

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра психодіагностики та клінічної психології

Зв'язок нарцисизму з перфекціонізмом особистості в молодому віці

Кваліфікаційна робота

Студентки 2 року ОР Магістр
спеціальність 053 «Психологія»,
освітня програма «Психологія», заочна
форма навчання

Іщенко Ірини Сергіївни

Науковий керівник:

доктор психологічних наук, доцент

Кравчук Світлана Леонтіївна

Роботу рекомендовано до захисту на ЕК №__

Протокол №__ від_____ року

Завідувачка кафедри психодіагностики та клінічної психології

_____ Людмила КРУПЕЛЬНИЦЬКА

Київ – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ НАРЦИСИЗМУ З ПЕРФЕКЦІОНІЗМОМ ОСОБИСТОСТІ В МОЛОДОМУ ВІЦІ.....	9
1.1. Аналіз наукових підходів до визначення поняття нарцисизм в психології.....	9
1.2. Специфіка визначення поняття перфекціонізму в психології.....	14
1.3. Психологічні чинники нарцисизму та перфекціонізму особистості.....	18
Висновки до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ТА ПРОЦЕДУРА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	26
2.1. Методи емпіричного дослідження зв'язку нарцисизму з перфекціонізмом особистості в молодому віці.....	26
2.2. Опис організації процедури емпіричного дослідження.....	31
2.3. Специфіка вибірки учасників дослідження.....	37
Висновки до розділу 2.....	39
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ НАРЦИСИЗМУ З ПЕРФЕКЦІОНІЗМОМ ОСОБИСТОСТІ В МОЛОДОМУ ВІЦІ.....	42
3.1. Експлорація даних: статистичний огляд психологічних показників.....	42
3.2. Зв'язок особистісних властивостей з нарцисизмом і перфекціонізмом у особистості молодого віку.....	55
3.3. Зв'язок нарцисизму та перфекціонізму з особистісною зрілістю.....	61

3.4. Статеві відмінності в особливостях зв'язку нарцисизму та перфекціонізму у особистості молодого віку.....	65
3.5. Зв'язок нарцисизму та перфекціонізму з психічним здоров'ям у особистості в молодому віці.....	70
Висновки до розділу 3.....	76
ВИСНОВКИ.....	78
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	82
ДОДАТКИ.....	89

ВСТУП

Актуальність теми. Зв'язок нарцисизму з перфекціонізмом у молодому віці є важливою темою для дослідників та практикуючих психологів, оскільки обидва ці феномени мають значний вплив на якість життя індивіда, його соціальні відносини та психічне здоров'я. У цифрову епоху соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя молодих людей, впливаючи на їхні цінності, самооцінку та соціальну поведінку. Постійна взаємодія з віртуальним середовищем сприяє формуванню нарцистичних та перфекціоністських тенденцій, оскільки соціальні платформи часто стимулюють прагнення до ідеалізованого образу та публічного визнання.

Вплив соціальних мереж на формування цих тенденцій полягає у створенні культури порівняння та змагання. Молодь постійно стикається з відфільтрованими та ідеалізованими зображеннями успіху, краси та щастя, що може призводити до незадоволеності власним життям та зовнішністю. Така ситуація стимулює розвиток перфекціонізму, оскільки молоді люди намагаються відповідати високим стандартам, встановленим у соціальних медіа. Одночасно це може посилювати нарцистичні риси, адже бажання отримати схвалення та визнання від інших користувачів стає пріоритетним.

Культурні та соціальні норми також відіграють значну роль у стимулюванні самовимогливості та самозакоханості. Сучасне суспільство часто пропагує ідеали успіху, індивідуалізму та самореалізації, що може підштовхувати молодь до надмірної зосередженості на власних досягненнях та зовнішньому вигляді. Очікування від оточення та соціальний тиск можуть змушувати молодих людей прагнути до недсяжної досконалості, що в свою чергу підсилює перфекціоністські та нарцистичні тенденції.

Незважаючи на окрему значущість нарцисизму та перфекціонізму для розуміння розвитку особистості, у психологічній науці проблематика їхньої взаємодії залишається малодослідженою. Складність їхнього спільного впливу на психологічний стан індивіда полягає в тому, що поєднання цих рис може призводити до внутрішніх конфліктів, незадоволеності собою та

оточенням, що негативно впливає на соціальну адаптацію та міжособистісні стосунки.

Необхідність вивчення впливу цих феноменів на психічне здоров'я молоді обумовлена тим, що молодий вік є критичним періодом формування особистості, самоідентифікації та встановлення життєвих пріоритетів. Невирішені питання взаємодії нарцисизму та перфекціонізму можуть призвести до розвитку тривожних розладів, депресії та інших психологічних проблем. Відсутність достатньої кількості досліджень у цій сфері ускладнює розробку ефективних методів психологічної допомоги та профілактики.

Сучасні дослідження, такі як роботи О. Курек та Л. Шрагіної (2022), А. Тищенко (2022), Н. Тодавчич (2022), А. Саски (2024), К. Брежнєвої (2021), О. Дроздова (2022), С. Москаля (2024) та М. Клименка (2021), свідчать про те, що нарцисизм та перфекціонізм мають спільні психологічні механізми, які можуть негативно впливати на психологічне благополуччя дорослої людини. Проте питання щодо взаємозв'язку між цими феноменами, зокрема у зрілому віці, залишається недостатньо вивченим. Окрім вітчизняних вчених, питання зв'язку нарцисизму з перфекціонізмом також досліджується в зарубіжній практиці. Серед авторів можна виділити М. Веккіоне та ін. (2023), М. Сміта та ін. (2016), С. Керманяна та ін. (2021), Е. Шахіна та ін. (2022), Дж. Мандрекар та Р. Сарвате (2021), А. Фаррелла та Т. Вайянкур (2019), С. Шеррі та ін. (2014), які досліджували різні аспекти зв'язку між нарцисизмом і перфекціонізмом, включаючи їх психологічні механізми та вплив на благополуччя.

Недостатня вивченість аспектів взаємодії нарцисизму та перфекціонізму, а також їх вплив на психологічну стабільність і розвиток особистості робить цю тему надзвичайно актуальною як з наукової, так і з практичної точки зору. Дане дослідження спрямоване на заповнення цієї прогалини, що дозволить розробити рекомендації для зниження негативних проявів нарцисизму та перфекціонізму та сприяти гармонізації цих рис у сучасних дорослих.

Мета дослідження полягає у виявленні зв'язку нарцисизму з перфекціонізмом у особистості в молодому віці.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові підходи до визначення понять «нарцисизм» та «перфекціонізм» в психології.
2. Виявити зв'язок нарцисизму з перфекціонізмом у особистості в молодому віці.
3. Визначити зв'язки нарцисизму та перфекціонізму особистості в молодому віці з особистісною зрілістю та особистісними властивостями.
4. Виявити статеві відмінності у зв'язку між нарцисизмом та перфекціонізмом особистості в молодому віці.
5. Визначити зв'язок нарцисизму та перфекціонізму з психічним здоров'ям особистості в молодому віці.

Об'єктом дослідження є нарцисизм особистості.

Предметом дослідження є зв'язок між нарцисизмом та перфекціонізмом у особистості молодого віку.

Методи дослідження:

- 1) теоретичні методи – аналіз, синтез та узагальнення сучасних знань з проблематики дослідження нарцисизму з перфекціонізмом;
- 2) емпіричні методи – соціо-демографічна анкета, «Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)» автори: D. Ames, P. Rose, & C. Anderson, адаптація Н. Пилат, О. Сенік, І. Кривенко, «Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста (FMPS)» автор: Р. Фрост, адаптація Л. Карамушка, О. Бондарчук, Т. Грубі, «Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)» автор: Дж. Фаренберг, Р. Гампель, Г. Зельг, адаптація: О. Луценко, «Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма (SPH)» автор: К. Кіза, адаптація: Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак, «Тест-опитувальник особистісної зрілості» автор О. Штепи, адаптація: І. Жданова, Ю. Сабазова.
- 3) математико-статистичні методи – описова статистика, критерії відмінності (t-критерій Стюдента та u-критерій Манна-Уїтні) для виявлення

відмінностей між двома групами, однофакторний дисперсійний аналіз (One-way ANOVA), кореляційний аналіз (rhp-критерій Ч. Спірмена) для встановлення взаємозв'язків, регресійний аналіз.

Дослідницька вибірка складає 72 респонденти, з яких 17 чоловіків та 55 жінок. Середній вік вибірки склав 34,9 (5,07), загальний віковий діапазон знаходиться в межах від 26 до 43 років. Всі досліджувані дали згоду на участь у дослідженні та подальший аналіз результатів опитування в узагальненому вигляді.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що:

уточнено:

- специфіку зв'язку між нарцисизмом та перфекціонізмом у молодих людей, враховуючи їхні особистісні властивості, особистісну зрілість та психічне здоров'я;
- перфекціонізм може виступати як потенційний предиктор нарцисичних проявів у молодих людей, особливо у випадках низької особистісної зрілості;

набули подальшого розвитку положення про:

- відмінності між чоловіками та жінками у рівнях та особливостях прояву нарцисизму та перфекціонізму;
- вплив нарцисизму та перфекціонізму на психічне здоров'я, зокрема виникнення психологічних проблем, пов'язаних із самокритичністю та емоційною нестабільністю.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що отримані результати та висновки можуть бути використані психологами та психотерапевтами у роботі з молодими людьми, які мають підвищені прояви нарцисизму та перфекціонізму, для корекції негативних аспектів цих рис, у тренінгах особистісного зростання та програмах психологічної підтримки, орієнтованих на розвиток особистісної зрілості та зменшення негативних наслідків перфекціонізму, а також для розробки рекомендацій, спрямованих

на зниження впливу нарцисизму та перфекціонізму на психічне здоров'я молоді.

Достовірність і обґрунтованість результатів забезпечено обґрунтованим вибором основних гіпотез та обмежень, прийнятих за вихідні при формулюванні мети та завдань роботи; використанням репрезентативної вибірки молодих людей, яка враховує статеві та соціальні характеристики учасників; застосуванням валідних та надійних емпіричних інструментів, зокрема адаптованих опитувальників NPI, FMPS, FPI, та сучасних методів математико-статистичного аналізу, що дозволило досягти надійних і коректних результатів.

Структура та обсяг роботи – включає вступ, три розділи, висновки до розділів, висновки, список використаних джерел (63 найменувань, з них джерел іноземною мовою – 26 найменувань) та додатки (5). Основний текст викладено на 81 сторінок, а повний обсяг роботи складає 97 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ НАРЦИСИЗМУ З ПЕРФЕКЦІОНІЗМОМ ОСОБИСТОСТІ В МОЛОДОМУ ВІЦІ

1.1. Аналіз наукових підходів до визначення поняття нарцисизм в психології

Перші наукові підходи до поняття нарцисизму в психології значною мірою базуються на працях Зігмунда Фрейда, який у своїй класичній роботі «Вступ до нарцисизму» (1914) окреслив нарцисизм як важливий етап психічного розвитку, що передбачає особливий вид відношення до себе як до об'єкта любові. Дослідження нарцисизму отримало подальший розвиток у працях багатьох учених, які аналізували різні аспекти цього феномену, визначаючи його позитивні й негативні сторони.

Розширення уявлень про нарцисизм можна побачити в сучасних дослідженнях. Зокрема, Я. Молочко (2021) досліджує історичний контекст формування поняття «нарцисизм» та аналізує його ключові симптоми, що є характерними для нарцисичного симптомокомплексу особистості (Молочко, 2021). У той же час, К. Фоменко (2014) виділяє аспекти «здорового» нарцисизму, який сприяє формуванню самосвідомості особистості та не є патологічним (Фоменко, 2014). З іншого боку, Г. Чуйко і Я. Чаплак (2021) розглядають нарцисизм як рису особистості, акцентуючи увагу на її позитивних і негативних аспектах у контексті самооцінки та міжособистісної взаємодії (Чуйко & Чаплак, 2021).

Подальші дослідження також висвітлюють можливості терапевтичного втручання при нарцисичних розладах. О. Керечан (2011) розробляє підходи до гештальттерапії, що фокусуються на усвідомленні клієнтами своїх нарцисичних тенденцій, зокрема в аспекті самоповаги та міжособистісної комунікації (Керечан, 2011). Аналізуючи роль нарцисизму в контексті темної тріади, М. Клименко (2017) пропонує погляд на нарцисизм як компонент, що

впливає на саморегуляцію та особистісне функціонування. У додаткових роботах М. Клименко (2017, 2018) описує механізми саморегуляції, які дозволяють «здоровому» нарцисизму сприяти самоздійсненню та позитивному функціонуванню особистості (Клименко, 2017; 2018).

Проблематика нарцисизму в клінічному контексті розкривається в роботі М. Рослюка (2019), де аналізуються ставлення пацієнтів до лікування і як нарцисичні риси особистості впливають на готовність до співпраці з терапевтом (Рослюка, 2019). А. Макаренко (2012) досліджує прояви нарцисизму в поведінці жінок, підкреслюючи особливості їхньої самоповаги та тіла як об'єкта нарцисичної уваги (Макаренко, 2012).

С. Аврамченко (2012) та Н. Єрмакова й А. Мережкіна (2017) підсумовують наукові погляди на нарцисизм у зарубіжній та вітчизняній психології, акцентуючи на еволюції концепцій, що розглядають нарцисизм як багатогранне явище. Вони відзначають, що сучасні психоаналітичні дослідження зосереджуються на аналізі нарцисизму як процесу самоповаги та самоствердження, що може набувати як адаптивних, так і дезадаптивних форм (Аврамченко, 2012; Єрмакова & Мережкіна, 2017). Згідно з З. Фрейдом, нарцисизм, зокрема «первинний нарцисизм», є невід'ємною частиною становлення особистості, коли дитина спрямовує лібідо на власне «Я» як форму початкової самозакоханості, що закладає основи подальшого особистісного розвитку (Crockatt, 2006).

Подальші дослідження, зокрема Г. Когута, розширили розуміння нарцисизму як універсального психологічного механізму, що може мати як позитивні, так і негативні прояви. Когут зосередився на тому, що нарцисизм має дві лінії розвитку: одна сприяє формуванню здорової самоповаги, тоді як інша веде до патологічних проявів, коли «Я» надмірно концентрується на собі (Cratsley, 2016).

Деякі сучасні науковці також висвітлюють обмеження класичного підходу Фрейда, зазначаючи, що первинне значення нарцисизму в його концепції було обмеженим через інтерпретацію лібідо як виключно

сексуальної енергії. У сучасних роботах, наприклад, У. Госсман, звертається увага на інший підхід до нарцисизму як до способу захисту, що допомагає підтримувати відчуття єдності «Я» та уникати розщеплення між реальним і ідеалізованим образом себе (Gosmann, 2019).

Таким чином, класичні концепції нарцисизму окреслюють цей феномен як динамічний процес, який варіює від природного етапу самозакоханості до потенційно патологічної риси особистості, що стає бар'єром для соціальної адаптації і емпатії до інших. Ці початкові теорії, особливо в роботах Фрейда та Когута, залишаються фундаментом для подальших досліджень та реінтерпретацій концепції нарцисизму в психології.

