

Департамент образования города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Самарский филиал

Психолого-педагогический факультет
Кафедра общей и социальной психологии

Садыхова Арина Назимовна

Гендерные особенности проявления перфекционизма в юношеском
возрасте

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Направление подготовки 37.04.01 Психология
Направленность (профиль) Психология личности
(очная форма обучения)

Руководитель ВКР:
кандидат психологических наук, доцент
Шаталина Мария Александровна

Рецензент:
кандидат психологических наук, доцент
Гудзовская Алла Анатольевна

Заведующий кафедрой:
кандидат психологических наук, доцент
Шаталина Мария Александровна

Самара 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ: ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ	
1.1 Исследование перфекционизма в зарубежной и отечественной психологии.....	9
1.2 Социально-психологические факторы формирования перфекционизма в юношеском возрасте.....	29
1.3 Особенности проявления перфекционизма девушек и юношей с разной гендерной самоидентификацией.....	44
Глава 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ	
2.1 Характеристика выборки и этапов исследования.....	56
2.2. Описание методов исследования.....	57
Глава 3. ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ	
3.1 Описание результатов исследования.....	63
3.2 Анализ результатов исследования.....	73
Выводы.....	80
Заключение.....	82
Список литературы.....	85
Приложения.....	93

Введение

Юность – пора взросления, жизненного самоопределения и планирования будущего. Психологическими особенностями этого периода являются: развитие устойчивого самосознания, формирование мировоззрения, обретение идентичности и самостоятельности, поиск своего места в социальной общности, начало практической реализации, развитие способности строить жизненные планы и цели. Кроме этого, на юношеском возрастном этапе наблюдаются важные особенности социальной ситуации развития, а именно – происходит смена детерминации развития и человек становится субъектом собственной активности (самодетерминация). Молодым людям ученые уделяют должное внимание, поскольку именно в юношеском возрасте актуализируются проблемы формирования личности (Абульханова-Славская К.А., Андреева Г.М., Божович Л.И., Выготский Л.С., Кон И.С., Мудрик А.В., Мухина В.С., Прихожан А.А., Ретуш Л.А., Франкл В., Эриксон Э. и др.).

Благодаря научной деятельности российского психологического общества стало очевидно, что за последние годы резко изменились условия взросления молодежи. В частности – существенно расширились возможности для самореализации. Психологи отмечают, что сегодня характерны нетипичные для школьников прошлых лет мотивы самоутверждения, самосовершенствования и стремление к саморазвитию. Таким образом, современная молодежь заинтересована в осознании вектора собственного развития, что является базой сенситивности к самосовершенствованию. Стремление к совершенствованию себя является естественным стимулом человеческого развития, актуализируя внутриличностный потенциал. Однако в своих крайних формах этот процесс приобретает рискованные тенденции, отражающиеся в феномене перфекционизма.

Проблема самореализации молодого поколения в современном мире является одной из актуальных и дискутируемых среди психологов, педагогов, социологов и специалистов других наук о человеке. Интерес к ней является следствием произошедших за последние десятилетия резкими изменениями условий взросления молодежи, следствием которых оказались как расширение возможностей для самореализации, так и появление разного рода факторов, осложняющих вхождение молодого поколения в социум. Одним из таких факторов являются ценностно-смысловые приоритеты общества. А. Б. Холмогорова и Н. Г. Гаранян, отмечают, что регулятором психологического здоровья современных людей оказываются приобретающие значимость в нашей стране такие явления, как культ успеха, силы, разума, провоцирующие тревогу, депрессию, другие нарушения эмоциональной сферы человека. Чрезмерная значимость достижения успеха превращает здоровое стремление к достижениям, к раскрытию своих возможностей в перфекционизм, приводящий к фрустрации, невротизации, дезадаптации.

Перфекционизм, понимаемый как стремление субъекта доводить результаты любой деятельности до соответствия самым высоким стандартам, стремление к самосовершенствованию и потребность быть безупречным во всем, является относительно устойчивой личностной чертой и имеет сложную психологическую структуру. В настоящее время в психологии ведутся активные дискуссии по ключевым моментам в понимании рассматриваемого личностного образования, которые главным образом касаются понимания его психологической структуры и форм, его взаимосвязей с различными типологическими особенностями личности и т. д. Важно отметить, что именно амбивалентность роли перфекционизма в субъективном благополучии личности носителя обуславливает актуальность научной разработки данного феномена и объясняет сфокусированность исследователей гуманитарного профиля на проблеме чрезмерного стремления к совершенству. Однако, современные

учёные претерпевают ряд затруднений в теоретико - эмпирической разработке закономерностей перфекционного самосовершенствования. Очевидной сложностью в научных исследованиях этого феномена является тот факт, что вплоть до настоящего момента времени отсутствует единое понимание перфекционизма. Данная научная категория с трудом операционализируется ввиду противоречивости ее трактовок отечественными психологами. Исследователи ведут острую полемику, стремятся обогатить явление новыми аспектами и разработать авторские концепции психологической структуры перфекционизма. В свою очередь, это способствует еще большему размыванию границ термина и теоретической аморфности проблемы, препятствуя её разрешению. По сей день остаётся открытым вопрос о месте перфекционизма в системе психологического знания. Следовательно, концептуализация феномена перфекционизма личности в проекции психолого-педагогических исследований является особенно актуальным направлением научно - исследовательской деятельности.

Ввиду отсутствия чёткого определения измеряемого признака практически невозможна разработка адекватных измерительных инструментов, что обуславливает актуальность проблемы разработки дифференциальных критериев здорового и патологического перфекционизма.

На сегодняшний день научное сообщество по-прежнему испытывает дефицит психометрических методов измерения перфекционных тенденций, которые бы обладали высокой степенью валидности и надёжности. Психодиагностика перфекционизма ограничивается методиками ретроспективного и актуального самоотчёта. Более того, имеющиеся шкалы измерения перфекционных тенденций включают различные параметры, отвечающие эклектичным теоретическим представлениям авторов. Соответственно, целесообразны разработка психодиагностической методики, релевантной многогранному концепту перфекционизма, а также апробация уже

имеющихся измерительных инструментов на широкой популяции в различных социальных группах. Проработкой данных вопросов занимались: Гаранян Н.Г., Золотарева А.А., Зурабова А.М., Еникополов С.Н., Ильин Е.П., Малкина-Пых И.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю. и Ясная В.А.

Цель исследования: выявить гендерные особенности проявления перфекционизма в юношеском возрасте.

Объект – перфекционизм в юношеском возрасте.

Предмет - гендерные особенности проявления перфекционизма в юношеском возрасте.

Гипотезы исследования:

1. Существует взаимосвязь между гендерной идентичностью и типом перфекционизма в юношеском возрасте, а именно: для молодых людей с выраженной феминностью будет в большей степени характерен перфекционизм, проявляющийся в ориентации на мнения других людей, а для молодых людей с выраженной маскулинностью – в большей степени характерен перфекционизм, проявляющийся в ориентации на требования, которые задаются социумом.

2. Для юношей и для девушек с высоким уровнем перфекционизма будет характерна низкая устойчивость к стрессовым ситуациям.

Задачи:

1. Провести теоретический анализ литературы по проблеме исследования.
2. Сформировать выборку исследования и определить диагностический аппарат.
3. Провести исследование и сформулировать выводы с опорой на методы математической статистики.
4. Интерпретация результатов и обоснование результативности исследования.

Методы исследования:

Теоретические: анализ научной литературы.

Эмпирические:

1. Опросник перфекционизма Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогоровой.
2. Тест Иррациональных установок (А. Эллис).
3. Поло-ролевой опросник С. Бэм.
4. Контент-анализ Эссе «Современный успешный молодой человек».

Методы обработки данных:

- корреляционный анализ Спирмена.
- U-критерий Манна-Уитни.
- критерий Крускала-Уоллиса.
- критерий Фишера.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Перфекционизм как стремление личности к совершенству может обладать мощным мотивирующим действием в юношеском возрасте, однако в крайних своих формах может приводить к снижению функциональности и различным дисфункциям.

2. Для девушек и для юношей размытие границ гендерных стереотипов будет проявляться в преимуществе андрогинных черт в их гендерной самоидентификации, что связано с особенностями современных условий взросления молодежи и кризисом гендерной идентичности.

3. Девушки с выраженной феминностью в большей степени склонны проявлять перфекционистскую направленность исходя из ориентации на достижения других и степени своей самокритичности.

4. Юноши с выраженной маскулинностью склонны проявлять перфекционизм исходя из высоких стандартов деятельности, заданными другими.

Научно-исследовательскую базу составили теоретические научные работы М. Холендера, П. Хьюитта и Г. Флетта, Р. Фроста, Н.Г. Гаранян и А.Б.

Холмогоровой, Д. Хамачека, И.И. Грачевой.

Научная значимость исследования состоит в теоретическом анализе сущности гендерных особенностей проявления перфекционизма в юношеском возрасте, в систематизации и обобщении имеющихся исследований по проблемам перфекционизма как психологического феномена, а также в выявлении особенностей гендерных различий проявления перфекционизма в юношеском возрасте.

Практическая значимость работы обусловлена изучением гендерных особенностей перфекционизма в юношеском возрасте. Полученные результаты могут быть использованы в разработке приоритетных направлений, программ мероприятий и конкретных практических рекомендаций по трансформации перфекционизма из дезадаптивного состояния в конструктивное.

Структура работы. Магистерская диссертационная работа состоит из введения, трёх глав, выводов, заключения, списка литературы и приложений.

Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ: ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ

1.1 Исследование перфекционизма в зарубежной и отечественной психологии

Вот уже на протяжении многих лет именно стремление человека к совершенству является одним из главных факторов, детерминирующих активность и динамичность его жизнедеятельности. Представление об идеале в сознании человечества неизменно формирует самосознание, мировоззрение личности, придает смысл его существованию, определяет место в общественно-социальных отношениях и природе, таким образом, определяя вектор его развития.

Слово перфекционизм возникло от латинского «perfectus» – абсолютное совершенство. Еще в различных философских учениях и эпоху Средневековья, перфекционизм определялся как непоколебимая уверенность в том, что стремление к совершенству есть доминирующая цель, к которой должна стремиться саморазвивающаяся личность [93].

В современной психологии перфекционизм – это стремление субъекта к совершенству, высокие личные стандарты, стремление человека доводить результаты любой своей деятельности до соответствия самым высоким эталонам (нравственным, эстетическим, интеллектуальным); это потребность в совершенстве продуктов своей деятельности [43].

Перфекционизм как психологический феномен начал активно изучаться в 1980-х гг. в Америке и Европе. Для того чтобы разобраться в сущности проблемы перфекционизма, необходимо рассмотреть историю возникновения

изучения в психологии данного феномена, которую условно можно поделить на 4 периода.

Начало научных, теоретических исследований о перфекционизме традиционно связывают с именами таких представителей психоаналитического направления в психологии как Альфред Адлер, Карен Хорни, Зигмунд Фрейд и Карл Густав Юнг. Так, Альфред Адлер и Карен Хорни рассматривали стремление личности к совершенству как один из основополагающих, мотивирующих факторов поступка человека.

А. Адлер утверждал, что само по себе стремление быть совершенным естественно, т.к. является неотъемлемой частью жизни человека [3]. Так, он заявил, что данное стремление является побуждением, без которого жизнь была бы невозможной, т.е. стремление к совершенству является потенциально здоровой активностью. По убеждению А. Адлера, всё, что человек делает в этой жизни, любая его деятельность и мотивация к ней – всё это подчинено его стремлением к превосходству. Цель этого стремления – достичь совершенства, полноты и цельности в нашей жизни. Эта универсальная мотивационная тенденция принимает конкретную форму в виде стремления к субъективно понимаемой определяющей цели, которую он называл фикцией (концепция фикционного финализма). Таким образом, стремление к превосходству как к фиктивной цели, являясь субъективно понимаемым идеалом, имеет огромное значение [4].

К. Хорни же подчеркивала социальный контекст возникновения данного феномена, а именно, предъявляющие требования социального окружения к личности будут увеличивать его стремление к саморазвитию и самосовершенствованию, впоследствии приводящие к невротической потребности совершенства [84]. Данная потребность будет основываться на идеальном представлении личности о том, какой она должна быть и какими чертами должна обладать. Иными словами, опираясь на данный идеальный

Я-образ, у человека происходит отделение его реального «Я», вследствие чего формируется невротик-нарцисс (то, что К. Хорни называла нарциссической патологией характера), отождествляющий себя с идеализированным «Я».

В рамках психоаналитических теорий развивались и другие взгляды о стремлении личности к совершенству, которые послужили прообразом понимания перфекционизма в психологической традиции [65].

По З. Фрейду, стремление к совершенству ни что иное, как результат вытесненных ранее влечений и побуждений, к которым когда-то тянулся человек. Так, он обозначает тенденцию к достижению идеала как невротическую фобию, представляющую собой определенную попытку избегания удовольствия влечений.

К.Г. Юнгом саморазвитие рассматривалось как заложенная тенденция в природе человека. По его мнению, наличие в человеческом сознании символа самости, обуславливает возможность совершенства. Самость для человека потенциальна, так как является лишь отдаленной целью его развития, но в то же время она актуальна, поскольку представляет собой нечто действительное, но скрытое в царстве архетипов. К. Г. Юнг связывал совершенство с воздействием архетипа, так как оно обладает большой силой влияния на человеческое сознание, представляя собой власть над человеком, которую невозможно объяснить рациональным образом. Сознание обнаруживает черты законченности, самодостаточности, цельности, присущие совершенству, именно в тех образах, которые создаются под воздействием архетипа самости. Таким образом, стремление к совершенству является врожденным свойством человека, лежащим в основе цивилизации [85].

На Западе в 1965 году американский психолог М. Холендер впервые использовал термин «перфекционизм», которым обозначал тенденцию предъявления личности к себе завышенных требований более высокого качества выполнения деятельности [20]. Иными словами, М. Холендер

обозначал его как стремление человека к безупречному выполнению каких-либо задач.

Здесь мы подходим к рассмотрению второго этапа, к которому относится более глубокое рассмотрение перфекционизма. В 1980-е годы другой ученый Б. Бернс добавил к определению М. Холендера важное уточнение – когнитивный компонент, мышление «всё или ничего». При таком стиле мышления возможны лишь два вида выполнения деятельности: абсолютное соответствие самым высоким стандартам или провал. Так, он определил перфекционизм как "сеть когниций", включающий ожидания, интерпретации событий, оценки себя и других. По его мнению, перфекционисты отличаются тем, что выдвигают себе слишком завышенные требования, осуществление которых будут прямо определять собственную значимость и ценность.

Третий этап рассмотрения феномена перфекционизма относится к исследованиям Дональда Хамачека. В 1978 году на основе клинического опыта своими исследованиями в этой области он показал отличие нормального, здорового перфекционизма, и невротического. Из этого следует вывод, что перфекционизм - сложный феномен, связанный как с нормальным адаптивным функционированием, так и с дезадаптацией. Как указывал Д. Хамачек, те, кто устанавливает для себя высокие стандарты деятельности, но при этом способен гибко и адекватно реагировать на изменяющиеся условия, относятся к нормальным перфекционистам. При этом, те, кто устанавливает для себя завышенные стандарты деятельности при невозможности допустить ошибку, будут относиться к невротическим перфекционистам. Смысл этого различия в том, что перфекционизм сочетает в себе завышенные стандарты выполнения действия и тенденцию к чрезмерно критическим оценкам своего поведения [33].

Так же, Д. Хамачек описал следующие составляющие невротического перфекционизма:

1. Наличие у человека сомнений по поводу качества выполнения деятельности вследствие имеющихся в ней недочетов. Невротический перфекционизм отличается повышенной обеспокоенностью за сам процесс работы. Любая, даже самая незначительная ошибка, приведет, по их мнению, к провалу. Как результат - появление у таких людей чувства недовольства проделанной работой и неуверенность в себе. При благоприятном ходе человек всегда будет стремиться к реальным стандартам, воспринимая встречающиеся препятствия как необходимый элемент развития.

2. Сомнение в качестве полученного результата. В отличие от первой составляющей, здесь выделяется общая уверенность в том, что конечный результат работы выполнен на неудовлетворительном уровне.

3. Важность ожиданий и оценок своих родителей. Детско-родительские отношения многими авторами выделяются как один из факторов, влияющих на возникновение перфекционизма. Так, у перфекционистов еще с детства была заложена установка в том, что любовь и уважение можно заслужить, лишь добившись определенных успехов. Иными словами, любовь воспринимается как награда за положительный результат, вследствие чего такие дети будут продолжать стремление к невротическому совершенству. Все эти положения отражают центральную составляющую перфекционизма [80].

Таким образом, психологические проблемы, связанные с перфекционизмом, скорее зависят от этих тенденций к критическому оцениванию, чем с установлением завышенных стандартов.

Четвертый этап рассмотрения феномена перфекционизма начинается с 1990-х годов. В это время представления о структуре перфекционизма были значительно расширены. Ричард О'Коннор в своей обзорной статье отмечал, что с конца 1980-х годов XX века количество публикаций, посвященных перфекционизму, выросло на триста процентов [74].

В этот период были выделены две формы перфекционизма: одномерная и многомерная. В описании одномерной модели рассматривался перфекционизм как усиленное стремление обозначать завышенные стандарты. Однако, в описании многомерной модели, по мнению многих современных ученых, подчеркивается многомерность конструкта перфекционизма, включающий ряд когнитивных и интерперсональных параметров.

Многие зарубежные исследователи изучали феномен перфекционизма на этом этапе и дополняли важными изменениями общую картину. Так, наиболее известными в этих вопросах стали три группы зарубежных ученых: британские, канадские и американские.

