) з кількістю 32 особи, які не є перфекціоністами і входять до загальної вибірки 345 студентів. Зміни були наступні: середні показники за шкалою «Орієнтація у часі» змінилися з 46,11 на 49,81, «Підтримка» – з 49,07 на 56,03, «Ціннісні орієнтації» – з 49,37 на 57,72, «Гнучкість поведінки» – з 50,61 на 52,48, «Сензитивність» – з 57,23 на 59,23, «Спонтанність» – з 52,73 на 56,71, «Погляд на природу людини» – з 45,38 на 47,28, «Синергічність» – з 48,84 на 50,53, «Прийняття агресії» – з 51,85 на 50,30, «Контактність» – з 53,07 на 57,32, «Пізнавальні потреби» – з 49,30 на 58,15, «Креативність» – з 53,23 на 55,47. Особливої уваги заслуговує зміна середніх показників за шкалами «Самоприйняття» – з 38,91 на 46,89 та «Самоповага» – з 40,32 на 50,17. Отже, це свідчить про те, що перфекційні особистості навчилися себе приймати такими, якими вони є, а не такими, якими їх прагнуть бачити. Тобто, ці зміни сприяють підвищенню рівня оптимізму, формуванню самоприйняття, зниженню рівня тривожності та сумнівів у власних діях.

Аналіз психологічних показників випробуваних експериментальної групи (ЕГ) до і після проведення тренінгу виявив статистично значущі зміни показників у

корекції деструктивного перфекціонізму середньогрупового рівня ( $p \leq 0,01$ ) за всіма показниками альтруїстичної позиції цільової спрямованості особистості. Виявлено збільшення кількості середніх та дальніх цілей, що сприяють формуванню таких складових процесу саморозвитку як самовизначення, самореалізація, самовдосконалення та самоактуалізація, і свідчать про формування альтруїстичної позиції цільової спрямованості особистості.

Перспективи подальших досліджень полягають у більш детальному дослідженні соціально приписаного перфекціонізму, вивченню вікових та гендерних особливостей цільової спрямованості перфекційних особистостей.

## ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення та результати дослідження проблеми психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості з метою вивчення її індивідуально-психологічних особливостей :

1. Встановлено, що цільова спрямованість є провідною психічною властивістю особистості, яка характеризує її мотиваційну сферу та складається з егоцентричної, раціональної та альтруїстичної позиції. Перфекціонізм – це прагнення особистості до досконалості, яке виражається у тенденції встановлювати надмірно високі стандарти.

2. Запропоновано та обгрунтовано концептуальну модель взаємозв'язку перфекціонізму та цільової спрямованості. Дана модель визначає причини виникнення показників перфекціонізму (перфекціонізм, що орієнтований на себе, перфекціонізм, що орієнтований на інших та соціально-приписаний перфекціонізм), які мають вираження у конструктивній або деструктивній формі. Особистість з тим чи іншим показником перфекціонізму, через компоненти (емоційний, когнітивний, поведінковий), позиції (егоцентрична, раціональна та альтруїстична) та в залежності від факторів, що сприяють формуванню її цільової спрямованості, висуває цілі, які проявляються у конструктивному чи деструктивному перфекціонізмі.

3. За результатами діагностичного обстеження визначено, що більшості досліджуваних властиві цілі, які належать до особистісної та навчально-професійної сфери. Особам, які схильні до перфекціонізму, що орієнтований на себе (ПОС), притаманна егоцентрична та раціональна позиція особистості, тобто близькі та середні цілі; особам, які схильні до перфекціонізму, що орієнтований на інших (ПОІ) властива альтруїстична позиція, тобто далекі цілі, які стосуються досконалості інших людей; раціональна позиція цільової спрямованості особистості притаманна соціально-приписаним перфекціоністам (СПП), відповідно, дані особи мають середні цілі у структурі цільової спрямованості.

4. Емпірично доведено специфіку кореляційних взаємозв'язків між показниками перфекціонізму (перфекціонізм, що орієнтований на себе, перфекціонізм, що орієнтований на інших та соціально приписаний перфекціонізм) та рівнями цільової спрямованості особистості (емоційним, когнітивним та поведінковим). Емоційний компонент знайшов вираження у високому рівні нейротизму для всіх показників перфекціонізму, інтровертованості для перфекціоністів, що орієнтовані на себе та екстравертованості для перфекціоністів, що орієнтовані на інших та соціально приписаного перфекціонізму. Дослідження

вольового компоненту поведінкового рівня цільової спрямованості особистості виявило кореляційні зв'язки між показниками перфекціонізму, що орієнтований на себе, інтернальністю у галузі досягнень та виробничих відносин; між показниками перфекціонізму, що орієнтований на інших та інтернальністю у галузі міжособистісних відносин; показниками соціально приписаного перфекціонізму та інтернальністю стосовно здоров'я та невдач. Виявлено, що лише перфекціоністам, які орієнтовані на себе, властива інтернальність, інші типи мають схильність до екстернальності, тобто покладають відповідальність на інших людей чи на зовнішні обставини.