Сучасне розуміння нарцисизму значно еволюціонувало, зокрема завдяки розвитку особистісної та соціальної психології. Нарцисизм більше не розглядається винятково як патологічний феномен, але й як складний психологічний конструкт, що включає як адаптивні, так і дезадаптивні аспекти. Згідно з новими теоріями, такі риси, як самоповага та амбіційність, є позитивними проявами нарцисизму, які сприяють самозбереженню і розвитку лідерських якостей, тоді як потреба в захопленні та егоїзм вважаються негативними аспектами цього конструкту, що можуть перешкоджати міжособистісним взаєминам та емпатії (Holtzman & Donnellan, 2015).

У сучасній психоаналізі, зокрема в рамках самопсихології, значну увагу приділено концепції «м'якого» або «зрілого» нарцисизму, що базується на балансі між самоповагою та здатністю до саморегуляції. Г. Когут і пост-Когутіанські підходи вказують, що нарцисизм можна розглядати не лише як фіксацію на власному «Я», але і як механізм захисту та саморозвитку, який сприяє регуляції самооцінки і особистісної стабільності (Gehrie, 2011).

Соціальна психологія також пропонує нові перспективи щодо нарцисизму, акцентуючи увагу на його адаптивних функціях у групових і лідерських контекстах. Нарцисичні риси, як показують дослідження, можуть сприяти соціальному домінуванню та забезпеченню короткострокових вигід, таких як привернення уваги та досягнення статусу. У цьому контексті

нарцисизм виконує еволюційно значущу роль, оскільки допомагає індивіду здобути соціальне визнання і ресурси, необхідні для виживання (Holtzman, 2018). Еволюція концепції нарцисизму в сучасній психології демонструє, що цей конструкт охоплює не лише патологічні риси, але й адаптивні компоненти, які можуть мати важливе значення для особистісного розвитку і соціального успіху.

Типології нарцисизму в сучасній психології дозволяють виділити кілька варіантів прояву цієї риси, що відображають різний рівень адаптивності та ступінь психологічних порушень. Одним із важливих поділів є класифікація на здоровий (адаптивний) і патологічний (дезадаптивний) нарцисизм. Здоровий нарцисизм, на думку дослідників, може бути корисним для підтримки позитивної самооцінки, особистісної автономії та мотивації досягнення. Люди з такими рисами здатні краще справлятися з життєвими труднощами та мають вищу стійкість до стресу (Cain et al., 2008).

З іншого боку, патологічний нарцисизм асоціюється з порушеннями міжособистісних стосунків, підвищеною вразливістю до критики та труднощами в саморегуляції емоцій. Зокрема, такі люди часто мають високий рівень агресії та схильність до маніпуляцій, що обмежує їхні можливості для соціальної адаптації (Day et al., 2021).

Також значний інтерес викликає поділ на відкритий і прихований нарцисизм, які характеризуються різними проявами. Відкритий нарцисизм асоціюється з проявами грандіозності, надмірного самопіднесення та схильності до показового самовираження. Люди з відкритими нарцисичними рисами часто демонструють високий рівень самовпевненості та готовність залучатися до соціальної взаємодії, однак це супроводжується схильністю до агресії у відповідь на критичні зауваження (Fossati et al., 2010). Прихований нарцисизм, натомість, характеризується більшою емоційною вразливістю, низькою самооцінкою та глибокою потребою у схваленні. Люди з такими рисами часто мають високу чутливість до критики, схильність до соціального відчуження і потребу в глибокій емоційній підтримці (Ng et al., 2011).

У цілому, типології нарцисизму надають важливі інструменти для розуміння того, як різні прояви цієї риси впливають на адаптивність та психологічний добробут індивіда.

Нарцисизм демонструє складні взаємозв'язки з такими особистісними рисами, як самооцінка, самоповага та емпатія. Дослідження виявляють, що нарцисизм має амбівалентні аспекти, що відрізняють його від звичайної високої самооцінки. Наприклад, самооцінка, асоційована з нарцисизмом, часто має оборонний характер і проявляється в перевазі домінуючих тенденцій, тоді як здорова самооцінка не залежить від домінування та є стабільнішою (Brown & Zeigler-Hill, 2004).

Взаємозв'язок між нарцисизмом та емпатією є однією з ключових тем, особливо в контексті патологічного нарцисизму. Нарцисичні риси, зокрема аспекти експлуатативності та схильності до маніпуляцій, асоціюються з низьким рівнем як когнітивної, так і емоційної емпатії, що є визначальним фактором у міжособистісній взаємодії (Di Pierro et al., 2017). Це свідчить, що нестабільність самоідентичності, характерна для нарцисизму, негативно впливає на здатність до емоційного співпереживання, що підтверджує психодинамічні припущення про зв'язок нарцисичних рис з емоційною відчуженістю.

Для вимірювання нарцисизму часто використовується Нарцистичний опитувальник особистості (NPI), який дозволяє оцінити окремі аспекти нарцисизму, включно з величністю та потребою в захопленні. NPI залишається популярним інструментом у дослідженнях, однак критикується за надмірний акцент на грандіозних аспектах нарцисизму, тоді як більш делікатні (вразливі) риси залишаються недостатньо охоплені. Нещодавні розробки, як-от Патологічний нарцистичний інвентар (PNI), пропонують більш комплексний підхід до вимірювання нарцисизму, що включає як грандіозний, так і вразливий компоненти, які відображають різні види самопіднесення та інші.

Таким чином, аналіз наукових підходів до визначення поняття нарцисизму в психології демонструє його складність та багатовимірність.

Нарцисизм розглядається як патологічний феномен та як невід'ємна частина особистісного розвитку, що включає адаптивні та дезадаптивні компоненти. З одного боку, нарцисизм сприяє формуванню самоповаги, особистісної зрілості та здатності до саморегуляції, з іншого боку — може призводити до проблем у міжособистісній взаємодії та емоційної відчуженості. Сучасні дослідження підкреслюють важливість розуміння різних типів нарцисизму, таких як здоровий і патологічний, а також відкритий і прихований, що дозволяє більш глибоко оцінювати його вплив на психологічне благополуччя особистості.

1.2. Специфіка визначення поняття перфекціонізму в психології

Перфекціонізм як особистісна риса є багатовимірною конструкцією, що охоплює як адаптивні, так і дезадаптивні компоненти. Адаптивний перфекціонізм характеризується високими стандартами та прагненням досягати успіху, забезпечуючи психологічну стійкість і задоволеність результатами, що сприяє позитивному самосприйняттю та добробуту. Наприклад, дослідження А. Авраменко (2023) описує соціально-психологічні особливості перфекціонізму та його вплив на стійкість особистості в умовах зовнішнього тиску. У цьому аспекті перфекціонізм можна розглядати як рису, що підтримує особистісний розвиток і самоповагу (Авраменко, 2023).

Водночас, дезадаптивний перфекціонізм відрізняється надмірною самокритикою та незадоволенням собою навіть за умов високих досягнень. С. Марчук (2023) акцентує увагу на психологічних складових, які впливають на формування дезадаптивного перфекціонізму, зокрема на самокритичність і підвищену вимогливість до себе, що призводять до підвищення рівня тривожності (Марчук, 2023). Дослідження В. Логвінової (2021) також підтверджують, що спортсмени, які демонструють дезадаптивні риси перфекціонізму, можуть стикатися з підвищеною емоційною напругою, що негативно впливає на їхню продуктивність і психологічний стан (Логвінова, 2021).

Л. Гур'єва (2021) розглядає зв'язок між перфекціонізмом і міжособистісними характеристиками, вказуючи, що дезадаптивні прояви перфекціонізму можуть створювати труднощі в спілкуванні та негативно впливати на якість відносин, особливо серед молоді (Гур'єва, 2021). С. Царук (2024) підкреслює, що гендерні відмінності також мають значення у прояві перфекціоністських рис: дівчата більш схильні до дезадаптивного перфекціонізму, тоді як хлопці частіше демонструють адаптивні аспекти цієї риси (Царук, 2024).

Крім того, дослідження О. Мошовської (2023) вказує на роль батьківського виховання у формуванні різних аспектів перфекціонізму, наголошуючи на тому, що строгі або критичні виховні стилі можуть сприяти розвитку дезадаптивного перфекціонізму, що часто супроводжується прокрастинацією, як показано в роботі Н. Назарук (2022).

Висновки дослідження С. Починка (2024) підтверджують, що прокрастинація може бути однією з ключових проблем серед людей із дезадаптивним перфекціонізмом, оскільки вони часто зволікають через страх не відповідати власним високим стандартам (Починка, 2024). Такий тип перфекціонізму зазвичай супроводжується емоційними проблемами, зокрема тривожністю та депресивними симптомами, оскільки постійний самоконтроль і прагнення до ідеалу можуть призводити до емоційного виснаження та негативного впливу на психічне здоров'я (Malivoire et al., 2019).

У дослідженнях виділяють також конструкцію «позитивних прагнень» як частину адаптивного перфекціонізму, що відображає здатність знаходити задоволення від досягнутих результатів, а не зосереджуватися на невдачах. У той час, як дезадаптивний аспект, позначений «перфекціоністичними турботами», включає хронічне незадоволення собою і відчуття невідповідності, що значно підвищує рівень тривожності та депресії (Stoeber, Madigan & Gonidis, 2020). Саме це розрізнення є важливим для розуміння різних шляхів впливу перфекціонізму на психологічний стан особистості.

Дослідження також підтверджують, що адаптивний перфекціонізм асоціюється з високим рівнем свідомості та надійності, тоді як дезадаптивний часто корелює з нестабільною самооцінкою, що посилює схильність до негативних емоційних станів. Відповідно, дезадаптивний перфекціонізм можна розглядати як ризик для розвитку психічних порушень, тоді як адаптивний підтримує емоційну стабільність і здатність до продуктивної самореалізації (Newman et al., 2019).

Соціальні та культурні фактори мають значний вплив на розвиток перфекціонізму, формуючи очікування і стандарти, яких прагнуть досягати особистості. Зокрема, культурні зміни останніх десятиліть, які характеризуються посиленням індивідуалізму і конкурентного підходу до успіху, сприяють збільшенню рівня перфекціонізму серед молоді. Наприклад, дослідження свідчать, що з 1980-х років у західних країнах, таких як США, Канада та Велика Британія, спостерігається зростання різних видів перфекціонізму – особистісно-орієнтованого, соціально-прописаного і орієнтованого на інших, що відображає тиск досягнення успіху в суспільстві, орієнтованому на конкуренцію (Curran & Hill, 2017).

Вплив сімейного середовища також є важливим фактором у формуванні перфекціоністських тенденцій. Виховання з високими очікуваннями, суворими стандартами або акцентом на досягнення може сприяти розвитку соціально-прописаного перфекціонізму, коли дитина пов'язує свою самооцінку з досягненням зовнішніх стандартів. Ця форма перфекціонізму часто супроводжується страхом невдачі і незадоволеністю навіть у випадку досягнень, що формує почуття незадоволення собою та низьку емоційну стійкість (Neumeister, 2004).

Крім того, у підлітковому та молодому віці важливу роль відіграє вплив однолітків. Дослідження показують, що молоді люди з низькою стійкістю до соціального тиску можуть більше схилитися до перфекціоністських тенденцій через необхідність відповідати соціальним стандартам або уникати виявлення власних недоліків. Це формує модель поведінки, де соціальні впливи

посилюють прагнення до досконалості, що може призвести до дезадаптивних психологічних наслідків, таких як підвищена тривожність і депресія (Nanu & Scheau, 2013).

Перфекціонізм може мати суперечливий вплив на психічне здоров'я, в залежності від того, яким чином проявляється ця риса. Адаптивний перфекціонізм, що супроводжується позитивними аспектами, як-от мотивація досягати високих стандартів і прагнення до самовдосконалення, часто сприяє підвищенню психологічного добробуту. Такі люди мають більше шансів досягти успіху в професійному та особистісному житті, відчуваючи задоволення від власних досягнень. Вони частіше схильні до самооцінки, що підтримує їхню впевненість та емоційний баланс, завдяки чому здатні адаптивно реагувати на виклики (Ong et al., 2021).

Однак дезадаптивний або патологічний перфекціонізм має протилежний ефект, оскільки пов'язаний з самокритикою, постійним відчуттям невідповідності стандартам, а також з тривогою та депресивними симптомами. Дослідження показують, що такий вид перфекціонізму часто супроводжується збільшенням емоційного напруження і підвищенням рівня депресії, особливо якщо людина переживає негативні соціальні взаємодії чи відчуває низьку підтримку з боку оточення (Patterson et al., 2021). Люди з дезадаптивним перфекціонізмом мають підвищену вразливість до невдач, що лише посилює їхні психологічні проблеми. Рівень перфекціонізму та його тип значною мірою визначають, чи матиме він позитивний чи негативний вплив на психічне здоров'я.

Таким чином, адаптивний перфекціонізм сприяє високим досягненням, самовдосконаленню та емоційній стійкості, тоді як дезадаптивний перфекціонізм характеризується самокритичністю, тривожністю і негативними емоційними наслідками. Різні форми перфекціонізму мають як позитивний, так і негативний вплив на психологічний стан особистості, залежно від способу їх прояву та соціального контексту.

1.3. Психологічні чинники нарцисизму та перфекціонізму особистості

Сімейне середовище відіграє ключову роль у формуванні нарцисичних і перфекціоністських рис особистості. Вплив батьків, їхні очікування та стиль виховання можуть значною мірою впливати на розвиток цих рис. Дослідження показують, що специфічні виховні практики, зокрема високі вимоги та суворий контроль, сприяють формуванню перфекціоністських тенденцій, тоді як надмірна похвала і зосередження на досягненнях дитини можуть посилити нарцисичні прояви. І. Микита і Д. Возний (2024) відзначають, що фізичний перфекціонізм у підлітків часто корелює з високими очікуваннями з боку батьків, особливо щодо зовнішнього вигляду, що може створювати додатковий психологічний тиск (Микита & Возний, 2024).

Дослідження Н. Лукіної (2020) підтверджує, що цільова спрямованість перфекціоністів значною мірою формується під впливом сімейного середовища. Це стосується не лише особистих стандартів, а й сприйняття успіху та невдачі як аспектів, які впливають на самооцінку (Лукіної, 2020). Також О. Курек і Л. Шрагіна (2022) звертають увагу на взаємозв'язок нарцисизму та перфекціонізму з ціннісними змінами в суспільстві, акцентуючи на тому, що виховання в умовах підвищених соціальних вимог може підсилювати тенденції до перфекціонізму та нарцисизму в молоді (Курек & Шрагіна, 2022).

У свою чергу, О. Мохорєва (2022) досліджує дезадаптивні аспекти перфекціонізму, вказуючи, що негативний вплив виховних стилів, зокрема суворої критики або нав'язування високих стандартів, може сприяти підвищенню рівня заздрості у молодих людей, що часто призводить до розвитку дезадаптивного перфекціонізму (Мохорєва, 2022). Г. Католик, З. Живко та Г. Одинцова (2023) розглядають особливості депресивних станів у нарцисичних особистостей, підкреслюючи, що нарцисизм часто супроводжується психологічною вразливістю, яка пов'язана з

невиправданими очікуваннями щодо успіху та визнання, закладеними в дитинстві (Католик, Живко & Одинцова, 2023).

