

3. Возний А. П. Тілесність людини як феномен розвитку фізичної культури. *Філософія науки: традиції та інновації*. 2014. № 2 (10). С. 113-122.
4. Кікінежді О. М. Психологічні детермінанти гендерної соціалізації підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 21 С. 205–214.
5. Колярова А. О. Проблема тілесного досвіду особистості в психологічному дискурсі. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2017. № 5 (60). С. 18–20.
6. Лазуренко С. І. Можливості аутогенного відновлення психофізіологічного стану людини. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. Вип. 28. С. 557–678.
7. Ліпяніна Ю. Ставлення особистості до власної зовнішності як предмет досліджень у зарубіжній та вітчизняній психології. *Магістерський науковий вісник*. 2017. №25. С.16-18.
8. Седих К. В. Міфологізація свідомості як ознака суспільно-політичної кризи. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 29. С. 626–635.
9. Тіунова А. О. Вплив трансформації тілесних характеристик підлітка на формування його образу тіла. *Психолого-педагогічні науки*. 2015. №2. С. 77 – 82.
10. Хомуленко Т. Б. Структурно-функціональна характеристика тілесного «Я» в умовах психосоматичної кризи. *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С.Б.Кузікової, В.Л. Зливкова*. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – 540 с.

Вікторія КОРНІЄНКО,
завідувач кафедри психології та
педагогіки ДДУВС,
д.психол.н., доц.
Наталія ФОМЕНКОВА,
начмед ДМКЛ №6

ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ОДИН ІЗ ЧИННИКІВ ФОРМУВАННЯ ПСИХОГЕННИХ РОЗЛАДІВ У ОСІБ МОЛОДОГО ВІКУ

Проблема перфекціонізму, як особистісного феномену, пов'язана з афективно обумовленим прагненням до досконалості і водночас він може провокувати зниження продуктивності особистості та бути чинником виникнення різного роду розладів психогенного типу. Саме тому вивчення перфекціонізму з його багатовекторною спрямованістю набуває у сучасній психології актуального статусу, особливо це стосується питань його феноменологічної належності і психологічного змісту. Проблема перфекціонізму як психологічна категорія є досить новою і досліджується переважно за кордоном.

Перфекціонізм (від латинського *perfectio* – досконалість) став предметом багатьох досліджень як в психології, так і в інших науках, а як поняття, почав з'являтися у науковій літературі у середині ХХ ст. Фактично перфекціонізм, як явище психічних знань, почав з'являтися набагато раніше.

А. Адлер визначив його як компенсаторне прагнення до досконалості та переваги [1], К. Хорні – як нарцисична патологія [1,3,4,5].

У вітчизняній психології поняття перфекціонізму вперше було розкрито у рамках клінічного підходу, а розуміння природи цього явища висвітлено у теоріях Н. Гаранян, А. Холмогорової, Т. Юдєєвої [1,3].

У сучасній психології перфекціонізм розуміється як переконаність у тому, що вдосконалення, як, власне, й інших людей, є метою, до якої прагне людина.

Залежно від форми, яку може приймати перфекціонізм, виокремлюють також два підходи до його вивчення, а саме: як адаптивного (нормального), так і дезадаптивного (патологічного) феномену (Д. Бернс, І. Грачова, Д. Хамачек, П. Хьюїтт, Г. Флетт, Ю. Юдєєва, О. Золотарьова). Так, адаптивний перфекціонізм проявляється у вигляді реалістично високих стандартів, зрілих та адаптивних когнітивних схем, точних уявлень про очікування оточуючих, адекватної оцінки людських можливостей та відсутності постійного порівняння себе з іншими [4].

На думку дослідників, дезадаптивна форма перфекціонізму представлена надзалежністю самоцінності від обов'язкового досягнення встановлених для самого себе стандартів, що вимагають великих витрат, хоча б в одній значущій області, незважаючи на негативні наслідки [5,6].

Доведено, що перфекціоністські орієнтації починають формуватися ще в молодшому шкільному віці, а найбільш впливовими щодо їх виникнення виступають фактори сімейного виховання. Так, ряд фахівців зазначають, що головною провокуючою причиною є авторитарний стиль виховання, що поєднує в собі жорсткий дисциплінарний режим, високі вимоги і недостатню емоційну підтримку дитини. Отже в таких умовах на дитину покладаються великі навантаження – йому належить виправдати батьківські сподівання, примножити батьківські досягнення і уникнути їх промахів [4]. У ряді досліджень на студентському контингенті було виявлено достовірний позитивний зв'язок між перфекціонізмом у матерів і у дочок, але ніяк не встановлений зв'язок за цим параметром між показниками батьків і дочок. За даними зарубіжних авторів, конкурентні відносини, що супроводжують перфекціонізм студентів, призводять їх до дефіциту підтримки і соціальної ізоляції [1,6].

У межах розуміння перфекціонізму як багатогранного явища виокремились різні напрями його дослідження:

1. здоровий /нормальний /адаптивний перфекціонізм, що породжується конструктивним прагненням особистості до самовдосконалення, базується на потребі у саморозвитку та самоактуалізації й супроводжується переживанням задоволення собою при досягненні високих результатів. Тому актуальним у даному руслі є вивчення перфекціонізму з урахуванням обдарованості, саморегуляції, самореалізації, адаптивних копінг-стратегій та самоповаги;

2. невротичний/патологічний/дезадаптивний перфекціонізм, що

формується в результаті непропорційного розвитку перфекціоністських тенденцій, тобто через неспроможність особистості сприймати факт існування меж власної продуктивності, невмінню виробляти ієрархію першочергових та другорядних цінностей. Як наслідок, утворюється «замкнене коло».

