

# Когнитивные, личностные и поведенческие различия в проявлениях перфекционизма, связанных с его типом

Кононенко О.И.

Одесский национальный университет имени И.И. Мечникова, Украина

Перфекционизм как стремление подражать чрезмерно высоким стандартам является многомерным личностным конструктом, однако вопрос о его внутренней психологической структуре остается в науке открытым и дискуссионным.

Цель статьи – проанализировать когнитивные, личностные и поведенческие различия в проявлениях перфекционизма, связанных с его типом.

**Материал и методы.** В исследовании принимали участие 420 человек. Для изучения различий в проявлениях перфекционизма применен диагностический комплекс методик, направленных на исследование специфических особенностей личности с различными типами перфекционизма. Для оценки статистической значимости различий между группами был вычислен *t*-критерий Стьюдента.

**Результаты и их обсуждение.** Полученные результаты позволили утверждать, что не существует особых различий между профилями социального интеллекта представителей групп. Установлено, что определенный тип перфекционизма соотносится с определенными особенностями интеллектуальных способностей. Исследование личностных особенностей подтвердило предположение о доминировании различных типов акцентуаций в группах с определенным типом перфекционизма. Изучены различия психологических характеристик личности и свойств, связанных с социальной адаптацией и регуляцией поведения. Проведенный анализ представлений субъекта о себе свидетельствует о наличии индивидуально-психологических различий в проявлении данных черт у лиц с различными типами перфекционизма. Исследование индивидуально-типических особенностей поведенческих реакций личности-перфекциониста по бессознательным механизмам противодействия в стрессовых ситуациях показало наличие различий у лиц с различными типами перфекционизма.

**Заключение.** Таким образом, проведенное исследование показало, что каждый тип перфекционизма характеризуется определенными когнитивными, личностными и поведенческими особенностями. Полученные результаты позволяют нам построить профили личностей с различными типами перфекционизма, что в дальнейшем будет способствовать организации определенным образом тренинговой программы, направленной на коррекцию негативных проявлений в профиле перфекционистской личности, а также на развитие качеств, способствующих успешному и комфортному использованию перфекционизма в различных сферах жизнедеятельности личности.

**Ключевые слова:** личность, позитивный перфекционизм и негативный перфекционизм, различия, тип перфекционизма.

## Cognitive, Personal and Behavioral Differences in the Manifestation of Perfectionism Associated with its Type

Kononenko O.I.

Odessa I.I. Mechnikov National University, Ukraine

Perfectionism as a desire to emulate the excessively high standards is a multidimensional personality construct, but the issue of its internal psychological structure remains open and controversial in science.

The purpose of the article is to analyze cognitive, personality and behavioral differences in the manifestation of perfectionism associated with its type.

**Material and methods.** To investigate the differences in the forms of perfectionism we applied diagnostic complex of techniques which were aimed at understanding the specific features of the person with a different type of perfectionism. To assess statistical significance of differences Student's *t*-test between groups was calculated. In the study 420 people took part.

**Findings and their discussion.** The obtained results allowed affirming that there are not specific differences between the profiles of social intelligence group representatives. It was found out that a certain type of perfectionism is related to the specific characteristics of intellectual abilities, manifested in a particular combination of indicators of intelligence, and the levels that they achieve. The study of personality characteristics confirmed the assumption of the dominance of different types of accentuation in groups with a certain type of perfectionism. Differences of psychological characteristics of the person have been studied and also the properties associated with social adjustment and regulation of behavior. The analysis of the subject of representations about itself indicates the presence of individual psychological differences in the manifestation of these traits in persons with different types of perfectionism. The study of individual-typical behavioral responses of the perfectionist personality on unconscious mechanisms to counter stressful situations showed the existence of differences in patients with different types of perfectionism.