Дослідження Б. Микити (2023) зосереджується на взаємозв'язку між показниками нарцисизму і фізичного перфекціонізму, акцентуючи, що фізичний перфекціонізм може підсилювати нарцисичні риси, зокрема надмірне самозахоплення і прагнення до досконалості (Микити, 2023). Це підтверджує висновки М. Бабчук і О. Чебикіна (2024) про те, що фізичний перфекціонізм проявляється в зовнішності та візуальному самовираженні, часто створюючи додатковий тиск на особистість з боку оточення (Бабчук & Чебикіна, 2024). Дослідження О. Саннікової і Г. Мартинюк (2023) також демонструє, що емоційність і нарцисизм взаємопов'язані, зокрема через знижену емоційну стійкість і підвищену потребу в зовнішньому підтвердженні власної значущості, що знову ж таки може мати корені у сімейному середовищі та вихованні (Саннікової & Мартинюк, 2023).

Дослідження підтверджують, що батьківська підтримка або критика здатні як посилити, так і пом'якшити прояви нарцисизму та перфекціонізму. Зокрема, сімейні системи, що підкріплюють надмірні очікування та критику, підвищують ймовірність розвитку патологічних форм нарцисизму та негативного перфекціонізму, оскільки такі діти вчаться асоціювати власну цінність з досягненням високих стандартів, встановлених батьками (Gholamipour et al., 2017).

Крім того, модель ранньої травми та стилю батьківської опіки свідчить, що травматичні події в дитинстві та дисфункційне сімейне середовище сприяють формуванню нарцисизму та перфекціонізму через підвищену вразливість до зовнішньої критики та нездатність належно регулювати самооцінку. Дослідження показують, що дисфункційне виховання сприяє розвитку перфекціонізму через підвищені батьківські очікування та потребу визнання. Це особливо помітно в культурах з високими соціальними стандартами, де діти зростають під тиском необхідності досягати видатних результатів (Kermanian et al., 2021).

Соціальний тиск і культурні фактори відіграють критичну роль у розвитку нарцисизму та перфекціонізму, особливо в контексті сучасного суспільства, яке цінує досягнення, успіх і самореалізацію. Одним із визначальних факторів є соціальні очікування, що зосереджують увагу на престижі та зовнішньому визнанні, які молоді люди намагаються досягти через нарцисичні прояви і перфекціоністські зусилля. Зокрема, медіа та соціальні мережі, які активно популяризують образи успішності, краси та ідеальності, суттєво впливають на формування нарцисичних рис, створюючи культуру порівняння та ідеалізованого образу «я», що стимулює потребу в зовнішньому підтвердженні цінності.

Також, дослідження свідчать, що культурна орієнтація на індивідуалізм, як у західних суспільствах, заохочує нарцисичні тенденції через акцент на самоповазі, досягненнях і конкуренції. Соціальна нормативність, що підкріплює ідеї самодостатності та унікальності, може сприяти формуванню нарцисизму, коли індивіди вважають, що їхнє «я» має отримувати постійну похвалу і визнання (Wang, Hu, & Yu, 2023). У цих умовах молодь, що піддається соціальному тиску, більш схильна до розвитку перфекціонізму як захисного механізму, зокрема в межах академічної та професійної сфер.

Особистісна невпевненість і низька самооцінка можуть значно впливати на розвиток нарцисичних і перфекціоністських рис як захисних механізмів для стабілізації самооцінки. Дослідження свідчать, що люди з низькою самооцінкою часто прагнуть до зовнішнього підтвердження своєї цінності через нарцисичні риси, такі як потреба в увазі, підтвердженні своєї унікальності та значущості від інших. Цей механізм є типовим для так званого «вразливого» нарцисизму, який характеризується нестабільною самооцінкою і надчутливістю до критики. У випадку, коли внутрішня самооцінка залишається хиткою, нарцисичні установки дозволяють компенсувати відчуття недостатності шляхом підкреслення власної важливості. Людина таким чином не стільки впевнена у своїй значущості, скільки потребує постійного зовнішнього підкріплення, що створює замкнене коло, де

нарцисична поведінка не усуває невпевненості, а лише підтримує її (Zavala et al., 2019).

Схожим чином перфекціонізм виступає захисним механізмом у людей з нестійкою самооцінкою, оскільки прагнення досягти ідеальних стандартів часто є способом уникнення почуття неадекватності. Згідно з теоріями соціально-прописаного перфекціонізму, молоді люди, що відчувають зовнішній тиск і високі очікування, намагаються компенсувати низьку самооцінку, намагаючись відповідати очікуванням і досягати недосяжного ідеалу. Це особливо помітно в соціально-прописаних аспектах перфекціонізму, де страх не виправдати очікування оточення може сприяти розвитку тривожних і депресивних станів. Така модель поведінки особливо поширена серед студентів і молодих людей, які прагнуть високих академічних та професійних досягнень, що стають умовою для підтримки їхнього почуття власної значущості (Puttevils, Vanderhasselt & Vervaeet, 2019).

Низька самооцінка також впливає на форму прояву перфекціонізму та нарцисизму, які можуть мати як адаптивні, так і дезадаптивні прояви. Наприклад, адаптивний перфекціонізм, при якому людина ставить високі, але досяжні цілі, асоціюється з позитивною регуляцією самооцінки. Однак дезадаптивний перфекціонізм, де стандарти недосяжні та недоліковані, призводить до постійної критики себе, яка в свою чергу знижує самооцінку. Цей тип перфекціонізму супроводжується самоосудом і почуттям невідповідності, що з часом може перерости в патологічні стани, такі як тривожність і депресія (Moroz & Dunkley, 2015). Особистісна невпевненість і нестабільна самооцінка формують передумови для розвитку як нарцисичних, так і перфекціоністських тенденцій, що можуть бути спрямовані на компенсацію внутрішнього відчуття недостатності. Ці риси, будучи інструментами психологічного захисту, з одного боку можуть стимулювати досягнення, але з іншого боку, часто ведуть до емоційних порушень, якщо не забезпечується їх баланс або внутрішнє задоволення власною особистістю.

Потреба в досягненні високих результатів та прагнення до визнання є важливими психологічними чинниками розвитку нарцисизму та перфекціонізму, особливо у професійному та академічному середовищі. Дослідження свідчать, що такі характеристики, як амбіційність і прагнення до самопокращення, часто поєднуються з нарцисичними та перфекціоністськими рисами, що слугують засобом для підтвердження власної значущості. Для нарцисичних особистостей визнання з боку оточення є особливо важливим, оскільки воно підкріплює їхню потребу в увазі та захопленні. У випадку перфекціоністів ця потреба реалізується через досягнення ідеальних стандартів, які сприймаються як маркери їхньої цінності, забезпечуючи їм певну впевненість у власних силах та соціальну підтримку (Ceilutka, 2022).

Мотиви досягнення у перфекціоністів можуть бути як конструктивними, так і деструктивними. Наприклад, самостійно орієнтовані перфекціоністи прагнуть вдосконалення як самоцілі, що підвищує їхню продуктивність та впевненість у собі, в той час як соціально-прописані перфекціоністи, які відчувають тиск з боку оточення, частіше мають тривожні тенденції та страх невдачі. Це може призвести до прокрастинації та зниження загальної задоволеності своїми досягненнями, оскільки їхня мотивація ґрунтується більше на уникненні невдач, аніж на прагненні до вдосконалення (Neumeister, 2004).

Для нарцисичних особистостей потреба у визнанні та досягненнях може перетворюватися на стратегію самопіднесення та підкреслення власної унікальності, особливо у висококонкурентних умовах. У таких випадках успіх і статус стають не лише засобом самопідтримки, а й показником соціального схвалення. Система цінностей, побудована навколо зовнішніх стандартів, стимулює перфекціоністів і нарцисичних осіб до невпинної гонитви за результатами, які б підтверджували їхню важливість та унікальність у порівнянні з іншими.

Психопатологічні чинники, такі як тривожність, депресія та емоційна нестабільність, є потужними детермінантами розвитку дезадаптивного

перфекціонізму та нарцисизму, особливо коли мова йде про осіб з низькою емоційною регуляцією та високою чутливістю до зовнішнього стресу. Невпевненість і відчуття недостатності в таких осіб часто ведуть до формування патологічного перфекціонізму, що базується на очікуванні досягати ідеальних результатів для стабілізації внутрішнього стану. Перфекціонізм стає своєрідним захисним механізмом, що знижує суб'єктивне почуття тривожності або пригнічує депресивні симптоми шляхом надання зовнішнього підтвердження власної значущості. Водночас, таке прагнення до ідеалу є складним у підтриманні та виконанні, що лише підсилює відчуття неадекватності та сприяє ескалації самокритики (Limburg et al., 2017).

Емоційна регуляція в цьому контексті відіграє критично важливу роль. Нездатність справлятися з емоціями, зокрема пригнічення негативних почуттів, таких як тривога та сором, веде до формування «компенсаторних» перфекціоністських і нарцисичних рис. Відповідно до досліджень, схильність до румінації (розмірковування над невдачами) та уникнення є характерними рисами дезадаптивних стратегій регуляції, що посилюють ризик розвитку психопатологій. Наприклад, румінація створює замкнене коло емоційного дистресу, оскільки підсилює негативні думки та емоції, перешкоджаючи ефективному відновленню психічного благополуччя. Для нарцисичних особистостей це може призвести до стану так званого «вразливого нарцисизму», де зовнішній тиск на досягнення високих стандартів лише загострює внутрішні суперечності між бажаною ідеальною і реальною «Я-концепцією» (Schäfer et al., 2017).

Дослідження також підкреслюють значення трансдіагностичної ролі емоційної регуляції у розвитку різних форм психопатології, таких як депресія та тривожні розлади, які часто супроводжують дезадаптивний перфекціонізм і нарцисизм. Згідно з останніми даними, стратегія когнітивного переосмислення (рефреймінг) має здатність знижувати негативний вплив цих розладів. З іншого боку, схильність до уникнення та пригнічення емоцій корелює з високим рівнем тривоги та депресії. Це доводить, що тип регуляції

емоцій може передбачати розвиток певних психічних розладів, коли людина не вміє адаптивно справлятися з емоціями та конфліктними переживаннями (Sloan et al., 2017).

Крім того, взаємозв'язок між нарцисизмом, дезадаптивним перфекціонізмом та емоційною регуляцією пояснюється надмірним прагненням контролю над собою та навколишнім середовищем. Це відображається у феномені «психологічної ригідності», коли особа не здатна прийняти власні недосконалості чи емоційні обмеження, що лише погіршує здатність до адаптивної саморегуляції. У цьому сенсі, нарцисизм та перфекціонізм стають механізмами психологічного захисту, які, хоча й допомагають зберегти ілюзію контролю та цінності, зрештою лише поглиблюють емоційні проблеми та сприяють розвитку психопатологічних станів (González-Escamilla et al., 2022).

Таким чином, психопатологічні чинники у поєднанні з неадаптивними стратегіями емоційної регуляції формують деструктивне коло, яке призводить до загострення дезадаптивного перфекціонізму та вразливого нарцисизму, створюючи ризик серйозних порушень психічного здоров'я, якщо не застосовуються адекватні методи психологічної підтримки та терапії.

Висновки до розділу 1

У процесі теоретичного аналізу встановлено, що нарцисизм і перфекціонізм, як особистісні риси, мають багатовимірний характер і включають адаптивні та дезадаптивні компоненти. Важливе значення у формуванні цих рис відіграє сімейне середовище, зокрема стиль виховання, батьківські очікування та рівень підтримки чи критики. Виявлено, що позитивне середовище, яке сприяє самоповазі та емоційній підтримці, здатне підсилювати адаптивні форми нарцисизму та перфекціонізму, тоді як надмірна критика й високі вимоги сприяють формуванню дезадаптивних форм цих характеристик.

Суттєвий вплив на розвиток нарцисичних і перфекціоністських установок мають також соціальні та культурні фактори, зокрема сучасні соціальні норми, медіа і популяризація ідеалізованих образів. Вони формують орієнтацію на досягнення ідеалу та соціальне визнання, що може провокувати розвиток нарцисизму та соціально-прописаного перфекціонізму. Соціальний тиск підвищує ризик дезадаптивних проявів, особливо в умовах сучасного індивідуалістичного суспільства, де цінуються досягнення і особистісна самореалізація.

Окрім зовнішніх факторів, важливу роль у розвитку нарцисизму і перфекціонізму відіграють внутрішні особистісні риси, такі як самооцінка та емоційна регуляція. З'ясовано, що низька самооцінка часто провокує розвиток нарцисичних і перфекціоністських тенденцій як механізмів самозахисту, які допомагають компенсувати відчуття неадекватності. Недостатня здатність до емоційної регуляції також призводить до виникнення дезадаптивних проявів цих рис, які можуть погіршувати психічне здоров'я, підвищуючи ризик розвитку тривожних і депресивних розладів.

У результаті аналізу було виявлено багатофакторну природу нарцисизму та перфекціонізму, що обумовлена взаємодією зовнішніх (соціальних, культурних, сімейних) та внутрішніх (емоційних, особистісних) чинників. Ці риси можуть виступати як механізмами самозахисту, так і джерелом психологічних проблем у разі їх дезадаптивних проявів, що підтверджує необхідність комплексного підходу до їхнього вивчення та можливих корекцій.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ТА ПРОЦЕДУРА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи емпіричного дослідження зв'язку нарцисизму з перфекціонізмом особистості в молодому віці

У процесі емпіричного дослідження зв'язку нарцисизму з перфекціонізмом особистості в молодому віці використано комплексний підхід до збору даних, що забезпечує багатовимірність і надійність отриманих результатів. Вибір методик ґрунтувався на їхній валідності, репрезентативності та адаптованості до українського контексту. Інструментальна база дослідження включала стандартизовані опитувальники, що дозволяють оцінити ключові показники нарцисизму, перфекціонізму, психічного здоров'я, особистісної зрілості та інших психологічних характеристик, які взаємодіють у межах досліджуваних феноменів (див. табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Інструментальна база дослідження

№	Назва інструменту	Автори	Шкали інструменту
1	«Нарцисичний опитувальник особистості (NPI)»	D. Ames P. Rose, C. Anderson адаптація Н. Пилат, О. Сеник, І. Кривенко	Лідерство/ Авторитет Вищість/ Зарозумілість Самозаглиблення/ Самозахоплення Експлуатативність/ Винятковість Нарцисизм
2	«Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста (FMPS)»	Р. Фрост, адаптація Л. Карамушка, О. Бондарчук, Т. Грубі	Занепокоєність помилки Особистісні стандарти Батьківські очікування Батьківська критика Сумніви у власних діях Організованість Перфекціонізм

Продовження табл. 2.1

3	«Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)»	Дж. Фаренберг, Р. Гампель, Г. Зельг, адаптація О. Луценко	Невротичність Спонтанна агресивність Депресивність Дратівливість/ Збудливість Товариськість Врівноваженість Реактивна агресивність Сором'язливість Відкритість Екстраверсія-Інтроверсія Емоційна лабільність Маскулінність-Фемінність
4	«Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма (SPH)»	К. Кіза, адаптація Е. Носенко, А. Четверик- Бурчак	Показник гедонічного благополуччя Показник соціального благополуччя Показник психологічного благополуччя Симптоми позитивного функціонування Стабільність психічного здоров'я
5	«Тест-опитувальник особистісної зрілості»	О. Штепи, адаптація І. Жданова, Ю. Сабазова	Відповідальність Децентрація Глибинність переживань Життєва філософія Толерантність Автономність Контактність Самоприйняття Креативність Синергічність

Методика №1 «Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)» є одним із найбільш поширених інструментів для оцінки рівня нарцисизму в індивідів. Його було розроблено Амесом, Роузом та Андерсоном і адаптовано для української вибірки Н. Пилат, О. Сенік та І. Кривенко. Методика базується на концептуальних засадах розуміння нарцисизму як багатовимірної риси, що включає різні аспекти самосприйняття, міжособистісної взаємодії та емоційної регуляції. Метою використання цього опитувальника є виявлення нарцисичних тенденцій, які впливають на поведінкові і когнітивні аспекти особистості.

