

ბელა არუთინოვი, ნინო ჩხაიძე

*თბილისის ჯავახიშვილის სახ. უნივერსიტეტი***პერფექციონიზმის სტრუქტურა და მისი მიმართება ავმატური
სასიათის ფენომენებთან**

საკვანძო სიტყვები: გლობალური პერფექციონიზმი, თვითშეფასებითი და კეთილგონიერული პერფექციონიზმი, ღირსება, თვითშეფასება, მე-რეალური, მე-იდეალური, პრაქტიკორული ღირებულება

წინამდებარე კვლევაში შევეცადეთ შეგვესწავლა პერფექციონიზმის კავშირი ღებრესიასა და თვითშეფასებასთან მოზარდებსა და ახალგაზრდებში. მანამ, სანამ უშუალოდ კვლევას წარმოგიდგენდეთ, განვიხილოთ ის თეორიული საფუძვლები, რაზე დაყრდნობითაც შემუშავდა კვლევის მიზნები.

“Perfectio” ლათინური სიტყვაა და ქართულად სრულყოფას, სრულყოფილებას ნიშნავს [12]. აქედან მომდინარეობს ფსიქოლოგიაში უკვე კარგად დამკვიდრებული ცნება “პერფექციონიზმი” – ერთერთი განმარტებით, ყველაფრით უმაყოფილება, რაც არ არის სრულყოფილი და რაც არ შეესაბამება უკიდურესად მაღალ სტანდარტებს [11]. პერფექციონიზმი ინტენსიური ემოციური კვლევის საგნად ბოლო ათწლეულების განმავლობაში იქცა. როგორც ჩვეულებრივ პოპულაციაზე, ისე კლინიკურ შერჩევაზე ჩატარებული კვლევების საფუძველზე დადასტურდა პერფექციონიზმის კავშირი ავმატური სპექტრის აშლილობებთან (ღებრესიასთან, კვებით დარღვევებთან, შფოთვით აშლილობებთან), გულ-სისხლძარღვთა დაავადებებთან, ზოგადად, ადაპტაციის სირთულეებთან, პასიურობასა და შრომისუნარიანობის დაქვეითებასთან. ამავე დროს მეცნიერთა შორის ჯერ კიდევ არსებობს აზრთა სხვადასხვაობა პერფექციონიზმის ბუნებისა და მისი ფსიქოლოგიური სტრუქტურის შესახებ. პერფექციონიზმის სტრუქტურული კომპონენტების რელევანტურ ფსიქოლოგიურ ფენომენებთან ურთიერთკავშირის სისტემური შესწავლა დღესაც აქტუალურ ამოცანად რჩება, რომლის განხორციელებას არა მხოლოდ თეორიული, არამედ მნიშვნელოვანი პრაქტიკული დატვირთვა ექნება, განსაკუთრებით ფსიქოთერაპიული თუ საკონსულტაციო სამსახურის სფეროში.

პერფექციონიზმის ბუნების გარკვევას საკმაოდ ხანგრძლივი ისტორია აქვს. უკვე ფროიდი განიხილავდა პერფექციონიზმს, როგორც ობსესიური ნევროზის ზოგად სიმპტომს, როდესაც მკაცრი და დამსჯელი **სუპერეგო** მოითხოვს მაღალ მიღწევებსა და შესრულებას. პირველი თეორიული დაშვებები ამ ცნებასთან დაკავშირებით XX საუკუნის შუა წლებში კარენ ჰორნიმ შემოგვთავაზა [3]. ჰორნის მიერ გამოყოფილი 10 ნევროზული მიდრეკილებიდან (1942) მეთექვსმეტი სრულყოფილების მოთხოვნილებაა. ამ ტიპს საფუძვლად უდევს დაცვითი ქცევის სტრატეგია – მოძრაობა ადამიანებისგან – რომელსაც, ჰორნის თქმით, პიროვნება მშობლების ინდიფერენტულობასთან გასამკლავებლად შეიმუშავებს – ბავშვი განდევნის სხვებისადმი ყოველგვარ გრძნობას, განსაკუთრებით კი სიყვარულსა და სიძულვილს, ცდილობს გახდეს თვითკმარი, დამოუკიდებელი და მარტოსული, მიისწრაფის გახდეს ყველა დანარჩენზე სრულყოფილი: მისთვის ყოველგვარი შეცდომა დაუშვებელია, ყველაფერი, რასაც ის აკეთებს, უნდა იყოს დახვეწილი და წუნდაუდებელი [2][9]. ამის შემდგომ პერფექციონიზმი, როგორც პიროვნების ერთერთი არსებითი ნიშანი, რაიმონდ კეტელის პიროვნების 16-ფაქტორიან კითხვარში (1950) შევიდა. ამ კითხვარის მიხედვით, პერფექციონიზმის სკალაზე (Q3) დაბალი მაჩვენებელი ნიშნავს, რომ პიროვნება არის შეცდომებისადმი შემწყნარებელი, მოქნილი, არადისციპლინირებული, დაუდევარი, იმპულსური, არ ადარდებს სოციალური წესები. ამის საპირისპიროდ, მაღალი მაჩვენებელი გულისხმობს ორგანიზებულობას, დისციპლინირებულობას, კომპულსურობას, სოციალური

წესებისადმი მიდევნებასა და ა.შ [13]. 1956 წელს ადღერმა გამოთქვა აზრი, რომ სრულყოფილებისკენ სწრაფვა ნორმალურია და თანდაყოლილი. მან ერთმანეთისგან განასხვავა პერფექციონიზმის მქონე ინდივიდების ორი ტიპი. მისი აზრით, ჯანმრთელი პერფექციონისტები მიისწრაფიან მიღწევადი მიზნებისკენ, არაადაპტაციური პერფექციონისტები კი არარეალისტურ მიზნებს ისახავენ და საუკეთესო შესრულებისკენ მიისწრაფიან. ადღერმა არაადაპტაციური პერფექციონისტი აღწერა, როგორც პიროვნება, რომელსაც კრიტიკის ეშინია, მუდმივად აზვიადებს თავის შეცდომებს, გადაჭარბებულ მნიშვნელოვნებას ანიჭებს წესრიგს და საყოველთაო აღიარებას ესწრაფვის. მაშინ, როდესაც ნორმალური პერფექციონისტები ცდილობენ, მიაღწიონ ისეთ სრულყოფილებას, რომელიც მათ სარგებელს მოუტანს, არაადაპტაციური პერფექციონისტები პიროვნული უპირატესობის მიღწევისთვის იბრძვიან. თითქმის იგივე მოსაზრება გაიმეორა ჰამჩეკმა 1978 წელს იმ განსხვავებით, რომ არაადაპტაციურ პერფექციონისტებს მან ნევროზული პერფექციონისტები უწოდა, ნორმალური პერფექციონისტები კი, მისი აზრით, ასევე არარეალურად მაღალ სტანდარტებს უწესებენ თავიანთ თავს, მაგრამ უფრო მოქნილები და შეცდომების მიმართ უფრო შემწყნარებელი არიან [10]. ამ გაგებით, ნორმალური პერფექციონიზმი შეგვიძლია დავუკავშიროთ პრინციპს “მოინდომე შეუძლებელი, რათა მიაღწიო მაქსიმუმს”. ამ და კიდევ მრავალი სხვა თეორეტიკოსის მსგავს შეხედულებათა მიუხედავად, ლიტერატურაში პერფექციონიზმი, ძირითადად, უარყოფით კონტექსტში განიხილება და საუბარია უფრო მის არაჯანსაღ მახასიათებლებზე, ვიდრე პირიქით.

კლასიკურ განმარტებებში პერფექციონიზმის ცნება მხოლოდ ერთ პარამეტრს მოიცავდა – პიროვნების მიდრეკილებას, საკუთარ თავს დაუწესოს ძალზე მაღალი სტანდარტები, რის გამოც შეუძლებელი ხდება განიცადო კმაყოფილება მიღწეული შედეგით. ამერიკელმა კლინიკურმა ფსიქოლოგმა პოლენდერმა ერთერთმა პირველმა განმარტა პერფექციონიზმი, როგორც “ყოველდღიური პრაქტიკა საკუთარი თავისადმი *იმაზე მეტი* მოთხოვნების წაყენებისა, ვიდრე ამას გარემოება მოითხოვს”; შემდგომში ბერნსმა მოახდინა პერფექციონიზმის ცნების ღრმა ანალიზი და დაასკვნა, რომ ადამიანები, რომლებსაც პერფექციონიზმი აწუხებთ, “მიდრეკილნი არიან, დააწესონ არარეალურად მაღალი სტანდარტები, კომპულსურად მიისწრაფიან განუხორციელებადი მიზნებისაკენ და *საკუთარ ღირებულებას* აფასებენ მხოლოდ მიღწევისა და პროდუქტიულობის ტერმინებში” [3].

1990-იან წლებში ამ ფენომენის სტრუქტურაზე წარმოდგენა საგრძნობლად გაფართოვდა. ამაში განსაკუთრებული წვლილი მიუძღვის ბრიტანელი კლინიკური ფსიქოლოგების ჯგუფს ფროსტის ხელმძღვანელობით და კანადელი მეცნიერების ჯგუფს ჰიუიტის ხელმძღვანელობით. ორივე ამ ჯგუფმა განავითარა წარმოდგენა პერფექციონიზმზე, როგორც მრავალგანზომილებიან კონსტრუქტზე, რომელსაც აქვს რთული სტრუქტურა და მაღალ პიროვნულ სტანდარტებთან ერთად მოიცავს მთელ რიგ კოგნიტურ თუ ინტერპერსონალურ პარამეტრებს [3].

ფროსტისა და მისი კოლეგების მიხედვით, პერფექციონიზმის პარამეტრებია: 1. პირადი სტანდარტები – მიდრეკილება ძალიან მაღალი სტანდარტების შემუშავებისადმი და ამ სტანდარტებთან შესაბამისობისათვის დიდი მნიშვნელოვნების მინიჭება, რის შედეგადაც ვლევულობით მერყევ თვითშეფასებასა და საკუთარი საქმიანობით ქრონიკულ უკმაყოფილებას; 2. შეცდომების გადაფასება – შეცდომებზე მწვავე რეაგირება, შეცდომების წარუმატებლობასთან გათანაბრებისადმი მიდრეკილება; 3. საკუთარ ქმედებებში დაჟეკება – მუდმივი ეჭვები შესრულებული საქმის ხარისხის თაობაზე; 4. მშობლების მოლოდინები – მშობლების შეფასება, როგორც ძალიან მაღალი მოლოდინების მქონეთა; 5. მშობლების კრიტიკა – მშობლების შეფასება, როგორც ზედმეტად კრიტიკულებისა; 6. ორგანიზებულობა – წესრიგისა და ორგანიზებულობისათვის დიდი მნიშვნელოვნების მინიჭება [3].

კანადელმა მედევარებმა პერფექციონიზმის სტრუქტურის შესახებ ალტერნატიული შეხედულება შემოგვთავაზეს და მხოლოდ ოთხი პარამეტრი გამოყვეს. ესენია: 1. მეობაზე მიმართული პერფექციონიზმი – მოიცავს ძალიან მაღალ სტანდარტებს, საკუთარი თავის მუდმივ შეფასებასა და საკუთარ ქცევებზე მუდმივად ცენზურის დაწესებას, ასევე სრულყოფილებისკენ სწრაფვის მოტივს, რაც სხვადასხვა ადამიანებში ინტენსივობით განსხვავდება; 2. სხვა

ადამიანებისადმი მიმართული პერფექციონიზმი – გულისხმობს მნიშვნელოვანი სხვებისადმი და გარემომცველი ადამიანებისადმი არარეალისტური სტანდარტების დაწესებას, ადამიანური სრულყოფილების მოლოდინსა და სხვების მუდმივ შეფასებას. როგორც ავტორები მიიჩნევენ, ამ დროს ადგილი აქვს სხვა ადამიანების მუდმივ დადანაშაულებას, მათდამი მტრულ დამოკიდებულებასა და ნდობის ნაკლებობას; 3. მთლიანად სამყაროსადმი მიმართული პერფექციონიზმი – “იმაში დარწმუნებულობა, რომ სამყაროში ყველაფერი უნდა იყოს ზუსტი, აკურატული, სწორი და ყველა ადამიანური და საერთაშორისო პრობლემისათვის უნდა არსებობდეს სწორი და დროული გადაწყვეტა”; 4. სოციალური პერფექციონიზმი – მნიშვნელოვანი სხვების სტანდარტებისა და მოლოდინებისადმი შესაბამისობის მოთხოვნილება [3].

