



УДК 159.923.2

ТРИВОЖНО-ДЕПРЕСИВНІ ПРОЯВИ В ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ ІЗ ДЕСТРУКТИВНИМ ПЕРФЕКЦІОНІЗМОМ

Кудріна Т.С., к. психол. н.,
доцент кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Вавілова А.С., аспірант
кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

У статті розглянуто підходи до визначення перфекціонізму в дітей та підлітків. Охарактеризовано особливості депресивних та тривожних проявів на дитячо-підлітковій вибірці; причини їх виникнення та наслідки для особистості. Здійснено психологічний аналіз взаємозв'язку деструктивного перфекціонізму та тривожно-депресивних проявів у дітей та підлітків.

Ключові слова: тривога, депресія, перфекціонізм, Я-орієнтований перфекціонізм, соціально приписаний перфекціонізм, діти, підлітки, кореляційний аналіз.

В статье рассмотрены подходы к определению перфекционизма у детей и подростков. Охарактеризованы особенности депрессивных и тревожных проявлений в детско-подростковой выборке; причины их возникновения и последствия для личности. Осуществлен психологический анализ взаимосвязи деструктивного перфекционизма и тревожно-депрессивных проявлений у детей и подростков.

Ключевые слова: тревога, депрессия, перфекционизм, Я-ориентированный перфекционизм, социальное приписанный перфекционизм, дети, подростки, корреляционный анализ.

Kudrina T.S., Vavilova A.S. ANXIETY AND DEPRESSION MANIFESTATIONS IN CHILDREN AND TEENAGERS WITH DESTRUCTIVE PERFECTIONISM

The article describes psychological approaches to definition of perfectionism in children and teenagers. Specific of depression and anxiety manifestations on children and teenagers sample; reasons of their appearance and consequences for personality were explained. Psychological connection between destructive perfectionism and anxiety-depression manifestations for children and teenagers was analyzed.

Key words: anxiety, depression, perfectionism, Self-oriented perfectionism, socially-prescribed perfectionism, children, teenagers, correlation analysis.

Постановка проблеми. Формування особистості завжди пов'язане з подоланням критичних періодів та фруструючих факторів, які стоять на шляху її повноцінної самореалізації. Особливості виховання, наявність певних рис особистості можуть призводити до виникнення тривожно-депресивних проявів, які негативно позначаються на особистісному розвитку. Зокрема, наявність рис перфекціонізму може бути пов'язаною з підвищеним рівнем тривожності, зниженим настроєм, труднощами в адаптації. Такі деструктивні перфекціоністські риси проявляються ще в дітей та підлітків і можуть призводити до наявності психологічних труднощів та емоційних порушень у дорослому віці. Тому актуальною є проблема зв'язку рис перфекціонізму та тривожно-депресивних проявів у дитячо-підлітковому віці.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідження дитячо-підліткового перфекціонізму розпочали канадські вчені П. Х'юїтт та Г. Флетт. Вчені розробили методику «Дитячо-підліткова шкала перфекціо-

нізму» (The Child and Adolescent Perfectionism Scale (CAPS)), за допомогою якої проводили дослідження специфіки дитячого перфекціонізму і пов'язаних із ним порушень в особистісній сфері [7]. У подальшому І.І. Грачова адаптувала на підлітковій вибірці «Шкалу виявлення перфекціонізму MPS-H» (Multidimensional Perfectionism Scale); а С.В. Волікова за участю А.Б. Холмогорова розробила «Опитувальник дитячого перфекціонізму», спрямований на визначення таких структурних компонентів, як: високі стандарти діяльності; батьківський перфекціонізм (сприймання дитиною завищених вимог батьків); негативне ставлення до помилок та невдач; успіх як основний мотив діяльності; фізичний перфекціонізм; перенавантаження [2, с. 182].