У даному контексті активно вивчається перфекціонізм і емоційні розлади, неадаптивні копінг-стратегії, надмірна самокритичність, депресія, схильність до самогубства тощо.

Цікавою є нова тенденція вивчення перфекціонізму, яка розглядає наступні його форми:

- інтраперфекціонізм (Я-спрямований перфекціонізм, що включає виснажливо високі стандарти щодо себе, постійні самооцінювання власної поведінки, а також мотив прагнення до досконалості, який варіює за інтенсивністю у різних людей. Це тенденція встановлювати для себе більші, ніж в інших, домагання у діяльності на тлі нездатності приймати і прощати собі недосконалість чи помилки);

- екстраперфекціонізм (перфекціонізм, спрямований на інших людей: переконання і мотивація стосовно інших людей, які передбачають нереалістичні, завищені стандарти для значущого оточення, очікування людської досконалості і постійна оцінка інших. Екстраперфекціонізм породжує системні звинувачення на адресу інших людей, дефіцит довіри і почуття ворожості стосовно них);

- соціоперфекціонізм (перфекціонізм, що має соціальну проєкцію, відображає потребу відповідати стандартам і очікуванням значущих людей, переконання в тому, що інші люди схильні дуже строго оцінювати і тиснути на людину з метою примушення її бути ідеальною. Поряд з цим перфекціоніст переконаний у своїй неспроможності догодити іншим);

- метаперфекціонізм (перфекціонізм, спрямований на світ в цілому, виявляється як переконаність у точності, акуратності та правильності життєвого укладу, при цьому всі людські та світові проблеми повинні адекватно і своєчасно вирішуватись) [1,4].

Щодо впливу такого феномену як перфекціонізм на формування психосоматичних розладів. Існують результати досліджень (В. Д. Менделевич, С. Л. Соловйова та ін.), які доводять прямий кореляційний зв'язок між рівнем прояву цього феномену з появою психосоматичних розладів та реакцій невротичного типу [1,2].

1. Данилевич Л. А. Перфекціонізм як особистісний чинник академічної обдарованості студентів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2010. 20 с.

2. Психологічний аналіз феномену перфекціонізму: підходи до визначення : зб. наук. пр. / [авт. тексту О.О. Лоза]. – К. : Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2009. – С. 213–221.

3. Blatt S. J. The Destructiveness of Perfectionism: Implications for the Treatment of

Depression / S. J. Blatt // *American Psychologist*. – 1995. – № 12. – Vol. 49.

4. Burns D. D. A perfectionist s script for self-defeat / D. D. Burns // *Psychology Today*. – 1987. – November. – P. 34–52.

5. Hamachek, D. (1978), «Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism», *Psychology*, vol.15, pp. 27–33.

6. Hewitt P. Perfectionism in the Self and Social context: conceptualization, assesment and association with psychopathology / P. Hewitt, G. Flett // *J. Person. Social Psychology*. – 1991. – V. 60. – № 3. – P. 456–470.

Наталія ЛИПОВСЬКА,

доктор наук з державного управління,
професор кафедри управління та адміністрування
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

ЗБЕРЕЖЕННЯ БЕЗПЕЧНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Вісімнадцять місяців здобувачі освіти намагаються навчатися в умовах війни. Вісімнадцять місяців викладачі навчають в умовах війни. Це обумовлює важливий пріоритет для закладів освіти – зберегти психологічну стійкість студентів і викладачів. Безумовно, держава намагається підтримати учасників освітнього процесу. Відповідно до Рішення Ради національної безпеки і оборони України від 24.02.2022 «Про введення в дію плану оборони України та Зведеного плану територіальної оборони України», введеного в дію Указом Президента України від 24.02.2022 № 70/202 [1] Міністерство освіти і науки України разом із закладами освіти мають створити умови для «медичної, психологічної, педагогічної реабілітації та соціальної реінтеграції дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій і збройних конфліктів» [1]. Безумовно, неможливо порівняти безпекові умови в Херсоні, Харкові, Дніпрі та Івано-Франківську, тому Міністерство освіти та науки розробило 4 моделі отримання освіти в умовах воєнного стану залежно від місця знаходження учасників освітнього процесу – чи на території, віддаленій від бойових дій, у зоні бойових дій або на тимчасово окупованих територіях, за межами України – очне навчання, дистанційне навчання, змішана форма навчання.

Але набутий нами досвід свідчить, що де б ми не знаходились, нас всіх торкнулась війна. Через загрози життю і здоров'ю учасники освітнього процесу можуть знаходитись у стані депривації, фрустрації, стресу чи посттравматичного стресового розладу. Варто зауважити, що переважна більшість педагогів і науково-педагогічних працівників продовжує надавати освітні послуги під час повітряної тривоги, ракетних та артобстрілів, в умовах блекауту тощо. Створення безпечного освітнього середовища за таких умов є важливим завданням сьогодення. Відповідно до абзацу десятого частини