პერფექციონიზმი, როგორც დეპრესიის გამომწვევი მიზეზი, შეგვიძლია ზუსტად შევუსაბამოთ აარონ ბეკის დეპრესიის თეორიას – პერფექციონიზმი პირდაპირ უკავშირდება ორ კოგნიტურ შეცდომას: გადაფასება/შეუფასებლობასა და დიქტომიურ აზროვნებას – ადამიანმა, რომელიც მაღალი პერფექციონიზმით ხასიათდება, შესაძლოა გადაფასოს ის სტანდარტები, რომლებსაც უნდა შეესაბამებოდეს, და სათანადოდ ვერ შეაფასოს საკუთარი შესრულება. ამავე დროს ის გაურბის წარუმატებლობას, მისი პრინციპია “ყველაფერი ან არაფერი”, რაც დიქტომიურ აზროვნებას გულისხმობს. ამრიგად, პერფექციონიზმმა შეიძლება ხელი შეუწყოს ნეგატიური ცნებების ფორმირებასა და გამყარებას, ეს კი პირველი ნაბიჯია დეპრესიის ჩამოყალიბებისათვის; საკუთარი არასათანადო შესრულებით გამოწვეულმა ფრუსტრაციებმა შესაძლოა ჩამოაყალიბოს ნეგატიური მე-ხატი, რაც კოგნიტური ტრიადის ერთერთი ასპექტია, კოგნიტური სქემა კი, რომელიც შესაძლოა ასე უდერდეს: “თუ ჩემი შესრულება არ არის ასეთი და ასეთი, მაშინ მე წარუმატებელი ვარ”, შესაძლოა გენერალიზდეს და ხელი შეუწყოს კოგნიტური ტრიადის კიდევ უფრო გამყარებას.

ამრიგად, პერფექციონიზმი შეიძლება განვიხილოთ, როგორც დეპრესიის მიზეზი და მისი შენარჩუნების ან გაძლიერების განმაპირობებელი ფაქტორი.

პერფექციონიზმისა და დეპრესიის ერთმანეთთან კავშირი გაშუალებულია კიდევ ერთი ცვლადით, რომელსაც ადამიანის **თვითშეფასება** წარმოადგენს: თვითშეფასება ის უმნიშვნელოვანესი ფაქტორია, რომელიც დიდწილად განაპირობებს პიროვნების კარგად ყოფნის განცდასა და ინდივიდის საკუთარი თავისა და გარემოს მიმართ დამოკიდებულების ხასიათს. აქედან გამომდინარე, შესაძლოა ვივარაუდოთ, რომ ადამიანზე, რომელსაც აქვს მაღალი თვითშეფასება ანუ მცირე განსვლა არსებობს მის რეალურ (როგორ აფასებს საკუთარ თავს) და იდეალურ (როგორი სურს, რომ იყოს) თვითშეფასებებს შორის, ნაკლებ ზეგავლენას მოახდენს მის მიერვე დაწესებული მაღალი სტანდარტების ვერდაკმაყოფილება, ხოლო ადამიანისათვის, რომელსაც აქვს დაბალი თვითშეფასება ანუ მის მე-იდეალსა და მე-რეალურს შორის დიდი განსვლაა, ეს უფრო დიდი ფრუსტრაციის გამომწვევი იქნება.

ახლა დავუბრუნდეთ საკითხს, რომელიც დღემდე დისკუსიის საგანია – რამდენად მართებულია შეხედულება, რომ უარყოფითი პერფექციონიზმის გვერდით, რომელიც გვევლინება ქრონიკული ფრუსტრაციისა და სტრესის წყაროდ, არსებობს პოზიტიური პერფექციონიზმი, რომელიც არათუ ნაკლებ ფრუსტრაციას გულისხმობს, არამედ ადამიანს წინსვლისა და განვითარებისკენ უბიძგებს. სლეიდისა და ოუენსის მიხედვით (1998), პოზიტიური პერფექციონიზმის მამოძრავებელი ძალაა პოზიტიური განმტკიცება და მიღწევის სურვილი მაშინ, როდესაც ნეგატიურ პერფექციონიზმს წარუმატებლობის შიში და უარყოფითი შედეგის თავიდან არიდების სურვილი ამოძრავებს. შესაბამისად, ვლებულობთ ორ ურთიერთსაწინააღმდეგო ქცევას: მიახლოებას თავის არიდების წინააღმდეგ (approach versus avoidance) [5].

თუ პერფექციონიზმის ორგვარი ბუნების არსებობა და მისი მასტიმულირებელი ან, პირიქით, შემაფერხებელი ზეგავლენა რეალობას შეესაბამება, სავარაუდოა, რომ ეს ვითარება უნდა აისახოს დეპრესიასთან მიმართებაში. კერძოდ, პერფექციონიზმის უარყოფითი მუხტის მატარებელი განზომილება უნდა განაპირობებდეს დეპრესიის ხარისხის მატებას, ხოლო მისი უფრო პოზიტიური ეფექტის მქონე განზომილებას ამ მხრივ გავლენა არ უნდა ჰქონდეს. დადებითი პერფექციონიზმის ერთერთი განმარტებიდან გამომდინარე, რომლის მიხედვითაც ეს უკანასკნელი გულისხმობს პიროვნების მიერ საკუთარი თავისადმი არარეალურად მაღალი სტანდარტების წაყენებას, თუმცა

ასევე შემწყნარებლობის მაღალ დონეს ამ სტანდარტების ვერდაკმაყოფილების შემთხვევაში, ვვარაუდობთ, რომ პერფექციონიზმის ამ ტიპის დადებითობას განაპირობებს ინდივიდის მაღალი თვითშეფასება, ხოლო უარყოფითი პერფექციონიზმის უარყოფითობას კი ამგვარი პერფექციონიზმის მქონე ინდივიდის დაბალი თვითშეფასება განსაზღვრავს, ვინაიდან იგი შეუწყნარებელია საკუთარი შეცდომების მიმართ და “...საკუთარ ღირებულებას აფასებს მხოლოდ მიღწევისა და პროდუქტიულობის ტერმინებში.” ასევე სავარაუდოა, რომ აღნიშნული სამი ფენომენების ბუნებიდან გამომდინარე, მათი გამოვლენის ინტენსივობა დამოკიდებული იყოს პიროვნების ძირითადი საქმიანობის ეფექტურობასთან. ჩვენს შემთხვევაში ესაა აკადემიური მოსწრება.

ყოველივე ზემოთქმული შესაძლებელია ჩვენი კვლევის ამოცანების სახით ჩამოვყალიბოთ:

1. პერფექციონიზმის, როგორც მთლიანი კონსტრუქტის და მისი განსხვავებული განზომილებების დეპრესიასთან კავშირის შესწავლა;
2. თვითშეფასების მიმართების განსაზღვრა როგორც დეპრესიის დონესთან, ისე პერფექციონიზმის გამოხატულების ხარისხთან, იქნება ეს მთლიანი კონსტრუქტი, თუ მისი ცალკეული კომპონენტები;
3. აღნიშნული სამი ძირითადი ფენომენის ურთიერთმიმართების შესწავლა ცდისპირთა აკადემიური მოსწრების, ასაკისა და სქესის გათვალისწინებით. თითოეული ამ ცვლადის წილის განსაზღვრა დეპრესიის, პერფექციონიზმისა და თვითშეფასების ვარიაციულობაში;
4. პერფექციონიზმის სხვადასხვა კომპონენტებს შორის კრიტიკული მნიშვნელობის ასპექტების გამოკვეთა, რომელთაც განსაკუთრებული წვლილი შეაქვთ დეპრესიის ინტენსივობის ცვალებადობაში.

ქართულ ფსიქოლოგიაში პერფექციონიზმი ნაკლებადაა შესწავლილი, მეტიც, არ არსებობს ამ ფენომენის საკვლევი ინსტრუმენტის სანდო და ვალიდური ანალოგი. ჩვენ შევეცადეთ შეგვექმნა შესაბამისი უცხოური კითხვარის ქართული ვერსია, რომლის ფსიქომეტრული მახასიათებლები საშუალებას მოგვცემს, არ შევიტანოთ ეჭვი მიღებული შედეგების სანდოობაში.

ერთერთი მნიშვნელოვანი საკითხია, აგრეთვე იმის გარკვევა, არის თუ არა პერფექციონიზმი სტაბილური პიროვნული ნიშანი, რომელიც თანაბარი ძალით ელინდება ყოველ ასაკში. ამ საკითხის გარკვევა დაეხმარება კლინიკურ ფსიქოლოგებს უფრო ეფექტურად წარმართონ თავიანთი მუშაობა პერფექციონიზმის მქონე კლიენტებთან.

კვლევის ჩატარების პროცედურა და მეთოდი

გამოყენებულ იქნა არაექსპერიმენტული, კორელაციური დიზაინი. მონაცემების აკრეფა მოხდა 2008/2009 წწ. ნოემბერში, დეკემბერსა და იანვარში.

კვლევის მონაწილენი

კვლევაში მონაწილეობა მიიღეს 15-დან 24 წლამდე მოსწავლეებმა და სტუდენტებმა. სულ იყო 182 ცდისპირი, მათგან 80 მამრობითი, ხოლო 102 მდედრობითი სქესის წარმომადგენელი. ცდისპირთა ასაკი იყო 13-დან 25 წლამდე. 14% გახლდათ სკოლის მოსწავლე, ხოლო დანარჩენი – ბაკალავრიატის სტუდენტი (ძირითადად, თსუ-ს სხვადასხვა ფაკულტეტის სტუდენტები). მონაცემთა ანალიზისას, ძირითადად, გამოვიყენეთ ცდისპირთა ოთხ ასაკობრივ ჯგუფს: I ჯგუფი – 13-დან 17 წლამდე (14%); II ჯგუფი – 18 წლის (36%); III ჯგუფი – 19-დან 20 წლამდე (26,6%); IV ჯგუფი - 21-დან 25 წლამდე (23,4%).

ინსტრუმენტები

ბეის დეპრესიის საკვლევი სკალა (BDI) – 21 პუნქტიანი, თვით-ანგარიშზე დაფუძნებული ტესტი, რომელიც ზომავს დეპრესიის კოგნიტური, ქცევითი, ემოციონალური და სომატური სიმპტომების არსებობასა და სიმწვავეს. თითოეული პუნქტი ფასდება ქულით 0-დან 3-მდე, უფრო მაღალი ქულები სიმპტომის უფრო მეტ სიმწვავეზე მიუთითებს. BDI არის შინაგნად შეთანხმებული, მაღალი ტესტი-რეტესტი სანდოობის მქონე ინსტრუმენტი, რომლის ვალიდობა დადასტურებული როგორც კლინიკურ, ისე ნორმალურ შერჩევაზე [4][8] DI ადაპტირებულია ქართულ პოპულაციაზე [1].

