



„Wychowanie w Rodzinie” t. XXIV (1/2021)

nadesłany: 7.09.2021 r. – przyjęty: 6.12.2021 r.

Justyna ŚWIERCZYŃSKA*, Beata PAWŁOWSKA**
Izabela CHOJNOWSKA-ĆWIAKAŁA***, Beata TROCZYŃSKA****

Psychologiczna charakterystyka perfekcjonizmu u młodzieży

Psychological characteristics of perfectionism in youth

Abstrakt

Cel. Celem pracy jest porównanie nasilenia perfekcjonizmu u badanych osób z uwzględnieniem ich podziału na płeć, miejsce zamieszkania oraz strukturę rodziny. Analizie poddano zależności między nasileniem perfekcjonizmu a wiekiem badanych, ich osiągnięciami szkolnymi oraz poziomem wykształcenia rodziców. Badaniami objęto grupę 345 osób (198 dziewcząt i 147 chłopców) w wieku od 12 do 16 lat.

Metody. Zastosowano Wielowymiarowy Kwestionariusz do Badania Perfekcjonizmu FMPS autorstwa Frosta w tłumaczeniu i opracowaniu Stanisławy Tucholskiej oraz ankietę socjodemograficzną autorstwa Justyny Świerczyńskiej.

* **e-mail:** j_swierczynska@wp.pl

Wydział Pedagogiki i Psychologii, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach,
Krakowska 11, 25-029 Kielce, Polska

Department of Psychology, Jan Kochanowski University in Kielce, Krakowska 11, 25-029 Kielce, Poland

ORCID: 0000-0002-9890-0677

** **e-mail:** pawlowskabeata@tlen.pl

Klinika Psychiatrii i Rehabilitacji Psychiatrycznej, I Wydział Lekarsko – Dentystyczny,
Uniwersytet Medyczny w Lublinie, Głuska 1 (SPSK Nr 1), 20-439 Lublin, Polska

Department of Psychiatry and Psychiatric Rehabilitation, 1st Faculty of Medicine with
Dentistry Division, Medical University of Lublin, Głuska 1 (SPSK No 1), 20-439
Lublin, Poland

ORCID: 0000-0003-3520-0187

Wyniki i wnioski. Otrzymane wyniki informują o występowaniu istotnych różnic w zakresie nasilenia perfekcjonizmu i jego wymiarów między badanymi dziewczętami i chłopcami, osobami mieszkającymi w mieście i na wsi oraz wychowującymi się w rodzinach pełnych i niepełnych. Znaczące zależności ujawniono ponadto między perfekcjonizmem badanych, a ich wiekiem, osiągnięciami szkolnymi oraz poziomem wykształcenia rodziców. Otrzymane wyniki informują, że chłopcy mają wyższy poziom perfekcjonizmu niż dziewczęta. Neurotyczny perfekcjonizm łączy się ze starszym wiekiem badanych dziewcząt. Adaptacyjny perfekcjonizm łączy się z zamieszkiwaniem w mieście, wychowaniem się w rodzinie pełnej, wyższym wykształceniem rodziców, wyższą średnią ocen i pozytywną oceną siebie jako ucznia.

Słowa kluczowe: perfekcjonizm, płeć, młodzież, czynniki demograficzne.

Abstract

Aim. The aim of the work was to compare the intensity of perfectionism in the study subjects, considering their division by sex, place of residence and family structure. The study included a group of 345 persons (198 girls and 147 boys) aged 12–16 years.

Methods. The Frost Multidimensional Questionnaire for Testing Perfectionism (FMPS), translated and developed by Tucholska and a sociodemographic survey by Justyna Świerczyńska were used in the work.

Results and conclusions. The obtained results prove the presence of significant differences in terms of the intensity of perfectionism and its dimensions among the studied girls and boys, people living in the city and in the countryside, and growing up in complete and single-parent families. Significant correlations were also shown between the subjects' perfectionism and their age, school performance and the level of parents' education. The obtained results indicate that boys display a higher level of perfectionism than girls. Neurotic perfectionism is associated with the older age of the studied girls. Adaptive perfectionism is associated with living in the city, being brought up in a complete family, higher education of parents, higher grade point average and positive assessment of oneself as a student.

Keywords: perfectionism, sex, youth, demographic factors.

Wstęp

Perfekcjonizm stanowi złożoną i wielowymiarową cechę osobowości (Hewitt, Flett, 1991; Stoeber, 2018; Frost i in. 1995). Charakteryzuje się on dążeniem do doskonałości, wyznaczaniem sobie bardzo wysokich standardów oraz krytyczną oceną własne-

*** e-mail: i.cwiakala@gmail.com

Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach,
Aleja IX Wieków Kielc 19A, 25-317 Kielce, Polska

Faculty of Medicine and Health Sciences, Jan Kochanowski University in Kielce, Aleja
IX Wieków Kielc 19A, 25-317 Kielce, Poland

ORCID: 0000-0003-4756-7752

**** e-mail: beatatr@vp.pl

Przychodnia Syntonia, Podgórska 20, 25-103 Kielce, Polska

Syntonia Psychiatric Outpatient Clinic, Podgórska 20, 25-103 Kielce, Poland

ORCID: 0000-0002-5650-9493

go zachowania (Frost, Marten, 1990; Hewitt, Flett, 1991; Frost i in., 1995; Stoeber, 2018). Według Michaela Brusteina (2013) z wysokim poziomem perfekcjonizmu łączą się pozytywne cechy osobowości, takie jak poczucie własnej skuteczności i sumienność.

