

**РАЗДЕЛ III. ЭФФЕКТИВНОЕ РАЗВИТИЕ И САМОРЕАЛИЗАЦИЯ
СУБЪЕКТА ТРУДА И ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ****SECTION III. EFFECTIVE DEVELOPMENT AND SELF-REALIZATION
OF THE SUBJECT OF LABOR AND LIFE STRATEGY**

DOI: 10.25629/HC.2026.08.11

УДК: 159.9

БАК: 5.3.3. Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика

Алиева Дарья Вячеславовна, кандидат психологических наук, Московский университет
МВД России имени В.Я. Кикотя, ORCID: 0000-0003-1256-1238, dasha_rusik@mail.ru

Волкова Вероника Валерьевна, ГУ МВД России по Нижегородской области, ORCID: 0009-
0009-4471-7138, ver.volkova17@gmail.com

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА У КУРСАНТОВ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ С ТРЕВОЖНЫМИ
ТИПАМИ ЛИЧНОСТИ****Аннотация**

В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей проявления перфекционизма у курсантов образовательных организаций МВД России с тревожными типами личности. Проведен анализ отечественных и зарубежных научных подходов к пониманию феномена перфекционизма и его взаимосвязи с тревожностью. В исследовании приняли участие 128 курсантов Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя. Для изучения личностных особенностей и компонентов перфекционизма использовались опросник личностно-характерологических акцентуаций К. Леонгарда, Г. Шмишека, краткий характерологический опросник М.Е. Бурно, «Почти совершенная шкала» Р. Слейни, трехфакторный опросник перфекционизма Н.Г. Гаранян и А.Б. Холмогоровой, а также многомерная шкала перфекционизма П. Хьюитта и Г. Флетта. Статистическая обработка данных осуществлялась с применением Н-критерия Крускала-Уоллиса и коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Установлено, что проявления перфекционизма имеют специфические особенности в зависимости от тревожного типа личности. Наиболее выраженные признаки деструктивного перфекционизма выявлены у курсантов с тревожным типом личности, тогда как для эмотивного, педантичного и дистимического типов характерны различные механизмы реализации перфекционистских установок. Полученные результаты могут быть использованы при организации психологической работы и разработке психокоррекционных программ, направленных на профилактику эмоциональной дезадаптации.

Ключевые слова

перфекционизм, тревожность, тревожный тип личности, акцентуации характера, курсанты образовательных организаций МВД России, личностные особенности

Alieva D.V., Candidate of Psychological Sciences, Kikot Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, ORCID: 0000-0003-1256-1238, dasha_rusik@mail.ru

Volkova V.V., Main Directorate of the Ministry of Internal Affairs of Russia for the Nizhny Novgorod Region, ORCID: 0009-0009-4471-7138, ver.volkova17@gmail.com

FEATURES OF PERFECTIONISM IN CADETS OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE RUSSIAN MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS WITH ANXIOUS PERSONALITY TYPES

Abstract

The article presents the results of an empirical study of the characteristics of perfectionism in cadets of educational institutions of the Russian Ministry of Internal Affairs with anxious personality types. The article analyzes domestic and foreign scientific approaches to understanding the phenomenon of perfectionism and its relationship with anxiety. The study involved 128 cadets of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation named after V.Ya. Kikotya. To study personality traits and components of perfectionism, we used the questionnaire of personality and characterological accentuations by K. Leonhard and G. Shmishek, the short characterological questionnaire by M.E. Burno, the Almost Perfect Scale by R. Slaney, the three-factor perfectionism questionnaire by N.G. Garanyan and A.B. Kholmogorova, and the multidimensional perfectionism scale by P. Hewitt and G. Flett. Statistical data processing was carried out using the Kruskal-Wallis H-test and the Spearman rank correlation coefficient. It has been established that the manifestations of perfectionism have specific features depending on the anxious personality type. The most pronounced signs of destructive perfectionism were identified in cadets with an anxious personality type, while the emotive, pedantic, and dysthymic types have different mechanisms for implementing perfectionist attitudes. The obtained results can be used in the organization of psychological work and the development of psychocorrectional programs aimed at preventing emotional maladjustment.

Keywords

perfectionism, anxiety, anxious personality type, character accentuations, cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, personal characteristics

Введение

В условиях политической и социальной напряженности, работа правоохранительных органов сопряжена с постоянным контролем, строгой регламентацией и ответственностью за жизнь и здоровье граждан. Специфика служебной деятельности, отличающаяся высокими стандартами, закономерно приводит к тому, что сотрудники полиции в ходе профессионализации становятся все более требовательными к себе и своим коллегам. Современный социокультурный контекст ориентирует личность сотрудника полиции на достижение все более сложных целей, что в свою очередь создает двойственную ситуацию: с одной стороны способствует профессионально-личностному развитию, а с другой к возникновению невротических расстройств и эмоциональному выгоранию (Sheveleva, 2025). Данный механизм находит свое отражение в таком психологическом феномене, как перфекционизм.

Современная психология рассматривает перфекционизм как сложное психологическое явление, которое заключается в стремление человека к совершенству. В научной среде постоянно ведутся дискуссии о роли перфекционизма в положительном и отрицательном значении (Шульга, 2024).