Відповідно до типології П. Х'юїтта та Г. Флетта в дітей та підлітків виділяють два типи перфекціонізму: «Я-орієнтований» і «соціально-приписаний». Під «Я-орієнтованим» перфекціонізмом автори розуміють неадекватно завищені вимоги, які підліток пред'являє до себе. Дитина з вираженим

«Я-орієнтованим перфекціонізмом» вважає, що вона повинна виправдати свої найвищі стандарти, повинна бути досконалою у всьому. Дитина з високим рівнем соціально приписаного перфекціонізму вважає, що соціум (батьки, вчителі, оточуючі люди) занадто багато від неї очікують. Такі діти впевнені, що повинні виправдати існуючі до них з боку соціуму очікування, відповідати їм. Таким чином, соціально приписаний перфекціонізм – це переконання дитини в тому, що інші люди вимагають від неї бути досконалою в усьому [2, с. 178].

В останні роки психологічні дослідження в області дитячо-підліткового перфекціонізму були присвячені вивченню психічних розладів в аспекті аналізу їх причин та зв'язків з психологічною дезадаптацією у дітей і підлітків [7]. У психологічній літературі існує безліч посилань на наявність перфекціоністських тенденцій у дітей і підлітків, а в ДСМ-3 перфекціонізм був зазначений як один із відповідних факторів принаймні двох розладів, характерних для дитячого віку. Хоча перфекціонізм може мати позитивні аспекти, в дітей та підлітків даний конструкт зазвичай є негативною чи невротичною характеристикою. Дослідники у сферах клінічної психології та психології особистості вказують на наявність кореляції перфекціонізму зі стражданням, суїцидом, анорексичними тенденціями, фобією школи та хронічною неуспішністю [7; 3, с. 32; 4, с. 55].

Численні клінічні дослідження вказують на перфекціонізм (у його деструктивних формах) як фактор харчових розладів (анорексія та булемія), порушення сну, симптомів м'язової напруги, проблем поведінки, незрілості і сором'язливості [7]. Зокрема, в дівчат-підлітків, які страждають харчовими розладами, виявлено високий рівень перфекціонізму. Підлітки, які є особливо чутливі до критики та прагнуть відповідати очікуванням інших, мають виражені перфекціоністські тенденції, які відображаються в установках по відношенню до їжі та збідненому, неадекватному образі себе. Також у психологічній літературі представлені роботи, що вказують на зв'язок між перфекціонізмом у підлітків та наявністю ірраціональних переконань, які призводять до появи невротичних тенденцій [3, с. 34].

Важливими напрямками у вивченні перфекціонізму були дослідження, спрямовані на виявлення зв'язку перфекціонізму з труднощами в адаптації, тривожними і депресивними розладами, з межовими розладами особистості тощо. Найбільш яскравими індикатором такого зв'язку являються суїцидальні тенденції (які опосередковують

зв'язок соціально приписаного перфекціонізму з труднощами адаптації). Дослідження свідчать про те, що соціально приписаний перфекціонізм є значущим предиктором суїцидальних намірів та спроб у пацієнтів психіатрії, які страждають депресивними розладами [3, с. 32].

У психологічних дослідженнях виявлено зв'язок між Я-орієнтованим перфекціонізмом та збідненою психологічною адаптацією: в комбінації з високим рівнем життєвого стресу Я-орієнтований перфекціонізм може продукувати депресивний настрій в учнів та пацієнтів психіатричних клінік [3, с. 36]. Надмірні очікування по відношенню до дітей та підлітків з високим рівнем соціально приписаного перфекціонізму можуть продукувати низьку самооцінку, самотність і депресію. Депресивна симптоматика може виникати у зв'язку з наявністю ірраціональних переконань та надвисоких вимог до себе, характерних для перфекціоністів [7]. Як зазначає Є.П. Ільїн, діти та підлітки з високим рівнем перфекціонізму пред'являють надмірно високі вимоги до себе та інших; вони більш схильні до емоційних та фізичних розладів, проявляють меншу гнучкість, мають досить вузькі та стереотипні погляди на життя [4, с. 56].

Зв'язок деструктивного перфекціонізму та рівня тривожності опосередковується наявністю надмірно високих особистісних стандартів, які призводять до переживання постійного стресу (прагнення відповідати поставленим нереалістичним стандартам). Численні психологічні дослідження свідчать про тісний зв'язок деструктивного перфекціонізму та депресивної симптоматики (негативні емоційні переживання, провина, розчарування, сором). Зокрема, найбільш тісний зв'язок із вираженими рисами перфекціонізму має так звана інтроєктивна депресія, яка характеризується надмірною самокритикою, наявністю перманентного почуття провини та зосередженістю на власних помилках і невдачах [4, с. 58].

