

ТИПОЛОГИЯ НА ПЕРФЕКЦИОНИЗМА

Максимка Рашева*

Изследването проучва типологията на перфекционизма на основата на мултидименционална скала за измерване на перфекционизъм (Frost et al., 1990) в извадка от български студенти. Процедурата на клъстеризация очертава две групи студенти, интерпретирани като неперфекционисти и малко адаптивни перфекционисти. Малко адаптивните перфекционисти имат висок бал по подskalите „съсредоточаване върху грешките“, „родителски очаквания и критичност“, „съмнения в действията“, „лични стандарти“ и в по-малка степен „организация“. Неперфекционистите имат нисък бал по всичките пет дименсии. Резултатите също посочват, че малко адаптивните перфекционисти показват значимо по-високи равнища на мотивация за постижение, тревожност и депресия от неперфекционистите. Дискутирани са бъдещи насоки за изследвания и подпомагане на позитивния перфекционизъм.

Перфекционизмът е личностен стил, характеризиращ се с поставянето на крайно високи стандарти и тенденция за критично оценяване на собственото поведение (Frost et al., 1990). През 80-те години доминира възгледът, че перфекционизмът има единствено негативни характеристики и се свързва с различни форми на психопатология. Причината вероятно е в това, че на него се гледа като на еднодименсионален конструкт.

В началото на 90-те години този възглед се променя, когато две изследвания независимо едно от друго разкриват, че перфекционизмът е мултидименсионален конструкт (Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991,

* Доц. д-р Максимка Рашева — Институт за изследване на населението и човека — БАН

Адрес за контакти: maxrash@abv.bg

Hewitt et al., 1991). Проведените проучвания показват, че някои аспекти на перфекционизма са свързани с неадаптивни поведения като тревожност, депресия, разстройства в храненето (Chang et al., 2007; Chang et al., 2008), докато други аспекти са свързани с адаптивни поведения като мотивация и стремеж към постижение (Stober & Eismann, 2007).

Фрост и съгр. разглеждат перфекционизма като шестдименсионален конструкт, включващ високи лични стандарти, предпочитания към ред и организация, съсредоточаване върху грешките, съмнения в действията, възприемане на високи родителски очаквания и възприемане на висока родителска критичност. Според авторите основните черти на перфекционизма са крайно високите стандарти и склонността към съсредоточаване върху грешките с цел избягването им. Това често води до несигурност в действията и поведението. За перфекционистите от особена важност са оценките, които получават от родителите си (Frost et al., 1990). Хеуит и Флет предлагат тридименсионален модел на перфекционизма, разграничаващ: ориентиран към себе си перфекционизъм, социално предписан перфекционизъм и ориентиран към другите перфекционизъм. Според тази теория перфекционистите могат да виждат собствените си стандарти като поставени от самите тях, като поставени от значими други хора и да поддържат високи очаквания към другите хора (Hewitt & Flett, 1991).

Представените модели на перфекционизъм са близки макар и да не се припокриват напълно. Например, може да се очаква, че подskalата лични стандарти от скалата на Фрост и съгр. съответства на подskalата ориентиран към себе си перфекционизъм от скалата на Хеуит и Флет. Подskalите съсредоточаване върху грешките и родителски очаквания и критичност от скалата на Фрост и съгр. са сходни на подskalата социално предписан перфекционизъм от скалата на Хеуит и Флет.

С разкриването на положителните и отрицателните характеристики на перфекционизма се очертават два основни подхода в концептуализирането на структурата му, които са наречени: дименсионален подход и групово ориентиран или категориален подход (Broman-Fulks et al., 2008; Stoeber & Otto, 2006).

Дименсионален подход

При този подход, перфекционизмът се разглежда като континуум от променливи, около който перфекционистите могат да бъдат локализирани. Индивидите се разграничават по степента на перфекционизъм, а не по вида перфекционизъм (Broman-Fulks et al., 2008). Отделните аспекти на перфекционизма се комбинират и оформят две независими дименсии. Едната дименсия е наречена стремеж към перфектност (perfectionistic striving) и се свързва с положителни характеристики. Тук се включват подskalите лични стандарти и предпочитания към ред и