პერფექციონიზმის კითხვარი [7] – 59 პუნქტიანი, თვით-ანგარიშზე დაფუძნებული კითხვარი, რომელიც 8 სკალას მოიცავს. ესენია: 1. შეცდომებზე კონცენტრირება (CM) – შეცდომის დაშვების შემდგომ დისტრესისა და შფოთვის ტენდენცია; 2. მაღალი სტანდარტების წაყენება სხვების მიმართ (HSO) – საკუთარი პერფექციონისტული იდეალების სხვებზე გავრცელების ტენდენცია; 3. დაფასების მოთხოვნილება (NA) – სხვებისაგან განმტკიცების ძიებისა და კრიტიკისადმი მაღალი მგრძნობელობის ტენდენცია; 4. ორგანიზებულობა (O) – აკურატულობისა და დისციპლინიზებულიობის ტენდენცია; 5. აღქმული ზეწოლა მშობლების მხრიდან (PP) – მშობლებისაგან დაფასების მოსაპოვებლად უნაკლო შესრულების მოთხოვნილების ტენდენცია; 6. გეგმაზომიერება (P) – წინასწარ დაგეგმვისა და გადაწყვეტილებების აწონ-დაწონის ტენდენცია; 7. რუმინაცია¹ (R) – სრულყოფილ შესრულებაზე ან მომავალ შეცდომებზე მეტად წარსული შეცდომების გამო ობსესიურად დელების ტენდენცია; 8. სრულყოფილებისკენ სწრაფვა (SE) – სრულყოფილი შესრულებისა და მაღალი სტანდარტების მიღწევების ტენდენცია. ეს სკალები ქმნის პერფექციონიზმის ორ მეორად სკალას: კეთილგონივრული პერფექციონიზმი (CP) – მოიცავს HSO, O, P და SE სკალებს, და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი (SEP) – მოიცავს CM, NA, PP და R სკალებს. ეს ორი მეორადი ფაქტორი გულისხმობს პერფექციონიზმის დადებით ანუ ადაპტაციურ და უარყოფით ანუ არადაპტაციურ განზომილებებს. კეთილგონივრული პერფექციონიზმი ავლენს ინდივიდის “პოზიტიურ მისწრაფებებს”, თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი კი “არადაპტაციურ შეფასებით მიზნებს” [7]. ყველა სკალაზე მიღებული ქულების ჯამი გვაძლევს პერფექციონიზმის საბოლოო ქულას (PI Composite), რასაც “გლობალური პერფექციონიზმი” ვუწოდებთ.

აღნიშნული ინსტრუმენტი [7] შეიქმნა ორი წინამორბედი მრავალგანზომილებიანი პერფექციონიზმის სკალის [6] საფუძველზე, რამდენიმე ახალი ფაქტორის დამატებით. ახალი ინსტრუმენტის შექმნის მიზანი იყო პერფექციონიზმის პოტენციურად რელევანტური ფაქტორების ხელიდან გაშვების რისკის მინიმუმამდე დაყვანა, ვინაიდან პერფექციონიზმის ცნების თანდათანობით გართულების პარალელურად, ამ ნიშნის უკვე არსებული ინსტრუმენტებით გაზომვის შემთხვევაში ამის რისკი მაღალი იყო.

დემბო-რუბინშტეინის თვითშეფასების სკალა – მოცემულია ვერტიკალური, 10სმ სიგრძის მონაკვეთები, თითოეულს მიწერილი აქვს ერთერთი პიროვნული მახასიათებელი. ამ შემთხვევაში შერჩეულ იქნა თვითშეფასების შვიდი მახასიათებელი: ჯანმრთელობა, გონიერება, ბედნიერება, აქტიურობა, ემოციურობა, ნებისყოფა და ოპტიმიზმი. მონაკვეთების ქვედა უკიდურესი წერტილი ნიშნავს კონკრეტული მახასიათებლის მინიმალურ გამოხატულებას (შეესაბამება 0 ქულას), ხოლო ზედა უკიდურესი წერტილი – მაქსიმალურ გამოხატულებას (შეესაბამება 100 ქულას). თითოეული მახასიათებელი ორი თვალსაზრისით ფასდება: 1. პიროვნების აზრით, როგორაა ეს მახასიათებელი მასში გამოხატული რეალურად და 2. რა ხარისხით სურს, რომ ეს მახასიათებელი იყოს მასში გამოხატული. ცდისპირს მიეწოდება შვიდი წყვილი მონაკვეთებისა, რომელთაც მიწერილი აქვს შესაბამისი მახასიათებელი. თითოეული მახასიათებლის აღმნიშვნელ მონაკვეთზე ცდისპირმა დეფისის გასმით უნდა განსაზღვროს, თუ სად ხედავს თავს რეალურად და სად სურს, რომ იყოს. მიღებული მონაცემების დათვლა ხდება სახაზავით, მილიმეტრებში. თვითშეფასება განისაზღვრება რეალურ და იდეალურ სიდიდეებს შორის სხვაობის საფუძველზე. ეს სხვაობა შესაძლოა იყოს დადებითი ნიშნის მქონე – როდესაც იდეალური მე-შეფასება მეტია რეალურზე, ან უარყოფითი – როდესაც რეალური მე-შეფასება აღემატება იდეალურ მე-შეფასებას. შესაბამისად, აქ შეიძლება მივიღოთ ქულები -100-დან 100-მდე. მე-რეალური, მე-იდეალი და მათ შორის სხვაობა ითვლება როგორც ცალ-ცალკე მახასიათებლების მიხედვით, ასევე ჯამურად.

1 ამ ტერმინს ვერ მოუძებნეთ ქართული ეკვივალენტი, რომელიც ზუსტად გადმოსცემდა მის შინაარსს, ამიტომ იგი უცვლელი სახითაა შენარჩუნებული ტექსტში. ესა არის გარკვეული საკითხის გარშემო ერთგვარი უშედეგო ფიქრი, გონებაში მასთან არაერთხელ მიბრუნება. რუსულად ამ ტერმინის შინაარსს საკმაოდ ზუსტად გადმოსცემს გამოთქმა «умственная жвачка».

კვლევის ჩატარების პროცედურა

კვლევა ტარდებოდა ინდივიდუალურად. თითოეულ ცდისპირთან სამივე მეთოდი იყო გამოყენებული. გარდა დემოგრაფიული მონაცემებისა, ვაფიქსირებდით აგრეთვე ცპ-ების აკადემიური მოსწრების საშუალო მაჩვენებლებს.

სტატისტიკური ანალიზის მეთოდები

ძირითადად, გამოყენებულია აღწერითი სტატისტიკა, ფაქტორული, დისპერსიული (F-კრიტერიუმით) და რეგრესიული ანალიზი.

შედეგები

პერფექციონიზმის სკალის უნიკალური მახასიათებლები

კვლევის პირველ ეტაპზე შეიქმნა პერფექციონიზმის სკალის ქართული ვერსია, რაც გულისხმობდა ორიგინალური კითხვარის თარგმნას, საექსპერტო შემოწმებასა და, ამის საფუძველზე, გარკვეული კორექტივების შეტანას რამდენიმე დებულებაში. მონაცემთა აკრეფის შემდეგ კი კითხვარის ქართული ვერსიის სანდოობისა და კონსტრუქტული ვალიდობის შემოწმების მიზნით გაკეთდა ამ მონაცემთა უნიკალური ანალიზი. აღმოჩნდა, რომ ყველა ცალკეული სკალა გამოირჩევა საკმაოდ მაღალი შინაგანი შეთანხმებულობით. გარკვეულ გამოწვევებს წარმოადგენს მხოლოდ ერთი სკალა – მაღალი სტანდარტების წაყენება სხვების მიმართ (HSO), რომლის აღფა-კოეფიციენტი საშუალო სიდიდისაა, თუმცა პიროვნული კითხვარებისათვის სანდოობის ამგვარი მაჩვენებელი საესეებით მისაღებია (იხ. ცხრილი №1).

ცხრილი №1

სკალის ღირებულება	ალფა კოეფიციენტი	სტანდარტიზებული ალფა კოეფიციენტი
1. შენდობა კონსტრუქტისადმი	.770	.769
2. მაღალი სტანდარტის წაყენება სხვების მიმართ	.596	.595
3. ღირსების მოთხოვნა	.846	.845
4. ორგანიზებული	.718	.725
5. აღქმული გეგმა მშრომლის მხრიდან	.839	.837
6. გეგმავდები	.720	.726
7. რეაგირება	.826	.828
8. სრულყოფილების სწრაფვა	.741	.738

ასევე საკმაოდ მაღალია ამ სკალების საფუძველზე შექმნილი ორი მეორადი სკალის შინაგანი შეთანხმებულობაც (იხ. ცხრილი №2).

ცხრილი №2

სკალის ღირებულება	ალფა კოეფიციენტი	სტანდარტიზებული ალფა კოეფიციენტი	სკალის რაოდენობა
კეთილგონიერული პერფექციონიზმი	.676	.679	4
თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი	.596	.858	4
გლობალური პერფექციონიზმი	.883	.886	10

თუმცა, აქვე უნდა აღინიშნოს, რომ კეთილგონიერული პერფექციონიზმის (CP) სკალის შინაგანი შეთანხმებულობას გარკვეული ხარისხით ამცირებს პირველადი სკალა HSO. ამ სკალის გარეშე, CP სკალის აღფა-კოეფიციენტი იქნებოდა .695. აგრეთვე მაღალია გლობალური პერფექციონიზმის (PI Composite) შინაგანი შეთანხმებულობა (.886).

კითხვარის ქართული ვერსიის კონსტრუქტული ვალიდობის შემოწმების მიზნით ჩატარდა მოპოვებული მონაცემების ფაქტორული ანალიზი, რომლის შედეგად დადასტურდა, რომ პერფექციონიზმის ზემოთ აღწერილი 8 სკალა მართლაც ქმნის ორ მეორად სკალას – პერფექციონიზმის ორ ძირითად ფაქტორს, როგორც ეს ამ კითხვარის ავტორების მიერ არის ნაგულისხმევი (იხ. ცხრილი №3). თანაც პირველადი სკალები მაღალი დატვირთვით მუშაობენ სწორედ იმ ფაქტორებზე, რომლებიც კონსტრუქტითაა გათვალისწინებული. თუმცა, აქვე შევნიშნავთ, რომ ერთერთი სკალა – HSO – უფრო მეტი დატვირთვით მუშაობს არა იმ ფაქტორზე, რომლისთვისაც არის განკუთვნილი (კეთილგონიერული პერფექციონიზმი), არამედ სხვა ფაქტორზე (თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი).

ცხრილი №3

პირველადი სკალა	კომპონენტები	
	თვითშეფასებითი პერფორმანსი (SEP)	კეთილგონივრული პერფორმანსი (CP)
1. CM (SEP)	.875	.244
2. HSO (CP)	.496	.310
3. NA (SEP)	.811	.210
4. O (CP)	.083	.841
5. PP (SEP)	.774	-.100
6. P (CP)	.127	.701
7. R (SEP)	.796	.276
8. SE (CP)	.245	.755

აღსანიშნავია, რომ როგორც საკუთრივ პირველად სკალებს, ასევე პირველად, მეორადსა და ფინალურ სკალებს შორის არსებობს მაღალი კორელაცია. გარკვეულ გამოწვევებს წარმოადგენს PP და O სკალებს შორის კავშირი.

პერფორმანსის მაჩვენებელთა მიმართება ღებრისასა და თვითშეფასებასთან

უპირველეს ყოვლისა, ერთერთ მნიშვნელოვან შედეგად შეიძლება მივიჩნიოთ მაღალი დადებითი კავშირის არსებობა დებრისასა და პერფექციონიზმის იმ პირველადი (CM, NA, PP, R) და მეორადი (SEP) სკალების მაჩვენებლებს შორის, რომლებიც ე.წ. “უარყოფით პერფექციონიზმს” მიეკუთვნება. ნიშანდობლივია, რომ კეთილგონივრული პერფექციონიზმის არც საბოლოო სკალა (CP), არც მისი შემადგენელი პირველადი სკალები (HSO, O, P, SE) დებრისასთან არ კორელირებს (იხ. ცხრილი №4).