Таким чином, деструктивний перфекціонізм у дітей та підлітків є значущим фактором ризику тривожно-депресивної симптоматики, психосоматичних розладів та харчових розладів, які викликають труднощі в адаптації і можуть слугувати підґрунтям для розвитку емоційних розладів у старшому віці.

Постановка завдання. Метою статті є виявлення особливостей перфекціонізму в дітей та підлітків; аналіз зв'язку деструктивного перфекціонізму з тривожними та депресивними проявами.

Виклад основного матеріалу дослідження. Нами було проведено досліджен-



ня з визначення зв'язку дитячо-підліткового перфекціонізму та рівня тривожно-депресивних проявів. До вибірки досліджуваних увійшли 70 дітей та підлітків віком від 12 до 16 років. Була забезпечена репрезентативність вибірки за статтю (26 дівчат та 44 хлопці) та віком (8 досліджуваних віком 12 років; 24 досліджуваних віком 13 років; 14 досліджуваних віком 14 років; 16 досліджуваних віком 15 років; 8 досліджуваних віком 16 років). Для визначення особливостей зв'язку дитячо-підліткового перфекціонізму з тривожно-депресивним спектром було використано наступні методи: адаптована нами на українській вибірці «Дитячо-Підліткова Шкала Перфекціонізму» П. Х'юїтта та Г. Флетта [1, с. 50]; «Методика багатомірної оцінки тривожності» Е.Е. Малкової (Ромициної) та Л.І. Вассермана [5, с.119] та підліткова «Шкала депресії» Бека [6].

За допомогою «Методики багатомірної оцінки тривожності» було визначено такі компоненти дитячої тривожності [5, с. 120]:

1) «загальна тривожність», яка відображає загальний рівень тривожних переживань дитини;

2) «тривога у відносинах з однолітками»: рівень тривожних переживань, обумовлених проблемними відносинами з іншими дітьми та підлітками;

3) «тривога, пов'язана з оцінкою оточуючих», результати якої відображають рівень тривожної орієнтації дитини на думку оточуючих в оцінці власних досягнень та результатів;

4) «тривога у відносинах з учителями»: рівень тривожних переживань, обумовлених відносинами з педагогами в школі чи інших навчальних закладах;

5) «тривога у стосунках з дітьми»: тривожні переживання у відповідь на відношення з батьками та їх оцінками;

6) «тривога, пов'язана з успішністю у навчанні», що відображає тривожні занепокоєння дитини у зв'язку з прагненнями до досягнень;

7) «тривога, що виникає в ситуаціях самовираження»: тривожні переживання у ситуаціях саморозкриття, пред'явлення себе перед іншими;

8) «тривога, що виникає в ситуаціях перевірки знань»: рівень тривоги дитини в ситуаціях перевірки знань, досягнень, можливостей;

9) «зниження психічної активності, обумовлене тривогою»: тривожні реакції дітей у вигляді астенії та зниження стресостійкості;

10) «підвищена вегетативна реактивність, обумовлена тривогою»: психо-веге-

тативні реакції у відповідь на тривожні фактори середовища.

Таким чином, ми отримали матрицю кореляційних зв'язків між вираженістю дитячо-підліткового перфекціонізму, тривожними проявами та депресією. Кореляційний аналіз продемонстрував наявність статистично значущого кореляційного зв'язку між вираженістю перфекціонізму в дітей та підлітків і загальним рівнем тривожності: сила зв'язку 0,586, рівень статистичної значущості $\text{sig} \leq 0,001$; та наявність достовірного зв'язку дитячо-підліткового перфекціонізму та депресивних проявів: сила зв'язку 0,568 та статистична значущість $\text{sig} \leq 0,001$ (Табл. 1).

Таблиця 1

Показники кореляційного зв'язку між рівнем дитячо-підліткового перфекціонізму, загальною тривожністю та депресією

	Коефіцієнт кореляції Пірсона	Загальний рівень тривожності	Депресія
Перфекціонізм		0,586	0,568
	Рівень статистичної значущості	0,000	0,000
	Кількість досліджуваних	70	70

Можна констатувати, що із зростанням рівня вираженості деструктивного перфекціонізму в дітей та підлітків підвищується рівень їх тривожності. Така ж тенденція спостерігається і під час аналізу зв'язку депресивних проявів та перфекціонізму.