В исследовании феномена перфекционизма в структуре тревожной личности необходимо учитывать не только формальные психодиагностические характеристики, но и глубокие психологические механизмы, включающие когнитивные, эмоциональные и межличностные аспекты (Гараян, 2001). Вопрос о том, каким образом перфекционистские установки проникают в тревожную личность и начинают определять её восприятие, поведение и эмоциональные реакции, представляет особую значимость для психологической науки (Севостьянова, 2024).

Впервые термин «перфекционизм» был введен в 1965 году американским психологом М. Холлендером. В его представлении перфекционизм является чертой характера, которая заключается в повседневной практике предъявления высоких требований к себе, стремлении к безупречному выполнению повседневных задач. Холлендер предполагал, что данная черта отражает иррациональные установки личности, обоснованные чрезмерной самокритикой, поэтому перфекционисты зачастую сталкиваются с множеством психологических трудностей (Hollender, 1965).

В когнитивно-поведенческой психологии тревога и перфекционизм считаются явлениями, которые тесно переплетены между собой. В когнитивной теории А. Бека и работах его последователей говорится, что люди с высокой тревожностью нередко формируют иррациональные убеждения и предъявляют к себе слишком жесткие требования, полагая, что только так можно заслужить собственную ценность и признание окружающих (Beck и др., 1988). Как правило, такие установки появляются еще в детстве, а затем закрепляются и превращаются в устойчивые, дезадаптивные схемы. В их основе лежит представление о том, что любой недостаток якобы свидетельствует о личной несостоятельности. Поэтому тревога перестает быть реакцией только на отдельные обстоятельства. Она становится постоянным фоном психической жизни, когда любое действие, слово или даже мысль оцениваются через ожидание ошибки, угрозы или осуждения.

В 1980–1990-е годы представления о перфекционизме существенно изменились и стали шире (Глушенко, 2023). Наибольший вклад в изучение этой темы с позиции когнитивного подхода внесли две научные школы: британская группа клинических психологов под руководством Р. Фроста и канадские исследователи П. Хьюитт и Г. Флетт. Согласно модели Р. Фроста и его коллег, перфекционизм представляет собой многосоставное явление, включающее пять взаимосвязанных компонентов (Frost и др., 1990). В его основе лежат личные стандарты, которые обычно и считают ключевой характеристикой этого феномена. Второй компонент — сильная тревога по поводу возможной ошибки. Эта идея связана с представлениями Д. Хамачека о нормальном и невротическом перфекционизме (Hamachek, 1978). Третья часть этой модели связана с постоянными сомнениями в том, насколько хорошо человек справляется со своей работой. Авторы выделяли ее, опираясь на идеи Дж. Рида, который описывал особенности обсессивно-компульсивного расстройства. При этом погоня за недостижимым совершенством нередко мешает довести начатое до конца (Read, Salkovskis, 1995). Еще один элемент модели — это ожидания родителей. Исследователи подчеркивали, что основы перфекционизма формируются еще в детстве. Именно тогда слишком высокие требования со стороны родителей становятся почвой для нездорового стремления ребенка к безупречности. Завершает модель компонент, связанный с чрезмерным стремлением к порядку, организованности и точности. Его считают следствием завышенных личных стандартов.

В рамках данной модели перфекционизм рассматривается как способ снижения тревоги посредством стремления к полному контролю над происходящим и достижению максимально правильного и предсказуемого поведения. Однако подобный механизм носит иллюзорный характер. Поскольку соответствовать идеальным требованиям постоянно невозможно, человек сталкивается с переживаниями собственной несостоятельности, чувством вины и снижением

уверенности в себе, что, в свою очередь, усиливает тревожные переживания. Такой механизм подробно описан в работах американского психиатра Д. Бернса, который рассматривал перфекционизм в качестве одного из ключевых факторов формирования тревожных и депрессивных расстройств. Особое внимание исследователь уделял характерным когнитивным искажениям, свойственным людям с выраженным перфекционизмом. По мнению Д. Бернса, стремление к совершенству в данном случае нельзя считать конструктивным, поскольку самооценка личности полностью определяется соответствием исключительно высоким требованиям. Одним из ведущих когнитивных механизмов выступает полярное мышление по принципу «всё или ничего», вследствие чего человек оказывается в состоянии постоянных внутренних душевных мучений (Burns, 1980).

Тревожность как личностная характеристика проявляется в устойчивой склонности воспринимать будущее Тревога обычно окрашивает ожидания в мрачные тона: человек ждет, что вот-вот случится что-то плохое. Тут есть и когнитивная часть – постоянное ожидание угрозы, и эмоциональное напряжение, которое за этим тянется. И вот что важно: тревожный человек далеко не всегда может понять, откуда вообще берутся его переживания. Тревога расползается по разным сферам жизни, становится размытым фоном.

В такой ситуации перфекционистские установки начинают казаться вполне логичным способом снизить неопределенность и вернуть себе ощущение контроля, хотя на деле они только подпитывают и усиливают тревожное состояние. К. Хорни предлагала любопытное объяснение этого феномена: по ее мнению, тревожная личность в целом настроена на одобрение и старается избегать конфронтации. Если смотреть с этой точки зрения, идеализированный образ «Я», к которому тянется перфекционист, служит способом компенсировать глубокое чувство тревожной зависимости от мнения других. Иными словами, тревожный перфекционизм – это скорее про выживание, чем про достижение, и скорее про маскировку внутренней уязвимости, чем про рост (Керр, 2009).