ცხრილი №4

	11. PI	10. SEP	9. CP	1. COM	2. HSO	3. NA	4. O	5. PP	6. P	7. Rum	8. SE
BDI	.274(**)	.302(**)	.023	.262(**)	.108	.198(**)	.019	.249(**)	-.038	.299(**)	-.020
	.000	.000	.755	.000	.145	.008	.799	.001	.612	.000	-.792

** კორელაცია მნიშვნელოვანია 0.01 დონეზე (2-tailed).

ამრიგად, შეიძლება ვივარაუდოთ, რომ პერფექციონიზმის ეს ორი კომპონენტი თვისობრივად განსხვავებული მიმართულებისაა და, შესაბამისად, განსხვავებულ კონფიგურაციას ქმნის ნეგატიურ აფექტებთან. ამ ვარაუდს განამტკიცებს ის შედეგები, რომლებიც ჩვენ მიერ ნაკვლევი სამი ძირითადი ცვლადის ურთიერთკავშირებს შეეხება (იხ. ცხრილი №5). კერძოდ, აღმოჩნდა, რომ:

- გლობალურ პერფექციონიზმსა (PI Composite) და დებრისას შორის მჭიდრო დადებითი კავშირია;
- ძლიერი დადებითი კორელაციაა აგრეთვე გლობალურ პერფექციონიზმსა და თვითშეფასებას შორის (იქიდან გამომდინარე, რომ თვითშეფასების ქულა განისაზღვრება მე-იდეალურის ქულისგან მე-რეალურის ქულის გამოკლებით, თვითშეფასების მაღალი ქულა მიუთითებს ინდივიდის დაბალ თვითშეფასებაზე, დაბალი ქულა კი, პირიქით, მაღალ თვითშეფასებაზე. შემდგომში, როდესაც საუბარი იქნება *თვითშეფასებაზე*, სწორედ ეს სხვაობა იქნება ნაგულისხმევი) ანუ რაც უფრო მაღალია პერფექციონიზმი, მით დიდია განსვლა სასურველ მე-ხატსა და რეალურ მე-ხატს შორის;
- ე.წ. უარყოფითი პერფექციონიზმი (SEP) უარყოფით კავშირშია მე-რეალურის შეფასებასთან (აქ საუბარია არა მე-იდეალურსა და მე-რეალურს შორის განსვლაზე, არამედ მხოლოდ მე-რეალურის შეფასებაზე. შესაბამისად, მაღალი ქულა მიუთითებს მე-ს მაღალ შეფასებაზე და პირიქით) და, საკვებით კანონზომიერად, დადებითად კორელირებს თვითშეფასების მაჩვენებელთან – განსვალსთან მე-იდეალურსა და მე-რეალურს შორის. ცალკე აღსანიშნავია, რომ SEP-ი დადებითად კორელირებს ისეთი სკალების მე-რეალურ და მე-იდეალურ პლანში შეფასებებს შორის სხვაობასთან, როგორებიცაა ბედნიერება (.233**) და ნებისყოფა (.166*). რაც უფრო მაღალია თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის დონე, მით უფრო მცირეა მე-რეალურის,

როგორც ბედნიერისა და ნებისყოფის მქონეს, განცდა მე-იდეალურთან შედარებით;

- არ დასტურდება კეთილგონივრული პერფექციონიზმის (CP) კავშირი მე-იდეალურსა და მე-რეალურს შორის განსვლასთან, ისევე, როგორც მე-რეალურის შეფასებასთან;
- ძლიერი დადებითი კორელაცია არსებობს დეპრესიასა და თვითშეფასებას შორის, ანუ დეპრესიის მაჩვენებლის ზრდასთან ერთად იმატებს სხვაობა მე-იდეალურსა და მე-რეალურს შორის. სავსებით კანონზომიერია ისიც, რომ დეპრესიასა და მე-რეალურის შეფასებას შორის უარყოფითი კავშირი დადასტურდა.
- დეპრესიის მაჩვენებელი დადებით სანდო კავშირშია მე-იდეალურის და მე-რეალურის თვითშეფასების ისეთ სკალებს შორის სხვაობებთან, როგორებიცაა: ჯანმრთელობა, ბედნიერება, გონიერება, ნებისყოფა, ოპტიმიზმი (ყველა ამ შემთხვევაში კორელაცია მნიშვნელოვანია 0.01 დონეზე) (ცხრილი №5).

		BDI	კეთილგონივრული პერფექციონიზმი	თვითშეფასება	მე-რეალური	სხვაობა მე-იდეალურსა და მე-რეალურს შორის
გლობალური პერფექციონიზმი	პირსონის კორელაცია	.274(**)	.618(**)	.979(**)	.082	.203(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.497	.006
კეთილგონივრული პერფექციონიზმი	პირსონის კორელაცია	.023	1	.461(**)	.132	-.032
	Sig. (2-tailed)	.755	.	.000	.082	.669
თვითშეფასება	პირსონის კორელაცია	.302(**)	.461(**)	1	-.182(*)	.237(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.	.017	.002
BDI	პირსონის კორელაცია	1	.023	.302(**)	-.304(**)	.372(**)
	Sig. (2-tailed)	.	.755	.000	.000	.000
მე-რეალური	პირსონის კორელაცია	-.304(**)	.132	-.182(*)	1	-.543(**)
	Sig. (2-tailed)	.000	.082	.017	.	.000

** კორელაცია მნიშვნელოვანია 0.01 დონეზე (2-tailed).

რაც შეეხება ცდისპირთა დემოგრაფიული მაჩვენებლების მიმართებას პერფექციონიზმის გამოხატულებასთან, აღმოჩნდა, რომ ასაკი უარყოფითად კორელირებს როგორც გლობალურ პერფექციონიზმთან (-.200**, Sig. (2-tailed) - .007), ისე SEP-ის მაჩვენებლებთან (-.186* Sig. (2-tailed) - .012). კეთილგონივრულ პერფექციონიზმთან ეს კავშირი სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეს ვერ აღწევს (-.141, Sig. (2-tailed) - .057). ამრიგად, ზოგადად შეიძლება ითქვას, რომ პერფექციონიზმის ტენდენცია და მისი უარყოფითი კომპონენტის გამოხატულება ასაკის მატებასთან ერთად მცირდება.

პერფექციონიზმის ტენდენცია გარკვეულ კავშირშია ცდისპირთა სქესთან. კერძოდ, სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი სხვაობა ქალ და მამაკაც ცდისპირებს შორის მიღებულ იქნა კეთილგონივრული პერფექციონიზმის განზომილებაზე და რამდენიმე პირველად სკალაზე – ქალები უფრო მაღალი მაჩვენებლებით გამოირჩევიან, ვიდრე მამაკაცები; გამონაკლისს წარმოადგენს ერთერთი პირველადი სკალა PP (იხ. ცხრილი №6).

	სქესი	N	საშუალო	სტანდარტული გადახრა	SEM	Sig. (2-tailed)
4. O	მამრობითი	80	3.60	.636	.078	.008
	მდედრობითი	102	3.87	.685	.064	.007
5. PP	მამრობითი	80	3.04	.870	.106	.049
	მდედრობითი	102	2.76	.962	.090	.043
7. R	მამრობითი	80	3.17	1.008	.123	.012
	მდედრობითი	102	3.52	.843	.079	.017
8. SE	მამრობითი	80	3.75	.783	.096	.008
	მდედრობითი	102	4.03	.607	.057	.013
9. CP	მამრობითი	80	13.92	2.184	.267	.029
	მდედრობითი	102	14.59	1.839	.171	.038

შემდგომ ეტაპზე ჩვენ შევეცადეთ მოგვეხდინა მიღებული მონაცემების უფრო ფაქიზი და დეტალური ანალიზი, რაც გულისხმობდა მრავლობითი შედარებისა (Multiple Comparisons) და რეგრესიული ანალიზის ჩატარებას. ამ მიზნით ყველა ძირითადი ცვლადის (დეპრესიის, CP-ის, SEP-ის, PI-ის) ნეგლი მონაცემები დავაჯგუფეთ გამოხატულების ინტენსივობის მიხედვით. კერძოდ, თითოეული ამ ცვლადის მონაცემთა საფუძველზე გამოიყო ოთხ-ოთხი ჯგუფი (ცხადია, ამ დაყოფისას ვცდილობდით შეძლებისდაგვარად დავერდნობოდით კვარტილურ განაწილებას).

(აღნიშვნები: ჯგ – ჯგუფი; ქ – ქულა)

- დეპრესია (BDI): I ჯგ – 0-6 ქ; II ჯგ – 7-10 ქ; III ჯგ – 11-15 ქ; IV ჯგ – 16-40 ქ.
- კეთილგონივრული პერფექციონიზმი (CP): I ჯგ – 8-12 ქ; II ჯგ – 13-14ქ; III ჯგ – 15ქ; IV ჯგ – 16-18 ქ.
- თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი (SEP): I ჯგ – 6-9 ქ; II ჯგ – 10-12ქ; III ჯგ – 13-14ქ; IV ჯგ – 15-20ქ.
- გლობალური პერფექციონიზმი (PI): I ჯგ. – 18-29 ქ; II ჯგ – 30-35ქ; III ჯგ – 36-40ქ; IV ჯგ – 41-50ქ.
- აკადემიური მოსწრება: I 51-70 ქულა; II ჯგ – 71-90 ქ; III ჯგ – 91-100 ქ.

თვითშეფასებისა და ასაკის მიხედვით ცდისპირთა დაყოფა კვლევის მიზნებიდან გამომდინარე ორგვარი იყო, რის შესახებ მოგახსენებთ, როდესაც კონკრეტულად ამ საკითხებს შევეხებით.

რეგრესიული ანალიზის შედეგად, სადაც დეპრესიის მაჩვენებელი (BDI) დამოკიდებული ცვლადი იყო, ხოლო პერფექციონიზმის სამივე სკალა (PI, SEP, CP) – დამოუკიდებელი, აღმოჩნდა, რომ პერფექციონიზმის ეს სკალები ერთობლივად ხსნის დეპრესიის ვარიაციის 13,1%-ს. შედეგის სანდოობაზე მიუთითებს $\text{sig.} = .000$, რაც ნიშნავს, რომ $p < .0005$ ($R^2_{\text{adj}} = .117$, $F = 8,876$, $p = .000$). რაც შეეხება ცალკეული ცვლადების წვლილს, აღმოჩნდა, რომ ყველაზე მეტი წვლილი დეპრესიის ვარიაციაში შეაქვს შეფასებითი პერფექციონიზმს (SEP) (სტანდარტიზებული კოეფიციენტი = .102, ანუ 10,2% , $\text{sig.} = .000$) და შემდეგ გლობალურ პერფექციონიზმს, PI პრედიქტორს (სტანდარტიზებული კოეფიციენტი = .082, ანუ 8,2%, $\text{sig.} = .000$); თითქმის არანაირი წვლილი არ შეაქვს დეპრესიის ვარიაციის წინასწარმეტყველებაში კეთილგონივრულ პერფექციონიზმს (CP, $\text{sig.} = .904$).

