

УДК 159.923.2.07: 17.036.2

**НАТАЛІЯ ЛУКІНА**

м. Миколаїв

lukina.natalia@ukr.net

## ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ САМОРОЗВИТКУ У СТРУКТУРІ ЦІЛЬОВОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ПЕРФЕКЦІЙНОЇ ОСОБИСТОСТІ

*У статті представлені результати емпіричного дослідження процесу саморозвитку з позиції цільової спрямованості перфекціоністів. Саморозвиток перфекційної особистості розглядався як складова цільової спрямованості, яка включала в себе самовизначення, самореалізацію, самовдосконалення та самоактуалізацію. Отримано від'ємні кореляційні зв'язки показників перфекціонізму та елементів саморозвитку (між перфекціоністами, що орієнтовані на себе та самореалізацією і самоактуалізацією, для соціально-приписаних перфекціоністів із самовизначенням, самореалізацією і самоактуалізацією, між перфекціоністами, що орієнтовані на інших з усіма елементами саморозвитку). Дослідження елементів процесу саморозвитку показало, що усім типам перфекціонізму притаманний дефіцит особистості.*

*Ключові слова: особистість, перфекціонізм, цільова спрямованість, самовизначення, самореалізація, самовдосконалення, самоактуалізація, саморозвиток.*

Наукова проблема полягає у тому, що процес саморозвитку особистості у психологічній науці є маловивченим. Це зумовлює складність при дослідженні цільової спрямованості осіб, які схильні до перфекціонізму.

Процес саморозвитку особистості як конструкт з виділенням його основних компонентів був розглянутий Я. В. Васильєвим у монографії «Футурреальна психологія особистості» [1]. Даний підхід був використаний у нашому дослідженні.

У дослідженнях науковців Н. Д. Левітова, В. І. Селіванова, П. А. Рудика, Л. А. Шифмана, В. А. Іваннікова, Є. В. Ейдмана цілеспрямованість визначається як вольова риса характеру. Н. П. Гуменюк та В. В. Клименко розглядають цілеспрямованість як мотиваційну властивість особистості, її спрямованість. В. В. Нікандров, вивчаючи вольові якості особистості, розглядає цілеспрямованість з погляду просторового параметру, що полягає у спрямуванні вольової дії на самого суб'єкта. Є. П. Ільїн вважає цілеспрямованість складною вольовою якістю, складовими елементами якої є терплячість, наполегливість та завзятість.

Тема перфекціонізму особистості останнім часом висвітлювалася у роботах російських науковців (Н. Гаранян, С. Степанов, І. Грачова, Є. Соколова, П. Циганкова, А. Холмогорова, Т. Юдеева, В. Ясная) та українських вчених

(І. Гуляс, Л. Данилевич, О. Лоза, Г. Чепурна, В. С. Павлова, О. І. Кононенко). Але все ж таки основний внесок належить зарубіжним дослідникам (Д. Барнс, С. Блатт, Р. Фрост, П. Х'юїтт, Г. Флетт, Д. Хамачек, Д. Боучер, Л. Девідсон, Р. Слейні, Р. Оуенс, П. Слейд). Проте незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених перфекціонізму, дослідження саморозвитку у структурі цільової спрямованості перфекціоністів залишається недостатньо вивченим.

Постановка завдання. Мета статті полягає в емпіричному обґрунтуванні та аналізі взаємозв'язку між елементами саморозвитку та типами перфекціонізму у структурі цільової спрямованості. Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні дослідницькі завдання:

- діагностувати взаємозв'язок між елементами саморозвитку (самовизначенням, самореалізацією, самовдосконаленням та самоактуалізацією) та типами перфекціонізму (перфекціонізм, що орієнтований на себе, перфекціонізм, що орієнтований на інших та соціально-приписаним перфекціонізмом);
- дослідити кореляційні зв'язки типів перфекціонізму та компонентів саморозвитку особистості.