Британская модель, возглавляемая ученым Р. Фростом, выделяла шесть параметров перфекционизма. К ним относились: высокие личностные стандарты (склонность выдвигать чрезмерно высокие стандарты в сочетании с чрезмерной важностью соответствия этим стандартам); озабоченность ошибками (негативная реакция на ошибки, склонность приравнивать ошибку к неудаче); сомнения в собственных действиях (относительно качества выполнения какой-либо деятельности); родительские ожидания и родительская критика (восприятие родителей как делегирующих очень высокие ожидания, убежденность индивида в том, что родители устанавливают для него очень высокие стандарты в сочетании с восприятием родителей как чрезмерно критикующих); и стремление к организованности и порядку (отражает важность этих параметров).

Канадская модель, возглавляемая П.Л. Хьюиттом, включала в структуру перфекционизма следующие параметры:

- «Я-адресованный» перфекционизм (характеризуется высокой критичностью человека к самому себе при постоянном контроле собственного поведения);

- перфекционизм, адресованный к другим людям (описывает нереалистично завышенные результаты деятельности, которые перфекционист требует от референтных окружающих, при этом постоянно сравнивая себя с ними);
- перфекционизм, адресованный к миру (показывает такие иррациональные установки, отражающие четкую убежденность индивида в том, что всё в этом мире должно быть идеально и правильно);
- перфекционизм, адресованный к миру в целом (в данном параметре описывается установка личности в том, что все общемировые проблемы должны своевременно находить решения, а так же общую убежденность в идеализации мироустройства);
- социально-предписываемый перфекционизм (этот вид перфекционизма отражает субъективное восприятие личности быть совершенным. Так, человек ощущает давление со стороны значимых для него людей и не может позволить себе допустить хоть малейшую ошибку, вследствие чего возможен риск понижения самооценки и общее чувство неудовлетворенности собой) [79].

Американская модель (Р. Слэйни и Дж. Эшби) в качестве основных параметров перфекционизма выделяла такие параметры как «высокие стандарты», «склонность к порядку», «тревога», «прокрастинация» и «проблемы в интерперсональных отношениях». В модели Р. Слэйни центральным параметром перфекционизма выступает «расхождение» (discrepancy), являющееся субъективным восприятием личностью постоянных неудач в стремлении соответствовать собственным завышенным стандартам [23].

Другие ученые Х. Стампф и В. Паркер отмечали, что понимание сущности феномена перфекционизма будет зависеть от контекста его

рассмотрения, т.е. ситуаций социального поведения или эмоциональных, личностных проблем, культурного контекста [26].

Так как в психологии понятие перфекционизма рассматривалось с позиции мотивации достижения (Дж. Аткинсон, Х. Корнадт, Д. Мак-Клелланд, Х. Хекхаузен и др.), наблюдая высокие достижения творческих деятелей, в которых не проявлялись невротические отклонения, исследователи стали говорить о возникновении опасности формирования невротического перфекционизма (П. Хьюитт, Г. Флетт, С. Ингрем). Ученые пытались выяснить, чем будет отличаться рациональное стремление человека к развитию и самоактуализации от одержимости несуществующего совершенства. Если В. Паркер и Дж. Аткинсон предлагали расценивать стремление быть совершенным невротическим тогда, когда стандарты, установленные человеком для себя, нереалистично высокие, то С. Петерс, споря с этими авторами, спрашивает о развитии перфекционизма у талантливых людей, одаренных, которые жаждут развить свои способности в полной мере [23].

В то же время Л. Сильверман отмечает, что оценка перфекционизма культурно детерминирована [87]. Он утверждал, что это связано с нынешней конкуренцией в обществе, когда в разных сферах общественной жизни наблюдается разнообразие кадров, где каждый старается проявить свои лучшие возможности. Так же, он отмечает интересный факт: у человека будет повышаться уровень перфекционизма в условиях одобрения и поощрения его деятельности. Однако, когда усилия, приводящие к результатам, оказываются ненужными обществу, у человека вероятен риск возникновения невротического перфекционизма.

Важным, по мнению Л. Сильвермана, является изучение положительных аспектов феномена перфекционизма. В пример этому утверждению исследователь С. Петерс отмечает наличие перфекционистской направленности неотъемлемой частью одаренных людей, для которых стремление к

совершенству является весьма значимым. Этому же мнению придерживается ученый В. Роделл, который описывает как положительные, так и отрицательные аспекты перфекционизма. Говоря о положительной стороне этого феномена, В. Роделл указывает на возможность человека к саморазвитию как на мощную мотивирующую детерминанту поведения, приводящую к высоким результатам [56]. Как и Л. Сильверман, В. Роделл приводит в пример одаренных, творческих людей, которые по сути своей всегда стремятся улучшить результаты своей деятельности, показать миру, на что они способны. Именно упорство, трудолюбие и высокая самокритичность позволяют им добиваться новых высот и, обеспечивая тем самым, положительную сторону проявления перфекционизма. Следует лишь учесть, что, когда данное стремление сочетается с постоянным сравнением себя с другими и страхом отвержения в случае неуспеха, тогда перфекционная направленность начинает уклоняться в свои негативные последствия.

В этой связи авторами (Р. Слэни и др.) было предложено разделение перфекционизма на две формы: адаптивную и дезадаптивную, в каждой из которых выделялись возможные последствия. У. Паркер и К. Эдкинс рассматривали активную и пассивную формы перфекционизма. Они говорили, что именно активный перфекционизм как проявление положительной стороны этого феномена детерминирует поведение человека к действию, к раскрытию своих возможностей, приводящий к значительным достижениям. Пассивная же форма характеризуется поведением, препятствующего деятельности, приводящая к различного рода дисфункциям. Автором У. Паркером было доказано, что, существует здоровый и нездоровый перфекционизм. Причем здоровый, при определенных условиях, может переходить в нездоровую форму.

Говоря о двух формах существования перфекционизма, стоит отметить, что здоровая форма благоприятно воздействует на личность, так как способствует раскрытию творческого потенциала и реальных возможностей

(Е.П. Ильин). Но важно учитывать, что подобное самосовершенствование, оказывающее такое сильное влияние на личность и ее деятельность, со временем может перерасти в патологическое стремление к превосходству, так как прежние победы будут становиться недостижимыми в сочетании с новыми, завышенными требованиями. Это может привести к негативным последствиям – хроническому переутомлению и трудностям концентрации внимания [43].

Исследователь Т. Гринспун не соглашается с типологией перфекционизма, разделяющей ее на здоровую и патологическую форму. Он подверг критике утверждения Д. Хамачека о здоровом и патологическом перфекционизме. В связи с этим он полагал, что правильнее будет употреблять выражение «нормальный перфекционизм», объясняя это возможным существованием только двух типов личности: перфекционисты и неперфекционисты. То есть рационально в данном случае говорить о степени выраженности у человека данного феномена.

Продолжая описывать изучение различными исследователями перфекционизма, стоит сказать, что авторы Д. Барнс и А. Пахт подчеркивали негативный характер влияния перфекционной направленности личности, а именно: вследствие постоянной фиксации на стремление к невозможно высоким результатам, человек неизменно будет подвергаться чувствам неопределенности, тревоги, и даже депрессии [34].

Автор А. Пахт рассуждал о том, что явление перфекционизма, являющееся достаточно распространенной и тяжелой проблемой, имеет широкое социально-культурное значение. Одновременно проблема стремления к превосходству взаимосвязана с такими различными личностными расстройствами как невроз, депрессия, а так же различного рода психосоматическими заболеваниями.

Если говорить о специфических особенностях перфекционистов, в работах М. Аддерхолта-Элиота автором приводятся основные их свойства:

дихотомическое мышление «всё или ничего», страх совершить ошибку, нерешительность, неуверенность в себе и своих возможностях. Все эти составляющие приводят к различного рода негативным переживаниям и, при еще большем стремлении к идеальному выполнению деятельности, могут привести к снижению степени мотивированности действий и даже бездействию [23].

Данный этап не последний в истории понимания сущности перфекционизма. Этот термин по-прежнему имеет большое количество значений в самых разных контекстах. В наши дни существует множество определений перфекционизма и ни одно из них не является общепринятым.

Далее правомерно рассмотреть отечественные представления о перфекционизме и генезис его изучения. В России данная проблема изучается сравнительно недавно. Следует отметить, что отечественные работы о перфекционизме в основном направлены на анализ имеющихся зарубежных исследований.

Так как феномен перфекционизма стал объектом изучения в нашей стране сравнительно недавно, исследования данной области немногочисленны. Однако, российские работы изучения перфекционизма ныне интенсивно развиваются и создают основания для новых, нераскрытых исследований.

Первыми в России начали изучать данный феномен такие ученые как Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова и Т.Ю. Юдеева, которыми была выявлена взаимосвязь между перфекционизмом и депрессией. Данные авторы характеризуют перфекционизм следующими параметрами:

1. Завышенные, по сравнению с индивидуальными возможностями, стандарты деятельности и притязания. Данная характеристика отражает претензионные запросы, которые предъявляет к себе личность в самых разнообразных сферах жизни.

2. Чрезмерные требования к другим и завышенные ожидания от них. Перфекционизм в данном формате описывается как ожидание совершенного результата от других людей.

3. Восприятие других людей как делегирующих высокие ожидания (искажённые социальные когниции). Данная составляющая характеризуется субъективным ощущением личности чувства, что к достижению идеального результата человека вынуждают другие люди. Иными словами, социальные отношения подталкивают человека быть как можно совершеннее.

4. Постоянное сравнение себя с другими людьми при ориентации на самых успешных индивидов (персонализация). В данном случае, даже при достижении высоких результатов, человек не будет доволен проделанной работой, постоянно сравнивая себя и свои успехи с успехами окружающих.

5. Дихотомическая оценка результата деятельности и её планирование по принципу «всё или ничего» (поляризованное мышление). Здесь мы говорим об отмеченном уже ранее поляризованном мышлении, при котором для человека представляется возможным лишь два варианта решения задачи: идеальное ее выполнение или же полный крах. В таком случае человек может добиться значительных результатов путем огромных усилий или же наоборот, полностью отказаться принимать какие-либо действия для их осуществления.

6. Селектирование информации о собственных неудачах и ошибках (негативное селектирование). Эта характеристика перфекционизма описывает строгую фиксацию человека на неудачах и ошибках в сочетании с невозможностью замечать уже достигнутые высокие результаты [19].

Также, Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова и Т.Ю. Юдеева отмечают, что стремление человека к достижению идеальных результатов в своей работе провоцирует особенность нынешней социокультурной ситуации в стране (повышенная конкуренция и ценность высокой работоспособности), развивая

тем самым различные расстройства аффективного спектра, такие как апатия и депрессия [21].

Другие отечественные ученые занимались изучением связи перфекционизма и психопатологии. Например, изучали связь перфекционизма с депрессивными и тревожными расстройствами личности (Юдеева Т.Ю., 2007 г.), шизофренией (Мишанова А.В., Антохин Е.Ю. Матюшков С.В. и др., 2010 г.), суицидальным риском (Соколова Е.Т., Цыганкова П.В., 2011 г.), нарушениями пищевого поведения (Парамонова В.В., 2009 г.). С течением времени контекст обсуждения этого вопроса расширялся. Учёные начали изучать связь перфекционизма с такими явлениями, как агрессивность (Косороткина М.С, Польская Н.А., 2010 г.), социально-психологические установки (Жабрун Я.О., 2009 г.), мотивация, самооценка (Валуйская Т.Л., 2009 г.) и др. [23].

По результатам контент-анализа источников определений перфекционизма Е.Ф. Талаш в своей работе «Отражение феномена перфекционизма в российских научных публикациях» выделяет наиболее популярные интерпретации этого явления: результат чрезмерно высоких стандартов деятельности; предъявление требований себе; стремление к совершенству; дисфункциональная черта личности [74].

Обобщая результаты исследования, можно сказать, что публикации отражают следующую трактовку этого явления. Под перфекционизмом понимается результат завышенных стандартов деятельности, предъявляемых себе личностью, аномально стремящейся к совершенству.

Исследователь Б. Сороцкин выделяет невротический и нарциссический типы перфекционизма, которые отражают связь со снижением самооценки. Так, невротический перфекционизм он определяет как ответную реакцию на требования давящего Сверх-Я, функцией которого является обретение уважения и любви от значимых дифференцированных объектов и избавление от чувства

вины. Именно несоответствие требований Сверх-Я будет приводить к понижению уровня самооценки и различного рода невротическим реакциям. Нарциссический перфекционизм Б. Сороцкин определяет как попытку соответствовать претензионному образу Я во избежание потери восхищения окружающих и избавления от чувства вины. Главной функцией такого типа перфекционизма выступает восстановление и поддержание неустойчивых репрезентаций Я и объекта. Основное отличие невротического от нарциссического перфекционизма сводится к стремлению личности, относящиеся к первому типу быть как можно совершеннее, и стремлении вторых казаться совершеннее [52].

Также, Е. Т. Соколова рассматривает нарциссический перфекционизм как форму «социокультурной патологии», характерной для «культуры нарциссизма» и общества потребления [70].

Н. Г. Гаранян, А. Б. Холмогорова и Т. Ю. Юдеева рассматривали отдельно такие критерии здорового и патологического перфекционизма как мотивационный, когнитивный, аффективный и поведенческий.

Мотивационный критерий отображает показатель уровня притязаний и личностных стандартов индивида в отношении каких-либо идеалов. Когнитивный критерий показывает степень зрелости когнитивных процессов. Аффективный критерий характеризует адекватную возможность человека стремиться к успеху, при котором минимален риск возникновения стресса и других невротических реакций. Таким образом, человек будет способен чувствовать удовлетворение от проделанной работы и продвигаться к новым вершинам. Поведенческий критерий отображает характер тактики выбора целей и их реализацию.

Патологический перфекционизм предполагает чрезмерно завышенные стандарты деятельности, в то время как для здоровой формы характерны реалистично высокие стандарты и притязания. Также, для паталогической

формы перфекционизма характерно искажение социальных когниций (общество будет восприниматься как требующее непомерно высокие результаты деятельности), негативное селектирование (элективная фиксация на любых ошибках), персонализация (постоянное сравнения себя и своих достижений при ориентации на самых лучших) и поляризованное мышление (достижение успеха или провал). Характерным так же является проявление различных астенических состояний. Повышенная тревожность в сочетании с выраженном страхом провоцируют стрессовую ситуацию, что не способствует гармоничному развитию личности. В процессе достижения целей для людей, склонных к перфекционизму, типичным является высокий уровень притязаний и использование труднодостижимых средств их исполнения.

Здоровая форма перфекционизма, в отличие от патологической, обладает более широким диапазоном восприятия возможностей и, в целом ситуации. Адекватное стремление к успеху способствует повышению мотивации, продуктивной работе с учетом реальных возможностей человека. При здоровой форме перфекционизма выбираются умеренно трудные цели, которые позволяют продуктивно реализовать стремление к успеху [21].

Помимо этого, исследователи Е. Т. Соколова и П. В. Цыганкова изучали, в чем же различия между здоровой и патологической формами перфекционизма. Так, они рассматривали в качестве одного из компонентов перфекционной мотивации мотивацию достижения. Они отмечали, что данная мотивация достижения, целью которой будет являться достижение наилучшего результата, направлена на лучшее из возможного выполнения какого-либо деятельности, измеряемого по критерию успешности. Личность будет прилагать всевозможные усилия в процессе выполнения задач для достижения самых лучших результатов в значимой для нее сфере. Такое стремление к успеху точно описывает перфекционную направленность индивида.

По мнению авторов, соотношение мотивации достижения и перфекционизма связано со степенью адекватности требований, выдвигаемых субъектом по отношению к своей личности и к результатам своей деятельности, его умением объективно оценивать свои возможности, признавать естественные для человека ограничения. В случаях экстремально выраженного перфекционизма, который подразумевает стереотипно воспроизводимую готовность ориентироваться на нереалистичные, завышенные идеальные стандарты себя, окружающих и результатов своей деятельности, мотивация может приобрести парадоксальную и внутренне противоречивую структуру, при которой высокий уровень перфекционизма сочетается с низкой мотивацией достижения.

Таким образом, Е. Т. Соколова и П. В. Цыганкова в своем исследовании установили, что перфекционизм сочетается с мотивацией избегания только в группе суицидальных пациентов. В группе здоровых лиц они не обнаружили связи перфекционизма с мотивацией избегания. Таким образом, авторам удалось доказать наличие у суицидальных пациентов убеждения о необходимости соответствовать идеалу, которое не сочетается с активным стремлением к успеху, готовностью браться за новые, сложные задачи и прикладывать усилия для их решения, что может являться характеристикой патологической формы перфекционизма [72].

Исследователями Н.Г. Гаранян и А.А. Низовцевой было предложено рассматривать мотивационную основу деструктивного перфекционизма как «конфликт достижения», выявленный в качестве отдельной категории Х. Хекхаузенем [81].

Возникновения такого конфликта становится возможным, когда стремление к успеху и боязнь неудачи в одинаковой степени предельно важны для личности, т.е. выступают оценочными диспозициями. Так, в данном случае, критерием успешности будет являться абсолютная величина обеих тенденций.

И, чем больше личность будет стремиться уравнивать обе позиции, тем сильнее будет выражен конфликт.

Авторы также отмечают, что при выраженном перфекционизме может наблюдаться эффект видимости мотивации на успех. Такую видимость создает стремление к идеальному выполнению деятельности и совершенству, но вместе с этим важным фактором поведения является страх перед возможным провалом. Это объясняет наличие у перфекционистов чувства неудовлетворенности проделанной работой и порождает еще большие опасения совершить ошибку. Исходя из этого, становится очевидным, почему Д. Хамачек патологический перфекционизм связывал с мотивом избегания неудачи [14].