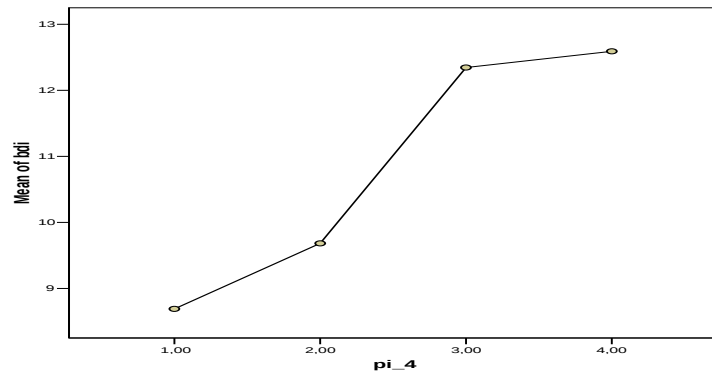
პერფექციონიზმის 8 პირველადი სკალა ხსნის დეპრესიის ვარიაციის 19,2%-ს, რაც საკმაოდ მნიშვნელოვანი მაჩვენებელია; ყველაზე დიდი წვლილი ფაქტორთა მთელ ამ კომპლექსში შეაქვს I სკალას – შეცდომებზე კონცენტრაცია (ხსნის 8, 3%, $F = 16,6$, $\text{sig.} = .000$). ANOVA ანალიზი გვიჩვენებს, რომ მთლიანად ამ მოდელის პრედიქტორული ღირებულება (ყველა პრედიქტორით) სტატისტიკურად მნიშვნელოვანია ($p < 0.0005$). თუ პირველადი სკალების ცალკეულ წვლილს განვიხილავთ იმ კონტექსტში, როდესაც ყველა დანარჩენი პრედიქტორის ეფექტი ან ზედდება მოხსნილია, აღმოვაჩენთ, რომ სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი წვლილი შეაქვს რუმინაციას, რომელიც ხსნის დეპრესიის ვარიაციის 9,12%-ს ($\text{sig.} = .006$) და სრულყოფილებისკენ სწრაფვას, რომელიც ხსნის 7,56%-ს ($\text{sig.} = .002$).

ამრიგად, გლობალური პერფექციონიზმი (PI) ისევე, როგორც მისი ერთერთი კომპონენტი, თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი (SEP), აგრეთვე ცალკეული პირველადი სკალები, დეპრესიის გამოვლენის საკმაოდ სერიოზულ პრედიქტორს წარმოადგენს. მნიშვნელოვანია იმის ხაზგასმაც, რომ პერფექციონიზმის ზოგიერთი ცალკეული ასპექტი (რომლებიც პირველადი სკალების სახით წარმოგვიდგება) სხვებთან ურთიერთქმედების გარეშეც მნიშვნელოვანი ეფექტის მქონეა დეპრესიის აღმოცენება-გასაძლიერებლად.

ამ კონტექსტში ერთერთ საინტერესო საკითხს წარმოადგენს ის, თუ პერფექციონიზმის გამოხატულების რა ხარისხი შესაძლებელია აღმოჩნდეს კავშირში დეპრესიის ამა თუ იმ დონესთან. ამ საკითხის გასარკვევად გამოვიყენეთ one-way ჯგუფთა შორის განსხვავების ანალიზი (Multiple Comparisons, Tukey HSD).

პერფექციონიზმის საბოლოო გამოხატულებასა და დეპრესიის დონეებს შორის მნიშვნელოვანი კავშირია; პერფექციონიზმის დაბალი მაჩვენებლების მქონე ცდისპირთა ჯგუფი (I ჯგ) დეპრესიის გამოხატულებით განსხვავდება პერფექციონიზმის მაღალი დონის მქონე ცდისპირთა ჯგუფებისგან (III და IV ჯგუფები). სხვაობა სტატისტიკურად მნიშვნელოვანია $\text{sig.} = 0.022$ (I და III

ჯგუფები) და $\text{sig.} = .02$ (I და IV ჯგუფები). ჯგუფებს შორის ჰომოგენურობა დაცულია ($\text{sig.} = .427$) ანუ არცერთთან დაკავშირებით sig არ გვაძლევს მნიშვნელოვან სხვაობას. გლობალური პერფექციონიზმის ეფექტი დებრესიის გამოხატულებაზე შემდეგნაირად გამოიყურება:



შეფასებითი პერფექციონიზმის (SEP) დაბალი (I ჯგ) და მაქსიმალური გამოხატულების (IV ჯგ) მქონე ჯგუფები ასევე სტატისტიკურად მნიშვნელოვნად განსხვავდებიან დებრესიის გამოხატულების მიხედვით (I ჯგ – $M=8.44$, $SD=5.32$ და IV ჯგ – $M=13.04$, $SD=6.8$) ანუ, PI-ის მსგავსად, SEP-ი გარკვეულ გავლენას ახდენს დებრესიის ამ თუ იმ ხარისხით გამოხატულებაზე ($F(3,181)=4.662$, $\text{sig.} = .004$). კოპენის კლასიფიკაციით, ეფექტი საშუალო ღონისაა ($\text{eta squared} = .073$).

კეთილგონიერული პერფექციონიზმის გამოხატულების არც ერთ ღონეზე არ გამოვლინდა კავშირი დებრესიის მაჩვენებელთან ($F(3,181) = .382$; $\text{sig.} = .766$).

ამავე დროს, საინტერესოა, რომ დებრესიის ღონე, თავის მხრივ, გავლენას ახდენს როგორც გლობალური პერფექციონიზმის, ისე შეფასებითი პერფექციონიზმის ღონეზე. კერძოდ, დებრესიის მაქსიმალური გამოხატულების მქონე ჯგუფი (IV ჯგ) სტატისტიკურად მნიშვნელოვან ღონეზე განსხვავდება დებრესიის დაბალი ხარისხის მქონე I და II ჯგუფებისგან გლობალური პერფექციონიზმის მაჩვენებლით: IV ჯგუფი – $M=3.03$; $SD=.969$, წინააღმდეგ I – $M=2.18$, $SD=1.09$ და II ჯგუფებისა – $M=2.4$, $SD=1.09$ ($F(3, 181)=4.931$; $\text{sig.} = .003$); ეფექტი საშუალო სიდიდისაა ($\text{eta squared} = .077$). მსგავსი სურათია მიღებული შეფასებითი პერფექციონიზმთან დაკავშირებითაც, ოღონდ ამჯერად პერფექციონიზმის ამ ასპექტით ერთმანეთისგან სტატისტიკურად მნიშვნელოვან ღონეზე განსხვავდება დებრესიის მაქსიმალური და მინიმალური გამოხატულების მქონე ჯგუფები: SEP – I ჯგ. – $M=2.18$, $SD=1.07$; IV ჯგ – $M=3.0$; $SD=1.01$ ($\text{sig.} = .005$; $F(3, 181)=4.482$); ეფექტი საშუალო ღონისაა ($\text{eta squared} = .070$).

დებრესიის ღონე მნიშვნელოვან გავლენას ($p=.05$) ახდენს იმ ოთხივე პირველადი სკალის გამოხატულებაზე, რომლებიც წარმოადგენს თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის ასპექტებს:

1. IV ჯგუფი ($M=3.21$, $SD=.883$) განსხვავდება I ($M=2.60$, $SD=.868$, $\text{sig.} = .003$) და II ($M=2.75$, $SD=.683$, $\text{sig.} = .037$) ჯგუფებისგან შეცდომებზე კონცენტრაციის ასპექტით ($\text{eta squared} = .08$, $F=5$);

2. I ჯგუფი ($M=2.82$, $SD=.909$) განსხვავდება III ($M=3.30$, $SD=.913$, $\text{sig.} = .041$) და IV ($M=3.42$, $SD=.931$; $\text{sig.} = .019$) ჯგუფებისგან დაფასების მოთხოვნილების ასპექტით ($\text{eta squared} = .06$, $F=3.58$);

3. IV ჯგუფი ($M=3.39$, $SD=.960$) ასპექტით – აღქმული ზეწოლა მშობელთა მხრიდან – განსხვავდება დანარჩენი სამი ჯგუფისგან (I ჯგ – $M=2.69$, $SD=.924$, $\text{sig.} = .004$; II ჯგ – $M=2.71$, $SD=.940$, $\text{sig.} = .005$; III ჯგ – $M=2.81$, $SD=.960$, $\text{sig.} = .021$) ($\text{eta squared} = .08$, $F=4.95$);

4. რუმინაციის ასპექტით I ჯგუფი ($M=2.83$, $SD=.880$) განსხვავდება დანარჩენი სამი ჯგუფისგან (II ჯგ – $M=3.48$, $SD=.747$, $\text{sig.} = .002$; III ჯგ – $M=3.56$, $SD=.866$, $\text{sig.} = .000$; IV ჯგ – $M=3.74$, $SD=.988$, $\text{sig.} = .000$) ($\text{eta squared} = .13$, $F=8.98$).

ამ ბოლო შემთხვევაში დებრესიის ზეგავლენის ეფექტი, კოპენის კლასიფიკაციით, მაღალი ხარისხისაა ($\text{eta squared} = .13$, $F=8.98$). დანარჩენ სამ ასპექტთან დაკავშირებით საშუალო სიდიდის ეფექტია მიღებული.

აღსანიშნავია ისიც, რომ დეპრესიას გარკვეული პროგნოსტული მნიშვნელობა აქვს გენერალური პერფექციონიზმისა და მისი ერთერთი კომპონენტის – თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის ცვალებადობაში. დეპრესია ხსნის გლობალური პერფექციონიზმის ვარიაბელობის 6,3%-სა ($\text{sig}=.001$ $F(1,181) = 12,08$) და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის ვარიაბელობის 5,8%-ს ($\text{sig}=.001$ $F(1,181) = 12,1$).

თვითშეფასებასა და პერფექციონიზმს შორის ურთიერთმიმართება

თვითშეფასების ქულათა დიაპაზონი საკმაოდ დიდი იყო და მოიცავდა განაწილებას უარყოფითიდან დიდი რიცხვებით დაწყებული დამთავრებული დადებითიდან დიდი რიცხვებით. ამ გარემოების გათვალისწინებით, უფრო დიფერენცირებული სურათის მისაღებად ცდისპირები მათი ქულების მიხედვით დაყავით როგორც 7 (I ჯგ: -65-დან -29 ქულამდე; II ჯგ: -28-დან -1 ქულამდე; III ჯგ: 0-დან 18 ქულამდე; IV ჯგ: 19-დან 51 ქულამდე; V ჯგ: 52-დან 100 ქულამდე; VI ჯგ: 101-დან 150 ქულამდე; VII ჯგ: 151-დან 565 ქულამდე), ასევე 6 ჯგუფად (I ჯგ: -65-დან -1 ქულამდე; II ჯგ: 0-დან 18 ქულამდე; III ჯგ: 19-დან 51 ქულამდე; IV ჯგ: 52-დან 100 ქულამდე; V ჯგ: 101-დან 150 ქულამდე; VI ჯგ: 151-დან 565 ქულამდე).

საგულისხმოა, რომ პერფექციონიზმი არ ახდენს გავლენას თვითშეფასების დონეზე ანუ როგორც გლობალური პერფექციონიზმი, ისე მისი შემადგენელი კომპონენტები (SEP, CP), არ ახდენს გავლენას თვითშეფასების არც ცალკეულ სკალებზე და არც მის ჯამურ ქულაზე. ერთობლივად გლობალური და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი ხსნის თვითშეფასების ვარიაციის მხოლოდ 3,2%-ს ($F(2,181)=3.005$) და სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეს ვერ აღწევს ($\text{Sig} = .052$). ერთადერთ გამონაკლისს წარმოადგენს კეთილგონიერული პერფექციონიზმის (CP) გავლენა ჯანმრთელობის შეფასებაზე. ამ სკალაზე ყველაზე მაღალი მაჩვენებლების მქონე ჯგუფი (IV ჯგ) ჯანმრთელობის შეფასებით სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეზე განსხვავდება II ჯგუფისგან. ცდისპირები კეთილგონიერული პერფექციონიზმის მაქსიმალური გამოხატულებით ნაკლებად არიან უკმაყოფილონი თავიანთი ჯანმრთელობით, ვიდრე II ჯგუფის წარმომადგენლები (იხ. ცხრილი №7).