Peter Bieling i jego współpracownicy (2004) zauważają, że perfekcjonizm może mieć charakter adaptacyjny lub nieadaptacyjny (Bieling i in., 2004). Za adaptacyjny uważany jest wtedy, kiedy jednostka odczuwa satysfakcję, osiągając cele, które wymagają znacznego wysiłku. Ponadto taka osoba w sytuacjach niepowodzenia unika samokrytycyzmu (Stolz, Ashby, 2007). Podobnie Robert Slaney (2001) wskazuje, że perfekcjonizm może sprzyjać lub utrudniać prawidłowe przystosowanie się. Autorzy wyodrębnili trzy wymiary perfekcjonizmu: wysokie standardy (przejawiające się dążeniem do doskonałości), porządek (oznaczający zaabsorbowanie organizacją) i rozbieżność (przejawiającą się dostrzeganiem różnicy między stanem aktualnym a życzeniowym). Gordon Flett i Paul Hewitt (2002) podkreślają, że perfekcjonizm wiąże się z mechanizmami zakłócającymi przystosowanie i w konsekwencji prowadzi do występowania zaburzeń zdrowia psychicznego. Według Don Hamachek (1978, s. 27-33) „perfekcjonizm analizowany jest na kontinuum od perfekcjonizmu normalnego do perfekcjonizmu neurotycznego”. Roz Shafran, Zafra Cooper i Christopher Fairburn (2003) zaproponowali termin *kliniczny perfekcjonizm* odnoszący się do osiągania wysokich standardów pomimo negatywnych konsekwencji i opierania własnej wartości na osiągnięciach (Shafran i in., 2003). Zdaniem Christophera Fairburna i jego współpracowników (2003), kliniczna postać perfekcjonizmu jest jednym z kilku podstawowych mechanizmów podtrzymujących „rdzeń psychopatologii” w modelu zaburzeń odżywiania. Osoby z zaburzeniami odżywiania, zarówno z jadłowstrętem psychicznym, jak i bulimią, uzyskują znacznie wyższe wyniki w zakresie dążenia do perfekcjonizmu niż osoby z grupy kontrolnej. (por. Cockell i in., 2002; Halmi i in., 2000; Moor i in., 2004; Sassaroli i in., 2008).

Gordon Flett (2016) i Cynthia Bulik (2013) zwracają uwagę na to, że nasilony perfekcjonizm, szczególnie w okresie dzieciństwa i adolescencji, prowadzi do ryzyka wystąpienia objawów depresyjnych, zaburzeń lękowych, a także zaburzeń odżywiania (Flett i in., 2016; Bulik i in., 2003). Podobnie Helen Seeliger i Sigrid Harendza (2017) oraz Kris Henning (1998) stwierdzili, że najsilniejszym predyktorem występowania depresji i lęku jest perfekcjonizm dezadaptacyjny. Murray Enns (2001, 2002) wykazał, że perfekcjonizm dezadaptacyjny był dodatnio skorelowany z depresją, poczuciem beznadziejności, myślami samobójczymi, neurotyzmem oraz własnymi standardami osobistymi wykonania. Perfekcjonizm adaptacyjny jest natomiast dodatnio skorelowany z sumiennością, standardami osobistymi wykonania oraz wiarą w swoje możliwości (Enns i in., 2001). P. Hewitt i G. Flett (1991) definiują perfekcjonizm jako cechę zorientowaną na siebie, innych ludzi i wynikającą z oczekiwań społecznych.

Taylor ze współpracownikami (2017) wskazują zaś, że perfekcjonizm może być przyczyną problemów internalizacyjnych u adolescentów.

Jednym z najczęściej stosowanych modeli w badaniach perfekcjonizmu młodzieży i dorosłych jest model Frosta (1990). Autor ten zbudował wielowymiarową skalę (FMPS) pozwalającą na ocenę sześciu czynników mierzących perfekcjonizm. Należą do nich: koncentracja na błędach związana z postrzeganiem swoich osiągnięć jako doskonałych albo bezwartościowych (CM), standardy osobiste, wskazujące na stawianie sobie ambitnych celów (PS), oczekiwania rodziców (PE) i krytyka rodziców (PC), które są typowym przykładem postrzegania swoich rodziców jako przesadnie oceniających i mających nierealistycznie wysokie oczekiwania, niepewność dotycząca jakości wykonanego zadania (D) oraz preferencja porządku i organizacji rozumiana jako dbałość o szczegóły, precyzja (O) (Frost i in., 1990).