Опитувальник складається з п'яти шкал, кожна з яких відображає специфічні прояви нарцисизму. Шкала «Лідерство/Авторитет» оцінює здатність до управління та прагнення до домінування у міжособистісних відносинах. Шкала «Вищість/Зарозумілість» фокусується на почутті власної переваги та схильності до пихатості. Шкала «Самозаглиблення/Самозахоплення» відображає тенденцію до зосередження на собі та задоволення власних потреб. Шкала «Експлуатативність/Винятковість» дозволяє оцінити схильність до використання інших у власних цілях і переконання у своїй особливості. Загальний показник нарцисизму розраховується шляхом підсумовування балів за всіма шкалами, причому максимальне значення становить 16 балів.

Методика №2 «Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста (FMPS)» є одним із провідних інструментів для вивчення перфекціонізму як складного психологічного феномену, що може мати як адаптивний, так і дезадаптивний характер. Методика була розроблена Р. Фростом і адаптована для української вибірки Л. Карамушкою, О. Бондарчук та Т. Грубі. Її основною метою є оцінка різних аспектів перфекціонізму, які взаємодіють між собою та впливають на особистісне функціонування.

Шкала складається з шести основних компонентів. «Занепокоєність помилки» оцінює страх перед невдачами та негативними наслідками помилок, що може бути ключовим фактором дезадаптивного перфекціонізму. «Особистісні стандарти» характеризують індивідуальні прагнення до досягнення високих цілей і самовимогливість, які можуть мати як позитивний, так і негативний вплив залежно від контексту. «Батьківські очікування» та «Батьківська критика» відображають вплив сімейного середовища, зокрема тиск і критику з боку батьків, що формують базові установки стосовно перфекціонізму. «Сумніви у власних діях» є показником невпевненості у прийнятті рішень і виконанні завдань, що є типовим проявом дезадаптивного перфекціонізму. «Організованість» відображає позитивний аспект

перфекціонізму, що проявляється у структурованості та вмінні ефективно планувати свою діяльність.

Сумарний показник перфекціонізму обчислюється шляхом підсумовування балів за всіма шкалами, причому значення можуть варіюватися від 30 до 150. Така багатовимірна структура методики дозволяє глибше аналізувати як конструктивні, так і деструктивні аспекти перфекціонізму, визначаючи його вплив на особистісне функціонування.

Методика №3 «Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)» є одним із найбільш відомих інструментів для оцінки широкого спектра особистісних характеристик. Її розробниками є Дж. Фаренберг, Р. Гампель та Г. Зельг, а адаптація для української вибірки виконана О. Луценком. Методика базується на теоретичних підходах до вивчення індивідуальних рис, що відображають як емоційні, так і поведінкові особливості особистості. Вона дозволяє глибоко аналізувати психологічні аспекти, які є важливими для розуміння особистісної структури.

Опитувальник включає 12 шкал, які забезпечують всебічну оцінку індивідуальних характеристик. Шкала «Невротичність» оцінює емоційну нестабільність і схильність до тривожності. «Спонтанна агресивність» вимірює тенденцію до раптових агресивних реакцій. «Депресивність» вказує на рівень схильності до сумного настрою та почуття безпорадності. Шкала «Дратівливість/Збудливість» характеризує здатність до емоційної регуляції в стресових ситуаціях. «Товариськість» оцінює рівень соціальної взаємодії та прагнення до спілкування. «Врівноваженість» демонструє здатність до збереження спокою та стійкості у складних ситуаціях.

Додаткові шкали, такі як «Реактивна агресивність» і «Сором'язливість», дозволяють аналізувати міжособистісну поведінку, тоді як шкала «Відкритість» оцінює рівень готовності до нових ідей та досвіду. «Екстраверсія-Інтроверсія» характеризує перевагу зовнішньої чи внутрішньої орієнтації в соціальній взаємодії. «Емоційна лабільність» демонструє

варіабельність емоційного стану, а шкала «Маскуліність-Фемінність» аналізує гендерні особливості поведінки та самосприйняття.

Методика №4 «Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма (SPH)» є одним із ключових інструментів для оцінки рівня психічного благополуччя та стабільності. Її було розроблено К. Кізою та адаптовано для української вибірки Е. Носенко та А. Четверик-Бурчак. Методика ґрунтується на концепції, яка розглядає психічне здоров'я не лише як відсутність патологій, але й як позитивний стан благополуччя, що охоплює різні аспекти функціонування особистості. Її мета полягає в оцінці рівня стабільності психічного здоров'я, враховуючи три основні компоненти – гедонічне, соціальне та психологічне благополуччя.

Методика включає п'ять ключових шкал. Показник гедонічного благополуччя оцінює рівень задоволеності життям і відчуття щастя, що є центральними аспектами емоційного благополуччя. Шкала соціального благополуччя фокусується на здатності індивіда до ефективної соціальної взаємодії, відчуття підтримки від суспільства та інтеграції в соціальне середовище. Психологічне благополуччя вимірюється через здатність до самореалізації, автономії та почуття власної ефективності.

Додатково оцінюються симптоми позитивного функціонування, що характеризують здатність особистості адаптуватися до життєвих викликів, підтримувати емоційну рівновагу та ефективно взаємодіяти із середовищем. Загальний показник стабільності психічного здоров'я розраховується шляхом підсумовування результатів за всіма шкалами і дозволяє отримати комплексну картину психічного стану.

Методика №5 «Тест-опитувальник особистісної зрілості» є інструментом, що дозволяє глибоко аналізувати рівень сформованості особистості за ключовими характеристиками зрілості. Методика розроблена О. Штепою та адаптована для українського контексту І. Ждановою і Ю. Сабазовою. Вона базується на концепції особистісної зрілості як багатовимірного феномену, що охоплює моральні, соціальні, емоційні та

когнітивні аспекти розвитку індивіда. Основна мета цього інструменту — виявити рівень гармонійності розвитку особистості, її здатність до самореалізації, відповідальності та соціальної інтеграції.

Тест включає десять шкал, кожна з яких оцінює окремі аспекти особистісної зрілості. Шкала «Відповідальність» дозволяє визначити здатність особистості брати на себе зобов'язання та виконувати їх. «Децентрація» характеризує здатність до емпатії та врахування інтересів інших у своїх діях. «Глибинність переживань» відображає здатність особистості до осмисленого сприйняття життєвих подій. Шкала «Життєва філософія» визначає наявність узгоджених цінностей і принципів, що забезпечують стабільність і сенс життя.

Толерантність оцінюється через здатність приймати інших людей такими, якими вони є, без упереджень чи засуджень. Шкала «Автономність» дозволяє аналізувати ступінь самостійності у прийнятті рішень і незалежності від зовнішнього впливу. «Контактність» вимірює рівень соціальної взаємодії та комунікативних навичок. Шкала «Самоприйняття» відображає рівень гармонії особистості із собою, що є важливим показником психологічного благополуччя. «Креативність» характеризує здатність до генерування нових ідей і нестандартного мислення, а «Синергічність» відображає рівень інтегрованості різних аспектів особистісного розвитку.

Використання різноманітних стандартизованих методик дозволило всебічно оцінити психологічні аспекти, пов'язані з нарцисизмом і перфекціонізмом, у молодому віці. Комбінація кількох психометричних інструментів забезпечила отримання даних, які мають високий ступінь валідності та об'єктивності.

2.2. Опис організації процедури емпіричного дослідження

Процедура емпіричного дослідження включала кілька послідовних етапів, спрямованих на забезпечення наукової валідності та достовірності результатів (див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Етапи дослідження

№	Назва етапу	Опис етапу
1	Аналіз наукової літератури	Було здійснено систематичний аналіз сучасних наукових джерел з проблематики нарцисизму та перфекціонізму, що дозволило визначити теоретичні основи та інструментарій дослідження
2	Розробка дизайну емпіричного дослідження	Вибір крос-секційного дизайну обумовлено потребою у вивченні одночасних взаємозв'язків між досліджуваними змінними в межах конкретного вікового періоду – молодого віку
3	Організація процедури збору даних	Для збору даних було обрано метод онлайн-опитування, що є ефективним інструментом для проведення соціально-психологічних досліджень у сучасних умовах
4	Математико-статистична обробка даних	Особливістю емпіричного дослідження є акцент на кількісних методах обробки даних, що дозволяють виявляти взаємозв'язки та чинники, пов'язані з нарцисизмом і перфекціонізмом
5	Розробка практичних рекомендацій	Формулювання практичних рекомендацій щодо розвитку особистісної зрілості та покращення психічного здоров'я на основі виявлених взаємозв'язків.

Етап №1 (Аналіз наукової літератури) здійснено з метою уточнення концептуальних основ дослідження та вибору відповідних методик для оцінки нарцисизму і перфекціонізму в молодому віці. У сучасній психологічній науці нарцисизм розглядається як багатогранне явище, яке включає аспекти самозакоханості, прагнення до уваги і визнання, а також відсутність емпатії. При цьому значну увагу приділено розмежуванню здорового і патологічного нарцисизму, що має важливе значення для інтерпретації результатів. Проведені дослідження свідчать про те, що нарцисизм може мати як конструктивний вплив на особистісний розвиток, так і деструктивний, залежно від рівня його вираження.

Перфекціонізм також розглядається як складний психологічний феномен, що охоплює прагнення до високих стандартів, самокритичність і страх перед невдачами. Наукові джерела підкреслюють, що перфекціонізм може проявлятися як у позитивному (адаптивному), так і в негативному (дезадаптивному) форматі. Особливу увагу приділено взаємозв'язку між

перфекціонізмом і показниками психічного здоров'я, такими як тривожність, депресія та самокритика, що є важливими змінними для дослідження.

У ході аналізу було ідентифіковано кілька ключових підходів до вимірювання нарцисизму та перфекціонізму, серед яких найефективнішими виявилися стандартизовані опитувальники. Для нарцисизму обрано «Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)», який забезпечує надійність та валідність у контексті оцінки даної риси. Для оцінки перфекціонізму було обрано «Багатовимірну шкалу перфекціонізму Фроста (FMPS)», що дозволяє детально вивчити як позитивні, так і негативні аспекти цього феномену. Ці методики, адаптовані до української вибірки, є оптимальними для досягнення цілей дослідження.

Етап №2 (Розробка дизайну емпіричного дослідження) базувався на теоретичних засадах, встановлених в процесі аналізу наукової літератури, та відповідав меті встановлення взаємозв'язків між нарцисизмом і перфекціонізмом у молодому віці. Обрано крос-секційний дизайн дослідження, який дозволяє одночасно оцінити взаємозв'язки між досліджуваними змінними в рамках однієї вибірки. Такий підхід є найбільш доцільним для аналізу психологічних рис, оскільки забезпечує можливість зібрати велику кількість даних у відносно короткі терміни та з мінімальними ресурсними витратами.

Особливістю крос-секційного дослідження є його спрямованість на вивчення одночасних взаємозв'язків між нарцисизмом і перфекціонізмом, що дозволяє проаналізувати, як ці риси взаємодіють одна з одною та з іншими змінними, такими як рівень особистісної зрілості та психічне здоров'я. Задля досягнення наукової валідності дизайн дослідження передбачав застосування стандартизованих методик оцінки, адаптованих до культурного контексту вибірки, що забезпечило порівнянність отриманих результатів з даними інших досліджень.

Дослідження було сплановано з урахуванням важливості врахування соціально-демографічних характеристик учасників, таких як вік, стать та

рівень освіти. Вибірка формувалася з метою охоплення осіб молодого віку, що дозволило вивчити особливості прояву нарцисизму та перфекціонізму саме в цьому періоді життєвого циклу. Крім того, дизайн дослідження включав використання кількісних методів аналізу, що забезпечило можливість виявлення закономірностей у поведінці досліджуваних змінних та встановлення взаємозв'язків між ними. Створений дизайн дослідження забезпечує достовірність отриманих результатів і дозволяє сформулювати обґрунтовані висновки щодо взаємозв'язків між нарцисизмом і перфекціонізмом у молодому віці.

Етап №3 (Організація процедури збору даних) у межах емпіричного дослідження передбачав використання сучасних цифрових інструментів для підвищення ефективності процесу. Зокрема, було обрано платформу Google Forms, яка дозволяє забезпечити доступність опитування для респондентів та зручність роботи з отриманими даними. Використання онлайн-формату значно спрощує процес збору інформації, усуваючи географічні бар'єри, що є особливо важливим у дослідженнях із залученням молоді, яка активно користується цифровими технологіями.

У Google Forms було створено опитувальник, що включав стандартизовані методики, адаптовані до українського культурного контексту. Це гарантувало точність та релевантність отриманих результатів. Опитувальник містив кілька розділів: соціально-демографічну анкету, «Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)», «Багатовимірну шкалу перфекціонізму Фроста (FMPS)» та інші психометричні інструменти, спрямовані на оцінку ключових показників, таких як рівень особистісної зрілості та психічного здоров'я. Такий підхід дозволив комплексно охопити всі аспекти, що є важливими для аналізу взаємозв'язків між нарцисизмом і перфекціонізмом.

Для забезпечення анонімності та добровільності участі респондентів було підготовлено інформовану згоду, яка включала детальне пояснення мети дослідження, умов участі та прав учасників. Крім того, було враховано

необхідність унеможливлення повторного проходження опитування тією самою особою, що підвищило достовірність отриманих даних. Уся інформація, отримана в процесі опитування, оброблялася із дотриманням етичних норм, включно з конфіденційністю та захистом персональних даних.

Етап №4 (Математико-статистична обробка даних) у межах емпіричного дослідження базувався на використанні сучасних математико-статистичних методів, які забезпечують об'єктивність та надійність отриманих результатів. На першому етапі було застосовано описову статистику для визначення основних характеристик вибірки, включаючи середні значення, стандартні відхилення та розподіли даних. Це дозволило встановити загальні тенденції та особливості показників нарцисизму і перфекціонізму в учасників дослідження.

Для аналізу відмінностей між групами респондентів використовувалися критерій відмінності, а саме *u*-критерій Манна-Уїтні.