ჯანმრთელობა	(I) cp_4	(J) cp_4	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
	4.00	2.00	-8.528(*)	2.955	.023

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე

თავის მხრივ, კეთილგონიერული პერფექციონიზმიც განიცდის თვითშეფასების გავლენას. იმის გასარკვევად, განსხვავდება თუ არა პერფექციონიზმის რაიმე ასპექტით საკუთარი თავით ზედმეტად კმაყოფილი ცდისპირების ჯგუფი დანარჩენებისგან, თვითშეფასების მიხედვით გამოყავით ცდისპირთა 7 ჯგუფი. აღმოჩნდა, რომ I ჯგუფის ცდისპირები, ანუ ისინი, ვისი რეალური მე იდეალურ მე-ს მნიშვნელოვნად აღემატებოდა, სხვა ჯგუფებთან შედარებით კეთილგონიერული პერფექციონიზმის (CP) უფრო დაბალი მაჩვენებლით ($M=12,65$, $SD=2,6$) გამოირჩევიან. ეს განსხვავება სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეს აღწევს III ჯგუფში გაერთიანებულ ცპ-ებთან ($M=15,33$, $SD=1,6$; $\text{sig}=.008$, $F=2,6$) მიმართებაში (იხ. ცხრილი №8), რომლებთანაც სხვაობა რეალურ და იდეალურ მე-შეფასებებს შორის ზომიერადაა გამოხატული მე-იდეალურის სასარგებლოდ, რაც, შეიძლება ითქვას, თვითშეფასების ოპტიმალურ დონეს წარმოადგენს. ევექტი საშუალოზე ოდნავ მაღალი დონისაა ($\text{eta squared}=.08$).

ცხრილი №8

დამოკიდებული ცვლადი: კეთილგონიერული პერფექციონიზმი (CP)

სხვაობა7(I)	სხვაობა7(J)	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
3.00	1.00	2.674(*)	.746	.008

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

დისპერსიულმა ანალიზმა გვიჩვენა აგრეთვე თვითშეფასების გავლენა როგორც თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის (SEP), ისე გლობალური პერფექციონიზმის (PI) სიდიდეზე. ამჯერად I ჯგუფში გაერთიანდა ყველა ის ცდისპირი, რომელთა რეალური მე-შეფასება აღემატებოდა იდეალურს. შესაბამისად, თვითშეფასების მიხედვით გამოიყო 6 ჯგუფი. საშუალოებს შორის განსხვავება საკმაოდ გამოხატული აღმოჩნდა. ეფექტი საშუალო სიდიდისაა: eta squared (SEP) =.06, ხოლო (PI) = .05. თვითშეფასებაში ყველაზე დიდი სხვაობის მქონე ჯგუფის (VI ჯგ) SEP-ისა და PI-ის საშუალო მაჩვენებლები ($M=13,46$, $SD=3,1$ და $M=37,86$, $SD=6,77$, შესაბამისად) მნიშვნელოვნად აღემატება I ჯგუფის შესაბამის მაჩვენებლებს ($M=10,7$, $SD=3,25$ sig=.017 და $M=31,65$, $SD=7,86$ sig=.022). (იხ. ცხრილი №9)

ცხრილი №9

დამოკიდებული ცვლადები	I სხვაობა-6	J სხვაობა-6	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
10. თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი	1.00	6.00	-2.769*	.851	.017
11. გლობალური პერფექციონიზმი	1.00	6.00	-6.205*	1.957	.022

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე

აგრეთვე აღმოჩნდა, რომ თვითშეფასება, როგორც პრედიქტორი, ხსნის გლობალური პერფექციონიზმის 3,2%-სა ($F(1,181)=5.895$, Sig. F Change=.016) და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის 3,0%-ს ($F(1,181)=5.653$; sig = .018). ცხადია, თვითშეფასების წვლილი ამ ორი სახის პერფექციონიზმის ცვალებადობაში არაა ძალზე გამოხატული, თუმცა, მას მაინც გააჩნია გარკვეული პროგნოსტული მნიშვნელობა, რასაც ადასტურებს მიღებული შედეგის სანდოობა. კეთილგონიერულ პერფექციონიზმზე მისი გავლენა ამ შემთხვევაშიც არ დასტურდება.

პერფექციონიზმის პირველად სკალებსა და თვითშეფასებას შორის კავშირები

რაც შეეხება თვითშეფასების გავლენას პერფექციონიზმის პირველად სკალებზე, აღმოჩნდა, რომ იმ ცდისპირებს, რომელთა რეალური თვითშეფასება იდეალურზე მეტია, ნაკლებად აქვთ გამოხატული შეცდომებზე კონცენტრაციისა (COM – $M=2,5$, $SD=.887$; sig=.026, eta squared=.06) და რუმინაციის (R – $M=2,9$, $SD=1,0$, eta squared=.06) ტენდენციები, ვიდრე დანარჩენი ჯგუფების წარმომადგენლებს (რომლებთანაც იდეალური მე-შეფასება სხვადასხვა ხარისხით უფრო მაღალია, ვიდრე რეალური მე-შეფასება), თუმცა სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეს აღწევს ცპ-თა იმ ჯგუფთან (მე-6 ჯგ., COM: $M=3,2$, $SD=.696$; sig=.026, eta squared=.06; Rumination: $M=3,7$, $SD=1,0$ sig=.026, eta squared=.06), რომელთაც ეს სხვაობა მაქსიმალურად აქვთ გამოხატული (იხ. ცხრილი №10).

ცხრილი №10

დამოკიდებული ცვლადები	(I) სხვაობა-6	(J) სხვაობა-6	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
1. შეცდომებზე კონცენტრაცია	1.00	6.00	-.710(*)	.228	.026
7. რუმინაცია	1.00	6.00	-.817(*)	.263	.026

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე

პერფექციონიზმის კავშირი აკადემიურ მოსწრებასთან

დისპერსიულმა ანალიზმა გვიჩვენა კეთილგონიერული პერფექციონიზმის (CP) გავლენა აკადემიურ მოსწრებაზე (იხ. ცხრილი №11): მათ, ვისაც რეფექციონიზმის ეს განზომილება მაქსიმალურად აქვთ გამოხატული (IV ჯგ, 16-18 კ.), უფრო მაღალი აკადემიური მოსწრება აქვთ ($M=76,1$; $SD=15,9$), ვიდრე CP-ს განსხვავებული დონის მქონე ცპ-ებს, თუმცა ეს სხვაობა სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეს აღწევს კეთილგონიერული პერფექციონიზმის შედარებით დაბალი გამოხატულების მქონე ჯგუფთან (13-14 ქულა) მიმართებაში. II ჯგუფის წარმომადგენლებს

მოსწრების ყველაზე დაბალი საშუალო ქულა აქვთ (67.1; SD=16.9). ეფექტი საშუალო სიდიდისაა, eta squared (CP)=.05.

ცხრილი №11

(I) cp-4	(J) cp-4	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
2.00	4.00	-9.01037(*)	3.18849	.027

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

თვითშეფასების ურთიერთმიმართება ღებრესიასთან

დისპერსიულმა ანალიზმა გვიჩვენა თვითშეფასების მნიშვნელოვანი გავლენა ღებრესიის მაჩვენებელზე. VI ჯგუფის წარმომადგენლები, რომლებთან მე-იდეალურსა და მე-რეალურს შორის ყველაზე დიდი სხვაობა გამოვლინდა, სტატისტიკურად მნიშვნელოვან დონეზე განსხვავდებიან I, II, III, IV და V ჯგუფებში გაერთიანებული ცპ-ებისგან ღებრესიის მაჩვენებლით (იხ. ცხრილი №12). მათთან ღებრესიის ყველაზე მაღალი მაჩვენებელი გამოვლინდა ($df=5$; $F=7.06$; $Mean\ Square=242.97$; $sig=.000$). საშუალოებს შორის სხვაობა საკმაოდ გამოხატულია; ეფექტის სიდიდე, ანუ eta squared =.17, რაც კოჰენის კლასიფიკაციით ძალზე მაღალი სიდიდის ეფექტად მიიჩნევა.

ცხრილი №12

დამოკიდებული ცვლადი: ღებრესიის ქულა

(I) სპარობა-6	(J) სპარობა-6	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
6.00	1.00	6.615(*)	1.709	.002
	2.00	7.813(*)	1.658	.000
	3.00	6.860(*)	1.544	.000
	4.00	6.566(*)	1.336	.000
	5.00	4.315(*)	1.467	.042

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

თავის მხრივ, ღებრესია გავლენას ახდენს თვითშეფასების დონეზე: ღებრესიის ყველაზე მცირე მაჩვენებლების მქონე ჯგუფის (I ჯგ) წარმომადგენლები სტატისტიკურად მნიშვნელოვნად განსხვავდებიან თვითშეფასების ჯამური მაჩვენებლით ($M=38.69$, $SD=61.01$) ღებრესიის უფრო მაღალი მაჩვენებლების მქონე ცდისპირთა შესაბამისი მაჩვენებლებისგან (მე-3 – $M=102.08$, $SD=92.01$, $sig=.001$; მე-4 – $M=119.22$, $SD=95.4$, $sig=.000$). ამ უკანასკნელებთან სხვაობა იდეალურ და რეალურ მე-შეფასებებს შორის გაცილებით უფრო დიდია, ვიდრე მინიმალური დონის მქონე ცდისპირებთან (იხ. ცხრილი №13). ეფექტის სიდიდე (eta squared =.13) მაღალია.

დამოკიდებული ცვლადი: იდეალურ და რეალურ მე-შეფასებებს შორის ჯამური სხვაობა
ცხრილი №13

(I) ღებრესია	(J) ღებრესია	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
1,00	2,00	-36,51111	16,00884	,106
	3,00	-63,38658(*)	15,79276	,001
	4,00	-80,51699(*)	17,70342	,000

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

ასახსა და პერფორმაციონიზმს შორის ურთიერთმიმართება

აღნიშნული საკითხის გარკვევა ნაწილობრივ მაინც უპასუხებს კითხვას, არის თუ არა პერფორმაციონიზმი სტაბილური, დროში უცვლელი პიროვნული ნიშანი.

კვლევის მიზნებიდან გამომდინარე, ცდისპირები დაყვავით 3 (I ჯგ – 15-17 წელი, II ჯგ – 18-19 წელი, III ჯგ. 20-24 წელი) და 4 (I ჯგ – 13-17 წელი; II ჯგ – 18 წელი; III ჯგ – 19-20 წელი; IV ჯგ – 21-25 წელი) ასაკობრივ ჯგუფად.