**Conclusion.** Thus, the research has shown that each type of perfectionism is characterized by certain cognitive, personality and behavioral characteristics. The findings allow us to build profiles of individuals with different types of perfectionism, allowing in the future to organize a certain way a training program aimed at correcting the negative manifestations in the profile of a perfectionist personality, as well as on the development of the qualities that contribute to a successful and comfortable use of perfectionism in various areas of personality functioning.

**Key words:** personality, positive perfectionism, negative perfectionism, differences, type of perfectionism.

**П**ерфекционизм как стремление подражать чрезмерно высоким стандартам является многомерным личностным конструктом, однако вопрос о его внутренней психологической структуре остается в науке открытым и дискуссионным. Основным методологическим препятствием на пути к изучению структуры перфекционизма выступает отсутствие теоретической модели, в рамках которой возможно совместить разные грани этого феномена в едином континууме.

Критерием создания авторской концепции перфекционизма личности является многомерность его психологической структуры. Исходя из этого мы подходим к перфекционизму как к психологическому свойству, которое в структуре личности обладает относительной функциональной и структурной самостоятельностью и выражается в стремлении субъекта быть совершенным, безупречным. Важным теоретическим тезисом нашего концептуального подхода к перфекционизму является то, что стремление к высоким стандартам само по себе не является патологическим: индивид может получать удовольствие от упорного труда, стремиться к саморазвитию, самосовершенствованию, улучшению результатов работы, причем он принимает для себя факт наличия границы личного самосовершенствования.

Цель статьи – на основе эмпирического исследования проанализировать когнитивные, личностные и поведенческие различия в проявлениях перфекционизма, связанных с его типом.

**Материал и методы.** В исследовании принимали участие 420 человек. Для оценки статистической значимости различий между группами, которые сопоставляются, был вычислен *t*-критерий Стьюдента. Для изучения перфекционизма, его структуры и основных внутренних компонент применен опрос с помощью следующих методик: Фрайбургский личностный опросник (Das Freiburger Persönlichkeitsinventar, Freiburg Personality Inventory, FPI); Личностный опросник Х. Шмишека для диагностики типа акцентуации личности; Дифференциальный тест перфекционизма А.А. Золотаревой; Многомерная шкала перфекционизма (Multidimensional perfectionism scale, MPS) P.L. Hewitt–G.L. Flett для измерения уровня перфекционизма и определения характера соотношения его составляющих; Опросник Life Style Index (LSI) Х. Келлермана–Р. Плутчика

для диагностики механизмов психологической защиты «Я»; Шкала перфекционистской самооценки П. Хьюитта; Опросник Т. Лири для исследования представлений субъекта о себе, идеального «Я» и взаимоотношений в малых группах; Опросник К. Роджерса–Р. Даймонд для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с ней черт личности.

**Результаты и их обсуждение.** Опираясь на основные положения авторской концепции, было проведено исследование по выявлению когнитивных, личностных и поведенческих различий в проявлениях перфекционизма, связанных с его типом. Была изучена специфика социального интеллекта у представителей различных форм проявления перфекционизма. На этом этапе исследования были проанализированы компоненты социального интеллекта в выборке лиц, склонных к позитивному перфекционизму, негативному перфекционизму и нейтральному перфекционизму.

Полученные результаты позволили описать специфику социального интеллекта представителей различных типов перфекционизма. Следует отметить, что особых различий между профилями социального интеллекта представителей групп позитивного перфекционизма, негативного перфекционизма и нейтрального перфекционизма не определено – почти все значения компонентов варьируются в одном цифровом диапазоне. Однако у лиц с доминированием позитивного перфекционизма установлены отличия от других профилей, которые отображаются в низкой представленности компонентов: познания результатов поведения (предвидение последствий) и композитная оценка социального интеллекта (таблица 1).