Cel pracy

Celem analiz było porównanie nasilenia perfekcjonizmu u badanych osób z uwzględnieniem ich podziału z uwagi na płeć, miejsce zamieszkania oraz strukturę rodziny. Analizowano ponadto zależności między nasileniem perfekcjonizmu i jego wymiarów a wiekiem badanych, wykształceniem ich rodziców i średnią ocen otrzymaną przez młodzież oraz oceną siebie jako ucznia.

Grupa badana

Badaniami objęto grupę 345 (198 dziewcząt i 147 chłopców) uczniów szkół z województwa świętokrzyskiego. Badani byli w wieku 12–16 lat. Na wsi mieszkało 58% badanych, a 42% w mieście. W rodzinie pełnej wychowywało się 91% młodzieży, 9% zaś w rodzinie niepełnej. Wykształcenie podstawowe uzyskało 3% matek, zawodowe – 13%, średnie – 26%, zaś wykształcenie wyższe – 58%. W grupie ojców: 2% posiada wykształcenie podstawowe, 22% – zawodowe, 31% – średnie, 45% – wyższe.

Około 40% badanych uczniów uzyskało bardzo wysoką średnią z ostatniego semestru, wynoszącą pomiędzy 5,0 a 6,0. Prawie tyle samo badanych osób, bo 37%, uzyskało średnią między 4,0 a 4,9. Średnią pomiędzy 3,0 a 3,9 uzyskało 15% uczniów, natomiast średnią poniżej 3,0 otrzymało 8% osób badanych. Jako ucznia bardzo dobrego oceniło siebie 42% osób, 35% jako dobrego, 16% uważało się za ucznia przeciętnego, 5% oceniło się dostatecznie, a 3% badanych sądziło, że jest słabym uczniem.

Metody

W pracy zastosowano ankietę socjo-demograficzną autorstwa Justyny Świerczyńskiej oraz Wielowymiarowy Kwestionariusz do Badania Perfekcjonizmu FMPS autorstwa Frosta i jego współpracowników (1990) w tłumaczeniu i opracowaniu S. Tucholskiej (2010).

Na podstawie ankiety uzyskano dane dotyczące: płci, wieku, miejsca zamieszkania, poziomu wykształcenia rodziców, struktury rodziny, średniej ocen z semestru oraz oceny siebie jako ucznia. Do badania struktury i nasilenia perfekcjonizmu zastosowano natomiast Wielowymiarowy Kwestionariusz do Badania Perfekcjonizmu FMPS autorstwa Frosta i współpracowników (Frost i in., 1990). Kwestionariusz ten składa się z 35 pytań ocenianych na skali Liekerta, do których należało się ustosunkować na pięciostopniowej skali, gdzie 1 oznacza całkowicie nieprawdziwe, 5 – całkowicie prawdziwe. Ostatecznie można uzyskać zarówno ogólny wynik perfekcjonizmu, jak też wyodrębnić wyniki szczegółowe, które zawierają się w sześciu wymiarach:

- koncentracja na błędach (CM),
- standardy osobiste (PS),
- oczekiwania rodziców (PE),
- krytyka rodziców (PC),
- wątpliwości w działaniu (D),
- preferencja porządku i organizacji (O).

FMPS to narzędzie szeroko stosowane w literaturze psychologicznej, o dobrych właściwościach psychometrycznych (Frost i in., 1995; Frost i in., 1990). Wewnętrzna spójność dla podskal (α Cronbacha = 0,73–0,93) oraz w skali ogólnej (α Cronbacha = 0,90) jest zadowalająca (Frost i in., 1993).

Wyniki

Celem określenia różnic w zakresie nasilenia perfekcjonizmu i jego wymiarów (mierzonych Wielowymiarowym Kwestionariuszem do Badania Perfekcjonizmu FMPS) między grupami młodzieży wyodrębnionymi z uwagi na: płeć (tabela 1), miejsce zamieszkania (tabela 2) i strukturę rodziny (tabela 3) zastosowano test t-Studenta. Następnie celem określenia zależności między poziomem perfekcjonizmu u badanych a ich wiekiem (tabela 4), poziomem wykształcenia rodziców (tabela 5), osiągnięciami szkolnymi mierzonymi średnią ocen z ostatniego semestru (tabela 6) oraz oceną siebie jako ucznia (tabela 7) obliczono między wymienionymi zmiennymi współczynniki korelacji r-Pearsona.

Perfekcjonizm a płeć

W tabeli 1 porównano średnie wyniki uzyskane w Kwestionariuszu do Badania Perfekcjonizmu FMPS autorstwa Frosta i współpracowników (1990) przez badane dziewczęta i chłopców.