Дополняя этот взгляд психодинамическим подходом, можно сослаться на идеи Хайнца Кохута, согласно которым перфекционизм в тревожной структуре личности является проявлением нарциссической защиты. Личность, неспособная выдерживать фрустрацию и неопределенность, создаёт образ идеального «Я», к которому предъявляются бескомпромиссные требования. Этот образ становится основным объектом идентификации и одновременно источником постоянной тревоги, поскольку поддерживать его в реальности невозможно (Kohut, 1972). В результате усиливаются эмоциональные колебания, хроническое недовольство собой, чувство вины, страх разоблачения.

Таким образом, мы можем сделать вывод о том, что перфекционизм и тревожность в структуре личности представляют собой тесно переплетённые феномены, развитие которых определяется совокупностью когнитивных, эмоциональных и межличностных факторов (Гончарова, 2018). Несмотря на значительное количество исследований, посвященных перфекционизму и тревожности, анализ научной литературы показывает наличие ряда нерешенных вопросов. В настоящее время недостаточно изучены особенности проявления многомерного перфекционизма у курсантов образовательных организаций МВД России с различными тревожными типами личности. Практически отсутствуют исследования, раскрывающие типологические различия структуры перфекционизма у будущих сотрудников органов внутренних дел, а также прикладные рекомендации по организации психологического сопровождения данной категории обучающихся. Указанные обстоятельства обусловили необходимость проведения настоящего исследования.

Научная новизна исследования заключается в том, что впервые на выборке курсантов образовательной организации МВД России выявлены межгрупповые различия в структуре перфекционизма у лиц с эмотивным, педантичным, дистимическим и тревожным типами личности. Установлено, что тревожный и дистимический типы личности характеризуются наиболее выраженными проявлениями деструктивного перфекционизма, тогда как педантичный тип связан преимущественно с нормативно-регуляторными и экстерналино-ориентированными

формами перфекционизма. Уточнены психологические особенности проявления различных компонентов перфекционизма у курсантов образовательных организаций МВД России, что позволяет определить дифференцированные направления психопрофилактической и психокоррекционной работы.

Методы

На основании анализа отечественных и зарубежных научных источников по проблеме исследования были определены цель, задачи, сформулирована гипотеза, а также выбраны методы эмпирического исследования.

Цель эмпирического исследования – выявить особенности проявления перфекционизма у курсантов образовательных организаций МВД России с различными тревожными типами личности.

Задачи эмпирического исследования:

1. Подобрать психодиагностический инструментарий для изучения типов личности и особенностей проявления перфекционизма.
2. Провести психодиагностическое обследование курсантов, определить ведущие типы личности и сформировать исследовательские группы.
3. Выявить различия в выраженности компонентов перфекционизма у курсантов с тревожными типами личности.
4. Определить взаимосвязи между выраженностью тревожных типов личности и показателями перфекционизма.
5. На основании полученных результатов сформулировать выводы.

Гипотеза эмпирического исследования заключалась в предположении о том, что у курсантов образовательных организаций МВД России с тревожным типом личности показатели деструктивного перфекционизма статистически значимо выше, чем у курсантов с эмотивным, педантичным и дистимическим типами личности. Кроме того, выраженность тревожных типов личности положительно связана с показателями перфекционизма.

В исследовании использовались теоретические, психодиагностические и статистические методы.

К теоретическим методам относился анализ отечественной и зарубежной научной литературы по проблеме перфекционизма и тревожных типов личности.

Психодиагностическое исследование осуществлялось с использованием нескольких психодиагностических методик, что обусловлено многомерным характером исследуемого феномена. Опросник «Личностно-характерологические акцентуации» (К. Леонгард, Г. Шмишек) и методика «Краткий характерологический опросник» (М.Е. Бурно) применялись для типологизации личности и выделения курсантов с тревожными типами личности. Методика «Почти совершенная шкала» (R. Slaney, адаптация Т.М. Пермяковой, & М.С. Шевелевой, 2016), «Трехфакторный опросник перфекционизма» (Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, 2018), опросник «Многомерная шкала перфекционизма» (П. Хьюитт, Г. Флетт, адаптация И.И. Грачевой) были использованы для комплексной оценки различных компонентов перфекционизма, что позволило избежать сведения исследуемого феномена к отдельным шкалам и обеспечить его многомерное изучение.

Для статистической обработки результатов применялись методы непараметрической статистики: Н-критерий Крускала-Уоллиса для оценки различий между независимыми группами и коэффициент ранговой корреляции Спирмена для анализа взаимосвязей между исследуемыми показателями. Обработка данных осуществлялась с использованием программ Microsoft Excel и IBM SPSS Statistics 21.

В исследовании приняли участие 128 курсантов Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя в возрасте от 20 до 23 лет, из них 77 девушек и 51 юноша.

Результаты и их обсуждение

Рассмотрим полученные результаты статистического анализа, результаты которого представлены ниже в процентном соотношении с краткими выводами и дополнениями по шкалам соответствующих методик.