Таким образом, были обнаружены особенности интеллектуальных способностей, характерных для лиц позитивного перфекционизма, негативного перфекционизма и нейтрального перфекционизма. У испытуемых, склонных к позитивному перфекционизму, среди показателей интеллектуальных способностей преобладают: плохое понимание связи между поведением и его последствиями, которое, прежде всего, проявляется в конфликтах, опасных ситуациях, так как данные лица неверно представляют себе результаты своих действий или поступков других; с меньшими значениями представлены: способность к обобщению и анализу материала, интегральный показатель интеллектуального развития; установлены низкие результаты таких

Таблица 1 – Сравнение результатов по компонентам социального интеллекта представителей различных типов перфекционизма (по t-критерию Стьюдента)

Сравниваемые типы перфекционизма	Компоненты социального интеллекта				
	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3	Субтест 4	Композитная оценка
ПП – НП	2,05*	0,31	1,36	0,45	2,32*
ПП – НЕП	2,16*	1,05	1,48	0,61	2,25*
НП – НЕП	0,75	1,96	0,57	0,28	0,81

Примечание: ПП – позитивный перфекционизм, НП – негативный перфекционизм, НЕП – нейтральный перфекционизм; \* – статистическая значимость различий ( $p < 0,05$ ).

составляющих интеллектуальных способностей, как грамотность, пространственное воображение, влияние эмоций на мышление, скорость и точность восприятия материала.

У лиц, склонных к негативному перфекционизму, интеллектуальные способности в большей степени характеризуются следующими показателями: гибкость мышления, математические способности, интегральный показатель интеллектуального развития, в меньшей степени представлены: способность к обобщению и анализу материала, грамотность, влияние эмоций на мышление, скорость и точность восприятия материала, пространственное воображение.

У лиц с нейтральным перфекционизмом среди интеллектуальных способностей преобладают: интегральный показатель интеллектуального развития индивида; способность к обобщению и анализу материала, грамотность, пространственное воображение и низкие: гибкость мышления, скорость и точность восприятия материала, влияние эмоций на мышление.

Таким образом, в результате нашего исследования выявлены особенности интеллектуальных способностей лиц с различными типами перфекционизма. Установлено, что определенный тип перфекционизма соотносится с определенными особенностями интеллектуальных способностей, проявляется как в специфическом сочетании показателей интеллекта, так и в уровнях, которых они достигают.

Следующим этапом в исследовании стал анализ личностных различий у представителей выделенных типов перфекционизма. Напомним, что к личностным различиям относятся типологические, психологические характеристики личности и свойства, связанные с социальной адаптацией и регуляцией поведения. Рассмотрим результаты, полученные по типам акцентуаций характера в выделенных группах.

В выборке лиц, склонных к позитивному перфекционизму, доминируют два типа акценту-

аций: гипертимный и аффективно-экзальтированный. Менее выражены демонстративный, эмотивный, циклотимный и застревающий типы. Не выражены дистимный, педантичный, возбудимый и тревожно-боязливый типы.

Здесь и далее будем уделять большее внимание интерпретации только тех акцентуаций, что являются доминантными для данной выборки испытуемых. В данном случае остановимся на психологической характеристике двух типов акцентуаций, доминирующих в данной группе, – это гипертимный и аффективно-экзальтированный.

Личности гипертимного типа, которая склонна к позитивному перфекционизму, присущи большая активность, подвижность действий, неутомимость, неусидчивость, что проявляется в жажде деятельности, но также для такого человека характерной чертой является и недисциплинированность. Такая личность не может переносить насилие, строгую регламентацию, жесткую дисциплину, постоянную навязчивую опеку и контроль, что приводит к противодействию с ее стороны, которое можно наблюдать в эмоциональных реакциях, вербальных высказываниях, поведении и т.п. Естественно, что такие реакции и поведение перфекциониста-гипертима вызывают у окружающих недовольство и осуждение. Однако генетически обусловленная активность, которая присуща гипертиму, характеризует его как человека оптимистичного, коммуникативного, с повышенной болтливостью.