Tabela 1

Porównanie nasilenia perfekcjonizmu i jego wymiarów u badanych kobiet i mężczyzn

Wymiary perfekcjonizmu	Mężczyźni (N = 147)		Kobiety (N = 198)		t
	M	SD	M	SD	
CM – koncentracja na błędach	23,54	7,16	23,80	7,62	-0,32
PS – standardy osobiste	24,40	4,98	23,33	5,06	1,95*
PE – oczekiwania rodziców	16,76	3,50	14,34	4,04	5,83***
PC – krytyka rodziców	8,22	3,96	7,81	3,42	1,03
D – wątpliwości w działaniu	12,11	3,30	11,80	3,29	0,85
O – preferencja porządku i organizacji	23,29	3,90	23,44	3,88	-0,36
Wynik ogólny	108,33	16,35	104,54	17,79	2,03

Uwaga: *p < 0,05; **p < 0,01; ***p < 0,001

Źródło: Opracowanie własne.

Istotne statystycznie różnice między grupą badanych kobiet i mężczyzn ujawniono w skalach: ogólne nasilenie perfekcjonizmu oraz podskalach: standardy osobiste i oczekiwania rodziców. Wyniki te sugerują, że badani chłopcy, w porównaniu do dziewcząt, charakteryzują się znacząco bardziej nasilonym perfekcjonizmem, dążeniem do uzyskania wysokich wymagań i kompetencji w podejmowanych działaniach, które łączą się z samooceną. Chłopcy istotnie częściej niż dziewczęta odczuwają krytykę i presję ze strony rodziców, a także są przeświadczeni, że rodzice mają duże wymagania i wysokie standardy osobiste, którym powinni sprostać.

Perfekcjonizm a miejsce zamieszkania

W tabeli 2 porównano średnie wyniki uzyskane w Kwestionariuszu do Badania Perfekcjonizmu FMPS przez badanych uczniów mieszkających w mieście i na wsi.

Otrzymane wyniki informują o istotnych statystycznie różnicach między młodzieżą mieszkającą w mieście i na wsi w zakresie skal: standardy osobiste oraz preferencja porządku i organizacji. Wyniki te oznaczają, że uczniowie mieszkający w mieście częściej niż mieszkający na wsi formułują wobec siebie wysokie wymagania oraz łączą wysoki poziom standardów osobistych z własną samooceną. Młodzież

mieszkająca w mieście, w porównaniu z młodzieżą mieszkającą na wsi, istotnie częściej planuje i organizuje aktywności oraz przejawia zamiłowanie do porządku.

Tabela 2

Porównanie perfekcjonizmu i jego wymiarów u badanej młodzieży mieszkającej w mieście i na wsi

Wymiary perfekcjonizmu	wieś (N = 201)		miasto (N = 144)		t
	M	SD	M	SD	
CM – koncentracja na błędach	23,47	7,31	24,00	7,58	-0,65
PS – standardy osobiste	23,15	5,06	24,67	4,91	-2,78**
PE – oczekiwania rodziców	15,06	3,91	15,80	4,09	-1,69
PC – krytyka rodziców	8,23	3,85	7,65	3,35	1,47
D – wątpliwości w działaniu	11,96	3,28	11,90	3,33	0,18
O – preferencja porządku i organizacji	22,98	3,96	23,94	3,72	-2,27*
Wynik ogólny	104,87	17,41	107,95	16,98	-1,64

Uwaga: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Źródło: Opracowanie własne.

Perfekcjonizm a struktura rodziny

W tabeli 3 porównano średnie wyniki uzyskane w Kwestionariuszu do Badania Perfekcjonizmu FMPS przez badaną młodzież wychowywaną w rodzinach pełnych i niepełnych.

Tabela 3

Porównanie perfekcjonizmu i jego wymiarów u badanej młodzieży wychowywanej w rodzinach pełnych i niepełnych

Wymiary perfekcjonizmu	Rodzina pełna (N = 315)		Rodzina niepełna (N = 30)		t
	M	SD	M	SD	
CM – koncentracja na błędach	23,53	7,48	25,40	6,55	-1,32
PS – standardy osobiste	23,94	5,03	22,23	5,03	1,77
PE – oczekiwania rodziców	15,30	4,08	16,07	2,91	-1,00
PC – krytyka rodziców	7,93	3,64	8,60	3,84	-0,96
D – wątpliwości w działaniu	11,84	3,26	12,90	3,56	-1,69
O – preferencja porządku i organizacji	23,56	3,85	21,50	3,87	2,80**
Wynik ogólny	106,10	17,49	106,70	14,97	-0,18

Uwaga: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Źródło: Opracowanie własne.

Otrzymane wyniki informują o istotnych statystycznie różnicach między badaną młodzieżą wychowywaną w rodzinie pełnej i niepełnej w zakresie skali: preferencja porządku i organizacji. Wyniki te oznaczają, że uczniowie wychowywani w rodzinach pełnych, w porównaniu do uczniów z rodzin niepełnych, są bardziej przywiązani do porządku, organizacji, starannego planowania podejmowanej aktywności, formułują wobec siebie wyższe wymagania dotyczące standardów osobistych, które łączą z własną samooceną.