Исследователями А. Б. Холмогоровой и Н. Г. Гаранян была введена типология патологического перфекционизма, которую составляли нарциссический и обсессивно-компульсивный типы. Нарциссический тип определялся ими как преобладание мотивации достижения успеха в сочетании с потребностью в восхищении и одобрении в ущерб остальным мотивам. Иными словами, главным смыслом жизни выступало именно достижение успеха. Обсессивно-компульсивный тип перфекционизма отличается от нарциссического тем, что, идеализированный образ Я не до такой степени вытесняет иные интересы и мотивы человека, и, помимо желания достижения идеального результата, сохраняется заинтересованность в самой деятельности [82].

В различных исследованиях описываются особенности феномена перфекционизма, его структура и негативное влияние на личность в целом. В связи с этим авторы В.А. Ясная и С.Н. Ениколопов отмечают наличие общего недостатка во всех исследованиях перфекционизма, а именно: тенденции сосредотачивать внимание на негативных аспектах этого феномена, игнорируя его позитивные аспекты.

Немногочисленные попытки систематизировать структуру перфекционизма были основаны на способах выявления именно его позитивных аспектах. Так, ученый Терри-Шорт описывал позитивный перфекционизм как мотивированное поведение, функцией которого является положительное подкрепление, включающее с готовностью взаимодействовать со стимулами. В сравнении, негативный перфекционизм, который обуславливается стремлением избегания неудач и другими страхами, будет являться функцией отрицательного подкрепления [93].

В связи с этим, в последнее время интерес некоторых отечественных исследователей остановился на изучении конструктивного перфекционизма. В этом вопросе известны описания конструктивных перфекционистов таким исследователем как М.В. Ларских.

Автор характеризует людей, у которых проявляется конструктивный перфекционизм, как сильных личностей, позволяющие себе делать ошибки и получающих удовлетворение от самого процесса достижения успеха. Они не испытывают потребности постоянно сравнивать себя с другими, не смотря на то, что ориентируются на высокие стандарты деятельности. Так, начиная работать над достижением идеального результата, они уже вначале четко уверены в успешном результате. В процессе работы они будут проявлять все свои лучшие качества и умения, показывать интерес и вовлеченность. Сосредоточившись на своих положительных сторонах, конструктивные перфекционисты разумно учитывают и слабые стороны. Такой рациональный подход поляризуется на все стороны жизни, отражающейся в их умении работать в коллективе, грамотно расставлять приоритеты и по-настоящему отдыхать от труда.

Помимо этого, М.В. Ларских указывает на постоянное желание конструктивных перфекционистов развиваться, они сильно мотивированны на успех и на реализацию своего потенциала. Иными словами, у них присутствует

выраженная потребность в росте и гармоничном саморазвитии. Характерным также является для них постановка труднодостижимых целей в самых разнообразных сферах жизни, что связано с их желанием сделать лучшее из всего того, что только способен сделать человек [53].

В вопросе организованности конструктивные перфекционисты проявляют свои лучшие качества. Для них характерна самодисциплина, организованность и упорство. Самооценка таких людей адекватного, высокого уровня в сочетании с высоким, но реалистичным уровнем притязаний. Также, у них развита способность к рефлексии, в любых вопросах они проявляют ответственность и обязательность.

Необходимым является отметить высокий уровень морально-этических принципов у конструктивных перфекционистов. Так, обладая высоким уровнем самопринятия и самоактуализации, они способны противостоять внешним воздействиям и руководствоваться самостоятельно сформированными убеждениями. М. В. Ларских так же отмечает, что они руководствуются высшими этическими принципами справедливости, и, если нормы общества им противоречат, перфекционисты могут их нарушить. Вместе с этим, конструктивные перфекционисты способны принимать конечность жизни и несовершенство мира. Главной целью их жизни является счастье.

Российские учёные внесли огромный вклад в раскрытие явления перфекционизма. Однако это явление на данный момент не имеет наполненного содержания, у него нет общепризнанного определения.

Подводя итоги теоретического рассмотрения феномена перфекционизма, в современных исследованиях можно выделить следующие направления дискуссии:

1. Одномерность или многомерность психологической структуры перфекционизма. Первоначально это явление рассматривалось как одномерный конструкт, который включал только один параметр: стремление человека

предъявлять к себе запредельные требования. Позднее, ученые пришли к выводу, то перфекционизм это многомерный конструкт, который включает в себя, помимо высоких стандартов, несколько параметров. К этому относятся разработанные тремя группами ученых различные концепции, компоненты и составляющие, детально описывающие сущность перфекционизма и его структуру.

2. Направление, посвященное тесной связи перфекционизма с тревогой и депрессией. Стоит отметить, что большая часть работ на эту тему - исследования студенческих выборок. Исследования данного явления в выборках больных тревожными расстройствами немногочисленны и начаты за границей только в 2001 г. В отечественной клинической психологии перфекционизм не изучался долгое время, но при этом было широко распространено изучение патологии целеполагания и притязаний. Следовательно, изучение данного явления у больных тревожными и депрессивными расстройствами является актуальной научной задачей.

3. Рассмотрение перфекционизма относительно теории мотивации достижения. Наблюдения учёных показывают, что для перфекционистов характерен выраженный страх перед неудачей и ошибкой, при невозможности получения удовольствия от деятельности ориентация на самый высокий результат. Это позволяет предполагать активацию тактик целеполагания и доминирование мотива избегания неудачи.

4. Следующее направление дискуссии касается проверки стабильности перфекционизма как депрессогенной личностной черты и независимости этой черты от состояния больных. На результаты личностных тестов существенное влияние оказывают депрессивные и тревожные состояния, но на данный момент известно только одно исследование, которое касается данного вопроса.

5. Последнее направление занимается соотношением перфекционизма с разными топологическими измерениями личности, в котором остро

рассматривается вопрос: перфекционизм - это атрибут определённого личностного склада или он может находиться в структуре различных личностных типов [93].

Таким образом, рассмотренные различные концепции перфекционизма в зарубежной и отечественной психологии подводят нас к следующим выводам. Понимание перфекционизма как многомерного конструкта, который имеет сложную структуру и включающем, наряду с высокими личными стандартами, ряд когнитивных и интерперсональных параметров свойственно в основном представителям зарубежной психологии, таким, как Р. Фрост, П.Л. Хьюит, Г.Л. Флетт, В. Паркер, Л. Сильверман. В отечественных исследованиях, которые были проведены такими учеными, как Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева, В.А. Ясная, больше внимания уделяется проблеме критериев формирования перфекционизма, которые часто включены в модель перфекционизма.

1.2 Социально-психологические факторы перфекционизма в юношеском возрасте

Юношеский возраст является одним из самых противоречивых и неоднозначных в психологических представлениях и теориях. Спутанность и противоречивость представлений можно объяснить становящимся характером самого возраста в истории цивилизации. Согласно гипотезе Д.Б. Эльконина (1996) об историческом содержании детства, как подростковый, так и юношеский возраст исторически молоды и поэтому не обрели своей культурно-исторической формы и механизмов развития [15].

Юность относится к такому жизненному периоду, в котором развивается способность деятельно, практически соотносить цели, ресурсы и условия для построения собственной жизни, перспективы, характерной для взрослого

человека (решение профессиональной, производственной задачи; проявление общественной позиции; осуществление общественно значимого поступка или действия; построение собственной семьи и т.п.).

Традиционно юношество разделяют на ранний и поздний этап. В связи с этим необходимо обозначить рамки данных возрастных периодов.

Ранний этап юности характерен переходом от детства к взрослости, где границы между подростковым и юношеским возрастом условны и часто пересекаются. В схеме возрастной периодизации онтогенеза границы юношеского возраста обозначены между 17 - 21 годом для юношей и 16 - 20 годами для девушек, но в физиологии его верхнюю границу часто отодвигают к 22 - 23 годам у юношей и 19 - 20 годам у девушек. В связи с явлением акселерации, границы подросткового возраста сдвинулись вниз и, в настоящее время этот период развития охватывает примерно возраст с 10 - 11 до 14 - 15 лет. Соответственно раньше начинается юность. Ранняя юность - это старший школьный возраст - 15 - 17 лет.

Поздний этап юношества считают периодом жизни молодого человека, который характеризуется самостоятельностью в решении задач строительства собственной жизни, перспективы, характерной для взрослого человека (решение профессиональной, производственной задачи; проявление общественной позиции; осуществление общественно значимого поступка или действия; построение собственной семьи и т.п.). Позднюю юность относят к 20 - 23 года.

Таким образом, юность – период жизни после отрочества до взрослости, включающий в свои рамки возраст от 16 - 17 лет до 22 - 23 лет [24].

Основными задачами психологического развития юношеского возраста являются:

- Становление Я-концепции
- Становление нового уровня самосознания

- Становление идентичности
- Формирование выраженных социальных потребностей
- Становление мировоззрения
- Самоопределение
- Поиск смысла жизни

Я-концепция, по определению Р. Бернса, это совокупность всех представлений человека о самом себе, сопряженная с их оценкой. Я-концепция определяет не только то, что собой представляет индивид, но и то, что именно он о себе думает [12]. Именно в юношеском возрасте происходит интенсивное формирование Я-концепции. Здесь правомерно сказать о двух составляющих самосознания, а именно я-образе и самооценке. Описательную составляющую Я-концепции называют образом Я или картиной Я, а составляющую, связанную с самоотношением и оценкой отдельных своих качеств называют самооценкой [42].

В период ранней юности у молодых людей происходит постепенная смена компонентов Я-концепции. Девушки и юноши привыкают к своей измененной внешности, принимают своё Я, формируют относительно устойчивый образ своего тела. Так, на первый план теперь выступают такие качества своего Я как волевые и моральные качества, интеллектуальные способности, от которых напрямую будет зависеть успешность деятельности и продуктивность отношений с окружающими.

Представление молодых людей о себе всегда соотносится с групповым образом «мы», т.е. типичного сверстника своего пола, но при этом, в отличие от подросткового возраста, оно никогда не совпадает с ним полностью. В этот период личность будет гораздо аккуратнее и тоньше оценивать образы своего «Я». Так, девушки не считают себя более общительными и раскованными, однако, приписывают себе такие качества как верность, справедливость и

искренность. Юноши считают себя менее сильными, но зато более добрыми и способными лучше понять другого человека, чем их ровесники.

Л.С. Выготский в своих работах именно развитию самосознания в юношеском возрасте отводил ведущую роль [77]. Он отмечал, что с формированием самосознания в процесс развития вступает качественно новый, своеобразный фактор – личность самого молодого человека.

Главный посыл состоит в овладении личностью того единства поведения, которое характеризуется признаком овладения им, что относится к функции открытия своего внутреннего мира. Центральным компонентом оказывается принятие себя, самоуважение. Оценка же отдельных сторон личности и качеств играет в таком собственном отношении подчиненную роль. Важно дополнить, что на основе выработки собственной системы ценностей формируется эмоционально-ценностное отношение к себе, возникающее на основе результатов деятельности, поведения, убеждений и взглядов. Данные преобразования приходятся на период ранней юности, 15-17 лет.

Так же, необходимо отметить весомую роль самооценки в развитие самосознания. Самооценка характеризуется как стержень процесса самосознания, показатель индивидуального уровня его развития, интегрирующее начало и его личностный аспект, органично включенный в процесс самопознания. По утверждению И.С. Кона, развитие самосознания в подростковом и юношеском возрастах начинается с уяснения качеств «наличного Я» [41]. При нормальном функционировании самооценки к Я-идеальному личности молодого человека пытается приблизиться Я-реальное. Однако, возможно расхождение этих двух составляющих, т.е. между свойствами и качествами, которые индивид приписывает себе и теми, которыми он бы хотел обладать.

Согласно возрастной периодизации Э. Эриксона, юношеский период строится вокруг кризиса идентичности, состоящего из серии социальных и индивидуально-личностных выборов, идентификаций и самоопределений.

Идентичность – это совокупность базовых психологических, социально-исторических и экзистенциальных характеристик личности [89]. Молодой человек на этом возрастном этапе должен понять, кем он является как личность, каков его дальнейший путь развития. Так, в поиске идентичности он решает, какие действия являются для него важными, и вырабатывает определенные нормы для оценки своего поведения и поведения других людей. Этот процесс связан также с осознанием собственной ценности и компетентности. Главной опасностью в этот период, по Э. Эриксону, является размытие чувства своего «Я», вследствие растерянности, сомнений в возможности направить свою жизнь в определенное русло, который может привести к кризису идентичности.

Так как особенно в юношестве у молодого человека осознанно формируется потребность понять, кем он является, осознать своё предназначение и жизненные задачи, у него появляется необходимость в реализации социальных потребностей. К наиболее важной относится потребность в дружбе, осознание своей важности и нужности для другого человека. Главное переживание, которое ее характеризует, это узнавание близости этого человека к себе, своему Я. Психологически важным здесь является то, что дружба дарит силу для строительства собственной целостности, которая порождает и силу своего Я и других людей от возможного воздействия.

Юношеская пора так же характеризуется формированием мировоззрения, т.к. начинает развиваться нравственная устойчивость личности. В отличие от системы взглядов ранней юности, в которой преобладают весьма противоречивые установки, к поздней юности мировоззрение приобретает устойчивый характер. Так, молодые люди ориентируются теперь на

собственные взгляды и убеждения, которые сформировались на основе уже имеющихся знаний и опыта [50].

Важным моментом в юношестве является формирование личностного и профессионального самоопределения. В период ранней юности девушки и юноши оканчивают школу, сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. В период поздней юности происходит завершение обучения в высшем учебном заведении, за которым следует принятие своей новой роли, поиск работы.

Вслед за становлением самосознания, обретением идентичности и мировоззрения, в юношеский период молодые люди начинают серьезно задумываться о вопросе смысла жизни. В поиске смысла жизни вырабатывается мировоззрение, расширяется система ценностей, формируется тот нравственный стержень, который помогает справиться с первыми житейскими неурядицами, юноша начинает лучше понимать окружающий мир и самого себя, становится в действительности самим собой.

Как и в любом возрастном периоде, в юношеском возрасте молодые люди неизбежно проходят через кризис, который имеет свои негативные и позитивные стороны. Так как этот период является переходным к следующему возрастному этапу, он содержит в себе внутренние противоречия, связанные с особенностями развития личности. С одной стороны, молодой человек уже постепенно приобретает статус самостоятельного, взрослого человека. С другой стороны, у него еще не достаточно необходимых знаний, умений и опыта для полной реализации себя.

Как указывает И.С. Кон, центральный психологический процесс юношеского возраста – развитие самосознания, которое побуждает личность соизмерять все свои стремления и поступки с определенными принципами и образом собственного «я» [42]. Существует два способа развития самопознания в юношестве. Первый заключается в соизмерении уровня своих притязаний с

уже достигнутыми результатами. Второй способ – сопоставление мнений о себе окружающих.

Юношеский возраст представляется особенно интересным, когда девушкам и юношам свойственна постановка высоких, а иногда и завышенных целей, с одной стороны, и недостаточная личностная зрелость, с другой.

Предельно важным в этой связи, во многом закладываемые в юношестве, является самоуважение – обобщенная самооценка, степень принятия или неприятия себя как личности. Молодые люди предрасположены во многом переоценивать свои возможности. Нередко они выдвигают себе непомерно высокие, труднодостижимые цели, осуществление которых потребует от них знаний и умений, несоответствующих уровню их подготовленности. Важно отметить, что такая переоценка затрагивает не только интеллектуальные возможности личности, но так же и сферу межличностных отношений. В этом возрасте юноши и девушки стремятся упрочить положение, занимаемое в коллективе, доказать, на то они способны. Только со временем, путем ошибок и накопления опыта, молодые люди смогут реально оценивать свои возможности и рационально подходить к любому виду деятельности.

Важным моментом в психологическом развитии молодых людей является поиск смысла жизни, к которому приводят их размышления о смысле своего существования. Здесь мы подходим к рассмотрению важного фактора развития в юношестве, а именно тенденции построения жизненных перспектив [44].

Л.С. Выготский рассматривал способность осмысления жизненных планов как важнейший показатель овладения личностью своим внутренним миром. Он называл эту способность системой приспособления к внешнему миру, связывая с ними «целевую» регуляцию принципиально нового типа. Так же, он указывал на важность соотношения у молодых людей объективных и субъективных возможностей, ведь только при таких условиях можно в полном смысле задумываться о жизни и планировать ее составляющие [46].

Именно на юношеском этапе, этапе взросления и определения жизни, характерным становится ориентация на будущее. Это вполне объяснимо в связи с новыми, нераскрытыми горизонтами для юношей и девушек, которые открываются для них в момент окончания школы. Вера в собственные силы, обоснованная осознанием роста своих знаний, умений, физических возможностей, ощущение безбрежных горизонтов, которые перед ними открывает жизнь, создают у юношей и девушек оптимистическое самочувствие и приводят к возникновению повышенного жизненного тонуса.

Первоначально анализ факторов развития перфекционизма происходил в рамках исследований в области психопатологии: депрессивными и тревожными расстройствами личности, суицидальным риском, нарушениями пищевого поведения, нарциссизмом и шизофренией. Позднее контекст обсуждения проблематики перфекционизма изменился.

Такие ученые, как Мякишева Н.М., Львовская Е.А., Паркер и Милз стали рассматривать перфекционизм как особенность одаренных детей. Данный факт был неоднократно эмпирически доказан на различных выборках. Мякишева Н.А. полагала, что перфекционизм является детерминантой интеллектуальной одаренности в младшем школьном возрасте [56]. Помимо этого было отмечено, что сопряженная с эмоциональной чувствительностью интенсивная одаренность в сочетании с родительской критикой и ожиданиями увеличивают вероятность возникновения перфекционизма у учащихся.