Ці методи дозволили оцінити статистично значущі відмінності між статевими групами та іншими соціально-демографічними змінними. Одночасно було проведено кореляційний аналіз із використанням *г*-критерію Ч. Спірмен, що дало змогу встановити взаємозв'язки між нарцисизмом, перфекціонізмом, рівнем особистісної зрілості та психічним здоров'ям. Кореляційний аналіз дозволив визначити, наскільки зміни однієї змінної впливають на іншу, що є важливим для інтерпретації взаємозв'язків між досліджуваними феноменами.

Для виявлення складніших залежностей і впливу різних факторів на нарцисизм і перфекціонізм застосовувався множинний регресійний аналіз. Цей підхід дозволив оцінити, які саме змінні є найвагомішими предикторами досліджуваних особистісних рис, а також з'ясувати внесок кожного чинника у загальну картину взаємозв'язків. Всі обчислення виконувалися за допомогою спеціалізованого статистичного програмного забезпечення, що забезпечило точність і надійність аналізу. Результати статистичної обробки даних стали основою для формулювання висновків про характер взаємозв'язків між

нарцисизмом і перфекціонізмом у молодому віці, а також для розробки рекомендацій щодо роботи з цими феноменами.

Етап №5 (Розробка рекомендацій) на основі емпіричних даних полягав в аналізі виявлених взаємозв'язків між нарцисизмом, перфекціонізмом, рівнем особистісної зрілості та психічним здоров'ям. Отримані результати дали змогу ідентифікувати ключові фактори, що впливають на гармонійний розвиток особистості в молодому віці, а також визначити аспекти, які потребують уваги в межах психологічного консультування, профілактики та психотерапевтичної роботи. Особливу увагу приділено розробці стратегій, які сприяють розвитку адаптивних форм перфекціонізму та мінімізації дезадаптивного впливу нарцисичних тенденцій.

Практичні рекомендації були спрямовані на підвищення рівня особистісної зрілості через розвиток саморефлексії, формування реалістичних стандартів і цілей, а також підтримку навичок самоприйняття. Підкреслено важливість психоедукації щодо здорового розуміння та прийняття власних обмежень і досягнень, що сприяє гармонізації міжособистісних стосунків та поліпшенню емоційного благополуччя. Для роботи з перфекціонізмом рекомендовано застосовувати методи когнітивно-поведінкової терапії, спрямовані на модифікацію надмірно критичних переконань і розвиток толерантності до невдач.

На основі встановлених зв'язків між рівнем психічного здоров'я та нарцисизмом рекомендовано звертати увагу на розвиток емпатійних навичок, які допомагають зменшити міжособистісні конфлікти та підтримують позитивну соціальну взаємодію. Для досягнення цих цілей може бути ефективною групова терапія, яка стимулює навички комунікації та сприяє формуванню здорової самооцінки. Також важливим є включення профілактичних заходів, спрямованих на управління стресом і зниження рівня тривожності, оскільки ці фактори суттєво впливають на розвиток як нарцисичних, так і перфекціоністських тенденцій.

Організація емпіричного дослідження відзначалася структурованістю та відповідністю сучасним науковим вимогам. Застосування цифрових інструментів для збору даних, таких як Google Forms, забезпечило високий рівень зручності для респондентів та достовірність отриманих даних. Використання математико-статистичних методів дозволило не лише підтвердити гіпотези щодо зв'язку нарцисизму та перфекціонізму, але й виявити чинники, що впливають на ці особистісні характеристики.

2.3. Специфіка вибірки учасників дослідження

Було проведено аналіз вибірки учасників дослідження, що дозволило визначити її ключові характеристики та специфіку (див. табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Особливості віку вибірки

Змінні	Середнє	Стандартна помилка
Вік	34,9	5,07

Загальна кількість респондентів склала 72 особи, середній вік яких становив 34,9 роки, зі стандартною похибкою у 5,07. Такий розподіл віку свідчить про те, що дослідження охопило осіб молодого та середнього віку, що дозволяє врахувати особливості цієї вікової групи у контексті аналізу нарцисизму та перфекціонізму.

Вибірка мала нерівномірний розподіл за статтю (див. табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Розподіл вибірки за статтю

Групи	Фактична кількість	Відсоткове співвідношення
Чоловіки	17	23,6%
Жінки	55	76,4%
Всі респонденти	72	100%

Переважну більшість респондентів склали жінки, їх частка становила 76,4% (55 осіб), тоді як частка чоловіків склала лише 23,6% (17 осіб).

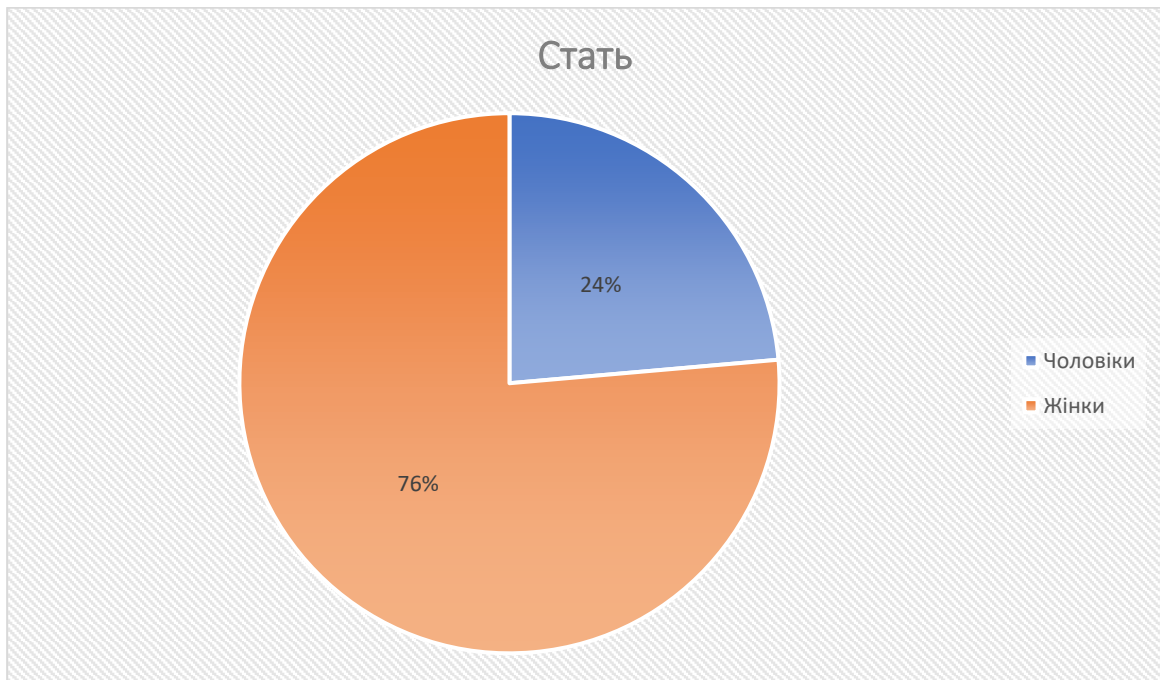


Рис. 2.1. Розподіл вибірки за статтю

Такий гендерний дисбаланс може впливати на результати дослідження, оскільки існують теоретичні припущення про різницю у вираженні нарцисизму та перфекціонізму серед чоловіків і жінок. Це особливо важливо враховувати при інтерпретації результатів, що стосуються статевих відмінностей.

Щодо освітнього рівня респондентів, вибірка була досить різномірною (див. табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Розподіл вибірки за рівнем отриманої освіти

Групи	Фактична кількість	Відсоткове співвідношення
Середня освіта	11	15,3%
Професійно-технічна освіта	19	26,4%
Вища освіта рівня «Бакалавр»	18	25%
Вища освіта рівня «Магістр»	17	23,6%
Післядипломна освіта	7	9,7%

Найбільшу частку склали особи з професійно-технічною освітою (26,4%) та бакалаври (25%). Майже однакова кількість респондентів мала магістерський ступінь (23,6%).



Рис. 2.2. Розподіл вибірки за рівнем отриманої освіти

Трохи менше респондентів завершили середню освіту (15,3%), а найменшу частку склали ті, хто пройшов післядипломне навчання (9,7%). Така структура вибірки дозволяє дослідити взаємозв'язок нарцисизму та перфекціонізму в контексті різного освітнього рівня, що може відображати соціально-економічний статус респондентів та їхній особистісний розвиток.

Аналіз отриманих даних щодо вибірки демонструє її багатомірність за віковими, гендерними та освітніми показниками, що надає змогу здійснити глибше дослідження взаємозв'язків між нарцисизмом та перфекціонізмом.

Висновки до розділу 2

У другому розділі було представлено комплексний підхід до організації та проведення емпіричного дослідження зв'язку нарцисизму з перфекціонізмом особистості в молодому віці. Для досягнення мети дослідження обрано валідні, адаптовані до українського контексту методики, що дозволили забезпечити точність і репрезентативність отриманих даних.

«Нарцисичний опитувальник особистості (NPI)» використовувався для оцінки багатовимірної структури нарцисизму, зокрема таких його аспектів, як

лідерство, зарозумілість, самозахоплення та експлуатативність. Ця методика дала змогу не лише визначити рівень нарцисизму, але й проаналізувати його вплив на інші особистісні характеристики.

«Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста (FMPS)» забезпечила вивчення перфекціонізму як адаптивного, так і дезадаптивного явища, що включає тривожність через помилки, самокритичність і організованість. Завдяки цьому інструменту було отримано цілісне уявлення про роль перфекціонізму у формуванні особистісних тенденцій.

«Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)» дозволив дослідити широкий спектр особистісних характеристик, серед яких емоційна стабільність, схильність до агресії, соціальна адаптація та емоційна лабільність. Ця методика стала основою для аналізу загального психологічного профілю респондентів.

«Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма (SPH)» допоміг оцінити рівень гедонічного, соціального та психологічного благополуччя, а також загальну стабільність психічного здоров'я. Цей інструмент був важливим для розуміння, як нарцисизм і перфекціонізм впливають на суб'єктивне благополуччя.

«Тест-опитувальник особистісної зрілості» дозволив оцінити такі ключові аспекти особистісної зрілості, як відповідальність, автономність, толерантність та креативність. Його використання сприяло визначенню зв'язків між особистісною зрілістю, нарцисизмом і перфекціонізмом.

Організація дослідження базувалася на застосуванні крос-секційного дизайну, що забезпечив можливість аналізу одночасних взаємозв'язків між досліджуваними змінними. Для збору даних використовувалися сучасні цифрові інструменти, що підвищило доступність дослідження для респондентів. Математико-статистичні методи, такі як кореляційний аналіз, критерії відмінності та регресійний аналіз, забезпечили високий рівень надійності результатів і дозволили виявити ключові закономірності.

Методологічне обґрунтування дослідження та ретельно організована процедура збору й аналізу даних дозволили отримати достовірну й обґрунтовану інформацію про взаємозв'язки нарцисизму і перфекціонізму у молодому віці.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ НАРЦИСИЗМУ З ПЕРФЕКЦІОНІЗМОМ ОСОБИСТОСТІ В МОЛОДОМУ ВІЦІ

3.1. Експлорація даних: статистичний огляд психологічних показників

У ході аналізу методики «Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)» були отримані результати, які дозволяють зробити висновки щодо особливостей проявів нарцисизму та його складових у молодому віці (див. табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Результати «Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)»

Змінні	Середнє	Стандартна помилка
Лідерство/ Авторитет	4,42	2
Вищість/ Зарозумілість	3,85	2,32
Самозаглиблення/ Самозахоплення	4,39	2,6
Експлуатативність/ Винятковість	4,22	2,69
Нарцисизм	16,88	6,56

Середні значення за основними показниками свідчать про те, що найбільш вираженими компонентами нарцисизму є «Лідерство/Авторитет» ($M=4,42$) і «Самозаглиблення/Самозахоплення» ($M=4,39$), які лише незначно відрізняються між собою. Водночас «Вищість/Зарозумілість» ($M=3,85$) демонструє трохи нижчий рівень, а найменш вираженою складовою є «Експлуатативність/Винятковість» ($M=4,22$). Загальний показник нарцисизму становить 16,88 із стандартною помилкою 6,56, що вказує на досить помірний середній рівень нарцисичних проявів у вибірці.

Таблиця 3.2

Розподіл вибірки за рівнем показників нарцисизму

Підгрупи	Низький	Середній	Високий
Лідерство/ Авторитет	33,3%	59,7%	6,9%
Вищість/ Зарозумілість	56,9%	33,3%	9,7%
Самозаглиблення/ Самозахоплення	38,9%	48,6%	12,5%
Експлуатативність/ Винятковість	44,4%	43,1%	12,5%
Нарцисизм	29,2%	66,7%	4,2%

Розподіл вибірки за рівнем показників нарцисизму деталізує ці результати. Для змінної «Лідерство/Авторитет» переважна більшість респондентів належать до середнього рівня (59,7%), тоді як низький рівень спостерігається у 33,3% учасників, а високий лише у 6,9%. Це свідчить про помірну вираженість цієї складової нарцисизму в більшості молодих людей, із чітко меншою часткою осіб із високим рівнем. Аналогічна тенденція простежується і для «Самозаглиблення/Самозахоплення», де середній рівень проявів характерний для 48,6% респондентів, а високий рівень (12,5%) спостерігається частіше, ніж для інших змінних. Такий результат вказує на відносно більш розвинений компонент самозосередженості в нарцисичному профілі.

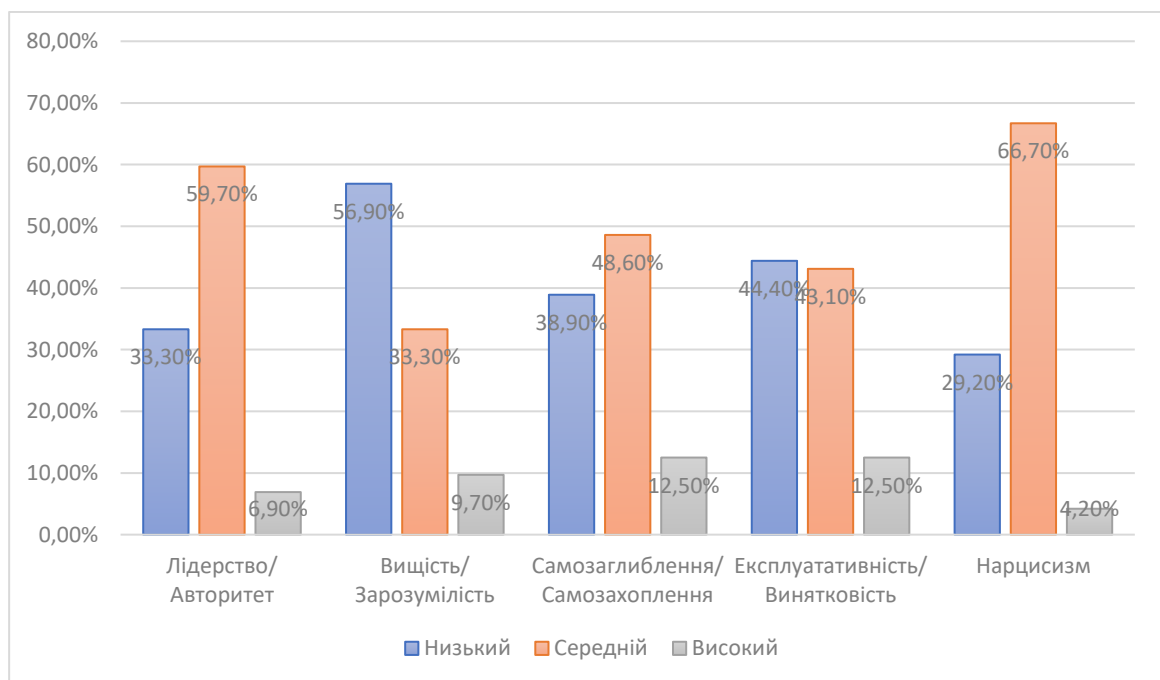


Рис. 3.1. Розподіл вибірки за рівнем показників нарцисизму

Показник «Вищість/Зарозумілість» переважно представлений низьким рівнем (56,9%), що вказує на загалом помірний вираз цієї риси серед досліджуваних. Однак помітною є й частка респондентів із середнім рівнем (33,3%) та невеликим відсотком високих показників (9,7%). Такий розподіл може свідчити про те, що зарозумілість і вищість менш типові для молодих людей у порівнянні з іншими складовими нарцисизму.