Perfekcjonizm a wiek badanych

Następnie celem określenia zależności między poziomem perfekcjonizmu u badanej młodzieży, określonym na podstawie Kwestionariusza do Badania Perfekcjonizmu FMPS, a ich wiekiem, obliczono współczynniki korelacji r-Pearsona (tabela 4). W tabeli uwzględniono podział badanych z uwagi na płeć.

Tabela 4

Zależności między perfekcjonizmem i jego wymiarami a wiekiem młodzieży

Wymiary perfekcjonizmu	Wiek		
	Cała grupa	Dziewczęta	Chłopcy
CM – koncentracja na błędach	0,02	0,04	-0,02
PS – standardy osobiste	0,02	0,10	-0,12
PE – oczekiwania rodziców	0,13*	0,16*	0,05
PC – krytyka rodziców	0,03	0,14*	-0,11
D – wątpliwości w działaniu	0,07	0,06	0,07
O – preferencja porządku i organizacji	0,01	0,09	-0,09
Wynik ogólny	0,06	0,14*	-0,07

Uwaga: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Źródło: Opracowanie własne.

Wyniki uzyskane w całej badanej grupie młodzieży informują, że im starsi są badani, tym większą czują presję ze strony rodziców dotyczącą wymagań i standardów osobistych, które powinni spełniać. Istotnych statystycznie zależności między perfekcjonizmem a wiekiem nie stwierdzono w grupie chłopców. Wyniki otrzymane w grupie dziewcząt wskazują natomiast, że im starsze są badane, tym bardziej są one przeświadczone o wysokich wymaganiach i oczekiwaniach, które wyznaczają im rodzice, większej presji z ich strony, uważają także, że są częściej przez nich krytykowane za błędy.

Perfekcjonizm a wykształcenie rodziców

Celem określenia zależności między poziomem perfekcjonizmu u badanej młodzieży, określonym na podstawie Kwestionariusza do Badania Perfekcjonizmu FMPS, a poziomem wykształcenia matki i ojca obliczono współczynniki korelacji r-Pearsona (tabela 5).

Tabela 5

Zależności między perfekcjonizmem i jego wymiarami a wykształceniem rodziców

Wymiary perfekcjonizmu	Wykształcenie rodziców	
	matki	ojca
CM – koncentracja na błędach	0,04	-0,07
PS – standardy osobiste	0,21***	0,14**
PE – oczekiwania rodziców	0,06	0,05
PC – krytyka rodziców	-0,03	-0,11*
D – wątpliwości w działaniu	-0,05	-0,09
O – preferencja porządku i organizacji	0,09	0,12*
Wynik ogólny	0,10	0,01

Uwaga: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Źródło: Opracowanie własne.

Wyniki informują o występowaniu istotnych pozytywnych korelacji między poziomem wykształcenia matek badanej młodzieży a ich standardami osobistymi. Im wyższe wykształcenie uzyskały matki, tym bardziej młodzież dąży do uzyskania jak najwyższych kompetencji w podejmowanych działaniach, stawia sobie wysokie wymagania i standardy.

Im wyższy poziom wykształcenia uzyskali ojcowie badanej młodzieży, tym bardziej dąży ona do uzyskania jak najwyższych kompetencji, jest przywiązana do porządku, organizacji swoich działań, określania planów, a rzadziej doświadcza krytyki ze strony rodziców.

Perfekcjonizm a osiągnięcia w nauce szkolnej

W celu określenia zależności między poziomem perfekcjonizmu i jego wymiarów a średnią ocen badanej młodzieży obliczono współczynniki korelacji r-Pearsona (tabela 6). W tabeli uwzględniono podział badanych z uwagi na płeć.

Tabela 6

Zależności między perfekcjonizmem i jego wymiarami a średnią ocen

Wymiary perfekcjonizmu	Średnia ocen z semestru		
	cała grupa	dziewczęta	chłopcy
CM – koncentracja na błędach	-0,01	0,06	-0,10
PS – standardy osobiste	0,20***	0,20**	0,28***
PE – oczekiwania rodziców	-0,12*	-0,11	0,04
PC – krytyka rodziców	-0,21**	-0,18**	-0,22**
D – wątpliwości w działaniu	-0,11*	-0,03	-0,17
O – preferencja porządku i organizacji	0,16**	0,15*	0,18*
Wynik ogólny	0,01	0,05	0,01

Uwaga: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Źródło: Opracowanie własne.

Otrzymane wyniki wskazują na istotne dodatnie korelacje między średnią ocen badanych uczniów a wymiarami perfekcjonizmu w kategoriach: standardy osobiste oraz preferencja porządku i organizacji, a ujemne z wymiarami oczekiwania rodziców, krytyka rodziców i wątpliwości w działaniu. Rezultaty te oznaczają, że wysoka średnia ocen uzyskiwana przez badanych łączy się z dążeniem przez nich do rozwijania swoich kompetencji, zdolności, formułowaniem wysokich wymagań, dążeniem do planowania, solidnego organizowania swoich działań. Podkreślić należy, że wysoka średnia ocen u badanej młodzieży łączy się jednocześnie z niską presją wywieraną przez rodziców na dziecko dotyczącą wymagań, którym ma sprostać, rzadko doświadczaną z ich strony krytyką błędów i efektów wykonywanych zadań oraz rzadko wyrażanymi wątpliwościami dotyczącymi swoich możliwości, kompetencji, jakości pracy.