Отримані дані дозволили порівняти та проаналізувати міру вираженості різних компонентів тривожності в дітей і підлітків з Я-орієнтованим, соціально приписаним та загальним перфекціонізмом (Рис. 1).

За результатами дослідження дитячо-підліткової вибірки було виявлено, що загальний перфекціонізм має тісний зв'язок із такими компонентами тривожності, як (Табл. 2): «тривога у відносинах з учителями» (сила кореляційного зв'язку 0,541); «тривога, пов'язана з успішністю в навчанні» (сила кореляційного зв'язку 0,674); «тривога в ситуаціях перевірки знань» (сила кореляційного зв'язку 0,575); «зниження психічної активності у зв'язку з тривогою» (сила кореляційного зв'язку 0,569); «підвищення вегетативної реактивності у зв'язку з тривогою» (сила кореляційного зв'язку 0,558).

Таблиця 2

Показники кореляційного зв'язку між компонентами тривожності та загальним перфекціонізмом у дітей і підлітків

		Загальний перфекціонізм
Тривога у відносинах з учителями	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,541
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Тривога, пов'язана з успішністю в навчанні	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,674
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Тривога у ситуаціях перевірки знань	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,575
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Зниження психічної активності у зв'язку з тривогою	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,569
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Підвищення вегетативної реактивності у зв'язку з тривогою	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,558
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70

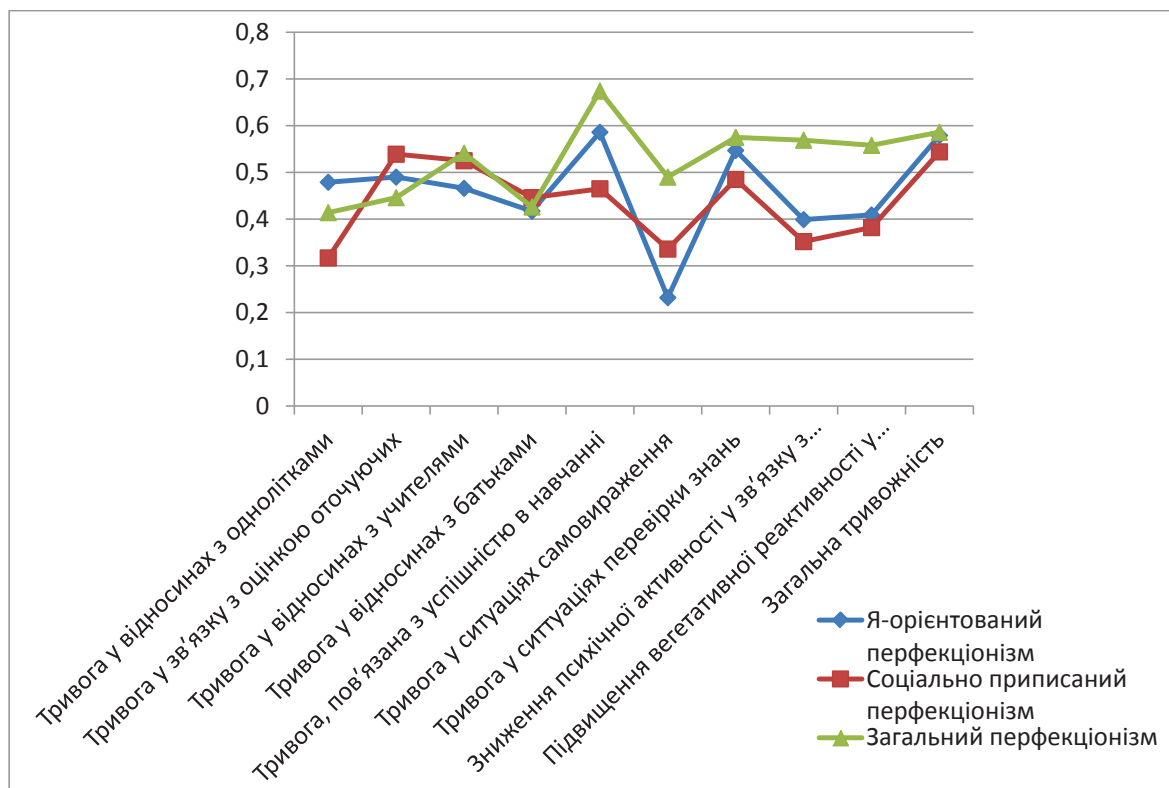


Рис. 1. Показники кореляційного зв'язку між компонентами тривожності та типами перфекціонізму (загальний, Я-орієнтований, соціально приписаний) у дітей і підлітків