Для личности аффективно-экзальтированного типа, которая склонна к позитивному перфекционизму, характерна бурная, экзальтированная реакция. Она легко приходит в восторг от радостных событий и в отчаяние от печальных. Ее отличает крайняя уязвимость, которая сочетается с ярким внешним выражением. Такая высокая эмоциональная изменчивость перфекциониста аффективно-экзальтированного типа очень часто приводит к перепадам его

настроения. У окружающих такие реакции вызывают как чувство эмпатии, сочувствия, так и раздражение.

В выборке лиц, склонных к негативному перфекционизму, наблюдается доминирование двух типов акцентуаций – это демонстративный и эмотивный типы. Также в данной группе распространены следующие типы акцентуаций: гипертимный, тревожно-боязливый, аффективно-экзальтированный. Менее распространены застревающий, циклотимный, педантичный и возбуждающий типы. Не выражен дистимный тип акцентуации.

Для личности демонстративного типа, подверженной негативному перфекционизму, главными чертами характера являются: эгоцентризм, ярко выраженная жажда внимания к своей особе, восхищения, удивления, уважения. Ей свойственны театральность, склонность к позированию, чрезмерное фантазирование, низкая способность к упорному труду, которая сочетается с высокими притязаниями на исключительное положение, первенство в системе отношений, взаимодействия. Гиперактуализация демонстративной потребности может выражаться на поведенческом уровне даже в форме демонстративного суицида или демонстративной делинквентности. То есть потребность привлечь к себе внимание, выделиться может привести к попытке самоубийства (как правило, демонстративной), или к словесным угрозам этого [1].

Для личности эмотивного типа, подверженной негативному перфекционизму, характерны две особенности – это высокая чувствительность и глубинные реакции в области тонких эмоций. Крайне эмоциональная чувствительность эмотивного акцентуанта приводит к изменению его настроения и тем самым требует от окружающих сочувствия и сопереживания к себе в большей степени, чем другие. Фальшь, а также равнодушие и черствость эмотивная личность чувствует чрезвычайно тонко и быстро реагирует на это изменением своего отношения и поведением. Все названные особенности характера, как правило, очевидны и постоянно проявляются во внешних реакциях личности в различных ситуациях и деятельности. Эмотивная личность по негативному типу перфекционизма наиболее чувствительна к тому, что «его не понимают», она очень остро реагирует на «несправедливость», что влечет за собой негативные последствия в ее реакциях и поведении.

Распределение акцентуаций у представителей нейтрального типа перфекционизма указывает на доминирование аффективно-экзальтированного и циклотимного типов. Представителям данной группы также присущи:

гипертимный, демонстративный, застревающий типы, менее характерны: возбудимый, эмотивный, тревожно-боязливый и педантичный типы. Представителей дистимного типа акцентуаций в данной группе совсем мало.

Результаты показывают, что у лиц, не склонных к перфекционизму, прослеживается широкий диапазон акцентуаций. Среди них, как уже зафиксировано, высокие значения получили: аффективно-экзальтированный, циклотимный, гипертимный, демонстративный и застревающий типы.

Для личности аффективно-экзальтированного типа, не склонной к перфекционизму, характерны проявления крайней чувствительности, аффективная взрывчатость. Человеку свойственны бурные, аффективные реакции, которые проявляются в легкости перехода настроения от веселого до мрачного, также характеризуется крайней уязвимостью и переживаниями в сочетании с аффектами в их внешнем проявлении.

Для личности, являющейся нейтральной к перфекционизму по циклотимному типу, характерной особенностью является изменение гипертимного и дистимного состояния. Данные реакции для акцентуации анализируемого являются не случайными [1; 2]. В гипертимной фазе поведение личности характеризуется активностью, жаждой деятельности, палитрой позитивных эмоций, повышенной болтливостью. В дистимной фазе, наоборот, в поведении наблюдаются замедленность реакций, в настроении – подавленность, снижение эмоционального отклика, тягучесть мышления.