З'ясовано специфіку кореляцій перфекціонізму і саморозвитку як складової цільової спрямованості. Отримані від'ємні кореляційні зв'язки показників перфекціонізму та елементів саморозвитку ( самовизначення, самореалізації, самовдосконалення, самоактуалізації) довели притаманність дефіциту саморозвитку усіх типів перфекціонізму.

5. Досліджено специфіку поєднання показників структури ЦСО у перфекційної особистості за допомогою факторного аналізу, де кожний з факторів віддзеркалює найвагоміші ознаки і приховані закономірності результатів проведеного дослідження психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості. Перший фактор характеризує професійну спрямованість перфекційної особистості. Другий фактор свідчить про психопатологічні показники та егоцентричну позицію цільової спрямованості. Третій фактор акцентує на інтернальності особистості та раціональній позиції цільової спрямованості. Четвертий фактор містить самореалізацію, самовдосконалення та раціональну позицію. П'ятий фактор спрямований на інтелектуальну мотивацію, яка сприяє розвитку альтруїстичної позиції цільової спрямованості перфекційної особистості.

6. Вивчено та охарактеризовано індивідуально-психологічні особливості цільової спрямованості перфекціоністів, тобто осіб з високим рівнем перфекціонізму, що визначається сукупністю як позитивних, так і негативних (деструктивних) рис особистості у структурі цільової спрямованості: схильністю до депресії, паранояльності, іпохондрії, істерії, шизотимії, емоційної нестійкості, підпорядкованості, підвладності почуттям, сміливості, чутливості, підозрілості, практичності, дипломатичності, тривожності, консерватизму, нонконформізму, високого самоконтролю, ослабленості.

7. Запроваджено програму тренінгових занять, спрямованих на зниження показників деструктивного перфекціонізму та корекцію позицій цільової спрямованості. Мета корекційних засобів передбачала розвиток умінь постановки дальніх цілей, активну взаємодію з навколишніми, вільне вираження та регулювання своїх емоцій, сприяння підвищенню рівня оптимізму, формування самоприйняття, зниження рівня тривожності та сумнівів у власних діях.

8. Встановлено зниження показників деструктивного перфекціонізму, збільшення кількості дальніх цілей та середнього показника цілей, що складають процес саморозвитку, за методикою «Дослідження цільової спрямованості особистості» Я. В. Васильєва. Також виявлено підвищення рівня емоційного комфорту та зниження психічної напруги у представників усіх типів перфекціонізму. Відбулися зміни у показниках інтернальності та самоприйнятті для

усіх типів перфекціонізму. За результатами вивчення змін виявлено збільшення кількості середніх та дальніх цілей, що сприяють формуванню таких складових процесу саморозвитку як самовизначення, самореалізація, самовдосконалення та самоактуалізація, і свідчать про формування альтруїстичної позиції цільової спрямованості особистості. Отже, доведено, що впровадження тренінгу визначило позитивну динаміку показників стабілізації емоційних станів, інтернальності, самоідентифікації – зокрема самоприйняття та самоповаги у перфекційних особистостей експериментальної групи.

Дане дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості. Виконана дисертаційна робота дозволяє визначити низку актуальних питань. На наш погляд, перспективи подальших досліджень полягають у більш детальному дослідженні соціально приписаного перфекціонізму, вивченню вікових та гендерних особливостей цільової спрямованості перфекційних особистостей.

### **Основні положення дисертації відображено в публікаціях:**

*Статті у наукових фахових виданнях України:*

1. Лукіна Н. Б. Дослідження психологічних особливостей особистісних типологій перфекціоністів у контексті цільової спрямованості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». Херсон, 2017. № 6. С. 56-61.

2. Лукіна Н. Б. Дослідження емоційного та вольового компонентів цільової спрямованості перфекційних особистостей. *Збірник наукових праць «Теорія і практика сучасної психології»*. Запоріжжя, 2017. № 2. С. 17-20.