Perfekcjonizm a ocena siebie jako ucznia

Celem określenia zależności między poziomem perfekcjonizmu u badanej młodzieży, określonym na podstawie Kwestionariusza do Badania Perfekcjonizmu FMPS, a oceną siebie jako ucznia, obliczono współczynniki korelacji r-Pearsona (tabela 7). Uczniowie oceniali siebie na skali od 1 do 5 (1 – słaby uczeń, 2 – dostateczny, 3 – przeciętny, 4 – dobry, 5 – bardzo dobry). W tabeli uwzględniono podział badanych z uwagi na płeć.

Tabela 7

Zależności między perfekcjonizmem i jego wymiarami a oceną siebie jako ucznia

Wymiary perfekcjonizmu	Ocena siebie jako ucznia		
	Cała grupa	Dziewczęta	Chłopcy
CM – koncentracja na błędach	-0,02	-0,02	-0,04
PS – standardy osobiste	0,30***	0,32***	0,33***
PE – oczekiwania rodziców	-0,06	-0,12	0,09
PC – krytyka rodziców	-0,23***	-0,32***	-0,12
D – wątpliwości w działaniu	-0,11*	-0,10	-0,12
O – preferencja porządku i organizacji	0,35***	0,45***	0,25**
Wynik ogólny	0,08	0,08	0,11

Uwaga: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Źródło: Opracowanie własne.

Wyniki uzyskane w całej badanej grupie informują o występowaniu istotnych zależności między pozytywną oceną siebie jako ucznia a dążeniem do starannego planowania swoich działań, realizacji wysokich standardów, poczuciem wiary w swoją skuteczność, możliwości i efektywność oraz rzadkim doświadczaniem krytyki ze strony rodziców. Zarówno dziewczęta, jak i chłopcy, którzy oceniają siebie pozytywnie jako uczniów, formułują wobec siebie wysokie wymagania, dążą do uzyskania wyższych kompetencji oraz solidnie organizują i planują swoje działania. Osoby te bardzo rzadko doświadczają ze strony rodziców wypominania błędów, krytyki czy zachowań hamujących rozwój ich zdolności.

Dyskusja

Otrzymane w pracy wyniki analiz statystycznych wskazują na występowaniu istotnych zależności między perfekcjonizmem i jego wymiarami, określonymi na podstawie Kwestionariusza do Badania Perfekcjonizmu FMPS, a płcią badanej młodzieży, miejscem zamieszkania, strukturą rodziny, poziomem wykształcenia rodziców oraz poziomem osiągnięć szkolnych.

Otrzymane w pracy wyniki informują, że badani chłopcy charakteryzują się istotnie wyższym poziomem perfekcjonizmu oraz nasilonym dążeniem do uzyskania wysokich kompetencji, w porównaniu do grupy dziewcząt. Dążenia te mogą wynikać z doświadczanej przez nich presji ze strony rodziców, dotyczącej spełniania określonych wymagań i osiągania wysokich standardów osobistych. Podkreślić należy, że im starsza była badana młodzież, tym większą odczuwała presję ze strony rodziców. Znaczące zależności między wiekiem badanych a perfekcjonizmem i jego wymiarami

wystąpiły jedynie w grupie dziewcząt. Im starsze były badane dziewczęta, tym częściej doświadczały ze strony rodziców słów krytyki, mogących hamować rozwój ich zdolności i sprzyjać kształtowaniu się dysfunkcyjnego, nieadaptacyjnego, neurotycznego perfekcjonizmu (por. Frost i in., 1990). Krytyka i presja ze strony rodziców może hamować dążenia do rozwoju zdolności u młodzieży, poczucia kompetencji i niezależności, sprzyjać kształtowaniu się nieprawidłowej samooceny i prowokować myślenie w kategoriach „albo muszę coś zrobić doskonale, albo lepiej nie robić nic”.

Interesujące korelacje otrzymano między perfekcjonizmem a osiągnięciami szkolnymi badanej młodzieży, mierzonymi średnią ocen za semestr oraz oceną siebie jako ucznia. Badania wykazały, że uczniowie uzyskujący wysoką średnią ocen, dążą do rozwijania swoich kompetencji, zdolności, starannie planują i organizują swoje działanie. Jednocześnie doświadczają oni niskiej presji ze strony rodziców dotyczącej wymagań, którym mają sprostać, rzadko słyszą słowa krytyki, opinie podważające ich kompetencje czy jakość wykonanej pracy. Wysoka średnia ocen u badanej młodzieży koreluje dodatnio z cechami kształtującymi adaptacyjny, „zdrowy” perfekcjonizm, a ujemnie z cechami leżącymi u podłoża nieadaptacyjnego, „neurotycznego” perfekcjonizmu.