Личности демонстративного типа, нейтральной к перфекционизму, как уже было сказано, присуща высокая потребность быть в центре внимания. Эта особенность обуславливает как само поведение демонстративного акцентуанта, так и специфику социального взаимодействия с ним. Для такого человека характерно тщеславное поведение, часто нарочито демонстративное. Элементами данного поведения также являются самовосхваление, рассказы о себе или событиях, в которых это лицо занимало центральное место. Как показывает психологическая практика, значительная часть данных рассказов может быть фантазирована или приукрашена демонстративным акцентуантом.

Для личности застревающего типа, нейтральной к перфекционизму, характерными чертами являются высокая устойчивость аффекта, продолжительность эмоционального отклика, переживания. Такая личность не переносит личных обид, долго их не забывает и никогда просто не прощает. Поэтому окружающая обстановка

характеризует их как людей злопамятных и мстительных. Болезненная обидчивость этих людей, как правило, внешне хорошо заметна. Они очень чувствительны и легко уязвимы, но в сочетании с фактом личной обиды, как отмечают исследователи, с застревающим типом можно надолго потерять личностный контакт [1–3].

Перейдем к анализу результатов, касающихся различий в социально-психологической адаптации-дезадаптации, предоставленных факторами личности в выборках лиц, которые различаются по типу перфекционизма.

По факторной структуре личность, склонная к позитивному перфекционизму, характеризуется высоким уровнем самокритичности, стремлением к доверительно-откровенным взаимодействиям с окружающими людьми, социальной активностью, выраженной в потребности в общении и постоянной готовности к удовлетворению этой потребности. В то же время ей присущи и невротические черты, среди которых: раздражительность, склонность к аффективному реагированию, колебания настроения, повышенный уровень возбудимости, раздражительности, недостаточный уровень саморегуляции. Высокий уровень психопатизации, характерный для данной личности, проявляется в агрессивном отношении к социальному окружению и выраженным стремлением к доминированию.

Профиль личности, склонной к негативному перфекционизму, характеризуется выраженными невротическими чертами: депрессивностью, что проявляется в эмоциональном состоянии, поведении, отношениях к себе и социальной среде, незащищенностью к воздействию стресс-факторов в обычных жизненных ситуациях, основанных на неуверенности в себе, пессимистичности и неактивности, а также неустойчивостью эмоционального состояния, проявляющейся в частых колебаниях настроения, повышенной возбудимости, раздражительности, недостаточной саморегуляции. Наличие тревожности, скованности, неуверенности может быть следствием и трудностей в социальных контактах. Личность по типу негативного перфекционизма характеризуется склонностью к интровертности.

Психологической особенностью личности, склонной к нейтральному перфекционизму, является открытость, которая проявляется в отношении индивида к социальному окружению. Такая личность стремится к доверительно-откровенному взаимодействию с окружающими людьми при высоком уровне самокритичности. По факторной структуре человеку, нейтральному к перфекционизму, прису-

ща социальная смелость, что проявляется в уверенности в себе. Он имеет значительный уровень стрессоустойчивости, подвержен интровертности, психическая деятельность протекает преимущественно по женскому типу.

В данном исследовании общие между всеми выборками по факторной структуре черты личности не установлены, но между выборками ПП (тип лиц, склонных к позитивному перфекционизму) и НП (тип лиц, склонных к негативному перфекционизму) общими факторами оказались: ФН (невротичность), ФЭЛ (эмоциональная лабильность).

Следующим шагом в изучении различий психологических характеристик личности и свойств, связанных с социальной адаптацией и регуляцией поведения, стал анализ показателей социально-психологической адаптации у представителей различных типов перфекционизма.

Совокупность выявленных психологических характеристик у представителей по типу позитивного перфекционизма свидетельствует о соответствии их критерию адаптации, что проявляется в наличии устойчивых свойств личности – адаптивности, ощущении эмоционального комфорта, самопринятии, принятии других, то есть склонности к бесконфликтному урегулированию межличностных конфликтов. Выраженность в психологическом портрете позитивного перфекциониста такой черты, как ожидание внешнего контроля, свидетельствует о расчете личности на толчок и поддержку извне, пассивность в решении жизненных задач, проблем и тому подобное. Такая личность подвержена экстеральному локусу контроля, она оптимистична (надеется на успех в большинстве случаев), уравновешенна, способна получать удовольствие и повышать самооценку на основе своих и коллективных достижений.