3. Лукіна Н. Б. Дослідження процесу саморозвитку у структурі цільової спрямованості перфекційної особистості. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Психологічні науки. Миколаїв, 2018. № 2. С. 112-116.

4. Лукіна Н. Б. Особливості психокорекції цільової спрямованості осіб, які схильні до деструктивного перфекціонізму. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». Херсон, 2018. № 2. С. 86-91.

*Статті у наукових виданнях іноземних держав:*

5. Lukina N. The theoretical approaches to the study on the problem of personal target orientation. *Virtus: Scientific Journal*. Issue: 10, 2016. P. 59-61.

6. Лукина Н. Б. О целевой направленности и перфекционизме личности. *Studia Humanitatis: Международный электронный научный журнал*. 2016. №3. URL: <http://st-hum.ru/content/lukina-nb-o-celevoy-napravlennosti-i-perfekcionizme-lichnosti>.

*Публікації в інших наукових виданнях:*

7. Lukina N., Astremska I. Objective component in social service supervisor training process. *Personality Development in the Age of Globalization: Collection of scientific papers*. Morrisville, Lulu Press., 2016. P. 50-55.

8. Лукина Н. Б. Теоретичний аналіз перфекціонізму. *Zbiór artykułów naukowych: konferencja Międzynarodowej Naukowo-Praktycznej «Aktualne naukowe*

problemy. Rozpatrzenie, decyzja, praktyka». (30.03.16 – 31.03.16). Warszawa, 2016. P. 43-44.

9. Лукіна Н. Б. Вплив перфекціонізму на формування цільової спрямованості особистості: збірник матеріалів Міжнар.науково-практ. конф. «Ольвійський форум» – 2016: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі», (Миколаїв, 9–11 червня 2016 р.). Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2016. С. 66-68.

10. Лукіна Н. Б. Особливості цільової спрямованості перфекційних особистостей: збірник матеріалів Всеукр. науково-метод. конф. «Могилянські читання – 2015: досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти», (Миколаїв, 14-18 листопада 2016 р.). Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2016. Том 3. С. 80–82.

11. Лукіна Н. Б. Методичні підходи до вивчення перфекціонізму особистості: збірник матеріалів Міжнар.науково-практ. конф. «Ольвійський форум» – 2017: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі», (Миколаїв, 8–11 червня 2017 р.). Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. С. 13-15.

12. Лукіна Н. Б. Дослідження психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційних особистостей: збірник матеріалів Міжнар.науково-практ. конф. «Людина та соціум: сучасні проблеми взаємодії (психологічні та педагогічні аспекти)», (Львів, 22–23 вересня 2017 р.). Львів. 2017. С. 12-15.

13. Лукіна Н. Б. Особливості взаємозв'язку між типами перфекціонізму та рівнями ЦСО: збірник матеріалів Міжнар.науково-практ. конф. «Актуальні проблеми психології і педагогіки», (Харків, 10–11 листопада 2017 р.). Харків. 2017. С. 92-94.

14. Лукіна Н. Б. Типи перфекціонізму та цільова спрямованість особистості: збірник матеріалів Всеукр. науково-метод. конф. «Могилянські читання – 2017: досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти», (Миколаїв, 13-17 листопада 2017 р.). Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. С. 10–12.

15. Лукіна Н. Б. Факторні показники у структурі цільової спрямованості перфекційної особистості: збірник матеріалів Міжнар.науково-практ. конф. «Ольвійський форум» – 2018: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі», (Миколаїв, 7–10 червня 2018 р.). Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. С. 28-29.

16. Лукіна Н. Б. Аналіз результатів корекції деструктивного перфекціонізму та формування альтруїстичної позиції цільової спрямованості особистості: збірник матеріалів Всеукр. науково-метод. конф. «Могилянські читання – 2018: досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти», (Миколаїв, 12-17 листопада 2018 р.). Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. С. 36–38.

#### АНОТАЦІЇ

**Лукіна Н.Б. Психологічні особливості цільової спрямованості перфекційної особистості – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Державний

заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, 2020.