Существует целый ряд аффективных характеристик, которые присущи одаренному ребенку. Это чрезмерная чувствительность, интенсивность эмоциональных переживаний и интровертность. Зачастую дети переживают действительную либо мнимую неспособность достичь совершенства куда тяжелее и мучительнее, чем повзрослевшие таланты. Очень часто одаренный ребенок или подросток ставит перед собой задачи, как бы «забегая вперед», поскольку обнаружение решения таких задач намного превышает его

возможности на конкретном этапе обучения и развития. Невозможность достигнуть поставленной цели порождает тяжелейшие стрессы, дети долго переживают свои неудачи.

Появились, также, исследования, обнаруживающие связь данного феномена с враждебностью, агрессивностью, эмоциональным выгоранием, социально-психологическими установками, мотивацией, самооценкой, самоактуализацией, самоотношением и Я-концепцией. Выявлено, что причинами возникновения перфекционных тенденций выступают не только масштабные социокультурные особенности, но и семейный микроклимат [14].

Д. Хамачек к генезису перфекционизма относил фактор особенности семейного воспитания. По его мнению, формирование невротической, перфекционистской ориентации происходит очень рано в результате взаимоотношений родителей и детей. Так, он описывал поведение родителей как постоянно не одобряющих, требующих положительного поведения и высоких результатов деятельности, чью поддержку и любовь, возможно, заслужить успехами и достижениями. Как результат снижение самооценки детей, появление мнительности и неуверенности в себе. Дети ориентируются на самых успешных, чтобы избежать критики, неодобрения и заслужить любовь родителей, ведь они думают, что только через значимые достижения родители заметят и оценят их.

Родители перфекциониста чрезмерно критичны, требовательны и в целом оказывают ребенку существенно меньше поддержки. Ребенок, вынужден быть «безошибочным», чтобы удовлетворить родительские ожидания и избежать критики. Такие родители сверхмерно критичны и требовательны, мало поддерживают своего ребёнка. У этих детей не формируется концепция «в меру хорошего результата». Близость и любовь недооцениваются по сравнению с результатом выполнения деятельности. Под страхом получить родительское

неодобрение или критику, ребёнок старается быть всегда идеальным, надеясь завоевать родительскую любовь [80].

В связи с этим выделяются четыре типа родительского поведения, которые будут оказывать влияние на формирование перфекционистского мышления ребенка:

1. Поведение, при котором родители весьма требовательны и критичны к ребенку.
2. Чрезмерно высокие родительские ожидания по отношению к ребенку.
3. Отсутствие родительского одобрения или его фрагментарность.
4. Поведение, при котором родители будут служить моделями для выработки перфекционистских установок и форм поведения.

По мнению С.С. Степанова, именно в школьном возрасте проблема предотвращения развития перфекционизма у учащихся становится чрезвычайно важной в связи с задачей формирования здоровой самооценки и мотивации достижения.

Также, главным провоцирующим фактором формирования перфекционизма, С.С. Степанов, считал авторитарный стиль воспитания, характеризующийся сочетанием регламентированных, жестких требований и дефицитностью эмоциональной поддержки [33].

В этом случае детям приходится оправдывать замыслы и надежды родителей, ведь в обратном случае они рискуют быть незамеченными и недооцененными. С.С. Степанов рекомендует такую тактику поведения для родителей, при которой ребенок не будет ощущать себя неуверенным и недостаточно компетентным, а именно: любую ошибку ребенка не следует воспринимать как провальный результат и связывать их с личностными особенностями. Важно понять, что на ошибках учатся и только с опытом возможно добиться определенных результатов. Также, некорректным является постоянное сравнение ребенка сверстниками, так как это лишь добавит ему

неуверенности и не способствует продуктивной деятельности. Необходимо замотивировать детей на достижение успеха, заинтересовать и показать, насколько приятным и полезным будет результат. Тогда и только в таких условиях становится возможным воспитание сильной, уверенной, ориентированной на успех личности.

Анализ научной литературы позволяет нам выделить четыре семейные модели развития перфекционизма:

- Модель социального ожидания (условие, при котором дети убеждены, что родительскую любовь и уважение возможно завоевать лишь примерным поведением и блестящими успехами);
- Модель социального научения (предположение, что дети вырабатывают у себя склонность к перфекционизму наблюдая за взрослыми);
- Модель социальной реакции (предполагает развитие перфекционизма как копинг-стратегии на жесткие, регламентированные требования в семье);
- Тревожная модель (условия, при котором ребенок чувствует тревогу и разочарование при совершении ошибок).

Таким образом, во всех этих моделях перфекционизма выделяется огромная роль родительской семьи в развитии данной личностной черты [69].

Как показывают другие исследования, перфекционизм коррелирует с депрессивными и тревожными расстройствами. А.Б. Холмогоровой было введено понятие физический перфекционизм как особый тип, проявляющийся в стремлении к телесному совершенству. В совместном исследовании А.Б. Холмогоровой и А. Дадеко была выявлена взаимосвязь физического перфекционизма с показателями тревожности и депрессивной симптоматикой. Так же, была доказана связь расстройств пищевого поведения и перфекционизма, а именно: девушки демонстрировали экстремальные формы пищевого поведения (вплоть до отказа приема пищи), имели место быть случаи

с анорексией и булимией как результат неадекватных представлений о стандартах совершенного тела [23].

В своей обзорной статье об исследованиях перфекционизма О'Коннор отмечает, что во многих отечественных исследованиях так же была выявлена взаимосвязь перфекционизма с суицидальным поведением, чувством безнадежности и самокритицизмом [71].

В настоящее время известны многочисленные исследования, в которых доказана роль семьи в формировании перфекционизма как дисфункциональной черты личности.

Так, проанализировав исследования таких авторов как Костнер, Р. Лефковиц, Зуроф, С. Блатт заключает о таком факторе перфекционизма, как родительский авторитаризм и отвержение. Они, в свою очередь, могут служить предикторами депрессии и самокритицизма в подростковом и юношеском возрасте [90]. Так, по С. Блатту, высокий уровень перфекционизма у детей связан с высоким уровнем критики и требований со стороны родителей. Это обуславливается нехваткой таким детям внимания со стороны родителей, заботы и любви. Таким образом, ребенок становится перфекционистом, поскольку только так, по его мнению, можно заслужить любовь, принятие и восхищение. В результате, как предполагает С. Блатт, родительский перфекционизм может быть одним из главных механизмов межпоколенной передачи перфекционизма и депрессии в семье.

Взаимосвязь перфекционизма матерей и дочерей была обнаружена Р. Фростом и его коллегами [94]. Материнский перфекционизм как жесткость стандартов был прочно связан с выраженной психопатологической симптоматикой у дочерей. Примечательно, что для отцов такая взаимосвязь не была обнаружена, их уровень перфекционизма был связан с менее интенсивной симптоматикой у дочерей.

Австралийские ученые, во главе с У. Паркером, так же подтвердили важность материнского перфекционизма для развития перфекционистской направленности у детей. Учёные установили, что показатели матерей объясняют 29% показателей перфекционизма у дочерей и 20% у сыновей, в то время как показатели отцов объясняют 5% показателей исследуемого явления у дочерей и 15% у сыновей [83].

Говоря о семье как факторе развития перфекционизма, стоит сказать, что существуют также исследования, в которых доказано, что, помимо стиля родительского воспитания и установок, также оказывают влияние такие дисфункции как асоциальные семьи, семьи с родителями-аддиктами. Например, в исследовании Пингри было выявлено, что взрослые дети родителей, страдавших алкоголизмом, демонстрируют более высокий уровень перфекционизма и тревоги, чем взрослые, выросшие в семьях без алкогольной зависимости [43].

Подводя итоги рассмотрения факторов перфекционизма правомерно заключить, что родительский уровень перфекционизма и их потребность в собственном совершенстве и совершенстве своих детей могут служить главным механизмом между поколенной передачи депрессии от родителя к ребенку. В связи с этим остается неизученным следующий вопрос: дети сами воспринимают родителей как предъявляющих завышенные требования или же это родители напрямую требуют от них совершенства. В настоящий момент известны немногочисленные исследования критицизма и ожиданий родителей. Ряд ученых предполагают, что изначально перфекционизм возникает как некая адаптивная установка, но в течение жизни для большинства эта установка становится деструктивной.

На возникновение перфекционизма у ребёнка наибольшее влияние оказывает поведение родителей, которые чрезмерно много с него спрашивают, много критикуют, порицают и мало хвалят. Ребёнок интериоризует

происходящее, понимает, что его любят и ценят только тогда, когда он добивается успеха, и закрепляет поведение. К тому же у него перед глазами яркий пример - его родители.

Следует учитывать, что даже позитивное стремление к успеху может привести к неблагоприятным последствиям: трудностям концентрации внимания и хроническому переутомлению. Достижение ранее достигаемых результатов может быть осложнено изменением жизненных обстоятельств. И если человек полагает, что его деятельность имеет только положительные последствия, то он, скорее всего, не осознаёт негативных последствий своего перфекционизма для других людей [14].

В настоящий момент исследования, посвященные перфекционизму у детей, немногочисленны, но предельно важны, так как необходимым является изучение источников перфекционизма, определение факторов, влияющие на формирование перфекционистских установок у детей. Только при таких условиях становится возможным понять, каковы особенности перфекционизма и как изменяются перфекционистские установки с взрослением.

Формирование сознательного перфекционизма происходит в подростковом возрасте, когда подросток начинает думать о себе, как о совершенном. Сознательный перфекционизм отражает убежденность подростка в своей исключительности и превосходстве над другими. При этом происходит защитное обесценивание других в попытке сохранить ощущение превосходства и утраченное эмоциональное равновесие, и замещение своего обязательства по саморазвитию рациональной критикой недостатков других людей.

В юности, когда происходит активное формирование социально-ответственного поведения, подготовка к участию в деятельности на пользу общества, в случае несоответствия требованиям социума или ярким стремлением быть компетентным в различных сферах, у молодых людей возможно формирование перфекционистской направленности поведения. Это

обуславливается особенностью социальной ситуацией развития молодых людей в этот период. Важным компонентом здесь будет являться переживание юношами и девушками социальных представлений по поводу успешности. Так, становится очевидным тот факт, что завышенные социальные ожидания действительно провоцируют развитие перфекционизма у учащихся. Страх несоответствия надеждам окружающих людей оказывает дестабилизирующий и ингибирующий эффекты на академическую деятельность детей и подростков [29].

Такие ученики часто испытывают сомнения по поводу своей роли в жизни референтного общества. Студенты нередко чувствуют, что их ценят только за то, что они делают, а не за то, кто они есть. Поскольку в погоне за выдающимися успехами и личными рекордами дети ориентируются на внешние ожидания, а не на собственные представления о счастье, это отдаляет их от своего «я». Нереалистичные ожидания систематически высокой производительности от учащихся приводят не только к нарастанию их перфекционизма, но и к самоотчуждению. Это вызывает выученную беспомощность, тенденцию приписывать результаты внешним причинам и уклонение от возможных неудач.

Учеными также анализировались ожидания учителей о продуктивности одаренных студентов. Продемонстрировано, что позитивный перфекционизм (организованность и высокие личные стандарты) ассоциирован с рейтингами педагогов по поводу социального функционирования и лидерства учащихся, в то время как отрицательный перфекционизм (обеспокоенность ошибками и сомнения в своих действиях) дает прямо противоположные результаты [69].

Таким образом, для юношеского возраста характерны такие новообразования как становление Я-концепции, развитие самосознания, формирование мировоззрения, профессиональное и личностное самоопределение. На развитие перфекционизма оказывают влияние

личностные факторы (отсутствие мотивации, заниженная самооценка, чрезмерная ответственность), социокультурные факторы (влияние СМИ, референтного окружения), в то время как преобладающим фактором по утверждению многих авторов является особенности семейного микроклимата (детско-родительские отношения, стиль семейного воспитания, личностные особенности родителей).

1.3. Особенности проявления перфекционизма девушек и юношей с разной гендерной самоидентификацией

В современном мире в последнее время крайне поменялась ситуация взросления молодых людей, тем самым увеличив для них возможности самореализации. Исследователи отмечают, что характерным для современных юношей и девушек становятся нестандартные мотивы самосовершенствования и саморазвития, явно отличающих этим их от выпускников прошлых лет. В юношеский период как никогда важным является осознание вектора собственного развития, что является базой сенситивности к самосовершенствованию.

Так как в рамках нашей работы мы исследуем, как именно проявляется феномен перфекционизма в юношеский период, интересным представляется рассмотреть феномен проявления перфекционизма с позиции гендерной идентичности, являющейся одной из базовых характеристик личности.

В психологии термин «идентичность» связывают с работами Эрика Эриксона, который определял ее как внутреннюю непрерывность и тождественность личности [89]. Гендерная идентичность определяет степень, в которой каждый индивид идентифицирует себя в качестве мужчины, женщины или некоего сочетания того и другого. Эта внутренняя структура, создаваемая в процессе развития, позволяет индивиду организовать образ Я и социально

функционировать в соответствии с воспринимаемым полом и гендером. Она не дается индивиду автоматически, при рождении, а вырабатывается в результате сложного взаимодействия его природных задатков и соответствующей социализации, типизации или «кодирования». Активным участником этого процесса является сам субъект, который принимает или отвергает предлагаемые ему роли и модели поведения, вплоть до «перекодирования» или «переустановки» гендерной идентичности.

Гендерная идентичность формируется в результате психологической интериоризации мужских или женских черт, в процессе взаимодействия личности с окружением, в ходе социализации. Заметим в этой связи, что в эпигенетической схеме Э. Эриксона базисный конфликт шестой стадии психосоциального развития — интимность против изоляции — напрямую связан именно с гендерной идентичностью индивида [57]. При этом, как показано в ряде работ, в частности В.А. Ильина, результаты разрешения данного конфликта в социально-психологическом смысле не замыкаются в сфере интимно-личностных отношений, но специфическим образом проявляются в существенно более широком контексте межличностных отношений [30].

В данной логике гендерная идентичность выступает как продукт социального конструирования и, одновременно, как один из ключевых факторов, опосредующих поведенческую активность и установки личности в контексте межличностных отношений.

Также, в структуре гендерной идентичности выделяют следующие компоненты: когнитивный (осознание своей принадлежности к определенному полу и описание себя с точки зрения женственности/мужественности); аффективный (оценка особенностей ролевого поведения на основе их соотнесения с эталонными моделями фемининности/маскулинности); и конативный (самопрезентация себя как представителя гендерной группы).

Таким образом, гендерная идентичность обуславливает особенности поведения личности в конкретных ситуациях.

И.С. Клецина под гендерными стереотипами понимает стандартизированные представления о моделях поведения и чертах характера, соответствующие понятиям «мужское» и «женское», и рассматривает три основные группы гендерных стереотипов [35].

К первой группе относятся стереотипы маскулинности-фемининности. Мужчинам и женщинам приписываются конкретные социально-психологические качества и свойства личности, стиль поведения. «Мужское» (маскулинное) или отождествляемое с ним считается позитивным, значимым, доминирующим, рациональным, духовным, культурным, активно-творческим, а «женское» (фемининное) связывается с негативным, вторичным, чувственным, телесным, греховным, природным, пассивно-репродуктивным.

Вторая группа гендерных стереотипов связана с закреплением семейных и профессиональных ролей в соответствии с полом. Считается, что для женщин основной ролью считается семейная, для мужчин — профессиональная, соответственно, и оценка успешности личности связана с выполнением этой роли. Следовательно, женщина должна реализовываться в микросреде (семья, быт), а мужчина в макросреде (работа, политика, наука).

Третья группа гендерных стереотипов связана с половыми различиями в содержании труда. Как правило, женщине принадлежит экспрессивная сфера деятельности (исполнительский и обслуживающий труд), а мужчине — инструментальная сфера деятельности (творческий, созидательный, руководящий труд). Т. Парсонс и Ф. Бэйлс говорят о позитивном влиянии такой дифференциации ролей, отмечая, что «несмотря на противоположности, коими являются мужчина и женщина, они могут разнообразно взаимодействовать с учетом выполнения предназначенных им ролей» [38].

Социально-психологическими факторами, способствующими формированию и закреплению стереотипов, являются социокультурные традиции, которые, интериоризируясь в процессе взаимодействия ребенка с окружающим миром, оказывают влияние на его мотивацию, систему ценностей, степень уверенности в себе. Так же, поведение родителей и педагогов, связанное с внушением детям представлений о стереотипных половых ролях, о «мужском» и «женском» типах поведения, «мужских» и «женских» профессиях [36].

В современной психологии большое внимание уделяется феномену кризиса гендерной идентичности, под которым понимается невозможность достижения внутренней согласованности, самоактуализации и внешнего подтверждения гендерной идентичности. Кризис гендерной идентичности включает в себя рассогласование внутренних компонентов гендерной идентичности (гендерных представлений, гендерной самооценки и гендерных планов, способов и структур поведения), а также рассогласование внутренних составляющих гендерной идентичности с внешними гендерными пространствами, включающими в себя гендерные стереотипы и эталоны, гендерную телесность и гендерные роли.

Здесь представляется возможным осветить некоторые исследования, посвященные проблеме гендерной идентичности и ее связи с феноменом перфекционизма.

В статье Марковой С.В. об исследовании уровня выраженности перфекционизма у подростков с девиантным поведением описываются результаты проведенного исследования уровня выраженности перфекционизма у старших подростков с девиантным поведением, возраст которых составлял от 15 до 17 лет (период ранней юности). Целью данного исследования было установление уровня выраженности перфекционизма у подростков исследуемой группы и выявление гендерных различий [32].

Полученные результаты показали наименее выраженный уровень перфекционизма у учащихся специальной школы для подростков с девиантным поведением.

Кроме этого, были установлены гендерные различия в уровне перфекционизма у подростков 15–17 лет: юноши показали более высокие, в сравнении с девушками, баллы в выраженности исследуемого признака.

Изучение возрастных особенностей проявления перфекционизма показало, что наиболее выраженный перфекционизм чаще встречается в старшем подростковом возрасте, у подростков 16-17 лет, по сравнению с более младшими испытуемыми. При этом данные различия являются более значимыми среди девушек. Среди юношей значимых различий проявления перфекционизма в зависимости от возраста выявлено не было.