Результаты, полученные при проведении опросника «Личностно-характерологических акцентуаций» (К. Леонгард, Г. Шмишек) представлены на рисунке 1.

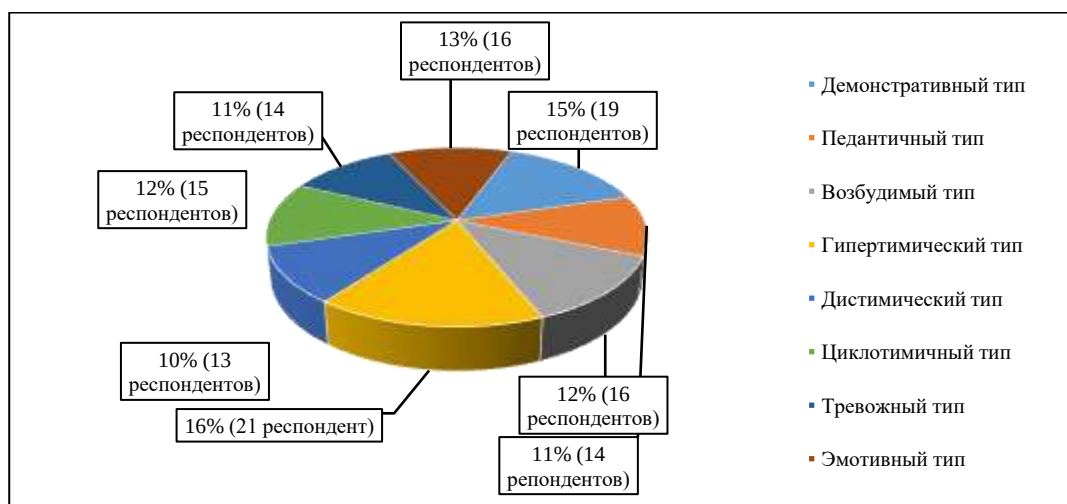


Рисунок 1 – Результаты опросника «Личностно-характерологических акцентуаций» (К. Леонгард, Г. Шмишек)

Согласно результатам опросника «Личностно-характерологических акцентуаций» (К. Леонгард, Г. Шмишек), среди курсантов были выделены четыре типа акцентуаций, в структуре которых тревожность является одной из ведущих личностных характеристик (рисунок 1). Их суммарная представленность составила 44,5 % выборки, что свидетельствует о достаточно высокой распространенности тревожных личностных особенностей среди курсантов образовательной организации МВД России.

Среди обследованных курсантов чаще всего встречался эмотивный тип личности: его выявили у 13 % выборки, то есть у 16 человек. Для таких ребят характерны высокая эмоциональная восприимчивость, развитое сопереживание, ответственность, добросовестное отношение к обязанностям и склонность тяжело переживать собственные ошибки и неудачи. Из-за повышенной чувствительности к эмоциональным воздействиям они особенно остро реагируют на мнение окружающих и на требования, с которыми сталкиваются в служебной деятельности.

Педантичный и тревожный типы личности встретились почти одинаково — по 11 % обследованных, по 14 человек в каждой группе. Курсанты с педантичной акцентуацией тянутся к организованности, аккуратности и безошибочному выполнению служебных задач. Им свойственны высокий уровень ответственности, дисциплинированность и повышенная требовательность и к себе, и к окружающим.

Представителей тревожного типа, в свою очередь, отличают выраженная осторожность, недостаточная уверенность в своих возможностях, повышенная самокритичность и привычка заранее переживать из-за возможных ошибок и неблагоприятных последствий принимаемых решений.

Дистимический тип личности выявили у 10 % участников исследования, то есть у 13 человек. Его представителям свойственны серьёзность, эмоциональная сдержанность, склонность к снижению эмоциональному фону, осмотрительность при принятии решений и повышенная чувствительность к неудачам. Хотя этот тип встречался чуть реже по сравнению с другими акцентуациями, для него тоже характерны выраженные тревожные проявления, и именно поэтому его включили в последующий анализ.

На рисунке 2 представлены результаты, полученные при проведении методики М.Е. Бурно «Краткий характерологический опросник».