У дисертаційній роботі викладено результати дослідження психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості. Проаналізовано і систематизовано теоретико-методологічні підходи до вивчення цільової спрямованості та феномена перфекціонізму. За допомогою емпіричного дослідження були виявлені індивідуально-психологічні особливості перфекційної особистості, що визначають її цільову спрямованість. Емпірично встановлено взаємозв'язки між показниками перфекціонізму (перфекціонізм, що орієнтований на себе, перфекціонізм, що орієнтований на інших та соціально приписаний перфекціонізм) та компонентами цільової спрямованості особистості (емоційним, когнітивним та поведінковим). Саморозвиток перфекційної особистості розглядався як складова цільової спрямованості, яка містить самовизначення, самореалізацію, самовдосконалення та самоактуалізацію. Отримано від'ємні кореляційні зв'язки показників перфекціонізму та елементів саморозвитку. Спектр властивостей особистості, що вивчається, згрупований у п'ятифакторну модель, де кожен з факторів віддзеркалює найвагоміші ознаки і приховані закономірності результатів проведеного дослідження психологічних особливостей цільової спрямованості перфекційної особистості. Встановлено, що перфекційна особистість характеризується як позитивними так і негативними факторами у структурі цільової спрямованості особистості. Запроваджена програма тренінгових занять, метою яких було зниження показників деструктивного перфекціонізму та корекція позицій цільової спрямованості особистості, довела свою ефективність.

**Ключові слова:** особистість, спрямованість, цільова спрямованість, альтруїстична позиція цільової спрямованості, перфекціонізм.

**Лукина Н.Б. Психологические особенности целевой направленности личности с перфекционизмом - Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – общая психология, история психологии. – Государственное учреждение «Южноукраинский национальный педагогический университет имени К. Д. Ушинского», Одесса, 2020.

В диссертационной работе изложены результаты исследования психологических особенностей целевой направленности личности с перфекционизмом. Проанализированы и систематизированы теоретико-методологические подходы к изучению целевой направленности и феномена перфекционизма. С помощью эмпирического исследования были выявлены индивидуально-психологические особенности личности с перфекционизмом, определяющие ее целевую направленность. Эмпирически установлено взаимосвязи между показателями перфекционизма (перфекционизм, ориентированный на себя, перфекционизм, ориентированный на других и социально предписанный перфекционизм) и уровнями целевой направленности личности (эмоциональным, когнитивным и поведенческим). Саморазвитие личности с перфекционизмом рассматривался как составляющая целевой направленности, которая включала в себя самоопределение, самореализацию, самосовершенствование и

самоактуализацию. Получены отрицательные корреляционные связи показателей перфекционизма и элементов саморазвития. Спектр свойств личности изучаемого сгруппирован в пятифакторная модель, где каждый из факторов отражает значимые признаки и скрытые закономерности результатов проведенного исследования психологических особенностей целевой направленности личности с перфекционизмом. Установлено, что личность с перфекционизмом характеризуется как положительными, так и отрицательными факторами в структуре целевой направленности личности. Внедрена программа тренинговых занятий, целью которых было снижение показателей деструктивного перфекционизма и коррекция позиций целевой направленности личности, доказала свою эффективность.

**Ключевые слова:** личность, направленность, целевая направленность, альтруистическая позиция целевой направленности, перфекционизм.

**Lukina N. B. The psychological peculiarities of the target orientation of the perfectionist personalities.** – manuscript.

Thesis for a Candidate's Degree in Psychological Sciences, Speciality 19.00.01 – general psychology, history of psychology. – State Institution «South Ukrainian national pedagogical university after K. D. Ushynsky», Odesa, 2020

The thesis presents the results of the research of the psychological peculiarities of the target orientation of perfectionist personalities. The theoretical and methodological approaches to the study of the target orientation and the phenomenon of perfectionism are analyzed and systematized. The empirical research helped to identify individual psychological features of a perfectionist person, defining its target orientation. The interconnections between the types of perfectionism (self-oriented perfectionism, perfectionism focused on others and socially attributed perfectionism) and levels of the target orientation of the person (emotional, cognitive and behavioral) are empirically established. The self-development of a perfectionist personality was analyzed as a component of the target orientation, which included self-determination, self-realization, self-improvement and self-actualization. Negative correlation links were found between the indicators of perfectionism and the elements of self-development. The spectrum of the properties of the person being studied is grouped into a five-factor model, where each of the factors reflects the most important characteristics and hidden patterns of the results of the study of the psychological characteristics of the target orientation of the perfectionist personality. Thus, it has been established that a perfectionist person is characterized by both positive and negative factors in the structure of the target orientation of an individual. The program of training sessions was introduced and aimed at directing destructive perfectionism into a constructive sphere and formation of an altruistic position proved to be effective.

**Key words:** individual, orientation, target orientation, altruistic position of the target orientation, perfectionism.