На підставі дослідження ролі та місця цілей у структурі спрямованості перфекційної

особистості необхідно визначити перспективи розвитку та саморозвитку особистості. Проблему саморозвитку особистості у навчальній діяльності досліджує український психолог С. Д. Максименко, який пов'язує дане поняття із становленням особистості та розглядає саморозвиток як рух від нижніх до верхніх рівнів [2, с. 41]. Це положення підтверджується у наших дослідженнях рівневої структури цільової спрямованості. З метою виявлення основних цілей перфекційних особистостей, визначення рівневої структури цих цілей та виділення трьох позицій (рівнів): альтруїстичної, раціональної та егоцентричної, нами була використана методика Я. В. Васильєва «Дослідження цільової спрямованості особистості». Відповідно до інструкції методики, необхідно було визначитися з основними цілями всього за десять хвилин, при цьому кількість цілей обмежувалась до двадцяти. Отримані цілі відображали спонтанну психічну діяльність суб'єктів, адже ніяких вказівок, окрім завершення двадцяти речень, не давалось. Єдиною умовою, яка обмежувала респондентів – брак часу. Саме обмеженість у часі та спонтанність сприяли отриманню достовірних цілей, які на момент проведення дослідження мали значущість. Також методика дозволила побачити віддаленість мети. Це дало можливість охарактеризувати суб'єкта, наскільки він готовий йти до своєї мети, що він здатен зробити для її реалізації. Цей фактор показує, що дальні цілі є найбільш високі у гуманістичному та морально-етичному плані.

Всього було проаналізовано 6900 цілей, які склали сім сфер спрямованості особистості. На основі отриманих даних, акцентуємо на тому, що переважають цілі, які пов'язані з особистими потребами особистості. Дана сфера цільової спрямованості містить цілі, які орієнтовані на своє Я, та пов'язані із піклуванням про себе. Але до цієї ж сфери відносяться і цілі, спрямовані на підтримку здоров'я, на саморозвиток та самовдосконалення. Особистісна сфера становить 24% від загального обсягу цілей, і це найбільша кількість цілей серед всіх семи сфер – 1656. Навчально-професійна – друга після особистісної провідна сфера у студентів, це і підтвердилося нашим дослідженням. До її складу входить 1311

цілей, що у відсотковому еквіваленті складає 19%. На третьому місці розташована самодіяльна сфера спрямованості особистості, вона складає 1242 цілі, що у відсотковому еквіваленті дорівнює 18%. Наступною за кількістю цілей є дружня сфера – 828 цілей, що складає 12% від загальної кількості. Інтимна сфера спрямованості особистості, в якій цілі спрямовані на взаємовідносини з протилежною статтю, складає 690 цілей, що у відсотковому еквіваленті – 10%. Шостою за кількісною характеристикою сфер спрямованості особистості є суспільна – 621 цілі, тобто 9% від загальної кількості. Остання сфера спрямованості особистості – це сімейна, 552 цілі, які складають 8%.

Перфекціонізм досліджувався за методикою «Багатовимірна шкала перфекціонізму» П. Х'юїта і Г. Флетта, в якій виділено такі типи цього феномену як перфекціонізм, що орієнтований на себе (ПОС), перфекціонізм, що орієнтований на інших (ПОІ) та соціально приписаний перфекціонізм (СПП). У результаті дослідження було встановлено, що більшість студентів – перфекціоністи 178 з 345 (52%), а переважаючим є тип – перфекціонізм, що орієнтований на себе (38%).

Здійснюючи процес дослідження цільової спрямованості перфекціоністів, ми прийшли до висновку, що постановка цілей в процесі саморозвитку найбільш чітко проявляється в чотирьох його елементах: самовизначенні, самореалізації, самовдосконаленні та самоактуалізації. Кількісною характеристикою даного процесу є сумарне число цілей, зазначених вище чотирьох процесів саморозвитку.

Самовизначення – це процес саморозвитку, коли особистість ставить цілі, які стосуються вибору або зміни професії. Провідною сферою цільової спрямованості особистості є навчально-професійна сфера [1, с. 427].

Самореалізація – це процес саморозвитку, в якому особистість ставить цілі в життєвих ситуаціях, які можуть бути досягнуті в конкретний період майбутнього часу, при цьому всі умови і способи досягнення цілей відомі. Такі види діяльності розглядаються як нормативні, наприклад, навчальна діяльність в школах і ВУЗах, а також в різних сферах цільової спрямованості особистості, але, перш за все,

в навчально-професійній, громадській та самодіяльній.

