

3. Карась М. Студент на всю Європу /М. Карась / Україна молода. – 2004. – № 55. – 4-8 с.

4. Огієнко О.І. Педагогічна освіта Норвегії: генеза і тенденції розвитку. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2010. - №4 (6). - 86-96 с.

5. Тевліна В. Науково-освітня політика в Норвегії: національні та загальноосвітні тенденції розвитку. Вісник Північного (Арктичного) федерального університету. Серія: Гуманітарні та соціальні науки, 2012. № 2. 33 – 43 с.

*Науковий керівник: Барановська Л.В.,
д-р пед. наук, професор*

УДК 159.043.2

Римарчук А.О.

Національний авіаційний університет, Київ

ПЕРФЕКЦІОНІЗМ І ЙОГО МІСЦЕ В УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ

Соціальні реалії висувають вимоги до формування певних рис та якостей особистості, які сприятимуть більш результативному й адаптивному існуванню та взаємодії суб'єктів соціальних відносин. Отже, це зумовило нас звернутись до вивчення феномену перфекціонізму, оскільки він представляє і водночас сприяє руху особистості в напрямі самовдосконалення.

Під перфекціонізмом сучасна психологічна наука розуміє сильне прагнення до довершеності, що може стосуватися як особистості, і виявлятися у культивуванні будь-яких чеснот, так і в результаті будь-якої діяльності [3]; задоволення від досягнення дуже високих результатів [2]; існує установка, що все що нижче ідеального вважається неприйнятним. У широкому значенні, перфекціонізм - це прагнення до досконалості, а тому перфекціоніст - це людина, яка прагне бути найкращою у всіх аспектах свого життя [5].

Наукові дослідження перфекціонізму в психології почалися з 30х років минулого століття, коли К. Хорні провела перші науково-теоретичні дослідження у цій галузі. Дослідниця була переконана, що у процесі прагнення максимально наблизитися до «істинного ідеалу» народжується людина зі «здоровою» метою, у якій формуються життєві цінності. У працях А. Адлера ми не знаходимо визначення перфекціонізму, він взагалі не вживає цей термін, хоча у його широко відомій "індивідуальній психології" головними концептами є «прагнення до переваги» чи «прагнення до досконалості» [1]. Ця концепція, на наш погляд, має чимало спільного із перфекціонізмом. Психолог Д. Хамачек у своїх роботах описує два типи перфекціонізму. Він назвав першу форму - нормальну (адаптивну), яка забезпечує високу працездатність, активність, лідерські якості й мотивацію до досягнення цілей. [4]. Другий тип перфекціонізму психолог називає "невротичним" (деадаптивним). Перфекціоніст-невротик, щоб показати, що він заслуговує на любов і загальну повагу, керується певним стандартом, що не відповідає його потенціалу.

Сьогодні немає єдиного визначення перфекціонізму, оскільки кожен автор розуміє його по-своєму. Проте можна виділити декілька підходів до розуміння перфекціонізму: перфекціонізм як риса характеру (М. Холландер, А.Б. Холмогорова, Д. Хамачек, Н.Г. Гаранян); як прагнення до самовдосконалення (П. Хьюїт, Дж. Флетт, А. Адлер, Е. Фромм, К. Роджерс, А. Маслоу); як настанова (К. Хорні та І. Гуляса).

Нині серед студентів зростає інтерес до поняття «перфекціонізм». Це зумовлено особливостями сучасного суспільства. Детермінанти цього явища, на думку вчених, можуть розвиватися ще дитячому віці. Студентський період може бути плідним ґрунтом для розвитку даної особистісної особливості. Оскільки студенти, керуючись мотивом досягнення, ставлять для себе складні завдання та цілі, намагаючись вирішити їх найефективніше, спираються на високі вимоги та особисті стандарти.

Теоретичний аналіз робіт (Д. Аткінсон, Х. Хекхаузен, Е.Т. Соколова, П.В. Циганкова та ін.), пов'язаний з мотиваційною діяльністю особистості, показав, що мотивація має потребу у досягненні високих результатів у різних сферах діяльності, в тому числі й навчальній. Метою навчання є досягнення результату, що вимірюється за критерієм успішності, у зв'язку з чим її можна розглядати як один із компонентів перфекціонізму.