По большинству черт личности представителей по негативному типу перфекционизма можно характеризовать как таких, которые относятся к критерию людей с адаптационными возможностями в рамках нормы. Однако совокупность свойств, составляющих их психологический портрет, выглядит иначе. На фоне выраженных черт самопринятия и ощущения эмоционального комфорта перфекционистам по негативному типу характерно также и неприятие, конфликтность в отношениях с другими, что проявляется в хронической неудовлетворенности, неадекватно заниженной оценке возможностей других по сравнению со своими или той реальности, которую он ожидает. К психологическому портрету перфекциониста принадлежит склонность к эскапизму и экстеральному локусу контроля. Для его

также характерны ожидание внешней поддержки, ведомость, что сопровождается, как правило, пассивностью при принятии жизненно важных решений и невозможностью достижения намеченной идеальной цели.

Совокупность свойств личности, обнаружившихся у представителей, нейтральных к перфекционизму, свидетельствует о их хорошей социально-психологической адаптации. Личностей, нейтральных к перфекционизму, характеризуют высокая адаптивность, наличие чувства эмоционального комфорта, самопринятие, что связано с адекватным отношением к себе и другим, оптимистичным взглядом в будущее. В большинстве случаев им присущ интернальный локус контроля, хотя они не всегда уверены, что достижение личностной цели зависит от них, чаще они ждут поддержки извне.

Таким образом, сравнительный анализ профилей социально-психологической адаптации в выборках лиц, которые различаются по типам перфекционизма, предоставил возможность выяснить и описать спектр адаптивных / дезадаптивных свойств личности, которые присущи каждому из типов изучаемого языка.

Согласно логике нашего эмпирического исследования следующим шагом стало изучение индивидуальных различий представлений субъекта о себе «Я-реальное» в зависимости от типов перфекционизма.

У представителей позитивного типа перфекционизма с позиции сильной личности, которая доминирует во всех видах групповой деятельности, имеются лидерские качества, уверенность в себе. Такой личности присущи черты, раскрывающиеся в склонности к сотрудничеству, кооперации, следовании условностям, правилам и принципам хорошего тона в отношениях с людьми. Потребность быть в центре внимания, заслужить признание и любовь окружающих может проявляться в стремлении всех наставлять, поучать и полагаться на свой разум. Как правило, завышенная гиперответственность побуждает перфекциониста приносить в жертву свои интересы, навязать свою помощь, быть слишком активным по отношению к окружающим.

Психологической характеристикой перфекциониста по негативному типу является высокий авторитаризм, который проявляется в диктаторских, деспотических чертах. Такой человек доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения, имеет агрессивные проявления в отношениях с окружающими, может быть прямолинейным, строгим и резким в оцен-

ке других, непримиримым, упрямым, склонным во всем обвинять окружающих. Эгоистические черты такого типа личности проявляются в стремлении быть над всеми, но одновременно в стороне от всех. Гиперответственность выражается в неадекватности по отношению приема на себя ответственности за других, чрезмерной активности в связанной помощи и тому подобное.

Совокупность показателей, выраженных в выборке представителей, нейтральных к перфекционизму, свидетельствует о доминировании авторитарных, доброжелательных и альтруистических тенденций в интерперсональном поведении субъекта.

Такая личность в межличностных отношениях демонстрирует доминантность, энергичность, компетентность, авторитетность, лидерские качества и требует к себе уважения. Она доброжелательна и любезна со всеми, ориентирована на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить в равной степени требования других, быть по возможности хорошей для всех, имеет устройства для целей микрогруппы, и развитые механизмы вытеснения и подавления.