One-way ჯგუფთა შორის განსხვავების ანალიზმა გვიჩვენა ასაკის გავლენა გლობალურ პერფექციონიზმზე (იხ. ცხრილი №14) და მის ერთერთ მეორად სკალაზე – თვითშეფასებით პერფექციონიზმზე. ცდისპირები დაყოფილნი იყვნენ ოთხ ჯგუფად. I (13-17 წ) ასაკობრივი ჯგუფის წარმომადგენლებთან SEP-ისა და პერფექციონიზმის საბოლოო მაჩვენებლები სტატისტიკურად მნიშვნელოვნად განსხვავდება II (18 წ) და IV (21-25 წ) ასაკობრივი ჯგუფების წარმომადგენელთა შესაბამისი მაჩვენებლებისაგან. I ასაკობრივი ჯგუფის SEP-ისა და PI-ის საშუალო მაჩვენებლები ($M=14.04$, $SD=3.09$; $M=39.23$, $SD=6.48$) აღემატება II (SEP $-M=11.93$, $SD=3.19$; PI $-M=34.80$, $SD=7.28$) და IV ასაკობრივი ჯგუფებისას (SEP $-M=11.40$, $SD=2.65$; PI $-M=33.2$, $SD=6.08$). ეფექტის სიდიდე, eta squared .08 და .075 ტოლია, რაც კოჰენის კლასიფიკაციით საშუალო სიდიდის ეფექტად მიიჩნევა. სტატისტიკურად მნიშვნელოვანი სხვაობა არ გამოვლინდა მხოლოდ III ჯგუფის ცდისპირებთან მიმართებაში, თუმცა, ამ უკანასკნელთა მაჩვენებლები სანდოდ არ განსხვავდება დანარჩენი ორი ჯგუფის მაჩვენებლებისგანაც. ასაკმა არ იქონია გავლენა მხოლოდ CP სკალის მაჩვენებლებზე.

ცხრილი №14

დამოკიდებული ცვლადი	(I) ასაკი-4	(J) ასაკი-4	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
10. თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი	1.00	2.00	2.115(*)	.698	.015
		3.00	1.268	.730	.308
		4.00	2.638(*)	.735	.002
11. გლობალური პერფექციონიზმი	1.00	2.00	4.428(*)	1.603	.032
		3.00	2.816	1.675	.337
		4.00	6.038(*)	1.687	.002

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

დაახლოებით იმავე სურათს მივიღებთ, თუ ცდისპირებს 3 ჯგუფად დავყოფთ. კეთილგონივრული პერფექციონიზმის მიხედვით სხვადასხვა ასაკის ცდისპირები ერთმანეთისგან არ განსხვავდებიან.

გლობალური პერფექციონიზმისა (PI) და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის (SEP) მიხედვით მნიშვნელოვანი სხვაობა აღინიშნება I და II, I და III ჯგუფების შესაბამის მაჩვენებლებს შორის (იხ. ცხრილები №15 და №16) ანუ უმცროსი ასაკობრივი ჯგუფის წარმომადგენლებს გამოარჩევს გაცილებით უფრო გამოკვეთილი პერფექციონისტული ტენდენციები.

ცხრილი №15. დამოკიდებული ცვლადი: 10. თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი

(I) ასაკი-3	(J) ასაკი-3	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
1.00	2.00	1.912(*)	.683	.016
	3.00	2.129(*)	.697	.007
2.00	1.00	-1.912(*)	.683	.016
	3.00	.218	.464	.886
3.00	1.00	-2.129(*)	.697	.007
	2.00	-.218	.464	.886

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

ცხრილი №16. დამოკიდებული ცვლადი: 11. გლობალური პერფექციონიზმი

(I) ასაკი-3	(J) ასაკი-3	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
1.00	2.00	3.976(*)	1.565	.032
	3.00	4.928(*)	1.599	.007
2.00	1.00	-3.976(*)	1.565	.032
	3.00	.951	1.063	.645
3.00	1.00	-4.928(*)	1.599	.007
	2.00	-.951	1.063	.645

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

ამრიგად, შეიძლება ითქვას, რომ პერვექციონიზმი ერთნაირი ინტენსივობით არ ვლინდება ყველა ასაკში; განსაკუთრებული ძალით ის თავს იჩენს სკოლის ასაკში (ჩვენი მონაცემებით, უფროს სასკოლო ასაკში) და შემდგომ, ასაკისა თუ გარემოებათა ცვლილების კვალდაკვალ, ნაკლებად ინტენსიური ხდება.

ახასია ლა პირველად სკალებს შორის მიმართება

გამოყოფილია 3 ასაკობრივი ჯგუფი (ჰომოგენურობა დაცულია):

- I ჯგუფი ($M=3,31$, $SD=.732$) განსხვავდება II ($M=2,85$, $SD=.846$) და III ($M=2,76$, $SD=.707$) ჯგუფებისგან საკუთარ შეცდომებზე კონცენტრაციის ასპექტით; პირველებთან ეს მაჩვენებელი უფრო მაღალია ($\eta^2=.05$, $F=4,4$), ეფექტი საშუალო სიდიდისაა;
- I ჯგუფი ($M=3,70$, $SD=.907$) მნიშვნელოვან დონეზე განსხვავდება II ($M=2,79$, $SD=.948$) და III ჯგუფებისგან ($M=2,68$, $SD=.796$) მშობლებისგან მომდინარე ზეწოლის პარამეტრით; ეს მაჩვენებელი მათთან გაცილებით მაღალია; ეფექტი საკმაოდ დიდია ($\eta^2=.12$, $F=11,97$);
- III ჯგუფი ($M=3,62$, $SD=.707$) განსხვავდება II ჯგუფისგან ($M=3,90$, $SD=.648$) ორგანიზებულობის ასპექტით – ამ ჯგუფის წარმომადგენლებთან ეს მაჩვენებელი უფრო დაბალია. ეფექტი საშუალოზე უფრო დაბალი სიდიდისაა ($\eta^2=.04$, $F=3,44$). (იხ. ცხრილი №17).

ცხრილი №17

დამოკიდებული ცვლადები	(I) ასაკი-3	(J) ასაკი-3	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
1. შენლომეზი კონსენზუალი	1.00	2.00	.459(*)	.183	.034
		3.00	.548(*)	.187	.011
4. ორგანიზებულობა	3.00	1.00	-.165	.160	.562
		2.00	-.280(*)	.107	.026
5. აღქმული გეგმა მშობლების მხრიდან	1.00	2.00	.905(*)	.208	.000
		3.00	1.013(*)	.212	.000

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

ოთხი ასაკობრივი ჯგუფის გამოყოფისას მივიღეთ შემდეგი სურათი (ჰომოგენურობა დაცულია):

- I ჯგ ($M=3,31$, $SD=.732$) განსხვავდება II ($M=2,81$, $SD=.835$) და IV ($M=2,64$, $SD=.756$) ჯგუფებისგან საკუთარ შეცდომებზე კონცენტრაციის პარამეტრით, პირველებთან ეს მაჩვენებელი უფრო მაღალია. ეფექტი საშუალო სიდიდისაა ($\eta^2=.07$, $F=4,21$);
- I ჯგ ($M=3,70$, $SD=.907$) მნიშვნელოვან დონეზე განსხვავდება II ($M=2,68$, $SD=.928$), III ($M=2,88$, $SD=.851$) და IV ($M=2,68$, $SD=.846$) ჯგუფებისგან მშობლების მხრიდან მომდინარე ზეწოლის პარამეტრით – ეს მაჩვენებელი მათთან უფრო მაღალია. ეფექტი საკმაოდ მაღალია ($\eta^2=.12$, $F=8,38$);
- I ჯგ ($M=3,71$, $SD=.915$) მნიშვნელოვან დონეზე განსხვავდება IV ჯგუფისგან ($M=3,11$, $SD=.822$) რუმინაციის პარამეტრით – ეს მაჩვენებელი მათთან უფრო მაღალია. ეფექტი საშუალო სიდიდისაა ($\eta^2=.05$, $F=3,03$). (იხ. ცხრილი №18)

დამოკიდებული ცვლადები	(I) ასაკი-4	(J) ასაკი-4	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
1. შენლომეზი კონსენზუალი	1.00	2.00	.502(*)	.188	.040
		4.00	.666(*)	.198	.005
5. აღქმული გეგმა მშობლების მხრიდან	1.00	2.00	1.013(*)	.215	.000
		3.00	.813(*)	.224	.002
		4.00	1.019(*)	.226	.000
7. რუმინაცია	1.00	4.00	.606(*)	.231	.047

* საშუალოებს შორის სხვაობა მნიშვნელოვანია .05 დონეზე.

ახასია ლა თვითშეფასების მიმართება

დისპერსიული ანალიზის შედეგად გაირკვა, რომ თვითშეფასება (ანუ სხვაობა იდეალური და რეალური მე-შეფასებებს შორის) არ არის კავშირში ასაკის დინამიკასთან.

- შეიქმნა პერფექციონიზმის გასაზომი ორიგინალური ინსტრუმენტის ქართული ვერსია, რომლის ფსიქომეტრული მახასიათებლები სავსებით აკმაყოფილებს პიროვნული კითხვარებისადმი წაყენებულ ძირითად მოთხოვნებს. მიუხედავად ამისა, ინსტრუმენტი სამუშაო ვერსიად უნდა მივიჩნიოთ, რადგან მას ჯერ არ გაუვლია სრული რესტანდარტიზაციის პროცედურა, რაც, უპირველეს ყოვლისა, გულისხმობს ქართული პოპულაციისთვის შესაბამისი ნორმების დადგენას;
 - გლობალური პერფექციონიზმი ორ ძირითად კომპონენტს შეიცავს, რომელთაგან თითოეული მჭიდრო დადებით კავშირშია როგორც თავად გლობალურ პერფექციონიზმთან, ასევე ერთმანეთთან. ეს მიუთითებს მათი ბუნების მსგავსებაზე. ამ ორი კომპონენტის ურთიერთმიმართება სხვა რელევანტურ ფაქტორებთან, მათი მსგავსების მიუხედავად, განსხვავებულ კონფიგურაციებს ქმნის. საგულისხმოა, რომ გლობალური და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი მოქმედების იდენტურ ხასიათს ავლენს, კეთილგონივრული პერფექციონიზმი კი განსხვავებული ტენდენციებით გამოირჩევა;
 - გლობალური პერფექციონიზმი და მისი ე.წ. უარყოფითი კომპონენტი, როგორც წესი, დადებითად კორელირებს უარყოფითი მიმართულების მოვლენებთან – დეპრესიასთან და მე-იდეალურისა და მე-რეალურის თვითშეფასებებს შორის განსვლასთან. მათ აგრეთვე მნიშვნელოვანი წვლილი შეაქვთ დეპრესიის ცვალებადობის ხარისხში და დეპრესიის მატების ერთგვარ პრედიქტორებად წარმოგვიდგებიან. მნიშვნელოვანია, რომ საკმაოდ სერიოზული წინასწარმეტყველების ძალა აქვთ აგრეთვე თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის შემადგენელ ცალკეულ სკალებსაც, რომელთა შორის განსაკუთრებით გამოირჩევა რუმინაციის ასპექტი. თავის მხრივ, დეპრესიაც ახდენს გავლენას გლობალური და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის გამოხატულებაზე და იწვევს მათ მატებას. ამრიგად, შეიძლება ითქვას, რომ დეპრესია და პერფექციონიზმი ურთიერთგანმაპირობებელი მოვლენებია;
 - კეთილგონივრულ პერფექციონიზმს არ შეაქვს რაიმე წვლილი უარყოფითი აფექტების (კერძოდ, დეპრესიის ან ან მე-რეალურსა და მე-იდეალურს შორის განსვლის) გაძლიერებაში. მეტიც, თვითშეფასების კონტექსტში ის, გარკვეული აზრით, დადებით როლს ასრულებს – ძლიერ გამოხატული კეთილგონივრული პერფექციონიზმის მქონე ცდისპირები უფრო კმაყოფილნი არიან თავიანთი ჯანმრთელობით, ვიდრე ისინი, ვისაც ამ სახის პერფექციონიზმი ნაკლებად ახასიათებს; ცდისპირები ოპტიმალური დონის თვითშეფასებით (ანუ ისინი, ვისი მე-იდეალურის შეფასება ზომიერად აღემატება მე-რეალურის შეფასებას, რაც მასტიმულირებელ როლს უნდა ასრულებდეს მათ წინსვლაში) გამოირჩევიან კეთილგონივრული პერფექციონიზმის უფრო მაღალი დონით, ვიდრე თავიანთი მე-რეალურით ზედმეტად კმაყოფილი ინდივიდები; კეთილგონივრული პერფექციონიზმი დადებით გავლენას ახდენს აკადემიურ მოსწრებაზე – მაქსიმალურად გამოხატული CP-ის მქონე ცდისპირები უფრო მაღალი აკადემიური მოსწრებით გამოირჩევიან, ვიდრე ისინი, ვასაც ამ სახის პერფექციონისტული ტენდენცია ნაკლებად ახასიათებთ;
 - გლობალური და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის ინტენსივობა განსაკუთრებული მაღალია უფროსი მოზარდობის პერიოდში და შემდგომ, ასაკის მატებასთან ერთად მცირდება;
 - კეთილგონივრული პერფექციონიზმის ინტენსივობა არ განიცდის რაიმე არსებით ცვლილებას ასაკის მატებასთან ერთად და პიროვნების სტაბილურ ტენდენციად თუ თვისებად წარმოიჩინდება;
- თვითშეფასების დონე საკმაოდ მნიშვნელოვან ფაქტორს წარმოადგენს დეპრესიასა და პერფექციონიზმთან მიმართებაში:
- მიუხედავად პერფექციონიზმის კორელაციისა მე-იდეალურისა და მე-რეალურის შეფასებებს შორის სხვაობასთან, პერფექციონიზმი არ ახდენს გავლენას ამ უკანასკნელზე და არც მისი ინტენსივობის პროგნოზირება შეუძლია. თუმცა, თავად თვითშეფასება ახდენს გავლენას