Podobne zależności ujawniono między perfekcjonizmem a oceną siebie jako ucznia. Zarówno dziewczęta, jak i chłopcy, którzy oceniają siebie pozytywnie jako uczniów formułują wobec siebie wysokie wymagania, dążą do uzyskania wyższych kompetencji oraz solidnie organizują i planują swoje działania. Osoby te bardzo rzadko doświadczają ze strony rodziców podkreślania błędów, krytyki czy zachowań hamujących rozwój ich zdolności.

Jennifer Mills i Kirk Blankstein (2000) uważają, że perfekcjonizm odgrywa kluczową rolę w zdobywaniu osiągnięć w nauce szkolnej. Zwrócili oni również uwagę, że koncentracja na doskonaleniu swoich umiejętności prowadzi u ucznia do pozytywnej oceny swoich działań oraz skupienia się na samym procesie uczenia się bardziej niż na ryzyku związanym z ewentualną porażką. Ivana Osenk (2020) zwraca uwagę, że wymiary perfekcjonizmu odnoszące się do zdobywania wysokich standardów osobistych są pozytywnie powiązane z wynikami w nauce. Jedynie między dążeniem do doskonałości a wynikami w nauce występowały ujemne korelacje. Daniele Molnara i in. (2006) zwrócili uwagę, że perfekcjonizm adaptacyjny łączy się z satysfakcją z osiągnięć, natomiast lęk przed popełnianiem błędów i nasilona potrzeba podziwu łączy się z perfekcjonizmem dezadaptacyjnym. Nasilona potrzeba uzyskania podziwu była jednocześnie pozytywnie skorelowana z koncentracją na spełnianiu oczekiwań innych osób. Kenneth Rice i Karen Preusser (2002) uważają, że wrażliwość na błędy jest najważniejszą cechą perfekcjonizmu dezadaptacyjnego. Ich zdaniem młodzież nadmiernie wrażliwa na popełnianie błędów ma trudność w przyjmowaniu i docenianiu pracy, której wyniki oceniają jako „niedoskonałe”.

Przeprowadzone badania wskazują na znaczące zależności między wyższym poziomem wykształcenia obojga rodziców a występującym u badanej młodzieży: nasilonym dążeniem do uzyskania jak najwyższych kompetencji w podejmowanych działaniach, formułowaniem wysokich wymagań, standardów. Podkreślić jednocześnie należy, że im wyższy poziom wykształcenia mieli ojcowie badanych osób, tym bardziej młodzież była przywiązana do porządku, planowania, organizacji działań, a rzadziej czuła się przez rodziców krytykowana za niepowodzenia i błędy. Można sformułować hipotezę, że ojcowie z wyższym wykształceniem motywują swoje dzieci do nauki, rozwijania kompetencji, wspierają w rozwijaniu zdolności. Sami mają wyższe wykształcenie i dbają, aby ich dzieci zdobyły taki poziom.

Wyniki badań wykazały, że preferowanie porządku, organizacji pracy oraz dążenie do zdobywania kompetencji, czyli cechy, które Frost (1990) łączy z adaptacyjnym, „zdrowym” perfekcjonizmem, współwystępują z wyższym wykształceniem rodziców, mieszkaniem w mieście oraz z wychowywaniem się w rodzinie pełnej. Młodzież mieszkająca w mieście częściej niż mieszkająca na wsi formułuje wobec siebie wysokie wymagania, od których zależy ich samoocena oraz przejawia zamiłowanie do porządku i planowania zadań.

Przeprowadzone badania informują jednocześnie, że uczniowie wychowywani w rodzinach pełnych, w porównaniu do uczniów z rodzin niepełnych, są bardziej przywiązani do porządku, organizacji, starannego planowania podejmowanej aktywności, formułują wobec siebie wyższe wymagania dotyczące standardów osobistych, które wpływają na ich samoocenę.

Przedstawione w pracy wyniki sugerują, jak ważną rolę w kształtowaniu się adaptacyjnego, „zdrowego” perfekcjonizmu u dzieci pełnią, formułowane przez rodziców wymagania, oczekiwania, opinie dotyczące efektów pracy dziecka, oceny, organizacja jego nauki, pracy, cenione przez rodziców wartości, np. dotyczące wykształcenia.

Wnioski

Otrzymane wyniki informują, że chłopcy mają wyższy poziom perfekcjonizmu niż dziewczęta. Neurotyczny perfekcjonizm łączy się ze starszym wiekiem badanych dziewcząt. Adaptacyjny perfekcjonizm łączy się z zamieszkiwaniem w mieście, wychowywaniem się w pełnej rodzinie, wyższym wykształceniem rodziców, wyższą średnią ocen i pozytywną oceną siebie jako ucznia.