При анализе влияния половой принадлежности на проявления перфекционизма исследователями было выявлено, что более выраженный уровень перфекционизма в большей степени распространен среди юношей, чем среди девушек, не зависимо от того, какого они возраста и в каких учебных заведениях обучаются.

В одном из исследований, касающихся проявления перфекционизма у учащихся старших классов, была изучена взаимосвязь перфекционизма с профессиональными установками подростков [45]. Респондентами являлись 72 ученика общеобразовательных средних школ возраста от 15 до 17 лет, из которых 42 девушки и 30 юношей.

Проанализировав результаты исследования, ученым удалось заключить, что в выборке девятиклассников – юноши и девушки различаются по показателю «Перфекционизм – ориентированный на себя» (показатель адаптивного перфекционизма), при этом, у девятиклассниц этот показатель был значимо выше.

Проверка предположения о значимости различий в показателях готовности к профессиональному самоопределению и выраженности перфекционизма в зависимости от успешности обучения была проведена на выборке 10-классников: сравнивались показатели учащихся обычного 10 класса и 10 коррекционного класса [51]. Гипотеза подтвердилась: более успешные в обучении десятиклассники имеют более высокие показатели перфекционизма.

Для проверки предположения о разной роли адаптивного и дезадаптивного перфекционизма в профессиональном самоопределении была проведена процедура выделения групп с контрастным соотношением показателей перфекционизма. Первую группу составили школьники с высокими показателями перфекционизма, ориентированного на себя и низкими показателями социально-предписанного перфекционизма. Контрастную группу образовали школьники с противоположным соотношением показателей. Различия между группами получены по всем показателям «комплекса компетентности» в сфере профессионального выбора: у лиц с выраженным адаптивным перфекционизмом выше показатели решительности, оптимизма и самооценки [69].

В работе авторов О.П. Нечепоренко и М.В. Разина описываются результаты исследования выявления взаимосвязи между составляющими перфекционизма и уровнями ответственности, а также составление типологии по критерию ответственности и перфекционизма в юношеском возрасте. Выборку составили 50 студентов (25 девушек и 25 юношей) в возрасте от 20 до 24 лет [17].

В процессе работы, проделанной авторами, были обозначены две категории для девушек и для юношей, которые отражают взаимосвязь перфекционизма и ответственности.

Благодаря анализу данных, проведенного в группе девушек, удалось выявить следующие типы: «в меру ответственный неперфекционист»,

«безответственный неудовлетворенный» и «гиперответственный, требовательный к себе». По юношам авторы обозначили типы: «безответственный перфекционист», «ответственный неперфекционист», «гиперответственный, требовательный к себе» тип.

Обобщая результаты данного исследования, можно сделать вывод, что существует взаимосвязь между составляющими перфекционизма и уровнем ответственности. Было выявлено, что перфекционизм положительно коррелирует с такими шкалами ответственности, как «Отношение к трудностям», «Отношение к тому, за что человек должен нести ответственность» и «Предвидение результатов деятельности».

Это значит, что чем человек требовательнее к себе, чем более сложные цели он ставит перед собой, чем более серьезно он относится к результату своей деятельности, тем успешнее будет справляться с трудностями, добиваться успеха в жизни, производить на окружающих впечатление ответственной личности.

Отрицательную корреляцию перфекционизма авторы выявили с такими шкалами, как «Отношение к последствиям своих поступков», «Отношение к новым обязанностям». Из этого следует, что, человек с перфекционистской тенденцией, скорее всего, будет ответственно подходить к выполнению поручений, но с неохотой браться за новые, так как деятельность, требующая ответственного поведения, не доставляет подобной личности никакого удовольствия.

Результаты, представленные в исследовании О.П. Нечепоренко и М.В. Разина практически значимы и актуальны, так как могут быть использованы в процессе диагностики в сфере обучения, а так же при профотборе. Помимо этого, данное исследование по своей новизне вносит большой вклад в психологическую теорию, так как результаты послужат для практической пользы в практике психологического консультирования и психокоррекции.

Наконец, было проведено исследование гендерных особенностей проявления перфекционизма и личностной зрелости у старшеклассников. Данное исследование проводилось на базе гимназии среди учеников старших классов в возрасте от 16 до 17 лет, из них 30 девушек и 30 юношей. Проанализировав все данные, было установлено, что для девушек и для юношей характерно в одинаковой степени адекватность реагирования на совершаемые ими ошибки, т.е. они склонны не все свои ошибки приравнять к неудачам. Такие молодые люди, по мнению авторов, способны грамотно анализировать ситуацию, принимать возможные промахи как обязательную составляющую успеха и, конечно же, делать выводы.

Кроме того, важным является фактор восприятия родителей как чрезмерно критикующих. Данный факт вынуждает девушек и юношей сомневаться в качестве выполнения своей деятельности и, в целом, в себе. Страх несоответствия родительским ожиданиям в сочетании с неуверенностью в своих возможностях может привести к снижению функциональности и общего уровня самооценки молодых людей. Также, при завышенном уровне притязаний и высокой требовательности к себе молодые люди начинают постоянное сравнение себя с окружающими, фиксируя внимание на собственных промахах. Необходимым является отметить такой параметр поведения у молодых людей, как чрезмерная требовательность к себе, отсутствие самодовольства, застенчивость и неадекватная самооценка [34].

Таким образом, в изучении гендерных особенностей проявления перфекционизма и личностной зрелости у старшеклассников достоверных различий выявлено не было. Это может говорить о том, что девушки и юноши в равной степени стремятся максимально реализовать свой потенциал, проявляя при этом такие качества как самостоятельность, решительность, инициативность. В связи с этим, чем больше молодые люди будут стремиться к достижению высоких результатов в своей деятельности, тем выше

возникновение у них чувства неуверенности, неудовлетворенности своими способностями, умения и навыками.

Так же можно отметить такой существенный параметр поведения, как не адекватная самооценка, высокая требовательность к себе, отсутствие самодовольства, застенчивость. Кроме того, отсутствуют различия в уровне развития таких качеств как патриотизм, интерес к явлениям общественно-политической жизни, чувство профессиональной ответственности, потребность в общении, коллективизм.

В этом возрасте у обоих полов преобладает не достаточная эмоциональная уравновешенность, не способность к рассудительности, скорее склонность к импульсивности. Это будет являться причиной не доброжелательности к людям, отсутствие или низкий уровень умения сопереживать, неумение слушать других, уменьшение потребности в духовной близости с другими людьми [7].

В настоящее время наблюдается смещение границ гендерной принадлежности. Особенно актуальны вопросы гендерной идентификации в подростковом и юношеском возрасте. Это может обуславливаться завершением процессов формирования полоролевой идентичности в, котором, выстраивая собственную картину мира, свой новый образ «Я», молодые люди не ограничивается пассивным усвоением гендерных норм и ролей, а стремятся самостоятельно и активно осмысливать и формировать свою гендерную идентичность.

Так, преобладание маскулинных черт у молодых людей в юношеском возрасте, скорее всего, будет обуславливать проявление перфекционистской направленности следующим образом: они будут более активными в решении каких-либо задач, стремиться реализовывать лидерские качества. Также их поведение будет отличаться доминантностью, напористостью, независимостью, беспечностью, храбростью, склонности к риску, добросовестностью и

ответственностью. Данные характеристики могут относиться к такому типу перфекционизма как направленность на стандарты деятельности. В таких условиях молодые люди, обладая лидерскими качествами, неуклонно будут ориентироваться на значимых, успешных людей и результаты их деятельности. Обладая всеми необходимыми волевыми компонентами, юноши и девушки с преобладающими маскулинными чертами, без труда смогут реализовывать свой потенциал и приводить желаемые цели в легко реализуемые.

Преобладание феминных черт, как у юношей, так и у девушек, будет проявляться в меньшей требовательности к себе и окружающим, ориентации на совместное, а не автономное решение задач. Для них будет в большей степени свойственно проявление эмоциональности, чем для маскулинных молодых людей. Такие характеристики, скорее всего, будут соотноситься с таким типом перфекционизма, как самокритичность. Обладая высокой требовательностью к себе и своим достижениям, такие молодые люди не будут чувствовать удовлетворенности от себя и своей работы. Именно процесс самоистязания как следствие собственного несовершенства будет стимулировать у них установку на перфекционистскую направленность в поведении.

Андрогинные девушки и юноши совмещают в своем поведенческом диапазоне маскулинные и феминные характеристики, что в современных условиях позволяет им более успешно адаптироваться в коллективе и решать различного рода задачи. Такие характеристики могут относиться к типу перфекционизма, ориентированный на стандарты деятельности, заданными другими. Так, при объективном сравнении себя и своих возможностей с другими в сочетании с такими качествами личности как активность и независимость, молодые люди будут способны успешно покорять планируемые высоты без риска снижения работоспособности, который может привести к апатии и невротизации. Иными словами, андрогинная личность, обладая

необходимым арсеналом поведенческих вариаций маскулинного и феминного типов будет более продуктивна в постановке и реализации различных целей.

Итак, гендерные стереотипы, принятие или отвержение гендерных ролей и соответствующие установки способствуют формированию соответствующей гендерной идентичности, исходя из чего, девушки и юноши будут по-разному проявлять перфекционистскую направленность в зависимости от того, какие гендерные характеристики будут преобладать в их поведении.

Таким образом, анализ научной литературы позволяет сделать следующие выводы:

1. Перфекционизм – это стремление субъекта к совершенству, высокие личные стандарты, стремление человека доводить результаты любой своей деятельности до соответствия самым высоким эталонам (нравственным, эстетическим, интеллектуальным); это потребность в совершенстве продуктов своей деятельности.

2. Для юношеского возраста характерны такие новообразования как становление Я-концепции, развитие самосознания, формирование мировоззрения, профессиональное и личностное самоопределение. На развитие перфекционизма оказывают влияние личностные факторы (отсутствие мотивации, заниженная самооценка, чрезмерная ответственность), социокультурные факторы (влияние СМИ, референтного окружения), в то время как преобладающим фактором является особенности семейного микроклимата (детско-родительские отношения, стиль семейного воспитания, личностные особенности родителей).

3. Гендерная идентичность – это базовая структура социальной идентичности, которая характеризует человека (индивида) с точки зрения его принадлежности к мужской или женской группе, при этом наиболее значимо, как сам человек себя категоризирует. Гендерная идентичность определяет степень, в которой каждый индивид идентифицирует себя в качестве мужчины,

женщины или некоего сочетания того и другого. Активным участником этого процесса является сам субъект, который принимает или отвергает предлагаемые ему роли и модели поведения, вплоть до «перекодирования» или «переустановки» гендерной идентичности.

Глава 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

2.1 Характеристика выборки и этапов исследования

Для подтверждения выдвинутых нами гипотез было организовано эмпирическое исследование гендерных особенностей проявления перфекционизма в юношеском возрасте, которое носило характер констатирующего эксперимента.

Эмпирическое исследование гендерных особенностей проявления перфекционизма в юношеском возрасте проходило на базе ЧОУ школы «Эврика» г. Самара и СФ ГАОУ ВО МГПУ.

В эмпирическом исследовании приняли участие ученики выпускных классов и студенты 1-3 курсов ВУЗа, всего 60 человек, а именно 30 девушек и 30 юношей. Возраст респондентов от 17 до 22 лет.

Для обеспечения однородности выборки мы опирались на классификацию, по которой границы юношества простираются от возраста 16 - 17 до 22 - 23 лет. Традиционно юношеский возраст разделяют на ранний и поздний этап. Внутри перехода от детства к взрослости границы между подростковым и юношеским возрастом условны и часто пересекаются. В схеме возрастной периодизации онтогенеза границы юношеского возраста обозначены между 17 - 21 годом для юношей и 16 - 20 годами для девушек, но в физиологии его верхнюю границу часто отодвигают к 22 - 23 годам у юношей и 19 - 20 годам у девушек. В связи с явлением акселерации, границы подросткового возраста сдвинулись вниз и в настоящее время, этот период развития охватывает примерно возраст с 10 - 11 до 14 - 15 лет. Соответственно раньше начинается юность. Ранняя юность - это старший школьный возраст - 15 - 17

лет. Позднюю юность относят к 20 - 23 годам.

На основе анализа документов была сформирована выборка исследования. На следующем этапе проводился сбор первичных данных. Исследование было проведено в период с сентября 2017 по февраль 2018 года. Перед началом диагностики респондентам устно озвучивалась инструкция, цели исследования, после чего раздавались бланки с тестовым материалом, и начиналась процедура заполнения.

Диагностика осуществлялась в групповой форме. Исследование проводилось в дневное время, соблюдались условия добровольности и анонимности. Отношение респондентов к проведению тестирования было положительным, был проявлен интерес к теме исследования и последующим результатам диагностики. В ходе диагностики соблюдались принципы конфиденциальности, единообразие процедуры тестирования было соблюдено.

На заключительном этапе исследования использовались методы математико-статистической обработки результатов исследования, проводился анализ диагностических данных и их интерпретация. На основе полученных сведений были сделаны выводы о подтверждении выдвинутой гипотезы.

2.2. Описание методов исследования

В нашем исследовании использовались следующие диагностические методики:

1. «Опросник перфекционизма» Н. Г. Гаранян и А. Б. Холмогоровой:

Эта отечественная методика содержит шкалы, характеризующие три аспекта перфекционизма, а именно: «Стандарты деятельности», «Самокритика» и «Ориентация на других». Опросник состоит из 29 утверждений, на каждый из которых респондентам необходимо выбрать определенный ответ с последующим присваиванием балла. Варианты ответов и баллы по методике

следующие:

- «безусловно, да» — 4 балла;
- «пожалуй, да» — 3 балла;
- «пожалуй, нет» — 1 балл;
- «безусловно, нет» — 0 баллов.

После подсчета баллов по каждой шкале результаты переводятся в стены, и далее, соотносятся с определенным уровнем перфекционизма (низкий, ниже среднего, средний, выше среднего и высокий).

2. Тест Альберта Эллиса «Методика диагностики иррациональных установок»:

Тест содержит 50 вопросов, на каждый из которых возможно три варианта ответа: А – полностью согласен; В – не уверен; С – полностью не согласен. После подсчета баллов по каждой шкале определяется степень наличия иррациональной установки у респондента. Шкалы характеризуются следующими особенностями:

- Шкала "катастрофизации" отражает восприятие людьми различных неблагоприятных событий. Низкий балл по этой шкале свидетельствует о том, что человеку свойственно оценивать каждое неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое, в то время как высокий балл говорит об обратном.

- Показатели шкал "долженствования в отношении себя" и "долженствования в отношении других" указывают на наличие либо отсутствие чрезмерно высоких требований к себе и другим.

- "Оценочная установка" показывает то, как человек оценивает себя и других. Наличие такой установки может свидетельствовать о том, что человеку свойственно оценивать не отдельные черты или поступки людей, а личность в целом.

- Другие две шкалы - оценка фрустрационной толерантности личности, которая отражает степень переносимости различных фрустраций (т.е., показывает уровень стрессоустойчивости) и общая оценка степени рациональности мышления.

Степень выраженности иррациональных установок, ведущих к стрессам определяется количеством баллов, набранных респондентом по какой-либо шкале:

Менее 15 баллов - ярко выраженное и отчетливое наличие иррациональных установок, ведущих к стрессам;

От 15 до 22 - наличие иррациональной установки, средняя вероятность возникновения и развития стресса;

Более 22 - иррациональные установки отсутствуют.

3. Поло-ролевой опросник Сандры Бэм:

Это методика, разработанная для измерения степени, в которой индивид проявляет черты или поведенческие особенности, традиционно связываемые с мужскими и/или женскими полюсами полоролевой идентификации.

Шкала состоит из 20 пунктов, тесно связанных с традиционным общественным мнением о маскулинности, и 20 пунктов, аналогично ассоциирующихся с фемининностью. Опросник также включает в себя шкалу андрогинии, которая отражает степень соотношения у испытуемого идентификаций с классическими маскулинными и классическими фемининными чертами.

Подсчитывается количество совпадений ответов с ключом и, исходя из этого, соотносится со шкалами маскулинности, фемининности и андрогинности.

Гендер (Gender) в психологии — социально-биологическая характеристика, с помощью которой люди дают определение понятиям «мужчина» и «женщина». Поскольку пол (sex) является биологической

категорией, социальные психологи часто ссылаются на те гендерные различия, которые обоснованы биологически, как на «половые».

Психологи предпочитают употреблять термин «гендер», подчеркивая тем самым, что многие различия между мужчинами и женщинами создаются культурой, тогда как слово «пол» подразумевает, что все различия являются прямым следствием биологического пола.

В гендерной психологии используется традиционный понятийный аппарат. Наиболее важными являются такие понятия, как:

- маскулинность (мужественность): представляет собой комплекс аттитюдов, характеристик поведения, возможностей и ожиданий, детерминирующих социальную практику той или иной группы, объединенной по признаку пола;

- феминность (женственность): характеристики, связанные с женским полом, или характерные формы поведения, ожидаемые от женщины в данном обществе, или же социально определенное выражение того, что рассматривается как позиции, внутренне присущие женщине;

- андрогинность: совмещение в индивиде маскулинных и фемининных черт. Андрогинная личность вбирает в себя все лучшее из обеих половых ролей, имеет богатый набор полоролевого поведения и гибко использует его в зависимости от динамично изменяющихся социальных ситуаций.

4. Контент-анализ Эссе «Современный успешный молодой человек:

Контент-анализ – это формализованный метод изучения текстовой информации, заключающийся в переводе изучаемой информации в количественные показатели и ее статистической обработке. К основным процедурам контент анализа как метода психологического исследования относятся: выделение смысловых единиц анализа; выделение единиц счета, которые могут совпадать либо не совпадать с единицами анализа; процедура

подсчета в общем виде сходна со стандартными приемами классификации по выделенным группировкам (составление специальных таблиц, применение компьютерных программ, специальных формул).