Найбільш тісним є зв'язок між перфекціонізмом та тривогою, пов'язаною з успішністю в навчанні та ситуаціями перевірки знань (сила кореляційного зв'язку на рівні вище середнього). Діти і підлітки з високим рівнем перфекціонізму переживають виражену стурбованість у зв'язку з потребою в досягненні успіху. Провідним видом діяльності, в якому діти та підлітки можуть продемонструвати власну досягальну активність, являється навчальна діяльність. Перфекціоністи ставлять перед собою надмірно завищені цілі, дуже болісно реагують на наявність помилок та невдач, що призводить до підвищення рівня тривоги, пов'язаної з успішністю в навчанні.

Результати нашого дослідження демонструють тісний зв'язок між перфекціоністськими рисами та особливостями психофізіологічного і психо вегетативного тривожного реагування дітей та підлітків у стресогенних ситуаціях (зниження психічної активності та підвищення вегетативної

реактивності у зв'язку з тривогою). Такий зв'язок пояснюється постійним перебуванням перфекціоністів у стані напруження, необхідністю досягати найвищих результатів, відповідати очікуванням оточуючих, що призводить до астенії, виснаження, зниження адаптивних ресурсів організму, наявності психо вегетативних реакцій.

Наявність тривоги у відносинах з учителями для дітей та підлітків з високим рівнем перфекціонізму пояснюється ототожненням педагогів із тими людьми, які оцінюють результативність та якість виконання навчальної діяльності. Таким чином, кожна ситуація взаємодії з учителем несе на собі відбиток прояву активності досягнення та її оцінки значущими дорослими. Постійне очікування негативної оцінки зі сторони учителя підсилює відчуття тривоги та незадоволення собою і призводить до деструктивних наслідків.

Я-орієнтований перфекціонізм у дітей та підлітків найбільш тісно пов'язаний із триво-

Таблиця 3

Показники кореляційного зв'язку між компонентами тривожності та Я-орієнтованим перфекціонізмом у дітей і підлітків

		Я-орієнтований перфекціонізм
Загальна тривожність	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,579
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Тривога у ситуаціях перевірки знань	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,547
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Тривога, пов'язана з успішністю в навчанні	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,586
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70

Таблиця 4

Показники кореляційного зв'язку між компонентами тривожності та соціально приписаним перфекціонізмом у дітей і підлітків

		Соціально-приписаний перфекціонізм
Загальна тривожність	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,544
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Тривога у відносинах з учителями	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,525
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70
Тривога у зв'язку з оцінкою оточуючих	Коефіцієнт кореляції Пірсона	0,539
	Рівень статистичної значущості	0,000
	Кількість досліджуваних	70

гою в ситуаціях перевірки знань (сила кореляційного зв'язку 0,547) та тривогою у зв'язку з успішністю в навчанні (сила кореляційного зв'язку 0,586). Діти з Я-орієнтованим перфекціонізмом самі ставлять перед собою високі цілі і намагаються їх досягти. Ситуація перевірки знань являється ключовою для оцінки відповідності чи невідповідності очікуваним результатам. Успішність у навчанні виступає фактором задоволення чи незадоволення собою у зв'язку з наявністю перфекціоністських тенденцій. Якщо перфекціонізм має виражені деструктивні риси, то навіть найменше відхилення від найкращого результату (отримання не найвищої оцінки в класі, друге місце в конкурсах і так далі) призводить до невротизації і самознищення. Тому учні проявляють постійну тривогу, очікуючи ситуацій, які можуть нести на собі виражений негативний відтінок.