Bibliografia

- Bieling, P.J., Israeli, A.L., Antony, M.M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36 (6), 1373-1385.
- Bulik, C.M., Tozzi, F., Anderson, C., Mazzeo, S.E., Aggen, S., Sullivan, P.F. (2003). The relation between eating disorders and components of perfectionism. *The American Journal of Psychiatry*, 160, 366-368.
- Brustein, M. (2013). *Perfectionism: A guide for mental health professionals*. United States: Springer Publishing.
- Cockell, S.J., Hewitt, P.L., Seal, B., Sherry, S., Goldner, E.M., Flett, G.L., i in. (2002). Trait and self-presentational dimensions of perfectionism among women with anorexia nervosa. *Cognitive Therapy and Research*, 26 (6), 745-758.
- Enns, M.W., Cox, B.J., Sareen, J., Freeman, P. (2001). Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: A longitudinal investigation. *Medical Education*, 35, 1034-1042.
- Enns, M.W., Cox, B.J., Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 33 (6), 921-935. DOI: 10.1016/S0191-8869(01)00202-1.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington: American Psychological Association.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L., Besser, A., Su, C., Villancourt, T., Boucher, D., Gale, O. (2016). The child-adolescent perfectionism scale: Development, psychometric properties, and associations with stress, distress and psychiatric symptoms. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 34, 634-652.
- Frost, R.O., Marten, P.A. (1990). Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 559-572.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C., Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Frost, R.O., Turcotte, T.A., Heimberg, R.G., Mattia, J.I., Holt, C.S., Hope, D.A. (1995). Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 195-205. DOI: 10.1007/BF02229694.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C., Rosenblate, R. (2010). Wielowymiarowy Kwestionariusz do Badania Perfekcjonizmu FMPS – wersja nieopublikowana, tłum. i oprac. S. Tucholska.
- Halmi, K.A., Sunday, S.R., Strober, M., Kaplan, A., Woodside, D.B., Fichter, M., i in. (2000). Perfectionism in anorexia nervosa: Variation by clinical subtype, obsessionality, and pathological eating behavior. *The American Journal of Psychiatry*, 157 (11), 1799-1805. DOI: 10.1176/appi.ajp.157.11.1799.
- Hamachek, D.E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15 (1), 27-33.
- Henning, K., Ey, S., Shaw, D. (1998). Perfectionism, the imposter phenomenon and psychological adjustment in medical, dental, nursing and pharmacy students. *Medical Education*, 32, 456-464.
- Hewitt, P.L., Flett, G.L., Besser, A., Sherry, S.B., McGee, B. (2003). Perfectionism is multidimensional: A reply to Shafran, Cooper and Fairburn. *Behaviour Research and Therapy*, 41 (10), 1221-1236.
- Hewitt, P.L., Flett, G.L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Mills, J., Blankstein, K.R. (2000). Perfectionism, intrinsic vs extrinsic motivation, and motivated strategies for learning: A multidimensional analysis of university students. *Personality and Individual Differences*, 29 (6), 1191-1204. DOI: 10.1016/S0191-8869(00)00003-9.

- Molnar, D. S., Reker, D.L., Culp, N.A., Sadava, S.W., DeCourville, N.H. (2006). A mediated model of perfectionism, affect, and physical health. *Journal of Research in Personality*, 40, 482-500.
- Moor, S., Vartanian, L.R., Touyz, S.W., Beumont, P.J.V. (2004). Psychopathology of ED-NOS patients: To whom do they compare? *Clinical Psychologist*, 8 (2), 70-75. DOI: 10.1080/1328420041233130436.
- Osenk, I., Williamson, P., Wade, T.D. (2020). Does perfectionism or pursuit of excellence contribute to successful learning? A meta-analytic review. *Psychological Assessment*, 32 (10), 972-983. DOI: 10.1037/pas0000942.
- Rice, K.G., Preusser, K.J. (2002). The adaptive/maladaptive perfectionism scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 210-222.
- Sassaroli, S., Lauro, L.J., Ruggiero, G.M., Mauri, M.C., Vinai, P., Frost, R. (2008). Perfectionism in depression, obsessive-compulsive disorder and eating disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 46 (6), 757-765. DOI: 10.1016/j.brat.2008.02.007.
- Seeliger, H., Harendza, S. (2017). Is perfect good? Dimensions of perfectionism in newly admitted medical students. *BMC Medical Education*, 17, 206.
- Shafran, R., Cooper, Z., Fairburn, C.G. (2002). Clinical perfectionism: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 773-791.
- Slaney, R.B., Rice, K.G., Mobley, M., Trippi, J., Ashby, J.S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.
- Stoeber, J. (2018). The psychology of perfectionism. An introduction. W: J. Stoeber (red.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (ss. 3-16). London: Routledge.
- Stoltz, K., Ashby, J.S. (2007). Perfectionism and lifestyle: Personality differences among adaptive perfectionists, maladaptive perfectionists, and nonperfectionists. *The Journal of Individual Psychology*, 63 (4), 414-423. DOI: 10.1377/hlthaff.21.1.
- Taylor, E.P., Couper, R., Butler, C.M. (2017). Adolescent perfectionism: Structural features of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale and correlates with attachment and psychopathology. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 90 (4), 686-704. DOI: 10.1111/papt.12133.