На підставі робіт сучасних зарубіжних та вітчизняних авторів дотримуємося думки про існування двох форм перфекціонізму: нормальної (конструктивної, адаптивної) та патологічної (деструктивної, дезадаптивної). Студенти, які мають конструктивну форму перфекціонізму, виявляють вищий рівень мотивації до успіху, якщо мають високі домагання, ставлять перед собою серйозні цілі та прагнуть відповідати високим стандартам діяльності. Студенти з високим рівнем вимог демонструють хорошу соціально-психологічну адаптованість. Такі студенти виявилися більш пізнавально мотивовані у навчанні, ніж ті, які сумніваються у власних силах, відрізняються самокритикою і у своїй навчальній діяльності швидше орієнтуються на цілі значно успішніших студентів, ніж на власні. Однак якщо високі стандарти студентів супроводжуються високою перфекціоністською заклопотаністю, настають негативні психологічні наслідки. Патологічні прояви пов'язують з високим рівнем перфекціонізму разом із низькою мотивацією досягнення, вираженим мотивом уникнення невдачі у діяльності, підвищенням напруженості, з зниженням впевненості у собі та порушеннями саморегуляції. Студенти, які мають паталогічні прояви перфекціонізму, характеризуються критичним ставленням до себе та сумнівами у власних силах, а також постійно порівнюють себе з найуспішнішими, нижче оцінюють свої вміння взаємодії з оточуючими.

Таким чином, у такій науці як психологія є низка двозначностей у вивченні перфекціонізму. Зокрема, досі немає єдиного підходу до розуміння психологічної структури та форми перфекціонізму та його позитивного чи негативного впливу на людей. Зв'язок перфекціонізму з різними типологічними особливостями людини залишається недостатньо вивченим.

Список літератури

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Альфред Адлер. — М. : «Прогресс», 1997. — 256 с.
2. Лійн Є.П. Работа та особистість. Трудоголізм, перфекціонізм, лінь / Е.П.Лійн. - СПб.: Пітер, 2011. - 224 с
3. Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия / С.С.Степанов. – М.: Изд во Эксмо, 2005. – 672 с.
4. Хорни К. Невротическая личность нашего времени /К.Хорни. – СПб.: Питер, 2002. – 224с
5. Ясная В.А., Ениколопов С.Е. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы /В.А.Ясная, С.Е.Ениколопов // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С.157-167.

*Науковий керівник: Лаврухіна Т.В.,
канд. пед. наук, доцент*

UDC 159.98 (043.2)

Chishii T.M.

National Aviation University, Kyiv

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PREVENTION OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME IN FUTURE PRACTICAL PSYCHOLOGISTS

Emotional burnout is a syndrome that develops against the background of chronic stress and leads to depletion of emotional, energetic and personal resources of a working person [2].

Any worker can become a victim of burnout. This is due to the fact that various stressors are present or may appear at work in each organization. Burnout develops as a result of a combination of organizational, occupational stress and personal factors. The contribution of one or another component in the dynamics of its development is different [1].

The most prone to emotional burnout are people who work in the field of "Human-human", which includes the profession of psychologist. They are forced to communicate a lot and intensively with different people, mostly strangers, and these people are not always friendly. In such situations, workers with introverted individual psychological characteristics suffer the most, which, in most cases, do not coincide with the profession, which is aimed at communicating with others. This is due to the fact that the amount of life energy in such people is much lower. They are more prone to isolation, shyness and concentration on the subject of professional activity, which contributes to the accumulation of emotional discomfort without "dropping" negative experiences into the environment.

Also, it should be noted that for students who have just graduated from university, the cause of emotional burnout may be a change in the situation in which the level of harassment and responsibility is much higher than in the university. Specialists whose competence is much lower than required by, for example, a certain organization are especially prone to this.