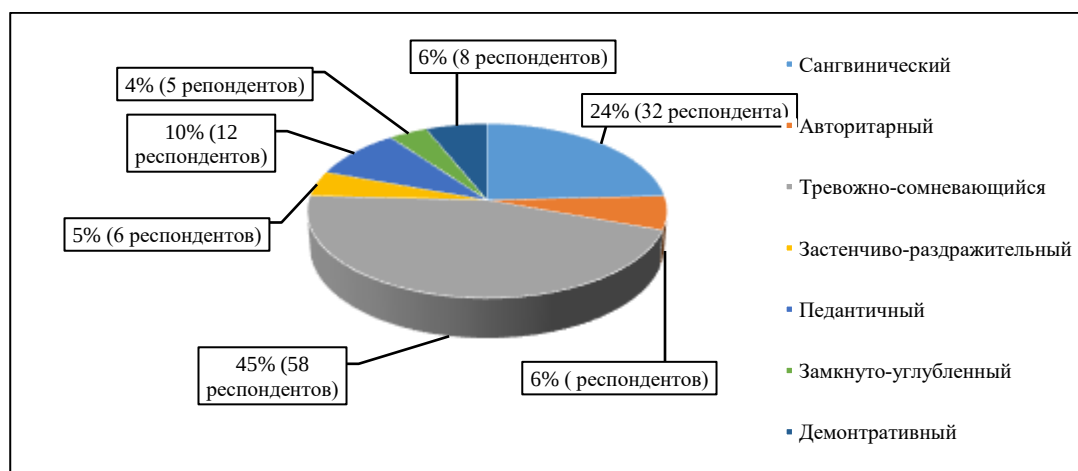


Рисунок 2 – Результаты методики «Краткий характерологический опросник» М.Е. Бурно

Данные на рисунке 2 показывают, что среди обследованных курсантов чаще всего встречается тревожно-сомневающийся тип характера — 45 % (58 человек). По М. Е. Бурно люди с таким типом обычно отличаются выраженной рефлексией, высокой ответственностью, привычкой долго и тщательно обдумывать свои решения, осторожностью и склонностью критически смотреть на собственные поступки. Для будущих сотрудников органов внутренних дел эти особенности имеют и плюсы, и минусы. С одной стороны, они помогают внимательнее относиться к служебным обязанностям, соблюдать требования закона, заранее просчитывать возможные последствия и уменьшать риск профессиональных ошибок. С другой стороны, повышенная тревожность и постоянные сомнения могут мешать быстро принимать решения в условиях дефицита времени и неопределенности. Поэтому таким курсантам особенно важно развивать стрессоустойчивость и уверенность в своих действиях.

На втором месте по распространенности находится сангвинический тип характера — 24 % (32 человека). Курсанты с таким типом, как правило, эмоционально устойчивы, общительны, открыты, настроены оптимистично и хорошо адаптируются к разным условиям. Эти качества помогают им легко выстраивать контакт с гражданами, коллегами и руководством, успешно работать в команде и сохранять работоспособность даже в напряженной служебной обстановке.

Педантичный тип характера был обнаружен у 10 % опрошенных, то есть у 12 человек. Обычно такие люди отличаются дисциплиной, собранностью, аккуратностью и привычкой

строго следовать правилам. Эти черты особенно важны при работе со служебными документами, соблюдении процессуальных норм и точном выполнении своих обязанностей. Однако чрезмерная сосредоточенность на деталях может мешать им действовать гибко в нестандартных ситуациях.

Авторитарный и демонстративный типы встречаются одинаково часто – по 6 %, что составляет по 8 человек. Для авторитарного типа характерны уверенность в себе, стремление к лидерству и высокая требовательность. Это может быть полезно при решении организационно-управленческих задач. Люди демонстративного типа, напротив, обычно более общительны, эмоциональны и нуждаются в признании со стороны окружающих. Благодаря этому им легче устанавливать контакты, хотя при недостаточном самоконтроле они могут сильнее зависеть от чужого мнения.

Застенчиво-раздражительный тип выявили у 5 % – это 6 курсантов. Для этой группы характерны повышенная чувствительность к мнению окружающих, эмоциональная ранимость и восприимчивость к стрессовым ситуациям. Поэтому тут особенно нужно целенаправленно развивать навыки эмоциональной саморегуляции и укреплять стрессоустойчивость.

Реже всего встречался замкнуто-углубленный тип характера – 4 %, то есть 5 человек. Люди с такими особенностями обычно самостоятельно мыслят, склонны глубоко разбирать информацию, сосредоточены и не слишком нуждаются в широком круге общения. С коммуникацией у них могут возникать трудности, зато в аналитической и экспертной работе такие качества обычно идут в плюс.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют, что для большинства обследованных курсантов характерны ответственность, склонность к анализу собственных действий и ориентация на соблюдение нормативных требований. Преобладание тревожно-сомневающегося типа указывает на выраженную установку на осторожность и самоконтроль, что в целом соответствует профессиональным требованиям, предъявляемым к сотрудникам органов внутренних дел.

В ходе теоретико-методологического анализа литературы и обработки результатов данных психодиагностических методик были отобраны 57 курсантов, в типах личности которых доминирует тревожность: 1) согласно результатам опросника «Личностно-характерологических акцентуаций» (К. Леонгард, Г. Шмишек) в профиле преобладает одна из четырёх тревожных акцентуаций; 2) по результатам методики «Краткий характерологический опросник» М.Е. Бурно выявлен высокий уровень по шкале «тревно-сомневающийся характер» (3-4 балла).

Для дальнейшего исследования респонденты были поделены на 4 группы. Именно эти акцентуации были использованы в качестве основания для дальнейшего изучения особенностей проявления перфекционизма, поскольку их психологическая структура предполагает повышенную чувствительность к ошибкам, высокую ответственность, склонность к самокритике и внутреннему напряжению, что теоретически связано с формированием различных форм перфекционизма:

1. Эмотивный тип – 16 респондентов;
2. Педантичный тип – 14 респондентов;
3. Дистимический тип – 13 респондентов;
4. Тревожный тип – 14 респондентов.