Таким образом, проведенный анализ представлений субъекта о себе свидетельствует о наличии индивидуально-психологических различий в проявлении данных черт у лиц с различными типами перфекционизма. Выявленные особенности позволили исследовать квантификацию межличностных отношений и тенденцию личностного развития у лиц в зависимости от типа перфекционизма.

Перейдем к анализу данных, способствующих поиску индивидуально-типических особенностей поведенческих реакций личности-перфекциониста по бессознательным механизмам противодействия в стрессовых ситуациях (таблица 2).

Определено, что человек с позитивным перфекционизмом характеризуется слабой выраженностью механизмов психологической защиты, кроме механизмов отрицания реальности. Представители негативного типа перфекционизма отличаются значительной выраженностью защитных механизмов, ведущими из которых являются интеллектуализация, реактивные образования, замещение, проекция, отрицание, общая направленность защиты, подавленность. Группа лиц, которая характеризуется нейтральным перфекционизмом, отличается низкой степенью выраженности и равномерной представленностью механизмов психологической защиты, в системе которых относительно доминирует регрессия.

Таблица 2 – Сравнение результатов изучения механизмов психологической защиты лиц различных типов перфекционизма (по t-критерию Стьюдента)

Сравниваемые типы перфекционизма	Механизмы психологической защиты								
	Отрицание	Вытеснение	Регрессия	Компенсация	Проекция	Замещение	Интеллектуализация	Реактивные образования	Общая направленность защиты
ПП – НП	2,18*	1,15*	1,31	1,25*	-3,24*	-4,04*	-3,51*	2,06*	1,97
ПП – НЕП	3,06*	0,39	0,54	0,24	2,40*	1,87	1,23*	0,94	0,14
НП – НЕП	1,07	1,29*	1,40*	1,84*	-2,19*	2,65*	2,09*	2,20*	1,09

Примечание: ПП – позитивный перфекционизм, НП – негативный перфекционизм, НЕП – нейтральный перфекционизм; \* – статистическая значимость различий ( $p < 0,05$ ).

**Заключение.** Таким образом, проведенное исследование показало, что каждый тип перфекционизма характеризуется определенными когнитивными, личностными и поведенческими особенностями. Полученные результаты позволяют нам построить профили личностей с различными типами перфекционизма, что помогает в дальнейшем организовать определенным образом трениговую программу, направленную на коррекцию негативных проявлений в профиле перфекционистской личности, а также на развитие качеств, способствующих успешному и комфортному использованию перфекционизма в различных сферах жизнедеятельности личности.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Личко, А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. – СПб.: Речь, 2010. – 256 с.
2. Леонгард, К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. – Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1997. – 544 с.
3. Реан, А.А. Психология личности / А.А. Реан. – СПб.: Питер, 2013. – 288 с.
4. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика / Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2002. – 340 с.
5. Гараян, Н.Г. Перфекционизм, депрессия, тревога / Н.Г. Гараян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 4. – С. 18–48.
6. Гуляс, І.А. Психологія перфекціонізму: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / І.А. Гуляс; Чернів. нац. ун-т ім. Юрія Федьковича. – Чернівці: Прут, 2010. – 272 с.
7. Ильин, Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.
8. Кононенко, О.І. Взаємозв'язок між різними проявами перфекціонізму та особистісними чинниками особистості / О.І. Кононенко // Наук. вісн. Херсон. держ. ун-ту. – 2015. – № 3. – С. 38–42.
9. Кононенко, О.І. Компенсаторні механізми захисту як поведінковий компонент перфекціонізму особистості / О.І. Кононенко // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, III(31), Issue: 61. – 2015. – P. 83–85.
10. Лоза, О.О. Моделі перфекціонізму та методики його діагностики / О.О. Лоза // Вісн. Дніпропетр. ун-ту економіки та права імені Альфреда Нобеля. Сер. «Педагогіка і Психологія». – 2011. – № 1(1). – С. 122–125.
11. Ясная, В.А. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы / В.А. Ясная, С.Е. Ениколопов // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 157–167.