როგორც გლობალურ, ასევე თვითშეფასებით პერფექციონიზმზე და, ამავე დროს, მათ მიმართ პროგნოსტული ღირებულებაც აქვს;

- მე-იდეალურისა და მე-რეალურის შეფასებებს შორის განსვლის მატება ძლიერ გავლენას ახდენს დეპრესიის დონეზე: მაქსიმალურად დაბალი თვითშეფასების მქონე ცდისპირები უფრო მაღალი დონის დეპრესიით გამოირჩევიან, ვიდრე ისინი, ვისაც შედარებით მაღალი თვითშეფასება აქვთ; თავის მხრივ, დეპრესიაც ახდენს გავლენას თვითშეფასებაზე: მაღალი ხარისხის დეპრესიის მქონე ცდისპირებს გაცილებით უფრო დაბალი თვითშეფასება აქვთ, ვიდრე მათ, ვინც დეპრესიის მინიმალური გამოხატულებით გამოირჩევა; ამრიგად, შეიძლება ითქვას, რომ ეს ორი ფენომენი ურთიერთგანმაპირობებელი მოვლენებია.

დისკუსია

ჩვენი კვლევის შედეგად მიღებული მონაცემებით დასტურდება ლიტერატურაში განხილული პერფექციონიზმის ორი სხვადასხვა განზომილების არსებობა: იმდენად, რამდენადაც თვითშეფასებითი პერფექციონიზმი დადებით კავშირში აღმოჩნდა დეპრესიასთან, ხოლო კეთილგონიერი პერფექციონიზმის მაქსიმალური გამოხატულების მქონე ინდივიდები გამოირჩევიან მაღალი აკადემიური მოსწრებით, შეგვიძლია ვივარაუდოთ, რომ უარყოფითი პერფექციონიზმის გვერდით, რომელიც ნეგატიური აფექტებისკენ მიდრეკილებას იწვევს, არსებობს დადებითი პერფექციონიზმი, რომელიც მამოძრავებელ ძალად და მიღწევის მოტივატორად უნდა განვიხილოთ. პერფექციონიზმის ეს ორგვარი ბუნება, უფრო სწორად კი ორი განსხვავებული მხარე, აუცილებლად უნდა იყოს გათვალისწინებული პერფექციონისტული ტენდენციებით გამოწვეულ პრობლემებზე მუშაობისას.

ამავე დროს, გასათვალისწინებელია ის გარემოება, რომ თვითშეფასებით პერფექციონიზმთან ერთად გლობალური პერფექციონიზმიც გვევლინება დეპრესიის პრედიქტორად და მისი ინტენსივობის ზრდის ერთერთ ფაქტორად. ვინაიდან გლობალური პერფექციონიზმის ინტენსივობას თანაბრად განსაზღვრავს მასში შემავალი მეორადი ფაქტორების (CP და SEP) სიძლიერე, სავარაუდოა, რომ ხშირ შემთხვევებში პერფექციონიზმის უარყოფით და არა დადებით გამოვლინებასთან გვექნება საქმე. ამას ემატება ისიც, რომ, თავის მხრივ, დეპრესიაც იწვევს პერფექციონისტული ტენდენციების გაძლიერებას.

გარდა ამისა, მნიშვნელოვანი აღმოჩნდა თვითშეფასების კავშირი აღნიშნულ ცვლადებთან. მე-იდეალურისა და მე-რეალურის შეფასებებს შორის სხვაობა დადებით კავშირში აღმოჩნდა დეპრესიასთან. ცნობილია, რომ რეალურ მე-სა და იდეალურ მე-ს შორის უნდა არსებობდეს გარკვეული, ზომიერი ხარისხის სხვაობა, რათა ადამიანს ჰქონდეს უფრო მეტის მიღწევის, უკეთესი მე-სკენ სწრაფვის სურვილი. მაგრამ თუ ეს სხვაობა ძალზე დიდია ანუ იდეალი შორდება რეალობას, ეს უფრო ფრუსტრაციის, უკანდახევის წყაროდ იქცევა. სწორედ ამ შემთხვევაში საუბრობენ დაბალ თვითშეფასებაზე.

უარყოფითი პერფექციონიზმის მაღალი ქულების მქონე ინდივიდები გამოირჩევიან დაბალი თვითშეფასებით, რაც საბაბს გვაძლევს ვივარაუდოთ, რომ უარყოფითი პერფექციონიზმის მქონე ინდივიდების მიდრეკილებას ნეგატიური აფექტებისაკენ, ნაწილობრივ მაინც, მათი დაბალი თვითშეფასება განაპირობებს. ამის დასტურად გამოგვადგება ჩვენ მიერ მიღებული შედეგები, რომელთა თანახმად დაბალი თვითშეფასება გავლენას ახდენს როგორც გლობალური, ისე უარყოფითი პერფექციონიზმის ზრდაზე. თავად პერფექციონიზმი არ ახდენს უკუგავლენას თვითშეფასებაზე. სამაგიეროდ, დეპრესია და დაბალი თვითშეფასება ურთიერთგანმაპირობებელ ფაქტორებს წარმოადგენს. ამრიგად, თვითშეფასება შესაძლოა ერთგვარ გამაშუალებელ როლს ასრულებს დეპრესიასა და პერფექციონიზმს შორის მიმართებაში. ეს მეტად საინტერესო საკითხი, ჩვენი აზრით, შემდგომ კვლევას საჭიროებს.

ასევე, ერთერთ მნიშვნელოვან შედეგად შეიძლება მივიჩნიოთ პერფექციონიზმის, უფრო ზუსტად, გლობალური და თვითშეფასებითი პერფექციონიზმის ინტენსივობის შემცირება ასაკთან ერთად. ანუ, შეიძლება ითქვას, რომ ეს არაა მყარი პიროვნული ნიშანი, რომელიც თანაბარი ძალით ვლინდება ადამიანის ცხოვრების ნებისმიერ პერიოდში. სავარაუდოა, რომ უარყოფით აფექტებთან

დაკავშირებული პერფექციონიზმის მაქსიმალური გამოვლენა უკავშირდება გარკვეულ, კრიტიკული ხასიათის მოვლენებსა და პრობლემებს, რომელთა ამა თუ იმ ხარისხით მოგვარების შედეგად მისი ინტენსივობა შემცირდება. ამგვარი პრობლემების წარმომშობ პერიოდს ახალგაზრდებთან წარმოადგენს უფროსი სასკოლო ასაკი, როდესაც ისინი მრავალი გამოწვევის წინაშე დგანან. აღნიშნული კი საფუძველს გვაძლევს ვიფიქროთ, რომ პერფექციონიზმი ის პიროვნული ნიშანი თუ ტენდენციაა, რომლის უარყოფითი შედეგების გარკვეული ხარისხით შემცირება (უკეთეს შემთხვევაში კი ნიველირება) შესაძლებელია სწორად შერჩეული საკონსულტაციო ან თერაპიული ჩარევის შედეგად.

ლიტერატურა

1. არუთიუნოვი ბ., გრიგოლავა ა. (1999) *ბეკის დეპრესიის გასაზომი სკალის ადაპტაცია*. ვლ. ნორაკიძის დაბადებიდან 90 წლისთავისადმი მიძღვნილი საიუბილეო-სამეცნიერო კონფერენციის თეზისები. თბილისი.
2. იმედაძე, ი. (2004). *XX საუკუნის ძირითადი მიმდინარეობები*. თბილისი: გამომცემლობა “ენა და კულტურა”.
3. Гаранян, Н.Г. *Перфекционизм и психические расстройства*. Московский НИИ психиатрии Росздрава.
4. Beck, A. T., Steer, R.A., Garbin, M. G., (1988) *Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation*. Clinical Psychology Review.
5. Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2006). Behavior Modification. *Positive Versus Negative Perfectionism in Psychopathology. A Comment on Slade and Owens's Dual Process Model*. მოძიებულია 19 ოქტომბერი, 2008, <http://bmo.sagepub.com>.
6. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). *The dimensions of perfectionism*. Cognitive Therapy and Research.
7. Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., Kennedy, C. (2004). *A New Measure of Perfectionism: The Perfectionism Inventory*. Journal of Personality Assessment.
8. Lundh, L.G. Saboonchi, F. Wangby, M. (2007). *The Role of Personal Standards in Clinically Significant clinically significant Perfectionism. A Person-Oriented Approach to Study of Patterns of Perfectionism*. მოძიებულია 16 ივლისი, 2008. <http://www.who.int/hinari/en>.
9. Psychotherapy Resources. (May, 2008). *Karen Horney: Theory of Neurosis*. მოძიებულია 17 ივლისი, 2008. <http://www.psychotherapy.ro>.
10. Rice, Kenneth G. ; Preusser, Karen J. (Jan, 2002). Goliath. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. მოძიებულია 17 ივლისი, 2008. <http://goliath.ecnext.com>.
11. The Free Dictionary. (2008). *Perfectionism*. მოძიებულია 18 ივლისი, 2008. <http://www.thefreedictionary.com>.
12. Wikipedia. (Jule, 2008). *Perfection*. მოძიებულია 18 ივლისი, 2008. <http://en.wikipedia.org>.
13. Wikipedia. (Jule, 2008). *16 personality factors*. მოძიებულია 18 ივლისი, 2008. <http://en.wikipedia.org/>.

Bella Arutiunov, Nino Chkhaidze

The Structure of Perfectionism and Its Relationship with the Affective Phenomena

Resume

The main goal of the research was to study the structure and display of perfectionism in the context of its relationship with depression and self-esteem. The inventory of perfectionism that was chosen for accomplishing this goal, according to its authors, gave them the opportunity to study the complex and inhomogenous structure of the phenomenon. The working Georgian version of the inventory was created, the basic psychometric properties of which indicate the reliability of the gained data. 182 participants were engaged in the study with the age range from 15 to 24 years old. Results confirmed the existence of double nature of perfectionism display and consequently its contradicted relationships with the levels of self-esteem and depression. PI composite and self-evaluative perfectionism not only predict the variability of depression but also determine its intensity. For its part, depression plays the same role towards these types of perfectionism. The same kind of interaction exists between self-esteem and depression. There is no such interaction between perfectionism and self-esteem. The latter may carry out the connective role in the interaction of perfectionism and self-esteem. Conscientious perfectionism, on the other hand, can be assumed to be one of the motivating factors of person's well-being and success.