Так как в каждой группе респондентов число наблюдений меньше 30, для дальнейшего анализа результатов мы будем использовать непараметрические критерии: сравнительный анализ – Н-критерий Крускала-Уоллеса; корреляционный анализ – коэффициент корреляции Спирмена.

В таблице 1 представлены средние значения показателей перфекционизма у выделенных групп.

Таблица 1 – Выраженность показателей перфекционизма у тревожных типов личности (М)

Название шкалы	Эмотивный тип	Педантичный тип	Дистимический тип	Тревожный тип
<i>«Многомерная шкала перфекционизма» (П. Хьюитт, Г. Флетт. Адаптация: И.И. Грачева)</i>				
Интегральный показатель перфекционизма	169,1	174,4	150,5	192,8
ПОС (перфекционизм, ориентированный на себя)	56,9	52,4	57,3	81,8
ПОД (перфекционизм, ориентированный на других)	50,6	66,9	45,4	58,3
СПП (социально предписанный перфекционизм)	61,7	55,1	47,8	52,7
<i>«Почти совершенная шкала» (Р.Слейни. Адаптация: Т.М. Пермякова, М.С. Шевелева (2016))</i>				
Стандарты	29,9	35,9	33,9	39,9
Порядок	17,8	23,0	21,4	18,0
Несоответствия	36,2	42,1	51,4	54,9
<i>Трехфакторный опросник перфекционизма» (Н.Г. Гараян, А.Б. Холмогорова (2018))</i>				
Интегральный показатель перфекционизма	33,4	30,2	40,9	40,9
Озабоченность оценкам	14,8	9,6	9,9	13,6
Высокие стандарты	11,1	10,6	12,2	16,2
Негативное селектирование	7,6	10,0	18,8	11,1

Как видно из таблицы 1, выраженность отдельных компонентов перфекционизма у курсантов зависит от типа личности. Наиболее высокий интегральный показатель перфекционизма выявлен у представителей тревожного типа личности, что указывает на выраженное стремление соответствовать высоким требованиям и склонность к предъявлению завышенных требований к себе. У представителей дистимического типа самые высокие показатели по шкалам «Несоответствия» и «Негативное селектирование». По сути, это значит, что они сильнее застревают на собственных ошибках и недостатках, чаще цепляются именно за них. У педантичного типа, как видно, особенно высока шкала «ПОС» — перфекционизм, ориентированный на других. Здесь заметны требовательность к окружающим, ожидание строгого соблюдения правил и высоких стандартов в работе. Эмотивный тип выглядит чуть ровнее по уровню перфекционизма, хотя и у него требования к себе и к результатам своей деятельности остаются довольно высокими.

Таблица 2 – Результаты изучения значимости различий проявлений перфекционизма у тревожных типов личности с помощью однофакторного анализа по критерию Крускала-Уоллиса

Название шкалы	Уровень значимости (p)	Вывод
<i>«Многомерная шкала перфекционизма» (П. Хьюитт, Г. Флетт. Адаптация: И.И. Грачева)</i>		
Интегральный показатель перфекционизма	0,001*	Выявлены статистически значимые различия между группами
ПОС (перфекционизм, ориентированный на себя)	<0,001*	Выявлены статистически значимые различия между группами
ПОД (перфекционизм, ориентированный на других)	<0,001*	Выявлены статистически значимые различия между группами

Название шкалы	Уровень значимости (p)	Вывод
СПП (социально предписанный перфекционизм)	0,019*	Выявлены статистически значимые различия между группами
<i>«Почти совершенная шкала» (Р.Слейни. Адаптация: Т.М. Пермякова, М.С. Шевелева (2016))</i>		
Стандарты	0,013*	Выявлены статистически значимые различия между группами
Порядок	0,034*	Выявлены статистически значимые различия между группами
Несоответствия	0,036*	Выявлены статистически значимые различия между группами
<i>Трехфакторный опросник перфекционизма» (Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова (2018))</i>		
Интегральный показатель перфекционизма	0,044*	Выявлены статистически значимые различия между группами
Озабоченность оценкам	0,039*	Выявлены статистически значимые различия между группами
Высокие стандарты	0,001*	Выявлены статистически значимые различия между группами
Негативное селектирование	<0,001*	Выявлены статистически значимые различия между группами

Примечание: * при $p \leq 0,05$

Результаты однофакторного анализа по критерию Крускала — Уоллиса показывают: между тревожными типами личности и всеми шкалами методик, которые изучают перфекционизм, есть статистически значимые различия при $p \leq 0,05$. Полученные результаты позволяют заключить, что выраженность отдельных компонентов перфекционизма определяется типологическими особенностями личности. Это подтверждает выдвинутую гипотезу исследования и обуславливает необходимость дальнейшего рассмотрения средних значений исследуемых показателей, а также анализа корреляционных связей между ними.

На основании средних значений показателей перфекционизма представленных в таблице 1 и результатов однофакторного дисперсионного анализа Крускала-Уоллиса (таблица 2) мы можем прийти к выводу о том, что существуют значимые различия в проявлениях перфекционизма у представленных типов. Анализ результатов изучения компонентов перфекционизма и сопоставление их с ключами данного блока методик, позволяет утверждать следующее:

1. Для всех представленных типов характерны высокие и средние показатели по шкалам. Полученные результаты подтверждают наличие перфекционистских тенденций в структуре тревожных типов личности.