Самовдосконалення – це процес саморозвитку, в якому особистість ставить цілі, пов'язані з власним ростом і розвитком, зміною особистих або інтелектуальних якостей, а також з тими видами діяльності, які сприяють такому зростанню. Провідними сферами цільової спрямованості даного елемента саморозвитку є: особиста, навчально-професійна і самодіяльна.

Самоактуалізація – це процес саморозвитку, пов'язаний з постановкою цілей, які відображають прагнення особистості до видів діяльності, що розкривають її потенційні можливості, відображають самостійний і творчий характер діяльності. Провідними сферами даного процесу саморозвитку цільової спрямованості особистості є: навчально-професійна, громадська, самодіяльна та особиста [1, с. 427].

Можна припустити, що процес самореалізації є найпоширенішим серед процесів саморозвитку. Ми відрізняємо процес самореалізації від процесу самоактуалізації, хоча іноді їх ототожнюють. У процесі самореалізації людина досягає цілей, які вона ставить в нормативних видах діяльності, в яких всі умови їх досягнення відомі. починається з моменту вступу до середньої школи і триває до кінця життя, коли людині відомі всі умови досягнення цілей і необхідно їх виконувати [1, с. 427].

Процес самоактуалізації значно складніший, ніж три попередні. Разом з тим, без цих процесів саморозвитку не виникає процес самоактуалізації. По-перше, треба самовизначитися, тобто знайти задатки та здібності, які потенційно є у кожної особистості. Якщо вдається визначити, то це буде означати, що пів справи вже буде зроблено, так як точно визначити їх дуже складно, але буде краще, якщо це буде зроблено якомога раніше.

Найважливішим фактором процесу самоактуалізації є цільова спрямованість особистості, її цілеспрямованість та утримання в свідомості ієрархії або співвідпорядкованості головної мети діяльності та її підцілей. Наступною особливістю процесу самоактуалізації є його творчий характер, чим даний процес відрізняється від самореалізації. Однак, якщо це творчий процес, то він повинен бути само-

стійною діяльністю особистості, або вона повинна очолювати колектив, але бути носієм творчих ідей.

І остання умова процесу самоактуалізації – він повинен викликати позитивні емоції при досягненні головної мети або її підцілей. На основі цих емоційних переживань успіху формується зворотний зв'язок між успіхом діяльності для досягнення мети і бажанням продовжувати цю діяльність. В результаті такого взаємного зв'язку виникає стан особистості, коли без здійснення обраної діяльності людина вже не може існувати, в цьому полягає суть «само» «актуалізації» [1, с. 427].

Для початку розглянемо, як корелюють віддаленість цілей та кількість цілей, що відносяться до компонентів саморозвитку. Перед цим, нагадаємо рівневу структуру особистості за Я. В. Васильєвим:

1. Егоцентричний рівень – цілі, які мають матеріальне значення (близькі цілі).
2. Раціональний рівень – цілі, які стосуються саморозвитку особистості (середні цілі).
3. Альтруїстичний рівень – цілі, які спрямовані на загальнолюдські цінності (дальні цілі).

Отже, у результаті емпіричного дослідження було виявлено, що у близьких цілей відсутні достовірні кореляційні зв'язки із самореалізацією ( $r = 0,018$ ) і самовизначенням ( $r = 0,021$ ). З двома іншими компонентами існує зворотна кореляційна залежність на високому рівні достовірності: самовдосконалення  $r = -0,301^*$ ; самоактуалізація  $r = -0,426^*$ . Це вказує на те, що такі цілі не виконують функцію саморозвитку, а навпаки, гальмують її. Відсутність кореляційних зв'язків з двома першими компонентами показує, що вони обслуговуються іншими психологічними механізмами.

Середні цілі мають позитивний зв'язок з трьома компонентами саморозвитку цільової спрямованості особистості, але різного ступеня достовірності кореляційних зв'язків. Позитивна та найвища кореляція у них з самореалізацією ( $r = 0,361^*$ ), але відсутня кореляція з самовизначенням ( $r = 0,076$ ). З двох компонентів саморозвитку, що залишилися, негативний кореляційний зв'язок з самоактуалізацією ( $r = -0,293$ ), а з самовдосконаленням

( $r = 0,199$ ) – позитивна на низькому рівні. Це свідчить про те, що середні цілі впливають на саморозвиток особистості, в тому числі найсильніше на самореалізацію, але до самоактуалізації вони не «дотягують», так як впливають негативно.