Результати щодо «Експлуатативності/Винятковості» демонструють рівномірніший розподіл: 44,4% учасників належать до групи з низьким рівнем, 43,1% — до групи із середнім, і лише 12,5% мають високі показники. Це може свідчити про те, що прагнення використовувати інших або вважати себе винятковим частіше перебуває на помірному рівні, але для окремих осіб характерна яскрава вираженість цих рис.

Загальний показник нарцисизму підтверджує подібні тенденції: 66,7% учасників мають середній рівень, 29,2% — низький, і лише 4,2% демонструють високий рівень. Таким чином, можна зробити висновок, що більшість молодих людей характеризується помірною вираженістю нарцисизму, тоді як високий рівень спостерігається лише в окремих випадках, а низький рівень характерний для значної меншості.

Такі результати дозволяють дійти висновку про те, що нарцисизм у молодому віці має здебільшого помірний характер, а його складові проявляються з різною інтенсивністю. Найбільш поширеними рисами є схильність до лідерства та авторитету, а також самозаглиблення, тоді як вищість і експлуатативність менш виражені, що свідчить про різноманітність нарцисичних проявів у досліджуваній групі.

У ході аналізу методики «Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста (FMPS)» було виявлено, що середні показники за окремими змінними демонструють різну вираженість складових перфекціонізму в молодому віці (див. табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Результати «Багатовимірної шкали перфекціонізму Фроста (FMPS)»

Змінні	Середнє	Стандартна помилка
Занепокоєність помилки	4,03	2,28
Особистісні стандарти	5,21	2,41
Батьківські очікування	4,40	2,24
Батьківська критика	3,78	2,68
Сумніви у власних діях	6,90	2,45
Організованість	6,26	1,82
Перфекціонізм	30,56	7,95

Найвищим виявився показник «Сумніви у власних діях» ($M=6,90$), що свідчить про значну схильність респондентів сумніватися у правильності своїх дій, що, вірогідно, пов'язано з високими вимогами до себе. Аналогічно високий рівень має змінна «Організованість» ($M=6,26$), яка підкреслює важливість структурованості та прагнення до впорядкованості серед опитаних. Водночас показник «Особистісні стандарти» ($M=5,21$) свідчить про те, що молодь часто встановлює для себе високі цілі та очікує відповідності цим стандартам.

З іншого боку, змінні «Батьківські очікування» ($M=4,40$) та «Занепокоєність помилками» ($M=4,03$) вказують на помірну вираженість впливу батьківських вимог і тривожності через можливі невдачі, що є характерним для формування перфекціоністських установок. Найнижчим є показник «Батьківська критика» ($M=3,78$), що свідчить про відносно менший вплив критики з боку батьків на формування перфекціонізму в молодих людей, хоча він все одно залишається суттєвим елементом у структурі особистісних рис. Загальний показник перфекціонізму дорівнює 30,56 зі стандартною помилкою 7,95, що вказує на загалом високий рівень цієї риси серед вибірки.

Таблиця 3.4

Розподіл вибірки за рівнем показників перфекціонізму

Підгрупи	Низький	Середній	Високий
Занепокоєність помилки	51,4%	38,9%	9,7%
Особистісні стандарти	25%	58,3%	16,7%
Батьківські очікування	41,7%	47,2%	11,1%
Батьківська критика	58,3%	27,8%	13,9%
Сумніви у власних діях	11,1%	45,8%	43,1%
Організованість	6,9%	68,1%	25%
Перфекціонізм	11,1%	83,3%	5,6%

Розподіл респондентів за рівнями показників дає змогу конкретизувати виявлені тенденції. Для змінної «Занепокоєність помилками» більшість респондентів демонструють низький рівень (51,4%), тоді як середній рівень зустрічається у 38,9%, а високий лише у 9,7%. Це свідчить про те, що тривога через помилки в більшості випадків не є домінуючою рисою, але присутня у значної частки опитаних. Натомість змінна «Особистісні стандарти» має найбільшу частку респондентів із середнім рівнем (58,3%), а високий рівень спостерігається у 16,7%, що підкреслює значну вираженість цієї складової в молодих людей.

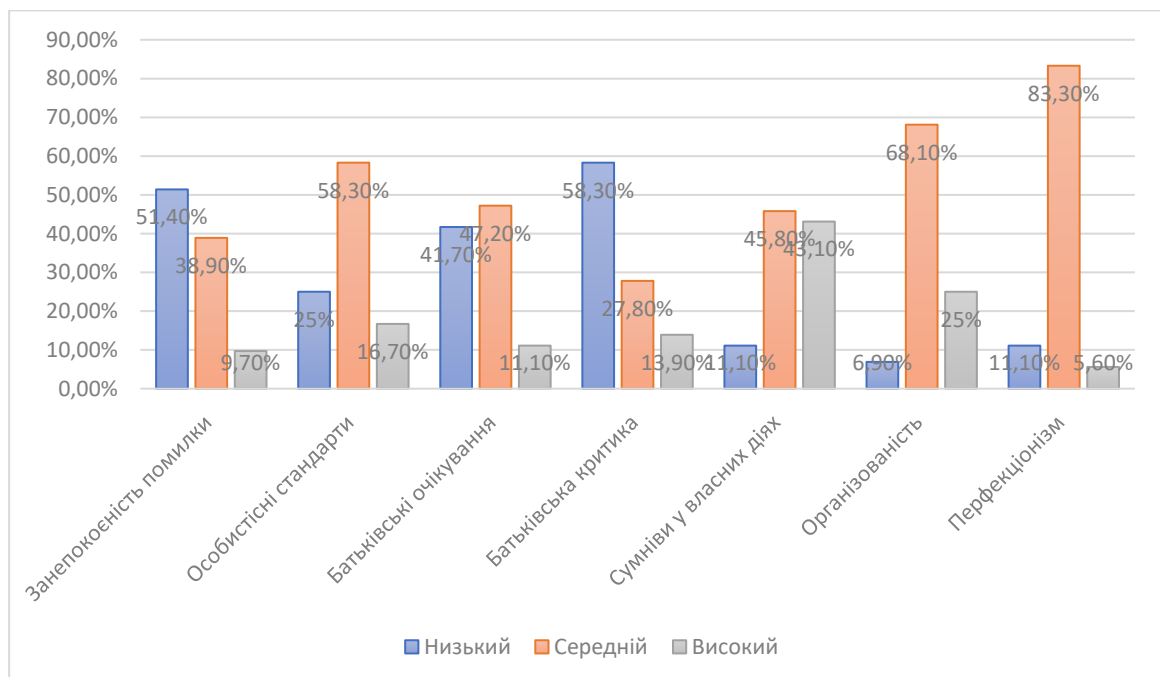


Рис. 3.2. Розподіл вибірки за рівнем показників перфекціонізму

Цікавим є розподіл за показником «Сумніви у власних діях», де високий рівень має 43,1% респондентів, тоді як середній рівень спостерігається у 45,8%, а низький – лише у 11,1%. Такий розподіл вказує на домінування тривожності та сумнівів у власних рішеннях у переважної більшості учасників дослідження. Для змінної «Організованість» більшість респондентів мають середній рівень (68,1%), а високий рівень спостерігається у 25%, що підтверджує її вагомість серед складових перфекціонізму. Натомість низький рівень організованості зустрічається в незначній частки респондентів (6,9%).

Загальний показник перфекціонізму демонструє, що більшість респондентів мають середній рівень цієї риси (83,3%), низький рівень виявлено у 11,1%, а високий лише у 5,6%. Це свідчить про те, що перфекціонізм у молодих людей переважно перебуває на помірному рівні, з помітною вираженістю окремих його компонентів, таких як організованість і сумніви у власних діях.

У ході аналізу результатів за методикою «Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)» було отримано показники, які відображають основні риси особистості досліджуваних (див. табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Результати «Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)»

Змінні	Середнє	Стандартна помилка
Невротичність	4,24	2,96
Спонтанна агресивність	4,75	2,99
Депресивність	5,44	2,68
Дратівливість/ Збудливість	3,89	3,08
Товариськість	4,72	2,68
Врівноваженість	4,35	2,56
Реактивна агресивність	5,33	3,38
Сором'язливість	5,72	1,90
Відкритість	4,56	2,62
Екстраверсія-Інтроверсія	4,11	2,79
Емоційна лабільність	4,42	2,97
Маскулінність-Фемінність	5,21	1,90

Середні значення вказують на те, що найбільш вираженими характеристиками є «Сором'язливість» ($M=5,72$) та «Депресивність» ($M=5,44$), що свідчить про значну емоційну чутливість і тенденцію до внутрішнього переживання невдач у молодих людей. Високі значення також отримала змінна «Реактивна агресивність» ($M=5,33$), яка може вказувати на схильність до імпульсивних реакцій у відповідь на зовнішні подразники. Показник «Маскулінність-Фемінність» ($M=5,21$) свідчить про збалансований прояв цих рис, що характерно для молодого віку, коли відбувається формування гендерної ідентичності.

Інші змінні, такі як «Товариськість» ($M=4,72$) і «Спонтанна агресивність» ($M=4,75$), мають помірні середні значення, що вказує на збалансований рівень соціальної активності та агресивних тенденцій. Показник «Врівноваженість» ($M=4,35$) свідчить про здатність респондентів зберігати емоційну стабільність у більшості ситуацій, хоча «Емоційна лабільність» ($M=4,42$) вказує на наявність помірної нестабільності у значної частки досліджуваних. Найменш вираженими є «Дратівливість/Збудливість» ($M=3,89$) і «Екстраверсія-Інтроверсія» ($M=4,11$), що може свідчити про загальну тенденцію до самоконтролю та помірної соціальної активності.

Таблиця 3.6

Розподіл вибірки за рівнем проявів різних рис особистості

Підгрупи	Низький	Середній	Високий
Невротичність	51,4%	29,2%	19,4%
Спонтанна агресивність	38,9%	34,7%	26,4%
Депресивність	25%	47,2%	27,8%
Дратівливість/ Збудливість	54,2%	26,4%	19,4%
Товариськість	36,1%	43,1%	20,8%
Врівноваженість	44,4%	40,3%	15,3%
Реактивна агресивність	33,3%	27,8%	38,9%
Сором'язливість	6,9%	79,2%	13,9%
Відкритість	37,5%	48,6%	13,9%
Екстраверсія-Інтроверсія	51,4%	34,7%	13,9%
Емоційна лабільність	43,1%	38,9%	18,1%
Маскулінність-Фемінність	22,2%	69,4%	8,3%

Розподіл респондентів за рівнями рис особистості деталізує ці висновки. Наприклад, для «Невротичності» більше половини вибірки (51,4%) демонструють низький рівень, тоді як високий рівень характерний лише для 19,4%. Це підтверджує загалом помірну схильність до емоційної нестабільності в досліджуваній вибірці. Аналогічна тенденція спостерігається і для «Дратівливості/Збудливості», де низький рівень (54,2%) є домінуючим, а високий рівень спостерігається лише у 19,4% респондентів. Водночас «Реактивна агресивність» має помітно більшу частку учасників із високим рівнем (38,9%), що підкреслює значущість цієї риси в досліджуваній вибірці.

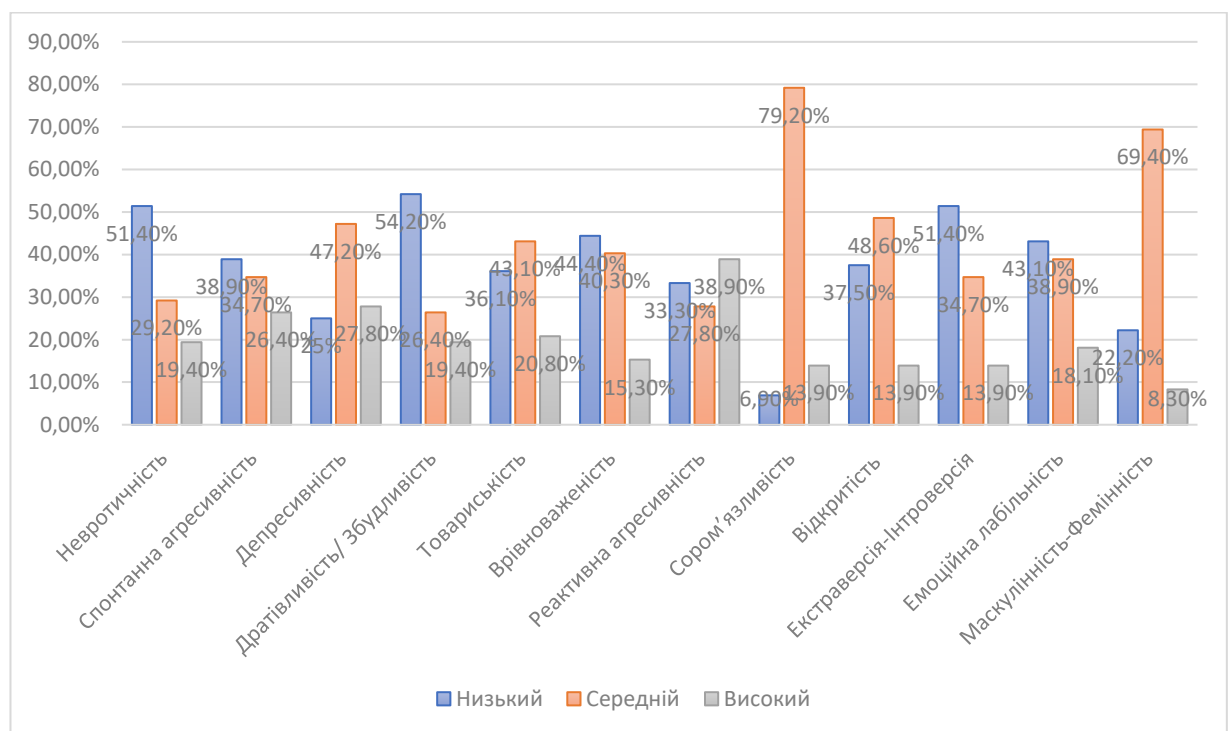


Рис. 3.3. Розподіл вибірки за рівнем проявів різних рис особистості

Значна частка респондентів демонструє середній рівень «Сором'язливості» (79,2%), що вказує на її помірну вираженість у більшості молодих людей, тоді як низький рівень характерний лише для 6,9%. Для показника «Маскуліність-Фемінність» переважна більшість учасників (69,4%) також демонструють середній рівень, що підтверджує збалансованість проявів цієї риси. Схожі тенденції спостерігаються для «Товариськості» та «Відкритості», де середній рівень є найпоширенішим серед респондентів.