2. У дистимического и тревожного типов в большей степени выражены такие компоненты как: «несоответствия» (соответственно: 51,4; 54,9), «негативное селектирование» (40,9). Данный факт может свидетельствовать о том, что указанные типы наиболее подвержены к деструктивному перфекционизму;

3. Самые высокие показатели по шкалам «перфекционизм ориентированный на других» (66,9) отмечаются у педантичного типа. Это может выражаться в стремлении к строгому соблюдению правил, установленных в обществе, а также в повышенном контроле как за собой, так и окружающими;

4. У тревожного типа отмечается самый высокий уровень личностного перфекционизма (шкалы «перфекционизм ориентированный на себя» – 81,8; «высокие стандарты» – 16,2). Это может быть объяснено высоким уровнем самокритичности и склонностью к самокопанию.

С помощью корреляционного анализа были раскрыты особенности проявлений перфекционизма в структуре каждого выделенного типа. Для выявления взаимосвязи между шкалами

перфекционизма и показателями ведущего типа акцентуации был рассчитан непараметрический коэффициент корреляции Спирмена (rs) (см. таблица 2).

Таблица 3 – Корреляционные взаимосвязи между значениями показателей перфекционизма и акцентуаций характера (по критерию Спирмена)

Название шкалы	Эмотивный тип	Педантичный тип	Дистимический тип	Тревожный тип
<i>«Многомерная шкала перфекционизма» (П. Хьюитт, Г. Флетт. Адаптация: И.И. Грачева)</i>				
ПОС (перфекционизм, ориентированный на себя)	0,11	-0,58*	0,58*	0,74**
ПОД (перфекционизм, ориентированный на других)	0,11	0,64**	0,34	0,11
СПП (социально предписанный перфекционизм)	0,74**	-0,3	-0,32	-0,08
<i>«Почти совершенная шкала» (Р.Слейни. Адаптация: Т.М. Пермякова, М.С. Шевелева (2016))</i>				
Стандарты	-0,01	0,83**	0,76**	0,75**
Порядок	0,27	0,68**	0,63**	-0,07
Несоответствия	0,08	-0,18	0,65**	0,62*
<i>Трехфакторный опросник перфекционизма (Н.Г. Гарянян, А.Б. Холмогорова (2018))</i>				
Озабоченность оценкам	0,81**	0,11	-0,4	0,26
Высокие стандарты	0,01	0,13	0,08	0,86**
Негативное селектирование	0,16	-0,5*	0,6*	0,28

Примечание: при n=13 * гкр= 0,56 ($p \leq 0,05$); ** гкр = 0,7 ($p \leq 0,01$); при n=14 * гкр= 0,54 ($p \leq 0,05$); ** гкр = 0,68 ($p \leq 0,01$); при n=16 * гкр= 0,5 ($p \leq 0,05$); ** гкр = 0,64 ($p \leq 0,01$).

В результате корреляционного исследования мы обнаружили положительную взаимосвязь между эмотивным типом и двумя шкалами перфекционизма: «озабоченность оценкам», «социально предписанный перфекционизм» ($p \leq 0,01$).

Высокая чувствительность и потребность в одобрении окружающих формируют склонность к социально предписанному перфекционизму – человек стремится быть идеальным, чтобы избежать критики и заслужить принятие. Стремление курсантов в максимальной степени соответствовать требованиям социума и быть успешным детерминирует высокие притязания личности, граничащие с максимализмом в виде крайне поляризованной оценки собственной деятельности.

Согласно полученным данным, педантичный тип имеет прямую статистически значимую связь со шкалами «стандарты», «порядок», «перфекционизм ориентированный на других» ($p \leq 0,01$) и значимую обратную связь с такими показателями, как «негативное селектирование» и «перфекционизм, ориентированный на себя» ($p \leq 0,05$).

Педантичный тип обычно идет рядом с ригидностью, инертностью и привычкой долго прокручивать случившееся в голове. В служебной работе это видно особенно хорошо: человек начинает тянуться к перфекционизму, и чаще всего оглядывается при этом на других. Когда курсанты настраиваются только на безоговорочный успех, потом им бывает тяжело выдерживать завышенные требования, которые предъявляют сотрудникам органов внутренних дел. Из-за этого у них нередко включаются психологические защиты: ответственность перекладывается на других, появляются необоснованные претензии к окружающим.

Были обнаружены положительные связи между показателями дистимического типа личности и такими компонентами перфекционизма, как «стандарты», «порядок», «несоответствия» ($p \leq 0,01$), а также «негативное селектирование» и «перфекционизм, ориентированный на себя» ($p \leq 0,05$).

Такие связи могут говорить о высоком уровне субъективного контроля курсантов над негативными событиями и обстоятельствами. Проще говоря, они склонны брать на себя ответственность за трудности, неудачи и неблагоприятные ситуации.

В ходе корреляционного анализа была установлена множественная прямая статистически значимая связь тревожного типа с рядом показателей перфекционизма. Значимые корреляции выявлены со шкалами «стандарты», «высокие стандарты», «перфекционизм, ориентированный на себя» ($p \leq 0,01$), а также со шкалой «несоответствия» ($p \leq 0,05$).