Дальні цілі мають один негативний кореляційний зв'язок і три позитивні, але всі вони з високим ступенем достовірності. Єдиний негативний кореляційний зв'язок встановлено з самореалізацією ( $r = -0,372^*$ ), як раз з тією, з якою у середніх цілей найвищий позитивний зв'язок. Кореляційний зв'язок з самоактуалізацією у далеких цілей ( $r = 0,438^{**}$ ) – найвищий позитивний, як за рівнем достовірності, так і за значимістю. Отже, ці цілі також працюють за допомогою різних психологічних механізмів.

Таким чином, нами було встановлено, що між усіма показниками віддаленості цілей – близькими, середніми та далекими – існує достовірний негативний кореляційний зв'язок на високому статистичному рівні.

Відповідно до методики «Багатовимірна шкала перфекціонізму» П. Х'юїта і Г. Флетта, автори виділяють наступні типи перфекціонізму: перфекціонізм, що орієнтований на себе – високі вимоги до себе, прагнення бути досконалим у всьому; перфекціонізм, що орієнтований на інших – високі вимоги до інших; соціально-приписаний перфекціонізм – уявлення про те, що суспільство висуває занадто високі вимоги до особистості. Кореляційні зв'язки типів перфекціонізму та компонентів саморозвитку особистості представлені у табл. 1.

Отже, за отриманими результатами видно, що для перфекціоністів, які орієнтовані на себе (ПОС) властива негативна кореляція з процесами «Самореалізація»  $r = -0,354^*$  та «Самоактуалізація»  $r = -0,294^*$ . Позитивна кореляція з компонентом «Самовизначення»  $r = 0,209$ , на наш погляд, зумовлена тим, що

провідною сферою цільової спрямованості є навчально-професійна, в якій перфекціоністи, які орієнтовані на себе прагнуть бути найкращими. Також виявлено позитивний кореляційний зв'язок з процесом «Самовдосконалення»  $r = 0,197$ . Тобто перфекціоністи, що орієнтовані на себе ставлять цілі щодо покращення свого розвитку та зміни інтелектуальних та особистих якостей. Так як, перфекціонізм, що орієнтований на себе – це не тільки «синдром відмінника» у навчальній діяльності, але також до нього відносимо досягнення найвищих результатів в особистісній сфері. Таким чином, проаналізувавши отримані дані, можемо стверджувати, що перфекціоністам, які орієнтовані на себе притаманні близькі та середні цілі, але не далекі, які сприяють самоактуалізації особистості та її саморозвитку.

Перфекціоністи, які орієнтовані на інших (ПОІ) мають негативні кореляційні зв'язки з усіма процесами саморозвитку особистості: «Самовизначення»  $r = -0,201$ , «Самореалізація»  $r = -0,183$ , «Самовдосконалення»  $r = -0,107$ , «Самоактуалізація»  $r = -0,201$ . Це очевидно, адже особистостям, які схильні до даного типу перфекціонізму властиве прагнення досконалості від інших, тому це ніяк не може вплинути на саморозвиток перфекційної особистості. Таким чином, перфекціоністам, які орієнтовані на інших – властиві близькі та далекі цілі, які пов'язані з іншими.

Соціально-приписані перфекціоністи мають негативну кореляцію з трьома процесами саморозвитку: «Самовизначення»  $r = -0,236$ , «Самореалізація»  $r = -0,211$  та «Самоактуалізація»  $r = -0,129$ . Щодо позитивного кореляційного зв'язку, він наявний з процесом «Самовдосконалення»  $r = 0,155$ .

Пояснити отримані дані можемо наступним чином: так як соціально-приписаний перфекціонізм – передбачає впевненість людини у тому, що вона буде визнана суспільством

Таблиця 1 – Кореляція типів перфекціонізму та компонентів саморозвитку особистості ( $n = 345$ )

Тип перфекціонізму	Компоненти саморозвитку особистості			
	Самовизначення	Самореалізація	Самовдосконалення	Самоактуалізація
Перфекціонізм, що орієнтований на себе (ПОС)	0,209	-0,354*	0,197	-0,294*
Перфекціонізм, що орієнтований на інших (ПОІ)	-0,201	-0,183	-0,107	-0,201
Соціально-приписаний перфекціонізм (СПП)	-0,236*	-0,211	0,155	-0,129

лише тоді, коли буде бездоганною, звідси позитивний зв'язок з процесом самовдосконалення, для того, щоб відповідати цим умовам суспільства. Негативні кореляційні зв'язки зумовлені прагненням відповідати соціальним вимогам, а не займатися саморозвитком. Даному типу перфекціонізму властиві близькі та середні цілі.