Загалом результати свідчать про те, що більшість рис особистості в молодому віці проявляються на середньому рівні, що характерно для періоду стабілізації та адаптації до соціальних і особистісних вимог. Найбільш вираженими серед емоційних характеристик є депресивність і сором'язливість, тоді як товариськість, відкритість і врівноваженість мають збалансований характер.

У ході аналізу методики «Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма (SPH)» було виявлено, що показники психічного здоров'я досліджуваних відображають помірну стабільність з окремими особливостями, які потребують додаткової уваги (див. табл. 3.7).

Таблиця 3.7

Результати «Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма (SPH)»

Змінні	Середнє	Стандартна помилка
Показник гедонічного благополуччя	4,99	2,74
Показник соціального благополуччя	5,25	2,65
Показник психологічного благополуччя	4,35	2,85
Симптоми позитивного функціонування	4,46	3,05
Стабільність психічного здоров'я	18,65	7,02

Середні значення демонструють, що найвищий результат має показник соціального благополуччя ($M=5,25$), що свідчить про те, що молоді люди здебільшого відчують достатній рівень соціальної підтримки та взаємодії в своєму оточенні. Показник гедонічного благополуччя ($M=4,99$) також має відносно високий рівень, відображаючи здатність респондентів отримувати задоволення від життя та відчувати позитивні емоції. Натомість психологічне благополуччя ($M=4,35$) і симптоми позитивного функціонування ($M=4,46$) виявилися дещо нижчими, що вказує на певні труднощі з внутрішньою стабільністю, самореалізацією та функціональною активністю.

Таблиця 3.8

Розподіл вибірки за рівнем показників стабільності психічного здоров'я

Підгрупи	Низький	Середній	Високий
Показник гедонічного благополуччя	33,3%	47,2%	19,4%
Показник соціального благополуччя	29,2%	52,8%	18,1%
Показник психологічного благополуччя	41,7%	44,4%	13,9%
Симптоми позитивного функціонування	48,6%	26,4%	25%
Стабільність психічного здоров'я	23,6%	69,4%	6,9%

Загальний показник стабільності психічного здоров'я становить 18,65 зі стандартною помилкою 7,02, що вказує на середній рівень, характерний для більшості учасників. Розподіл вибірки підтверджує цю тенденцію: для показника стабільності психічного здоров'я переважна більшість респондентів (69,4%) мають середній рівень, тоді як високий рівень спостерігається лише у 6,9%, а низький – у 23,6%. Це свідчить про те, що хоча більшість молодих людей знаходяться у межах помірної психічної стабільності, певна частка все ж стикається з труднощами, які можуть негативно впливати на їхню життєдіяльність.

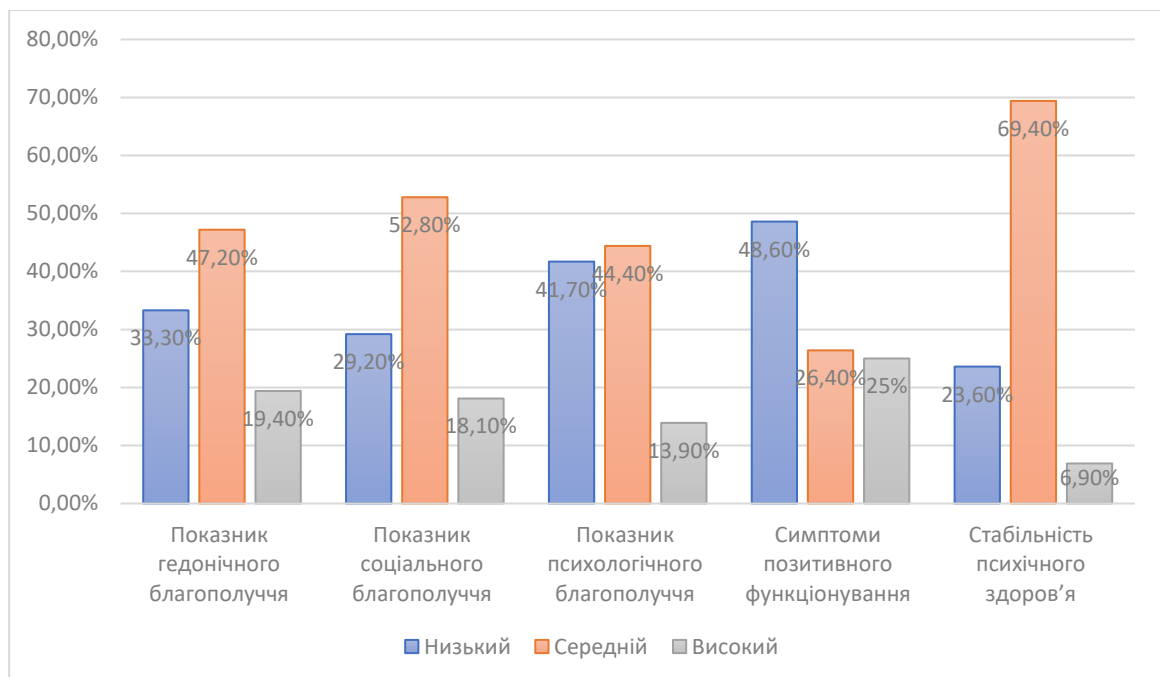


Рис. 3.4. Розподіл вибірки за рівнем показників стабільності психічного здоров'я

Показник соціального благополуччя демонструє подібну картину, де більшість респондентів (52,8%) належать до середнього рівня, а високий рівень спостерігається у 18,1%. Це свідчить про відносну гармонійність соціальних взаємин молоді. Водночас, для гедонічного благополуччя, середній рівень також є найпоширенішим (47,2%), а високий рівень має 19,4% респондентів. Це вказує на те, що багато учасників дослідження відчують загалом позитивні емоції та задоволення від життя, хоча частина з них може мати обмежений доступ до таких переживань.

Показники психологічного благополуччя та симптомів позитивного функціонування демонструють дещо іншу картину. Для психологічного благополуччя більшість респондентів мають середній рівень (44,4%), але низький рівень (41,7%) є досить значним, що вказує на поширеність труднощів із внутрішнім прийняттям і самореалізацією серед молоді. Симптоми позитивного функціонування розподілені так, що значна частка респондентів має низький рівень (48,6%), тоді як високий рівень спостерігається у 25%. Це може вказувати на те, що лише частина молодих людей демонструє високий рівень активного і продуктивного функціонування, що є ключовим для стабільного психічного здоров'я.

Загалом результати свідчать про те, що молоді люди здебільшого демонструють середній рівень психічної стабільності, соціального благополуччя та гедонічного задоволення, але окремі аспекти, такі як симптоми позитивного функціонування і психологічне благополуччя, вимагають глибшого розуміння.

У ході аналізу методики «Тест-опитувальник особистісної зрілості» було виявлено, що середні показники за різними змінними вказують на помірний рівень особистісної зрілості серед досліджуваних (див. табл. 3.9).

Таблиця 3.9

Результати «Тест-опитувальник особистісної зрілості»

Змінні	Середнє	Стандартна помилка
Відповідальність	5,36	3
Децентрація	4,53	2,98
Глибинність переживань	4,47	2,84
Життєва філософія	5,08	2,97
Толерантність	5,07	2,89
Автономність	4,67	2,95
Контактність	5,19	2,72
Самоприйняття	5,36	3,02
Креативність	4,61	2,68
Синергічність	4,69	2,96
Загальна зрілість	49,04	11,64

Найвищі середні значення продемонстрували змінні «Відповідальність» і «Самоприйняття» ($M=5,36$), що свідчить про розвинуту здатність молодих людей брати на себе зобов'язання, виконувати їх і приймати себе такими, якими вони є. Дещо нижчим, але також високим є показник «Контактність» ($M=5,19$), що вказує на здатність до встановлення міжособистісних стосунків і комунікації.

«Життєва філософія» ($M=5,08$) і «Толерантність» ($M=5,07$) свідчать про загалом сформовану здатність до усвідомлення цінностей і прийняття інших людей з їхніми особливостями. Показник «Автономність» ($M=4,67$) демонструє, що респонденти здебільшого мають середній рівень самостійності у прийнятті рішень. Найнижчі середні значення спостерігалися для змінних «Глибинність переживань» ($M=4,47$) і «Децентрація» ($M=4,53$), що може свідчити про дещо знижений рівень емпатії та схильності до глибокого аналізу внутрішніх переживань чи розуміння перспектив інших людей. Загальний показник особистісної зрілості становить 49,04 зі стандартною помилкою 11,64, що вказує на загалом помірний рівень цієї характеристики серед вибірки.

Таблиця 3.10

Розподіл вибірки за рівнем показників особистісної зрілості

Підгрупи	Низький	Середній	Високий
Відповідальність	30,6%	38,9%	30,6%
Децентрація	44,4%	36,1%	19,4%
Глибинність переживань	40,3%	45,8%	13,9%
Життєва філософія	36,1%	38,9%	25%
Толерантність	31,9%	38,9%	29,2%
Автономність	36,1%	44,4%	19,4%
Контактність	33,3%	40,3%	26,4%
Самоприйняття	33,3%	36,1%	30,6%
Креативність	37,5%	47,2%	15,3%
Синергічність	37,5%	45,8%	16,7%
Загальна зрілість	8,3%	90,3%	1,4%

Розподіл вибірки за рівнями показників також дозволяє деталізувати ці висновки. Для змінних «Відповідальність» і «Самоприйняття» рівномірно представлені всі три рівні – низький, середній і високий (по 30,6%), що свідчить про різноманітність рівнів розвитку цих рис у молоді. Для «Толерантності» і «Контактності» також спостерігається значний відсоток осіб із високим рівнем (29,2% і 26,4% відповідно), що підкреслює важливість соціальної взаємодії та відкритості в їхньому особистісному розвитку.

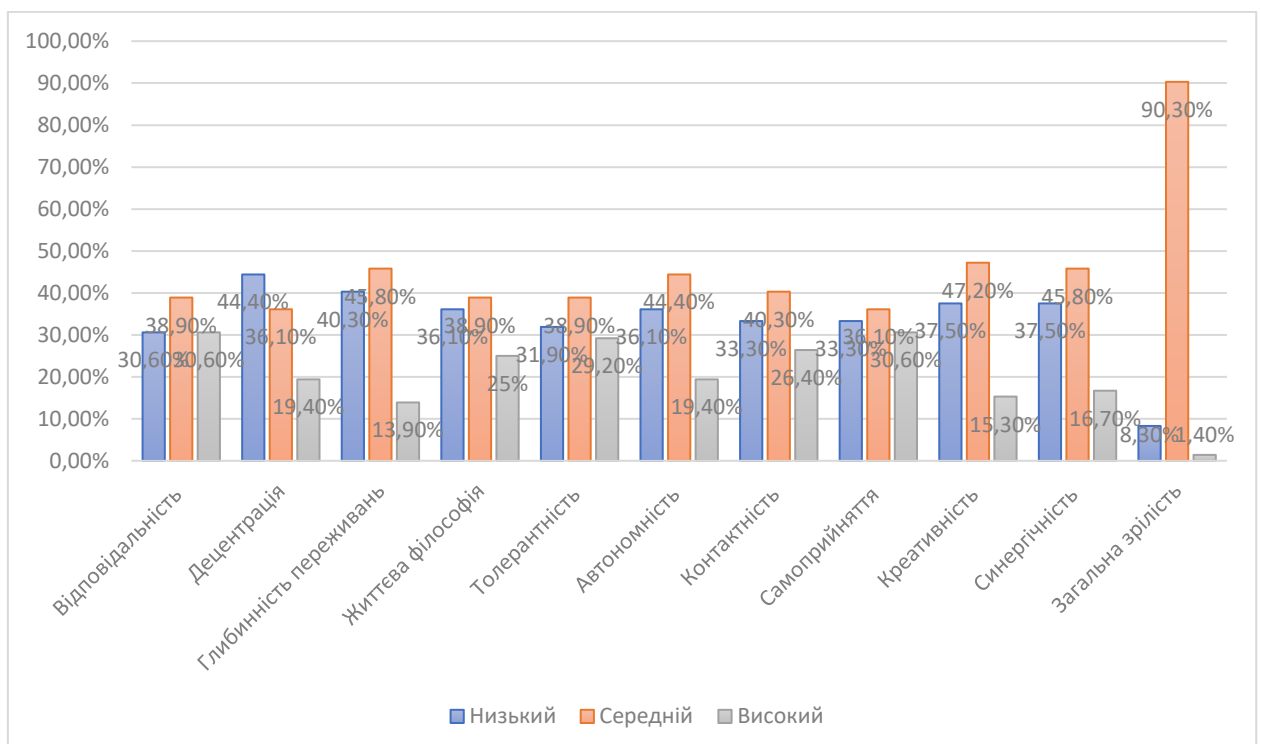


Рис. 3.5. Розподіл вибірки за рівнем показників особистісної зрілості

Натомість для таких змінних, як «Глибинність переживань» і «Децентрація», переважають низький і середній рівні. Наприклад, низький рівень децентрації спостерігається у 44,4% респондентів, що свідчить про труднощі в усвідомленні поглядів і потреб інших людей. Схожа ситуація спостерігається для «Креативності» (37,5% на низькому рівні) і «Синергічності» (37,5% на низькому рівні), хоча середній рівень цих показників є домінуючим. Загальний показник особистісної зрілості демонструє яскраво виражену тенденцію: переважна більшість респондентів (90,3%) належать до середнього рівня, високий рівень характерний лише для 1,4%, що свідчить про недостатню розвиненість усіх компонентів зрілості в більшості досліджуваних.

Таким чином, особистісна зрілість у молодому віці здебільшого має помірний рівень із яскраво вираженою потребою в розвитку окремих її складових. Високий рівень відповідальності, самоприйняття та контактності дозволяє робити висновок про загальну соціальну та особистісну адаптованість, проте низькі рівні децентрації, глибинності переживань і креативності свідчать про необхідність розвитку таких аспектів, як емпатія, глибина мислення та творчий потенціал.

3.2. Зв'язок особистісних властивостей з нарцисизмом і перфекціонізмом у особистості молодого віку

У ході кореляційного аналізу було виявлено статистично значущі зв'язки між нарцисичними рисами особистості та іншими особистісними характеристиками молодих людей (див. табл. 3.11).