Соціально приписаний перфекціонізм у дітей та підлітків має тісний зв'язок із тривогою у відносинах з учителями (0,525) та тривогою у зв'язку з оцінкою оточуючих (0,539). Такі результати кореляційних зв'язків відображають прагнення соціально приписаних перфекціоністів відповідати очікуванням оточуючих, які ставлять завищені вимоги по відношенню до них. У дітей та підлітків, в яких провідним видом діяльності є навчання, тривога найчастіше виникає у зв'язку з негативною оцінкою з боку учителів. Тривога у зв'язку із загальною оцінкою оточуючих відображає прагнення дітей із соціально приписаним перфекціонізмом відповідати очікуванням широкого кола оточуючих (учителів, батьки, рідні та друзі).

Висновки з проведеного дослідження.

Перфекціонізм – це складний психологічний феномен, який може проявлятися в дитячо-підлітковому віці і полягає в прагненні до ідеального виконання завдань та реалізації найвищих цілей. П. Х'юїтт та Г. Флетт виділяють два різновиди дитячо-підліткового перфекціонізму: Я-орієнтований (дитина сама ставить перед собою вимоги до якнайкращого виконання певних видів діяльності) та соціально приписаний (прагнення відповідати завищеним очікуванням та вимогам із боку батьків, вчителів, родичів). Деструктивний перфекціонізм в дітей та підлітків може призводити до появи негативних наслідків, серед яких значне місце займають тривожно-депресивні розлади. Я-орієнтований перфекціонізм може продукувати депресивний настрій та тривожні прояви в учнів; надмірні очікування по відношенню до дітей та підлітків із високим рівнем соціально приписаного перфекціонізму можуть призводити до низької самооцінки, самотності і депресії.

За результатами нашого дослідження було виявлено наявність значущого кореляційного зв'язку між дитячо-підлітковим перфекціонізмом та депресією (сила зв'язку 0,568) і тривогою (сила зв'язку 0,586). Я-орієнтований перфекціонізм частіше за все призводить до підвищення тривоги в ситуаціях перевірки знань (кореляційний зв'язок з Я-орієнтованим перфекціонізмом 0,547) та тривоги, пов'язаної з успішністю в навчанні (кореляційний зв'язок на рівні 0,586). Соціально приписаний перфекціонізм у дитячо-підлітковій вибірці зумовлює виникнення тривоги у відносинах з учителями (кореляційний зв'язок 0,525) та тривоги у зв'язку з оцінкою оточуючих (сила зв'язку 0,539).

Подальші дослідження дитячо-підліткового перфекціонізму можуть бути спрямовані на виявлення особливостей тривожно-депресивних проявів на різних етапах вікового розвитку та визначення того, які саме компоненти перфекціонізму зумовлюють появу емоційних розладів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вавілова А.С. «Дитячо-Підліткова Шкала Перфекціонізму» П. Х'юїтта та Г. Флетта: досвід адаптації / А.С. Вавілова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2017. – Т. 1, № 2. – С. 50.
2. Воликова С.В. Методы исследования детского перфекционизма / С.В. Воликова // Социальная и клиническая психиатрия. – 2012. – Т. 22, № 2. – С. 177–186.
3. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) / Н.Г. Гаранян // Московский психотерапевтический журнал. – 2006. – № 1. – С. 31–41.
4. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.
5. Малкова Е.Е. Основные этапы и процедура создания методики «Многомерная оценка детской тревожности» (МОДТ) / Е.Е. Малкина // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – СПб., 2009. – № 83. – С. 119–133.
6. Шкала депрессии Бека (подростковый вариант) [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://psylab.info/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D0%B4%D0%B5%D0%BF%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8_%D0%91%D0%B5%D0%BA%D0%B0.
7. Flett G.L., Hewitt P.L. The Child-Adolescent Perfectionistic Scale: development, psychometric properties, and associations with stress, distress and psychiatric symptoms / Gordon L. Flett, Paul L. Hewitt, Avi Besser, Chang Su, Tracy Vaillancourt, Daniel Boucher, Yvette Munro, Lisa A. Davidson, Olga Gale // Journal of Psychoeducational Assessment. – June 1, 2016 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://hewittlab.sites.olt.ubc.ca/files/2014/11/CAPS.pdf>.