Досліджено процес саморозвитку у структурі цільової спрямованості перфекційної особистості. За допомогою методу кореляційного аналізу, визначено значущі зв'язки між складовими саморозвитку та типами перфекціонізму. Так, для перфекціоністів, що орієнтовані на себе (ПОС) властивий від'ємний кореляційний зв'язок з самореалізацією та самоактуалізацією. Перфекціоністам, що орієнтовані на інших (ПОІ) – від'ємний кореляційний зв'язок з усіма елементами саморозвитку, це підтверджує те, що такі особистості вимагаючи досконалості від інших, втрачають при цьому можливість до саморозвитку. Даному

типу перфекціонізму властиві близькі та далекі цілі, які пов'язані з іншими людьми. Соціально-приписані перфекціоністи (СПП) мають зворотню значиму кореляцію із самовизначенням, самореалізацією та самоактуалізацією. Таким перфекційним особистостям притаманні близькі та середні цілі, що свідчить про прагнення відповідати вимогам суспільства. Отже, чим вищий рівень перфекціонізму, будь-якого типу, тим менший рівень саморозвитку.

На наш погляд, перспективними можуть бути такі напрями роботи: вивчення вікових та гендерних особливостей цільової спрямованості перфекційних особистостей, більш детальне дослідження соціально-приписаного перфекціонізму.

#### Список використаних джерел

1. Васильев Я. В. Футурреальная психология личности: монография / Я.В.Васильев. – Николаев: Изд-во «Илион», 2007. – 519 с.
2. Максименко С. Д. Генезис существования личности. – К.: ООО «КММ», 2006. – 240 с.

**NATALIA LUKINA**

Mykolaiv

#### RESEARCH OF THE SELF-DEVELOPMENT OF A PERFECTIONIST PERSONALITY IN THE STRUCTURE OF THE TARGET ORIENTATION

*The results of the empirical research of the process of self-development are from position of the targeted orientation of perfectionists are presented in the article. The self-development of a perfectionist personality was analyzed as a component of the target orientation, which included self-determination, self-realization, self-improvement and self-actualization. Negative correlation links were found between the indicators of perfectionism and the elements of self-development (between self-realization and self-actualization for perfectionists; for the socially attributed perfectionists with self-determination, self-realization and self-actualization, between perfectionists focused on others with all elements of the self-development). The research of the elements of the self-development process showed that all types of perfectionism inherent deficiency of the self-development of personality.*

*Key words: personality, perfectionism, targeted orientation, self-determination, self-realization, self-improvement, self-actualization, self-development.*

**НАТАЛЬЯ ЛУКИНА**

г. Николаев

#### ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССА САМОРАЗВИТИЯ В СТРУКТУРЕ ЦЕЛЕВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ С ПЕРФЕКЦИОНИЗМОМ

*В статье представлены результаты эмпирического исследования процесса саморазвития с позиции целевой направленности перфекционистов. Саморазвитие личности с перфекционизмом рассматривалась как составляющая целевой направленности, которая включала в себя самоопределение, самореализацию, самосовершенствование и самоактуализацию. Получены отрицательные корреляционные связи показателей перфекционизма и элементов саморазвития (между перфекционистами, ориентированными на себя и самореализацией и самоактуализацией, для социально-предписанных перфекционистов с самоопределением, самореализацией и самоактуализацией, между перфекционистами, ориентированными на других со всеми элементами саморазвития). Исследование элементов процесса саморазвития показало, что всем типам перфекционизма присущий дефицит саморазвития личности.*

*Ключевые слова: личность, перфекционизм, целевая направленность, самоопределение, самореализация, самосовершенствование, самоактуализация, саморазвитие.*

Стаття надійшла до редакції 08.11.2018