Респондентам предлагалось в свободной форме написать, кто же такой, по их мнению, современный, успешный молодой человек. Какими качествами, навыками и способностями он должен обладать. Обработка результатов проводилась следующим образом: отдельно у девушек и у юношей фиксировались и подсчитывались количество контентов и соотносились с определенной категорией. Далее результаты вписывались в сравнительную таблицу, после чего делались выводы о качественном различии представлений современного успешного молодого человека у девушек и у юношей.

Данные, полученные нами в ходе диагностических процедур, были подвергнуты методам математической статистики:

- Критерий Манна Уитни (Mann — Whitney) – это статистический критерий, используемый для оценки различий между двумя независимыми выборками по уровню какого-либо признака, измеренного количественно. Позволяет выявлять различия в значении параметра между малыми выборками.

- Ранговая корреляция Спирмена (Spearman) – это непараметрический метод, который используется с целью статистического изучения связи между явлениями. В этом случае определяется фактическая степень параллелизма между двумя количественными рядами изучаемых признаков и дается оценка тесноты установленной связи с помощью количественно выраженного коэффициента.

- Критерий Крускала Уоллисса (Kruskal — Wallis) – предназначен для проверки равенства медиан нескольких выборок. Данный критерий является многомерным обобщением критерия Уилкоксона — Манна — Уитни.

- Критерий Фишера (F-критерий, F^* - критерий) – это критерий, который используется для сравнения двух относительных показателей,

характеризующих частоту определенного признака, имеющего два значения.

Расчет критериев проводился с помощью программы SPSS (22).

Глава 3. ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

3.1 Описание результатов исследования

Диагностика с использованием опросника С. Бэм позволила определить особенности гендерной самоидентификации респондентов. Результаты анализа данных диагностики представлены в Таблице 1 в процентном отношении.

Таблица 1 – Распределение респондентов по результатам диагностики с использованием методики С. Бэм

Гендер/Респонденты	Девушки	Юноши
Феминность	23,3	3,3
Маскулинность	6,6	10
Андрогинность	70	86,6
Всего	100	100

Результаты анализа позволяют утверждать, что для юношей, принявших участие в исследовании, в большей степени свойственно проявление андрогинных черт, маскулинные характеристики были зафиксированы в меньшей степени. Для девушек, так же, характерна в большей степени андрогинность в сочетании с феминными чертами. Это отражает современную тенденцию размытия границ гендерных стереотипов.

Результаты диагностики с использованием теста А. Эллиса Иррациональных установок позволили определить у респондентов степень выраженности иррациональных установок, отражающих стремление личности к перфекционизму. Результаты представлены в Таблице 2 в процентном

отношении.

Таблица 2 – Распределение респондентов по результатам методики А.
Эллиса (девушки)

Степень выраженности ИУ	Ярко-выраженное	Наличие признака
Катастрофизация	53,3	46,6
Долженствование в отношении себя	53,3	46,6
Долженствование в отношении других	3,3	93,3
Самооценка и рациональность мышления	13,3	80
Фрустрационная толерантность	6,6	86,6

Результаты диагностики с использованием теста Альберта Эллиса позволяют утверждать, что для девушек в большей степени свойственно проявление таких иррациональных установок, как катастрофизация и долженствование в отношении себя.

При этом у 53,3% данные иррациональные установки являются ярко выраженными, то есть для них свойственно оценивать каждое неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое в сочетании с наличием чрезмерно высоких требований к себе. В меньшей степени выражены такие иррациональные установки, как долженствование в отношении других, самооценка и рациональность мышления (у них преобладает иррациональность в оценке своих возможностей, что говорит о неспособности конструктивно воспринимать реальность и возникающие трудности).

Фрустрационная толерантность у 6,6 % отражает неспособность девушек справляться с различными видами фрустраций. У основной части респондентов (86,6%) данная способность развита на среднем уровне.

Таблица 3 – Распределение респондентов по результатам методики А. Эллиса (юноши)

Степень выраженности ИУ	Ярко-выраженное	Наличие
Катастрофизация	36,6	56,6
Долженствование в отношении себя	26,6	70
Долженствование в отношении других	13,3	80
Самооценка и рациональность мышления	3,3	76,6
Фрустрационная толерантность	13,3	70

Результаты диагностики с использованием теста Альберта Эллиса позволяют утверждать, что для юношей в большей степени характерно проявление таких иррациональных установок, как Катастрофизация и долженствование в отношении себя. В меньшей же степени юношам свойственно проявление такого вида иррациональной установки как самооценка и рациональность мышления.

Так, у 80% респондентов присутствуют иррациональные установки долженствование в отношении себя и долженствование в отношении других, что говорит о наличии у них чрезмерно высоких требований к себе и другим.

Фрустрационная толерантность у 13,3 % отражает неспособность юношей справляться с различными видами фрустраций. У основной части респондентов (70%) данная способность развита на среднем уровне.

Результаты диагностики по «Опроснику перфекционизма» Н. Г. Гараян и А.Б. Холмогоровой дали возможность определить у респондентов вид перфекционизма, а также уровень его выраженности. Данные представлены в Таблице 4.

Таблица 4 – Распределение респондентов по результатам опросника перфекционизма Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогоровой (девушки)

Шкалы	Уровень перфекционизма				
	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
Стандарты деятельности	10	56,6	13,3	16,6	3,3
Самокритика	0	6,6	43,3	33,3	16,6
Ориентация на других	6,6	6,6	40	40	6,6

Результаты диагностики данных по методике Н. Г. Гаранян и А.Б. Холмогоровой позволяют утверждать, что девушкам свойственно в большей степени проявление такой формы перфекционизма, как ориентация на других и самокритика (16,6% продемонстрировали высокий уровень перфекционизма). Ориентация на внешние стандарты деятельности выражена в меньшей степени.

Таблица 5 – Распределение респондентов по результатам опросника перфекционизма Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогоровой (юноши)

Шкалы	Уровень перфекционизма				
	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
Стандарты деятельности	13,3	43,3	33,3	10	0
Самокритика	0	2,6	46,6	23,3	3,3
Ориентация на других	10	23,3	50	16,6	0

Результаты анализа позволяют утверждать, что для юношей в большей степени характерно проявление перфекционизма, проявляющийся в самокритике, а также в ориентации на других.

Контент анализ проведенного эссе на тему «Современный успешный молодой человек» позволил нам выявить описательные характеристики и сгруппировать их по смыслу. На основании результатов количественного анализа данные характеристики были проранжированы для девушек и для юношей. Результаты сравнительного анализа представлены в Таблице 6.

Таблица 6 – Результаты контент-анализа эссе «Современный успешный молодой человек»

№	Девушки	Юноши
1	Умение отстаивать свои взгляды (независимость, самостоятельность в принятии решений)	Моральные качества (честность, порядочность, воспитанность, доброта, отзывчивость, справедливость, преданность, ответственность)
2	Успешность в работе и личной жизни (состоятельность в обеих сферах)	Интеллектуальные особенности личности (грамотная речь, эрудированность, образование)
3	Целеустремленность (в достижении целей)	Саморазвитие (постоянное развитие собственного потенциала)
4	Гибкость (адаптивность в любых ситуациях)	Гибкость (адаптивность в любых ситуациях)
5	Возможность заниматься любимым делом (отсутствие внешнего давления)	Целеустремленность (в достижении целей)

У девушек в описании современного успешного молодого человека чаще всего встречались такие характеристики как: «независимость, самостоятельность в принятии решений», которые были отнесены в группу «Умение отстаивать свои взгляды».

Далее в порядке уменьшения частоты упоминания идут такие характеристики как: «Успешность в работе и личной жизни» (достижение целей в обеих сферах); Целеустремленность (в достижении целей); Гибкость

(адаптивность в любых ситуациях); Возможность заниматься любимым делом (отсутствие внешнего давления). Следует отметить, что у девушек доминируют маскулинные характеристики успешности. Это может быть связано с их стремлением к независимости и обретению личного авторитета среди окружающих. Такое явление носит компенсаторный характер, вследствие наличия у девушек более зависимых, конформных характеристик.

У юношей же в большей степени преобладают следующие характеристики: (честность, порядочность, воспитанность, доброта, отзывчивость, справедливость, преданность, ответственность, которые были отнесены в группу «Моральные качества». На следующем месте – «Интеллектуальные особенности личности» (грамотная речь, эрудированность); «Саморазвитие» (постоянное развитие собственного потенциала); «Гибкость» (адаптивность в любых ситуациях); «Целеустремленность» (в достижении целей). Это отражает представление юношей о современной модели самореализации преимущественно в профессиональной сфере. Важно добавить, что в описании успешности у юношей отсутствовала сфера личной жизни, таким образом, они не рассматривают создание семьи как один из критериев общего благополучия.

Статистический анализ позволил определить значимость конкретных описательных характеристик в портретах успешного современного молодого человека у юношей и девушек. Результаты обработки данных с использованием критерия Фишера представлены в Таблице 7.

Таблица 7 – Результаты математико-статистической обработки данных при помощи Критерия Фишера

	Характеристики	Девушки	Юноши	φ^*	значимость
1	Умение отставить свои взгляды	33.3	6.6	5.02	$p \geq 0.01$
2	Успешность в работе и личной жизни	30	3.3	5.614	$p \leq 0.01$
3	Целеустремленность	26.6	20	1.11	Не значимо
4	Гибкость	23.3	20	0.566	Не значимо
5	Возможность заниматься любимым делом	23.3	6.6	3.444	$p \geq 0.01$
6	Моральные качества	63.3	40	3.333	$p \leq 0.01$
7	Интеллектуальные особенности личности	20	30	1.64	$p \leq 0.05$
8	Саморазвитие	13.3	23.3	1.838	$p \leq 0.05$

Так, например, такая характеристика, как «Умение отставить свои взгляды» в представлении девушек является более значимой для успешного человека, чем в представлении юношей. Это же можно сказать и о характеристиках «Успешность в работе и личной жизни», «Возможность заниматься любимым делом», «Моральные качества».

В представлении юношей характеристики «Интеллектуальные особенности личности» и «Саморазвитие» являются более значимыми для успешного человека, чем в представлении девушек.

То, что касается характеристик «Целеустремленность» и «Гибкость», то их значимость в образе успешного человека и у девушек, и у юношей совпадает.

Также, данные, полученные нами в ходе диагностики, были подвергнуты обработке с использованием критерия Манна-Уитни. В Таблице 8 представлены результаты математико-статистического анализа.

Таблица 8 – Результаты математико-статистической обработки данных диагностики (Mann—Whitney)

Показатели	U	Уровень значимости	Средние значения	
			девушки	юноши
Самокритика	292.0	$p \leq 0.05$	35.77	25.23
Ориентация на других	234.0	$p \leq 0.01$	37.70	23.30
Самооценка и рациональность мышления	319.0	$p \leq 0.05$	26.13	34.87
Фрустрационная толерантность	319.0	$p \leq 0.05$	26.15	34.85

Анализ полученных результатов показал, что для девушек в большей степени свойственно критическое отношение к себе и сомнения в собственных силах ($U=292.0$ при $p \leq 0.05$), а также они более склонны к ориентации на мнения других людей ($U=234.0$ при $p \leq 0.01$). Для молодых людей в большей степени характерно использование рационального мышления в оценке своих возможностей ($U=319.0$ при $p \leq 0.05$) и, помимо этого, у них значимо выше уровень фрустрационной толерантности ($U=319.0$ при $p \leq 0.05$).

Таблица 9 – Результаты корреляционного анализа Spearman (девушки)

Параметры	Значение коэффициента корреляции	Уровень значимости
Долженствование в отношении себя/стандарты деятельности	0,465	$p \leq 0.01$
Долженствование в отношении себя/ориентация на других	0,390	$p \leq 0.05$
Самооценка и рациональность мышления/стандарты деятельности	0,441	$p \leq 0.05$
Самооценка и рациональность мышления/ ориентация на других	0,467	$p \leq 0.01$
Самооценка и рациональность мышления/самокритика	0,392	$p \leq 0.05$

Корреляционный анализ позволил выявить, что, чем в большей степени девушкам свойственно долженствование в отношении себя, тем в меньшей степени они будут ориентироваться на существующие стандарты деятельности ($r=-0,465$ при $p\leq 0.01$) и на мнения других людей ($r=-0,390$ при $p\leq 0.05$). Также, чем в большей степени девушкам свойственно использование рационального мышления в оценке своих возможностей, тем в меньшей степени они будут ориентироваться на существующие стандарты деятельности ($r=-0,441$ при $p\leq 0.05$), на мнения других людей ($r=-0,467$ при $p\leq 0.01$) и тем меньше вероятность, что они будут обладать высокой самокритичностью ($r=-0,392$ при $p\leq 0.05$)

Таблица 10 – Результаты корреляционного анализа Spearman (юноши)

Параметры	Значение коэффициента корреляции	Уровень значимости
Катастрофизация/стандарты деятельности	0,611	$p \leq 0.01$
Фрустрационная толерантность/самокритика	-0,368	$p \leq 0.05$
Фрустрационная толерантность/ориентация на других	-0,494	$p \leq 0.01$
Стандарты деятельности/самооценка и рациональность мышления	- 501	$p \leq 0.01$

Для юношей, чем в большей степени у них выражена катастрофизация, тем в меньшей степени они будут ориентироваться на высокие стандарты деятельности, заданные другими ($r=-0,611$ при $p\leq 0.01$) и, так же, чем выше у них будет уровень самокритики, тем, ниже будет уровень фрустрационной толерантности ($r=-0,368$ при $p\leq 0.05$) и они меньше будут ориентироваться на мнения других людей ($r=-0,494$ при $p\leq 0.01$).

При анализе особенностей взаимосвязей параметров перфекционизма у девушек и юношей, было выявлено, что и у тех, и у других, чем выше показатели использования рационального мышления в оценке своих возможностей, тем в меньшей степени они будут ориентироваться на существующие стандарты деятельности ($r = -0,501$ при $p \leq 0,01$).

Таблица 11 – Результаты математико-статистической обработки данных с использованием метода Крускала-Уоллиса

Группа	Среднее значение	χ^2	Уровень значимости
Девушки с выраженной феминностью	33.93	12.255	$p \leq 0.05$
Девушки с выраженной андрогинностью	39.4		
Девушки с выраженной маскулинностью	33.00		
Юноши с выраженной маскулинностью	16.00		
Юноши с выраженной андрогинностью	23.56		
Юноши с выраженной феминностью	38.5		

Анализ полученных результатов показал, что значимые различия у юношей и девушек с выраженной феминностью, андрогинностью и маскулинностью проявляются только в стремлении к совершенству, ориентированном на стандарты деятельности, заданные другими. Так, данный вид перфекционизма в большей степени свойственен девушкам с выраженной андрогинностью и юношам с выраженной феминностью, а в меньшей степени – юношам с выраженной маскулинностью.

Таблица 12 – Результаты математико-статистической обработки данных с использованием критерия Манна-Уитни

Параметр	Гендер	Средние значения	U	Уровень значимости
Самооценка и рациональность мышления	Андрогинные	29.84	101.5	p=0.037
	Феминные	17.19		
Фрустрационная толерантность	Маскулинные	9.90	5.500	p=0.030
	Феминные	5.19		

Математико-статистическая обработка данных при помощи критерия Манна-Уитни позволила определить значимые различия особенностей перфекционизма и иррациональных установок у испытуемых с разной гендерной идентичностью. Так, независимо от биологического пола, у испытуемых с выраженной андрогинностью показатели самооценки и рационального мышления значимо выше, чем у испытуемых с выраженной феминностью. И, так же, у испытуемых с выраженной маскулинностью фрустрационная толерантность выше, чем у испытуемых с выраженной феминностью.

3.2 Анализ результатов исследования

Результаты экспериментального исследования гендерных особенностей проявления перфекционизма в юношеском возрасте позволяют нам глубже разобраться в проявлении данного феномена. Стремление к совершенствованию себя является естественным стимулом человеческого развития, актуализируя внутриличностный потенциал. Здоровая мотивация достижения, характеризующаяся преобладающим мотивом к достижению успеха и невыраженным мотивом к избеганию неудач, способствует конструктивному

стремлению к совершенствованию своей деятельности и развитию собственной личности. Однако в своих крайних формах этот процесс приобретает рискованные тенденции, отражающиеся в феномене перфекционизма.

Эмпирическое исследование позволило нам выявить особенности проявления перфекционизма, свойственные юношескому возрасту.

Девушки с выраженными андрогинными и феминными характеристиками отличаются высоким уровнем самокритики, неспособностью ценить свои достоинства и положительные свойства характера, зависимостью ценностей и поведения от идеала, которому они считают необходимо соответствовать, в сочетании с активным стремлением к успеху (т.е. здесь мы говорим о постоянном сравнении себя с другими при ориентации на самых успешных).

Юноши с высокой андрогинностью и маскулинностью характеризуются использованием рационального мышления в оценке своих возможностей, что говорит об их способности конструктивно воспринимать реальность и возникающие трудности, а также большим уровнем стрессоустойчивости к различным видам фрустраций.

Молодые люди с выраженными иррациональными установками, отражающими катастрофизацию и долженствование в отношении себя будут отличаться ярко выраженной потребностью в достижении успеха и совершенстве своей деятельности. Независимо от гендерной идентичности, стремление к совершенству является главной отличительной особенностью перфекционистов, что объясняется их желанием доводить любые результаты своей деятельности до эталонного. Доводя свои действия до безупречности и, выходя на более высокий уровень профессионального мастерства, они, чаще всего, больше внимания уделяют самому процессу доведения чего-либо до идеального состояния, что может мешать им качественно изменять результат своей деятельности. Именно такая особенность будет отличать их от людей, не склонных к проявлению перфекционизма, не имеющих потребности в

совершенствовании своей деятельности и, соответственно, менее ориентированных на успех. В ситуациях постоянного стремления к достижению идеального результата личность будет подвергаться различным психоэмоциональным напряжениям и стрессам, что в последствие приведет к снижению функциональности выполнения какой-либо деятельности.