Выводы и заключение

Из этого следует, что у курсантов с тревожным типом личности перфекционизм часто выступает как форма самозащиты от потенциальных неудач. Отсутствие позитивной самооценки перфекциониста детерминирует излишнюю озабоченность ошибками, анализом непродуктивного поведения и, как следствие, приводит к состоянию эмоциональной нестабильности. В структуре тревожного типа личности подчеркивается расхождение в мотивации, которая отражает преобладание критических видов самооценки над позитивными формами самоподкрепления.

Применение критерия Спирмена позволило сопоставить статистические данные, полученные по трем методикам, и выполнить корреляционный анализ соответствующих показателей. Обнаруженные достоверные корреляционные связи между компонентами перфекционизма и составляющими тревожных типов указывают на подтверждение нашей гипотезы.

На основании проведенного эмпирического исследования были сделаны следующие выводы.

1. У курсантов образовательных организаций МВД России с тревожными типами личности в целом выявлены выраженные перфекционистские тенденции, что подтверждается преобладанием средних и высоких значений по большинству исследуемых показателей.

2. Перфекционизм у обследованных курсантов проявляется в двух основных формах: конструктивной, способствующей развитию ответственности, дисциплинированности и стремления к качественному выполнению профессиональных задач, и деструктивной, сопровождающейся страхом ошибок, чрезмерной самокритичностью и эмоциональным напряжением.

3. Наиболее выраженные проявления деструктивного перфекционизма выявлены у курсантов с тревожным типом личности. Для них характерны высокие требования к себе, повышенная чувствительность к собственным ошибкам, выраженная неудовлетворенность результатами своей деятельности и склонность использовать перфекционизм как способ предотвращения возможных неудач.

4. У курсантов с эмотивным типом личности перфекционизм преимущественно связан с потребностью в социальном одобрении, высокой чувствительностью к оценке окружающих и стремлением соответствовать значимым ожиданиям.

5. Для курсантов с дистимическим типом личности характерно преобладание деструктивных проявлений перфекционизма, выражающихся в склонности к негативной оценке результатов собственной деятельности, болезненном переживании несоответствия высоким стандартам и гипертрофированном чувстве ответственности.

6. У курсантов с педантичным типом личности перфекционизм проявляется преимущественно в стремлении к строгому соблюдению правил, высокой организованности, внимании к деталям и предъявлении повышенных требований как к собственной деятельности, так и к деятельности окружающих.

7. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости дифференцированного психологического сопровождения курсантов с различными тревожными типами личности (Яку-

шина, 2023). При организации психологической работы особое внимание целесообразно уделять профилактике деструктивных форм перфекционизма у курсантов с тревожным и дистимическим типами личности, поскольку именно они наиболее тесно связаны с выраженной самокритичностью, страхом ошибок и эмоциональной нестабильностью.

Библиография

- Гаранян Н.Г. (2001). Перфекционизм, депрессия и тревога. *Московский психотерапевтический журнал*, № 4(31), 18-48.
- Глушенко Н.С. (2023). Эмпирическое Исследование связи перфекционизма и прокрастинации у мужчин и женщин среднего возраста. *Проектирование. Опыт. Результат*, 5, 69-71.
- Гончарова Н.А. (2018). Психологические особенности перфекционизма как индивидуального стиля деятельности. *Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России*, 4(80), 176-181.
- Керр Н. Дж. (2009). Тирания «должен». *Wiley Perspectives in Psychiatric Care*, 45(1), 16-19. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6163.2008.00198.x>
- Севостьянова, Д. А. (2024). Взаимосвязь склонности к перфекционизму с негативными чертами личности. В *Общественные и гуманитарные науки: Сборник трудов Самарской областной студенческой научной конференции* (с. 251–252). ООО «Эко-Вектор».
- Шульга, М. Л. (2024). Психологические особенности перфекционизма у студентов с разными учебными стратегиями. *Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки*, 24(3), 298-304.
- Якушина, А. А. (2023). Выраженность депрессивных симптомов у спортсменов: роль перфекционизма, эмоционального выгорания и переживания стресса. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*, 11(3), 253-264. <https://doi.org/10.23888/humJ2023113253-264>
- Beck A.T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893-897.
- Burns D.D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology today*, 11, 34-52.
- Frost R.O., Marten P., Lahart C.M., & Rosenblate R. (1990). The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-68.
- Hamachek D.E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hollender M.H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)
- Kohut H. (1972). Thoughts on Narcissism and Narcissistic Rage. *Psychoanalytic Study of the Child*, 27, 360-400. <https://doi.org/10.1080/00797308.1972.11822721>
- Read J., Salkovskis P.M. (1995). Obsessive-compulsive disorder: A cognitive-behavioural approach. *Behaviour Research and Therapy*, 33(7), 727-737.
- Sheveleva M. (2025). Job apathy in employees: The role of personality traits and perfectionism. *Организационная психология*, 15(2), 9-17. <https://doi.org/10.17323/2312-5942-2025-15-2-9-17>

Поступила в редакцию: 08.07.26

Принята к публикации: 20.08.26