Выраженные иррациональные установки у молодых людей по шкалам долженствование в отношении себя, в отношении других и катастрофизация говорят об их особенностях восприятия других. Фиксируясь на несовершенстве и недостатках, перфекционисты будут соотносить поведение и деятельность других со своим, эталонным представлением, впоследствии обнаруживая несоответствие чужих проявлений данному идеальному образцу.

Так же, нами было установлено, что девушкам в большей степени свойственно проявление самокритичности к себе и к результатам своей деятельности. Это может интерпретироваться следующим образом: свои представления о том, какой должен быть результат, они формируют исходя из различных представлений, навязанными извне. Перфекционистская направленность в поведении объясняется желанием соответствовать ожиданиям других людей, боязнию совершить ошибку, и, как результат, не оправдать надежд окружающих.

Так, девушки будут отличаться более конформным, зависимым поведением. Восприятие других людей как предъявляющих к ним слишком завышенные требования, и, соответственно, неспособность им соответствовать, обуславливает негативную оценку окружающих, как требующих и заставляющих их быть совершенными, даже если сами они этого не хотят. Это будет сказываться на самооценке перфекционистов и общем принятии себя, как результат уверенность в себе будет снижаться, и для них будет характерна мнительность и нерешительность в поведении. Так, здесь мы говорим о неспособности перфекционистов по достоинству ценить свои положительные

качества, продукты своей деятельности и, в целом, самих себя. Это представляется возможным в случае, если они перестанут зависеть от внешних оценок референтных окружающих и научатся принимать свои ошибки как двигатели на пути к развитию.

Перфекционисты склонны видеть в себе в основном недостатки и отрицательные качества личности, не позволяющие им достичь идеального результата, фиксируясь на этих негативных проявлениях, они не могут разглядеть и оценить свои достоинства. Односторонняя негативная оценка себя приводит к неудовлетворенности собой и снижает степень самопринятия.

Это может обуславливать излишняя озабоченность недостатками своей деятельности, фиксация на ошибках, приводящая к ощущению несоответствия своим требованиям и оценке себя в негативном ключе.

Для юношей же в большей степени свойственно использование рационального мышления в оценке своих возможностей. Это может объясняться их большей уверенностью в себе и своих силах, что подтверждается тем, что у них значимо выше уровень фрустрационной толерантности.

Молодые люди, у которых обнаруживается склонность к проявлению перфекционизма, более склонны придавать значение оценкам и ожиданиям других людей, для того чтобы соответствовать эталонному образцу, которые они сами себе установили. Здесь важно отметить, что такие респонденты так же характеризуются значительной ригидностью в поведении и неспособностью адекватно и быстро реагировать на изменения в каких-либо ситуациях. Иными словами, такое чрезмерное стремление любую свою работу выполнять только на высоком уровне приводит к неспособности продуктивно взаимодействовать в изменяющихся условиях, быстро корректировать линию своего поведения, так как это может сказаться на качестве самой деятельности и ее результате. Данный факт подтверждает анализ результатов нашего эссе, в котором

респонденты указывали гибкость и адаптивность как одно из важных условий успешности.

К тому же к ригидности может приводить их уверенность в том, что они выполняют все свои действия идеально, так как им предшествовало долгое и подробное продумывание всех деталей осуществления деятельности. Такая уверенность не позволяет вносить быстрые корректировки при непредвиденных изменениях, так как поспешность в понимании перфекционистов равна непродуманности и, соответственно, она влияет на результат, ухудшая его. Помимо выше сказанного, ригидность отличает перфекционистов и в области эмоциональных проявлений. Таким образом, испытуемые с высоким уровнем перфекционизма в меньшей степени способны на спонтанное выражение своих чувств, не предоставляя тем самым возможности для другого, не рассчитанного заранее способа поведения.

Респонденты с выраженным перфекционизмом склонны полагать, что другие относятся к ним негативно, в отличие от испытуемых, не проявляющие перфекционизм, которые воспринимают отношение других как позитивное. Данные различия во внутренних установках можно объяснить тем, что перфекционисты склонны проецировать свое негативное отношение к себе, основанное на неудовлетворенности собой из-за несоответствия собственным требованиям, на отношение к ним других людей. Они полагают, что окружающие также видят их недостатки и несовершенства, и поэтому не могут относиться к ним положительно. Испытуемые с высоким уровнем перфекционизма имеют более выраженную установку на непринятие себя, то есть они демонстрируют неспособность адекватно оценить свои достоинства и недостатки и смириться с последними.

Перфекционисты, ориентированные на себя, в большей степени верят в свои силы и способности, выше оценивают свои возможности, проявляют большее согласие со своими внутренними побуждениями и способность

дифференцировать и понимать их. Для перфекционистов, ориентированных на себя, стремление к совершенству является осознанной потребностью, исходящей из внутренней уверенности, что они могут достичь идеальных результатов своей деятельности. Они понимают свои побуждения и принимают их как что-то, не противоречащее их сущности, вместе с этим они склонны одобрять свои планы и цели, даже если они предполагают серьезные усилия, необходимые для их достижения. Таким образом, осознанность и внутренняя согласованность своих побуждений к совершенному результату у испытуемых с высоким уровнем перфекционизма, ориентированного на себя, является обоснованием для понимания и принятия собственных стремлений и ценностей, веры в способность достичь своих целей, при этом соответствуя высоким стандартам.

У испытуемых с высоким перфекционизмом, ориентированным на других, наблюдаются менее гибкие стратегии поведения, чем у испытуемых, не проявляющих данного вида перфекционизма. Можно предположить, что в данном случае отсутствие гибкости в поведении проявляется во взаимодействии с окружающими людьми и обусловлено ожиданием совершенства от других, предъявлением высоких требований к ним. Такая установка по отношению к другим людям не дает перфекционистам, ориентированным на других, проявлять различные стратегии во взаимодействии, подстраиваться под собеседника, уважая его интересы и принимая его способности, уступать и идти на компромисс.

Это объясняется тем, что для выраженных перфекционистов характерна уверенность в том, что другие предъявляют к ним повышенные требования, и у них появляется потребность соответствовать их ожиданиям. Таким образом, данные представления и стремления могут приводить к отсутствию собственных целей, неспособности действовать без опоры на оценки значимых других, зависимости от мнения окружающих. Стремление соответствовать

ожиданиям других также может обуславливать их неспособность корректировать свои действия в отсутствие четких внешних стандартов, которые не характерны в условиях перемен.

Отсутствие интереса к собственным мыслям и чувствам, а также уверенности в своей интересности для других у перфекционистов может объясняться их потребностью заслужить одобрение и принятие, ради которых приходится подстраиваться под ожидания других людей, игнорируя свои интересы, желания, чувства, мысли. Таким образом, перфекционисты не обращают внимания на собственные внутренние проявления, не исследуют их, так как эти проявления могут выступать помехой в стремлении угодить окружающим.

Этим же обуславливается меньшая способность перфекционистов принимать себя такими, какие они есть. Общая неудовлетворенность собой, вытекающая из невозможности достичь тех нереалистичных стандартов, которые предъявляют окружающие, сочетающаяся с потребностью в одобрении, может привести к генерализованному ощущению неприятия себя, несогласия со своей личностью, которая не способна всегда соответствовать ожиданиям других, чтобы заслужить их одобрение. Таким образом, неприятие себя у перфекционистов может быть следствием кажущегося неприятия их другими людьми.

Выводы

Результаты проведенного теоретического и эмпирического исследования гендерных особенностей проявления перфекционизма в юношеском возрасте позволяют нам сделать следующие выводы.

1. Для подавляющего большинства девушек и юношей, принявших участие в исследовании, гендерная самоидентификация характеризуется андрогинными чертами.

2. Существует взаимосвязь между гендерной идентичностью и типом перфекционизма в юношеском возрасте: для девушек с выраженной феминностью и андрогинностью в большей степени свойственно критическое отношение к себе и сомнения в собственных силах, а также они более склонны к ориентации на мнения других людей, а также на стандарты деятельности, заданные другими; для юношей с выраженной маскулинностью и андрогинностью будет в большей степени характерно использование рационального мышления в оценке своих возможностей и, помимо этого, у них значимо выше уровень фрустрационной толерантности.

3. У юношей и девушек с выраженной маскулинностью фрустрационная толерантность выше, чем у испытуемых с выраженной феминностью.

4. Независимо от биологического пола, у юношей и девушек с выраженной андрогинностью показатели самооценки и рационального мышления значимо выше, чем у испытуемых с выраженной феминностью.

5. Для девушек и юношей чем выше показатели использования рационального мышления в оценке своих возможностей, тем в меньшей степени им свойственно ориентироваться на существующие стандарты деятельности.

6. Девушки и юноши в равной степени склонны выделять целеполагание и гибкость как необходимые характеристики современного

успешного молодого человека. Вместе с тем, для девушек значимыми являются также умение отстаивать свои взгляды, успешность и в работе, и личной жизни, возможность заниматься любимым делом, моральные качества, в то время, как для юношей – это, прежде всего, интеллектуальные особенности и саморазвитие.

Заключение

В современном мире существует разнообразное множество исследований, касающихся изучения феномена перфекционизма и его сущности.

Перфекционизм – это стремление субъекта к совершенству, высокие личные стандарты, стремление человека доводить результаты любой своей деятельности до соответствия самым высоким эталонам (нравственным, эстетическим, интеллектуальным); это потребность в совершенстве продуктов своей деятельности. Особое внимание различных исследователей сконцентрировано на таких проблемных областях в изучении данного феномена как описание его структуры, выявление различных форм, определение факторов, обуславливающих его формирование, и последствий, на возникновение которых он оказывает влияние.

Преимущественно теоретические и эмпирические исследования перфекционизма проводились в рамках клинической психологии и психиатрии, где данный феномен рассматривался как патологический.

Деструктивный перфекционизм как негативная форма стремления к совершенству остается актуальным в контексте выявления его сущности и факторов, оказывающих на него влияние. Несмотря на это, в последнее время наблюдается устойчивая тенденция возрастания интереса к изучению конструктивного перфекционизма, который характеризуется продуктивным стремлением к успеху, высокой мотивацией и тягой к саморазвитию. Однако содержательная сторона этой формы перфекционизма остается малоизученной.

Психологические исследования перфекционизма представляют особую важность в подростковом и юношеском возрасте. Так, своевременное выявление перфекционистской направленности личности молодого человека может предотвратить такие негативные последствия стремления к совершенству, как развитие депрессии, невротизация и дезадаптация.

Таким образом, проблема перфекционизма и своевременное выявление его патологических форм имеет высокую практическую значимость и нуждается в дальнейшем изучении.

Полученные эмпирические результаты обладают высокой практической ценностью в отношении прикладных задач психологической диагностики, психологической коррекции и психотерапии перфекционизма. Они могут быть использованы для прогнозирования трудностей, возникновение которых ожидается в ходе психотерапевтического процесса, а также служить основой системы «ориентиров», «отправных точек» для проведения психотерапевтической работы.

Необходимым условием психологического сопровождения является учет типа перфекционизма и гендерной идентичности молодых людей. Так, в зависимости от гендерной самоидентификации девушки или юноши, методы, применяемые в процессе консультирования, будут различаться между собой. Личности, склонной к деструктивной форме проявления перфекционизма, целесообразно акцентировать внимание на процессе принятия себя. Такой процесс самопринятия позволит молодому человеку осознать собственные возможности и желания, рационально осуществлять целеполагание исходя из имеющихся ресурсов, зрело выстраивать межличностные связи, разумно относиться к своим и чужим недостаткам, а также отречься от необходимости отвечать ожиданиям других. Таким образом, необходимо искать конструктивные стратегии преодоления перфекционизма как дезадаптирующего стремления к совершенству, учитывая гендерную самоидентификацию молодых людей в юношеский период.

В завершении необходимо отметить, что, несмотря на очевидную необходимость гармоничного развития личности молодежи, данный вопрос лишь фрагментарно освещен в теории и реализован в практике. Это делает чрезвычайно важным проведение исследований с использованием достоверных

психометрических инструментов, результаты которых можно использовать в качестве фундамента программ, содействующих процессу саморазвития и решению проблем психологического сопровождения самосовершенствования молодых людей. Разработка приоритетных направлений, программы мероприятий и конкретных практических рекомендаций по трансформации перфекционизма из дезадаптивного состояния в конструктивное представляет обширные перспективы для дальнейшей научно-исследовательской деятельности.

Список литературы:

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков: Учеб. пособие. - СПб, Изд-во Михайлова В.А., 1998.
2. Агеев В.С. Психологические и социальные функции полоролевых стереотипов. В кн. Психология семьи. Хрестоматия. Под ред. Д.Я. Райгородского, Издат. Дом «Бахрах-М», Самара, 2002.
3. Адлер А. Индивидуальная психология // История зарубежной психологии: Тексты/ А. Адлер / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М.: Изд-во МГУ, 1986.
4. Адлер А. Наука о характерах. Понять природу человека // Издательство: Академический проект, Серия: Психологические технологии, 2017.
5. Андреева Г. М. В поисках новой парадигмы: традиции и старты XXI века // Социальная психология в современном обществе: Уч. пособ. для вузов / Под ред. Г. М. Андреевой, А. И. Донцова. М., 2002.
6. Андреева Г.М. Психология социального познания. - М., Издательство: Аспект-пресс, 2004.
7. Андреева Е. Н. Самоотношение подростков. В кн.: Психология современного подростка. СПб., 2005.
8. Аронсон Э. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. - М.: Прайм-Еврознак, 2002.
9. Башкатов И.П. Психология неформальных подростково-молодежных групп. - М., 2000.
10. Бендас Т. В. Гендерная психология. СПб., 2005.
11. Берн Ш. Гендерная психология. СПб. – М., 2001.
12. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. - М., 1986.

13. Буракова М. В. Гендерная идентичность субъекта общения в перспективе социально-психологической адаптивности. В сб.: Психология общения-2000: проблемы и перспективы. М., 2000.
14. Воликова С. В., Холмогорова А. Б., Галкина А. М. Родительский перфекционизм — фактор развития эмоциональных нарушений у детей, обучающихся по усложненным программам // Вопросы психологии. 2006, №5. С. 23—32.
15. Волков Б.С. Психология юности и молодости. – М.: Академический проект, 2006.
16. Воробьева Л.И., Петровский В.А., Фельдштейн Д.И. Психологическая роль и место подросткового возраста в онтогенезе // Психология современного подростка. - М., 1987.
17. Воронина О. А. Глоссарий по гендерному образованию // Гендерные исследования. Региональная антология исследований из восьми стран СНГ / Под общ. ред. И. Н. Тартаковской. – М.: Вариант, ИСГП, 2006.
18. Воронцов Д. В. Что такое гендер // Гендерная психология / под ред. И. С. Клециной. - СПб.: Питер, 2009.
19. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследования) / Н.Г. Гаранян // Современная терапия психических расстройств, 2006.
20. Гаранян Н.Г. Психологические модели перфекционизма. Вопросы психологии, 2009.
21. Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю., Перфекционизм, депрессия и тревога// «Московский психотерапевтический журнал», 2001 г., № 4, с. 18-49.
22. Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта / И.И. Грачева// Психол. журн. – 2006.

23. Дадеко А.А., Холмогорова А.Б. Физический перфекционизм и эмоциональные нарушения в современной культуре. М: Москва, 2006.
24. Дубровина И.В., Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту/ М.,1983.
25. Зимбардо Ф., Ляйппе М. Социальное влияние. – СПб: Питер,2000.
26. Золотарёва А.А. Перфекционизм в структуре саморегуляции личности / А.А. Золотарёва // Психология и психотехника, 2012.
27. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб, 2003.
28. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. - СПб., 2003.
29. Ильин Е.П. Психология взрослости/ Е.П. Ильин.-СПб.: Питер,2012.
30. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений - СПб.: Питер, 2009.
31. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. СПб.: - Питер, 2011.
32. Ильиных С.А. Специфика гендерных исследований: важные детали: Монография / С.А.Ильиных. Новосибирский государственный университет экономики и управления (НИНХ). - Новосибирск: НГУЭУ, 2009.
33. Кашина О.П. Проблема перфекционизма и нарциссизма в современном обществе // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Сер. Социальные науки. 2010. №2. С. 41—46.
34. Клепикова Н. М. Нарциссизм как объект дифференциальной психометрики // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2013. № 4 (14). С. 5—18.
35. Клецина И. С. Развитие гендерных исследований в психологии // Общественные науки и современность. 2002. № 3. - С. 27.
36. Клецина И.С. От психологии пола - к гендерным исследованиям // Вопросы психологии. – 2003.

37. Клёцина И.С. Психология гендерных отношений. Автореферат дис. ... доктора психол. наук. - СПб., 2004. - 39 с.
38. Клёцина И.С. Психология гендерных отношений. Теория и практика. - СПб., Алетейя, 2004.
39. Клёцина И.С. Самореализация личности и гендерные стереотипы // Психологические проблемы самореализации личности. - СПб, 1998.
40. Кон И. С. История и теория «мужских исследований» // Гендерный калейдоскоп. Курс лекций / Под общ. ред. М. М. Малышевой. – М.: Академия, 2001.
41. Кон И.С. Открытие «Я». М.,1978.
42. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя.- М.: Просвещение, 1989.- 255с.: пл.- (Психол. наука - школе).
43. Кононенко О.И. Теоретические модели изучения перфекционизма личности в зарубежной психологии, Материалы конференции, Психологические науки, №2. sr. – 2014. РЕМ: Psychology. Educology. Medicine, 2014.
44. Коржова Е.Ю. Отношение к будущему у современных подростков и юношества // Просвещенная коммерция. - 1994.
45. Костикова И. Перспективы гендерного образования в России: взгляд педагога // Высшая школа в России. - 2001.
46. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2002.
47. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Социальная психология малой группы: Учебное пособие для вузов. - М.: Аспект Пресс, 2001.
48. Крысько В.Г. Социальная психология: Курс лекций. - СПб.: Питер, 2007.
49. Крысько В.Г. Социальная психология: Схемы и комментарии. – М.: Владос-Пресс, 2001.

50. Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений.- М.: ТЦ Сфера, 2004.
51. Ланина Н.В. Тенденции гендерного развития современной молодежи // Ананьевские чтения–2008: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2008.
52. Ларских М.В. Феномен конструктивного перфекционизма в контексте акмеологии // Акмеология. 2013. №4. С. 67-72. 30. Ларских М.В. Формирование конструктивного перфекционизма педагога: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Тамбов, 2011.
53. Ларских М.В., Удалых И.А. Зависимость уровня и типологии перфекционизма подростков от типа негармоничного воспитания в семье // Инновации в науке: сб. ст. по матер. XLV междунар. науч.-практ. конф. № 5(42). – Новосибирск: СибАК, 2015.
54. Лопухова О. Г. Психологический пол личности в современных социальных условиях: Автореф. дис. ... канд. наук. Казань, 2000.
55. Майерс Д. Социальная психология. — СПб.; Изд-во Питер, 1998.
56. Малкина-Пых И.Г. Исследование самоактуализации и перфекционизма в структуре личности // Мир психологии. 2010. №1. С. 208—217.
57. Мухина В.С.: Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. - М.: Академия, 2004.
58. Ойстер К. Социальная психология групп. – СПб.: ПРАЙМЕврознак, 2004.
59. Ольшанский Д. Психология масс. - СПб: Питер, 2003.
60. Петровский В.А. Личность в психологии. – Ростов-на-Дону, 1996. – 512 с.

61. Поливанова К.Н. Психологическое содержание подросткового возраста // Вопросы психологии. - 1996. - № 1. - С.20-33.
62. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов - М.: Академия, 2000.
63. Радина Н.К. Об использовании гендерного анализа в психологических исследованиях // Вопросы психологии. - 1999. - №2. - С.22-27.
64. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб.: Питер, 2009.
65. Реан А.А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. СПб. : Питер, 2004.
66. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. М.: Мир, 2009 .
67. Репина Л.П. Пол, власть и концепция "разделенных сфер": от истории женщин к гендерной психологии // ОНС. - 2000. - №4. - С.123-138.
68. Репина Т.А. Анализ теорий полоролевой социализации в современной западной психологии // Вопросы психологии. - 1987. - №2. - С.158-165.
69. Смирнова Е.А., Перфекционизм и особенности профессионального самоопределения у старшеклассников // Обучение и развитие: современная теория и практика. Материалы XVI Международных чтений памяти Л.С. Выготского, 2015.
70. Соколова Е.Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен/ Соколова Е. Т. // Вопросы психологии. 2009. №. 1. С. 67—80.
71. Соколова Е. Т., Чечельницкая Е. П. Психология нарциссизма. М.: УМК «Психология», 2001.
72. Соколова Е.Т., Цыганкова П.В. Перфекционизм и когнитивный стиль личности у лиц, имевших попытку суицида // Вопросы психологии. 2011. № 2. С. 90–100.

73. Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия. М.: Эксмо.
74. Талаш Е.Ф. Динамика перфекционизма и особенности самоотношения в студенческой популяции / Е.Ф. Талаш // Ананьевские чтения – 2012. Психология образования в современном мире: Материалы научной конференции, 16–18 октября 2012 г. / Отв. ред. Н.В. Бордовская. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2012.
75. Тейлор Ш., Пипло Л., Сирс Д. Социальная психология. – СПб.: Питер, 2004.
76. Тупицына И.А. Понятие гендерной идентичности // Ананьевские чтения–2004: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2004. С. 362–364.
77. Фельдштейн Д.И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте // Вопросы психологии. 1988. № 6. С. 31–41.
78. Фернхем А., Хейвен П. Личность и социальное поведение. - СПб: Питер, 2001.
79. Флетт Г.Л., Хьюитт П.Л., Самооценка перфекционизма, невротизма и тревоги, 1989.
80. Хамачек Д.Е., Психодинамика нормального и невротического перфекционизма. Психология, 1978.
81. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. СПб., 2001.
82. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Нарциссизм, перфекционизм и депрессия // Московский психотерапевтический журнал. 2004. № 1. С. 18–35.
83. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Евдокимова Я Г. и др. Психологические факторы эмоциональной дезадаптации у студентов // Вопросы психологии. № 3. С. 16—26, 2009.
84. Хорни К., Невротическая личность нашего времени, Невротическая личность нашего времени, Издательство: Канон+РООИ "Реабилитация", 2012.

85. Хьелл Ларри А., Зиглер Дэниел Дж., Теории личности, Серия: Мастера психологии, Издательство: Питер, 2014.
86. Чалдини Р. Психология влияния. - СПб: Питер, 2003.
87. Шамшикова Е.О., Шамшикова О.А. Интегративная функция нарциссизма // Развитие человека в современном мире материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Научные редакторы: Н. Я. Большунова, О. А. Шамшикова. Новосибирский государственный педагогический университет. 2011.
88. Шахтарина М.В. Гендерные особенности социальных установок современной российской молодежи. Автореферат дис. ... к.с.н. - М., 2001. - 20 с.
89. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис/ под. ред. Толстых А.В. М., 1996.
90. Юдеева Т.Ю., Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств, дисс.канд.псих.н., Москва, 2007.
91. Ядов В.А. Социологическое исследование. Методология, программа, методы. - М.: Наука, 1987.
92. Ярцев Д.В. Особенности социализации современного подростка // Вопросы психологии - № 6, 1999.
93. Ясная В. А., Ениколопов С. Н., Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы // Вопросы психологии. М.: НИИТ МГАФК, 2007.
94. Ясная В.А., Митина О.В., Методика оценки перфекционизма Р.Слейни: взаимосвязь с толерантностью к неопределенности. В кн.: Психология саморазвития человека: материалы третьей Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, 5–7 декабря 2011 г. Киров: Вят. гос. гуманитар. университет, 2011.

Результаты математико-статистической обработки данных

1. Значимость различий результатов диагностики в группе 1 (девушки) и группе 2 (юноши). U-критерий Манна Уитни.

Ranks

	пол	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ГХ1	1,00	30	31,03	931,00
	2,00	30	29,97	899,00
	Total	60		
ГХ2	1,00	30	35,77	1073,00
	2,00	30	25,23	757,00
	Total	60		
ГХ3	1,00	30	37,70	1131,00
	2,00	30	23,30	699,00
	Total	60		
Э1	1,00	30	27,87	836,00
	2,00	30	33,13	994,00
	Total	60		
Э2	1,00	30	26,28	788,50
	2,00	30	34,72	1041,50
	Total	60		
Э3	1,00	30	28,12	843,50
	2,00	30	32,88	986,50
	Total	60		
Э4	1,00	30	26,13	784,00
	2,00	30	34,87	1046,00
	Total	60		
Э5	1,00	30	26,15	784,50
	2,00	30	34,85	1045,50
	Total	60		
Бем	1,00	30	37,98	1139,50
	2,00	30	23,02	690,50
	Total	60		

Test Statistics^a

	ГХ1	ГХ2	ГХ3	Э1	Э2	Э3	Э4	Э5	Бем
Mann-Whitney U	434,000	292,000	234,000	371,000	323,500	378,500	319,000	319,500	225,500
Wilcoxon W	899,000	757,000	699,000	836,000	788,500	843,500	784,000	784,500	690,500
Z	-,239	-2,340	-3,202	-1,181	-1,890	-1,068	-1,946	-1,937	-3,326
Asymp. Sig. (2-tailed)	,811	,019	,001	,238	,059	,285	,052	,053	,001

a. Grouping Variable: пол

2. Значимость различий результатов диагностики в группе 1 (девушки с выраженными андрогинными чертами) и группе 2 (девушки с выраженными феминными чертами). U-критерий Манна Уитни.

Ranks

	VAR00010	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ГХ1	1,00	47	27,81	1307,00
	2,00	8	29,13	233,00
	Total	55		
ГХ2	1,00	47	27,50	1292,50
	2,00	8	30,94	247,50
	Total	55		
ГХ3	1,00	47	27,49	1292,00
	2,00	8	31,00	248,00
	Total	55		
Э1	1,00	47	29,39	1381,50
	2,00	8	19,81	158,50
	Total	55		
Э2	1,00	47	29,01	1363,50
	2,00	8	22,06	176,50
	Total	55		
Э3	1,00	47	28,52	1340,50
	2,00	8	24,94	199,50
	Total	55		
Э4	1,00	47	29,84	1402,50
	2,00	8	17,19	137,50
	Total	55		
Э5	1,00	47	28,97	1361,50
	2,00	8	22,31	178,50
	Total	55		

Test Statistics^b

	ГХ1	ГХ2	ГХ3	Э1	Э2	Э3	Э4	Э5
Mann-Whitney U	179,000	164,500	164,000	122,500	140,500	163,500	101,500	142,500
Wilcoxon W	1307,000	1292,500	1292,000	158,500	176,500	199,500	137,500	178,500
Z	-,216	-,562	-,575	-1,580	-1,146	-,591	-2,075	-1,091
Asymp. Sig. (2-tailed)	,829	,574	,566	,114	,252	,554	,038	,275
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,842 ^a	,582 ^a	,582 ^a	,119 ^a	,262 ^a	,565 ^a	,037 ^a	,283 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: VAR00010

3. Значимость различий результатов диагностики в группах группе 2 (испытуемые с выраженными феминными чертами) и группе 3 (испытуемые с выраженными маскулинными чертами). U-критерий Манна Уитни.

Ranks

	VAR00010	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ГХ1	2,00	8	7,06	56,50
	3,00	5	6,90	34,50
	Total	13		
ГХ2	2,00	8	7,63	61,00
	3,00	5	6,00	30,00
	Total	13		
ГХ3	2,00	8	8,00	64,00
	3,00	5	5,40	27,00
	Total	13		
Э1	2,00	8	6,69	53,50
	3,00	5	7,50	37,50
	Total	13		
Э2	2,00	8	6,50	52,00
	3,00	5	7,80	39,00
	Total	13		
Э3	2,00	8	6,44	51,50
	3,00	5	7,90	39,50
	Total	13		
Э4	2,00	8	5,88	47,00
	3,00	5	8,80	44,00
	Total	13		
Э5	2,00	8	5,19	41,50
	3,00	5	9,90	49,50
	Total	13		

Test Statistics^b

	ГХ1	ГХ2	ГХ3	Э1	Э2	Э3	Э4	Э5
Mann-Whitney U	19,500	15,000	12,000	17,500	16,000	15,500	11,000	5,500
Wilcoxon W	34,500	30,000	27,000	53,500	52,000	51,500	47,000	41,500
Z	-,077	-,734	-1,176	-,382	-,596	-,662	-1,330	-2,143
Asymp. Sig. (2-tailed)	,938	,463	,240	,702	,551	,508	,183	,032
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,943 ^a	,524 ^a	,284 ^a	,724 ^a	,622 ^a	,524 ^a	,222 ^a	,030 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: VAR00010

4. Значимость различий результатов диагностики в группе 1 (девушки с выраженными феминными чертами), группе 2 (девушки с выраженными андрогинными чертами), группе 3 (девушки с выраженными маскулинными чертами), группе 4 (юноши с выраженными феминными чертами), группе 5 (юноши с выраженными андрогинными чертами), группе 6 (юноши с выраженными маскулинными чертами). Крускал-Уоллис.

Ranks			
	гендер	N	Mean Rank
ГХ1	1,00	7	33,36
	2,00	21	31,17
	3,00	2	21,50
	4,00	3	33,50
	5,00	26	29,94
	6,00	1	20,00
	Total	60	
ГХ2	1,00	7	31,07
	2,00	21	38,07
	3,00	2	28,00
	4,00	3	24,33
	5,00	26	24,19
	6,00	1	55,00
	Total	60	
ГХ3	1,00	7	33,93
	2,00	21	39,40
	3,00	2	33,00
	4,00	3	16,00
	5,00	26	23,56
	6,00	1	38,50
	Total	60	
Э1	1,00	7	20,57
	2,00	21	29,79
	3,00	2	33,25
	4,00	3	24,50
	5,00	26	34,17
	6,00	1	32,00
	Total	60	
Э2	1,00	7	21,93
	2,00	21	27,29
	3,00	2	31,00
	4,00	3	29,50
	5,00	26	35,15
	6,00	1	39,00
	Total	60	
Э3	1,00	7	25,79
	2,00	21	28,14
	3,00	2	36,00
	4,00	3	32,67
	5,00	26	32,85
	6,00	1	34,50
	Total	60	
Э4	1,00	7	20,29
	2,00	21	28,10
	3,00	2	26,00
	4,00	3	45,17
	5,00	26	34,77
	6,00	1	6,50
	Total	60	
Э5	1,00	7	20,64
	2,00	21	27,40
	3,00	2	32,25
	4,00	3	49,67
	5,00	26	32,96
	6,00	1	39,50
	Total	60	

Test Statistics^{a,b}

	ГХ1	ГХ2	ГХ3	Э1	Э2	Э3	Э4	Э5
Chi-Square	1,248	9,761	12,225	3,946	4,586	1,695	8,561	7,366
df	5	5	5	5	5	5	5	5
Asymp. Sig.	,940	,082	,032	,557	,468	,890	,128	,195

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: гендер

5. Корреляционный анализ результатов диагностики девушек

Correlations

	ГХ1	ГХ2	ГХ3	Э1	Э2	Э3	Э4	Э5	Бем
ГХ1 Pearson Correlation	1	,440*	,356	,068	-,465**	-,320	-,441*	-,115	,071
Sig. (2-tailed)		,015	,053	,720	,010	,085	,015	,545	,708
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
ГХ2 Pearson Correlation	,440*	1	,793**	,099	-,344	,358	-,392*	-,037	-,045
Sig. (2-tailed)	,015		,000	,602	,062	,052	,032	,847	,812
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
ГХ3 Pearson Correlation	,356	,793**	1	-,015	-,390*	,244	-,467**	-,255	-,062
Sig. (2-tailed)	,053	,000		,939	,033	,193	,009	,175	,747
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э1 Pearson Correlation	,068	,099	-,015	1	-,005	-,021	,041	,349	-,038
Sig. (2-tailed)	,720	,602	,939		,980	,911	,829	,059	,842
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э2 Pearson Correlation	-,465**	-,344	-,390*	-,005	1	,239	,613**	,341	-,273
Sig. (2-tailed)	,010	,062	,033	,980		,204	,000	,066	,145
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э3 Pearson Correlation	-,320	,358	,244	-,021	,239	1	,123	,189	-,192
Sig. (2-tailed)	,085	,052	,193	,911	,204		,518	,317	,309
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э4 Pearson Correlation	-,441*	-,392*	-,467**	,041	,613**	,123	1	,242	-,099
Sig. (2-tailed)	,015	,032	,009	,829	,000	,518		,197	,604
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э5 Pearson Correlation	-,115	-,037	-,255	,349	,341	,189	,242	1	-,006
Sig. (2-tailed)	,545	,847	,175	,059	,066	,317	,197		,975
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Бем Pearson Correlation	,071	-,045	-,062	-,038	-,273	-,192	-,099	-,006	1
Sig. (2-tailed)	,708	,812	,747	,842	,145	,309	,604	,975	
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

6. Корреляционный анализ результатов диагностики юношей

Correlations

		ГХ1	ГХ2	ГХ3	Э1	Э2	Э3	Э4	Э5	Бем
ГХ1	Pearson Correlation	1	,161	-,011	-,611**	-,260	-,223	-,501**	-,066	-,128
	Sig. (2-tailed)		,395	,954	,000	,166	,236	,005	,730	,501
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
ГХ2	Pearson Correlation	,161	1	,613**	-,041	-,053	,091	-,298	-,368*	,138
	Sig. (2-tailed)	,395		,000	,830	,781	,631	,110	,045	,468
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
ГХ3	Pearson Correlation	-,011	,613**	1	,007	-,169	,015	-,259	-,494**	,083
	Sig. (2-tailed)	,954	,000		,972	,372	,936	,167	,006	,661
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э1	Pearson Correlation	-,611**	-,041	,007	1	,334	,312	,637**	,083	-,223
	Sig. (2-tailed)	,000	,830	,972		,072	,093	,000	,662	,237
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э2	Pearson Correlation	-,260	-,053	-,169	,334	1	,371*	,323	-,059	-,014
	Sig. (2-tailed)	,166	,781	,372	,072		,044	,082	,759	,943
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э3	Pearson Correlation	-,223	,091	,015	,312	,371*	1	,392*	,163	-,093
	Sig. (2-tailed)	,236	,631	,936	,093	,044		,032	,390	,623
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э4	Pearson Correlation	-,501**	-,298	-,259	,637**	,323	,392*	1	,244	-,269
	Sig. (2-tailed)	,005	,110	,167	,000	,082	,032		,194	,151
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Э5	Pearson Correlation	-,066	-,368*	-,494**	,083	-,059	,163	,244	1	-,089
	Sig. (2-tailed)	,730	,045	,006	,662	,759	,390	,194		,640
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Бем	Pearson Correlation	-,128	,138	,083	-,223	-,014	-,093	-,269	-,089	1
	Sig. (2-tailed)	,501	,468	,661	,237	,943	,623	,151	,640	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).