Таблиця 3.11

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку нарцисизму та особистісних рис людей молодого віку

Змінні	Лідерство/ Авторитет	Вищість/ Зарозумілість	Самозаглиблення/ Самозахоплення	Експлуатативність/ Виятковість	Нарцисизм
Невротичність	0,269*	-0,017	0,013	-0,228	-0,012
Спонтанна агресивність	0,211	0,538*	0,235*	0,604*	0,595*
Депресивність	0,322*	0,133	0,283*	0,045	0,276*
Дратівливість/ Збудливість	0,301*	0,004	0,020	-0,021	0,092
Товариськість	0,407*	0,038	0,335*	-0,079	0,238*
Врівноваженість	-0,199	-0,005	-0,067	0,124	-0,038
Реактивна агресивність	0,054	0,377*	0,151	0,429*	0,385*
Сором'язливість	-0,225	-0,163	-0,078	-0,159	-0,222
Відкритість	0,187	-0,128	0,183	-0,062	0,059
Екстраверсія-Інтроверсія	-0,205	0,022	-0,113	-0,001	-0,100
Емоційна лабільність	0,215	-0,064	-0,021	-0,125	-0,017
Маскулінність-Фемінність	0,114	-0,130	0,206	-0,006	0,068

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Результати свідчать про те, що компонент нарцисизму «Лідерство/Авторитет» позитивно корелює з невротичністю ($r=0,269$), депресивністю ($r=0,322$), дратівливістю/збудливістю ($r=0,301$), товариськістю ($r=0,407$). Це вказує на те, що особи з вираженими лідерськими якостями та авторитетом можуть також мати підвищену емоційну напругу та схильність до переживань, але водночас демонструють відкритість до соціальних контактів.

Для змінної «Вищість/Зарозумілість» виявлено значну позитивну кореляцію зі спонтанною агресивністю ($r=0,538$) і реактивною агресивністю ($r=0,377$), що вказує на схильність таких осіб до агресивної поведінки, особливо в емоційно насичених ситуаціях.

Компонент «Самозаглиблення/Самозахоплення» має значущі позитивні кореляції зі спонтанною агресивністю ($r=0,235$), депресивністю ($r=0,283$) та товариськістю ($r=0,335$). Це свідчить про те, що самозосереджені люди можуть

проявляти деяку схильність до агресивних імпульсів і депресивних станів, але при цьому залишаються відкритими до соціальної взаємодії.

Складова «Експлуатативність/Винятковість» демонструє найсильніші позитивні кореляції зі спонтанною агресивністю ($r=0,604$) та реактивною агресивністю ($r=0,429$), що свідчить про тенденцію таких осіб до вираженої агресивності як реакції на зовнішні стимули. Крім того, спостерігається зв'язок із депресивністю ($r=0,276$), що вказує на емоційну нестабільність таких респондентів.

Загальний показник нарцисизму виявив позитивні кореляції з декількома рисами, серед яких спонтанна агресивність ($r=0,595$), депресивність ($r=0,276$), товарицькість ($r=0,238$) та реактивна агресивність ($r=0,385$). Це підкреслює комплексність нарцисичних проявів, які поєднують схильність до агресивної поведінки, емоційної напруги та соціальної активності. Отримані результати дозволяють стверджувати, що нарцисичні риси мають складну структуру зв'язків з особистісними характеристиками, де поєднуються як позитивні, так і потенційно дезадаптивні риси, зокрема агресивність та емоційна нестабільність, що може ускладнювати міжособистісні стосунки та внутрішню гармонію.

У ході кореляційного аналізу було виявлено значущі зв'язки між перфекціонізмом та особистісними рисами молодих людей, що відображають комплексний характер взаємодії цих змінних (див. табл. 3.12).

Таблиця 3.12

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку перфекціонізму та особистісних рис людей молодого віку

Змінні	Занепокоєність помилки	Особистісні стандарти	Батьківські очікування	Батьківська критика	Сумніви у власних діях	Організованість	Перфекціонізм
Невротичність	0,596*	0,181	0,142	0,360*	0,133	-0,051	0,422*
Спонтанна агресивність	0,121	0,172	0,097	-0,030	0,031	-0,180	0,071

Продовження табл.3.12

Змінні	Занепокоєність помилки	Особистісні стандарти	Батьківські очікування	Батьківська критика	Сумніви у власних діях	Організованість	Перфекціонізм
Депресивність	-0,020	0,454*	0,148	-0,023	0,668*	0,057	0,381*
Дратівливість/ Збудливість	0,535*	0,204	0,327*	0,737*	-0,026	0,282*	0,615*
Товариськість	-0,006	0,138	0,136	0,011	0,303*	0,085	0,197
Врівноваженість	-0,398*	-0,210	-0,152	-0,214	-0,089	0,092	-0,306*
Реактивна агресивність	0,109	0,074	0,114	0,027	0,033	-0,244*	0,048
Сором'язливість	-0,145	-0,147	-0,188	-0,004	-0,154	0,205	-0,142
Відкритість	0,014	0,048	0,137	-0,117	0,217	0,061	0,101
Екстраверсія-Інтроверсія	-0,291*	-0,221	-0,068	-0,097	-0,075	-0,006	-0,231
Емоційна лабільність	0,421*	0,126	0,099	0,203	0,116	0,026	0,320*
Маскулінність-Фемінність	0,074	0,138	0,145	0,189	0,113	0,106	0,228

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Однією з найбільш виражених асоціацій є позитивний зв'язок між «Занепокоєністю помилки» та невротичністю ($r=0,596$), що свідчить про те, що тривожні особи з більшою схильністю до емоційної нестабільності частіше переймаються помилками. Крім того, «Занепокоєність помилки» має позитивний зв'язок із дратівливістю/збудливістю ($r=0,535$) та емоційною лабільністю ($r=0,421$), що підкреслює тісний взаємозв'язок між тривожністю через помилки та емоційною нестабільністю.

Особливу увагу заслуговує змінна «Особистісні стандарти», яка позитивно корелює з депресивністю ($r=0,454$). Це може свідчити про те, що високі вимоги до себе супроводжуються тенденцією до переживання емоційного виснаження, коли очікування не відповідають реальності. «Сумніви у власних діях» також демонструють сильний позитивний зв'язок із депресивністю ($r=0,668$) та товариськістю ($r=0,303$). Ці результати свідчать про те, що постійні сумніви у своїх діях можуть бути пов'язані із депресивними станами, але водночас можуть сприяти формуванню міжособистісних стосунків, можливо, через потребу у підтримці.

Показник «Батьківська критика» має найвищий позитивний зв'язок із дратівливістю/збудливістю ($r=0,737$), що підкреслює значний вплив критики з боку батьків на емоційну збудливість і дратівливість у молодому віці. Водночас ця змінна негативно корелює з врівноваженістю ($r=-0,214$), що може свідчити про дестабілізуючий вплив батьківської критики на емоційну стабільність.

Загальний показник перфекціонізму позитивно корелює з невротичністю ($r=0,422$), депресивністю ($r=0,381$) та дратівливістю/збудливістю ($r=0,615$), що вказує на його тісний зв'язок із негативними емоційними станами. Негативна кореляція із врівноваженістю ($r=-0,306$) демонструє, що високий рівень перфекціонізму може призводити до втрати емоційної стабільності. Також загальний показник перфекціонізму має значущий позитивний зв'язок із емоційною лабільністю ($r=0,320$), що підкреслює динамічність і мінливість емоцій у перфекціоністів. Отримані результати свідчать, що перфекціонізм у молодих людей тісно пов'язаний з рисами, що відображають емоційну нестабільність, високий рівень тривожності та схильність до самокритичності. Зокрема, його зв'язок із депресивністю та дратівливістю може вказувати на потенційні ризики для психічного здоров'я.

У ході кореляційного аналізу зв'язку нарцисизму та перфекціонізму у людей молодого віку було виявлено кілька статистично значущих залежностей, які проливають світло на взаємодію цих конструктів. В тому числі виявлено позитивний значущий зв'язок нарцисизму з перфекціонізмом ($r=0,329$) у особистості в молодому віці (див. табл. 3.13).

Таблиця 3.13

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку нарцисизму та перфекціонізму
людей молодого віку

Змінні	Лідерство/ Авторитет	Вищість/ Зарозумілість	Самозаглиблення/ Самозахоплення	Експлуатативність/ Винятковість	Нарцисизм
Занепокоєність помилки	0,323*	0,036	-0,061	0,020	0,095
Особистісні стандарти	0,602*	0,1345	0,461*	0,149	0,479*
Батьківські очікування	0,392*	-0,018	0,014	0,008	0,122
Батьківська критика	0,199	-0,056	-0,097	-0,024	-0,007
Сумніви у власних діях	0,425*	0,082	0,286*	-0,039	0,256
Організованість	-0,015	-0,161	-0,076	-0,185	-0,167
Перфекціонізм	0,581*	0,014	0,157	-0,013	0,329*

Примітка - «» статистична значущість на рівні $p < 0,05$*

Зокрема, «лідерство/авторитет» як компонент нарцисизму демонструє позитивну статистично значущу кореляцію із занепокоєнням помилками ($r=0,323$), особистісними стандартами ($r=0,602$), батьківськими очікуваннями ($r=0,392$) і сумнівами у власних діях ($r=0,425$). Це свідчить, що прагнення до авторитету й лідерства може супроводжуватися високими особистісними стандартами, внутрішніми сумнівами та занепокоєнням щодо власних помилок, а також значним впливом батьківських очікувань, що формують такі установки.

Також було виявлено, що «самозаглиблення/самозахоплення» позитивно корелює з особистісними стандартами ($r=0,461$) і сумнівами у власних діях ($r=0,286$). Це свідчить про те, що схильність до зосередження на власному «Я» та внутрішній рефлексії супроводжується прагненням до високих стандартів і переживанням невпевненості у своїх рішеннях. Крім того, загальний рівень нарцисизму позитивно пов'язаний із особистісними стандартами ($r=0,479$). Це вказує на те, що більш нарцисичні особистості встановлюють для себе високі стандарти і демонструють загальні риси перфекціонізму.

Цікаво, що кореляції з іншими аспектами нарцисизму, такими як «вищість/зарозумілість», «експлуатативність/винятковість», а також

організованістю, не виявили статистично значущих залежностей. Це може свідчити про специфіку досліджуваного зв'язку, де певні компоненти нарцисизму не мають тісного відношення до показників перфекціонізму.

Таким чином, результати свідчать, що взаємозв'язок нарцисизму та перфекціонізму у молодих людей найбільш виразно проявляється через підвищені особистісні стандарти, вплив батьківських очікувань і переживання внутрішніх сумнівів, що може вказувати на тісний зв'язок між високими вимогами до себе, зумовленими як зовнішніми, так і внутрішніми факторами, і нарцисичними рисами особистості.

3.3. Зв'язок нарцисизму та перфекціонізму з особистісною зрілістю

У ході кореляційного аналізу було виявлено статистично значущі зв'язки між показниками нарцисизму та компонентами особистісної зрілості, що підкреслюють специфічні аспекти їх взаємодії (див. табл. 3.14).

Таблиця 3.14

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку нарцисизму та показників зрілості людей молодого віку

Змінні	Лідерство/ Авторитет	Вищість/ Зарозумілість	Самозаглиблення/ Самозахоплення	Експлуатативність/ Винятковість	Нарцисизм
Відповідальність	-0,054	0,038	0,041	-0,019	0,006
Децентрація	-0,163	0,183	-0,045	0,048	0,017
Глибинність переживань	0,007	-0,111	-0,044	-0,197	-0,135
Життєва філософія	-0,141	0,004	-0,026	-0,089	-0,088
Толерантність	-0,025	-0,131	0,168	-0,136	-0,043
Автономність	-0,079	0,110	0,019	-0,017	0,015
Контактність	0,309*	0,094	0,327*	0,087	0,293*
Самоприйняття	-0,084	0,024	0,025	-0,173	-0,078
Креативність	0,047	-0,196	0,014	-0,158	-0,114
Синергічність	-0,176	0,139	-0,052	0,159	0,040
Загальна зрілість	-0,099	0,045	0,101	-0,122	-0,024

Примітка - «» статистична значущість на рівні $p < 0,05$*

Зокрема, змінна «Лідерство/Авторитет» виявила позитивну кореляцію з показниками «Контактність» ($r=0,309$), що свідчить про те, що здатність брати на себе лідерські ролі та впливати на оточення асоціюється зі схильністю до відкритості та активної взаємодії з іншими людьми. Це підтверджує, що соціально орієнтовані аспекти нарцисизму можуть сприяти розвитку міжособистісних навичок і створенню контактів.

Аналогічно, змінна «Самозаглиблення/Самозахоплення» також виявила позитивний зв'язок із «Контактністю» ($r=0,327$). Це вказує на те, що люди, які демонструють підвищену увагу до себе, одночасно проявляють відкритість до спілкування та здатність ефективно будувати соціальні взаємозв'язки. Даний результат може свідчити про те, що елемент нарцисизму, пов'язаний із самоаналізом, не обов'язково суперечить соціальній активності, а навпаки, може слугувати певним ресурсом у встановленні контактів.

Загальний показник нарцисизму також демонструє позитивну кореляцію з «Контактністю» ($r=0,293$), підкреслюючи, що загальна вираженість нарцисичних рис пов'язана зі здатністю до соціальної взаємодії. Це дозволяє зробити висновок, що, попри потенційно деструктивний вплив окремих аспектів нарцисизму, його соціально орієнтовані компоненти можуть сприяти розбудові комунікативних навичок.

Інші аспекти зрілості, такі як відповідальність, життєва філософія, автономність, не демонструють значущих зв'язків із нарцисичними рисами, що може вказувати на відносну незалежність цих характеристик. Загальний показник зрілості також не має значущих кореляцій із нарцисизмом, що свідчить про те, що нарцисичні риси не є визначальними для рівня особистісної зрілості в цілому.

Таким чином, результати аналізу свідчать про те, що найбільш тісні зв'язки між нарцисизмом та зрілістю спостерігаються в аспектах, пов'язаних із соціальною взаємодією. Це підкреслює, що соціальні прояви нарцисизму, зокрема здатність до контактності, можуть бути потенційно адаптивними і

сприяти розвитку міжособистісних зв'язків, тоді як інші компоненти зрілості залишаються менш залежними від цих рис.

У ході кореляційного аналізу було виявлено низку статистично значущих зв'язків між показниками перфекціонізму та компонентами особистісної зрілості, які дозволяють краще зрозуміти взаємодію цих змінних (див. табл. 3.15).

Таблиця 3.15

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку перфекціонізму та показників зрілості людей молодого віку

Змінні	Занепокоєність помилки	Особистісні стандарти	Батьківські очікування	Батьківська критика	Сумніви у власних діях	Організованість	Перфекціонізм
Відповідальність	-0,020	-0,055	-0,041	-0,141	-0,166	-0,069	-0,146
Децентрація	-0,282*	-0,262*	-0,333*	-0,109	-0,213	0,005	-0,362*
Глибинність переживань	0,242*	0,033	0,076	0,109	0,061	0,118	0,182
Життєва філософія	-0,350*	-0,144	-0,079	-0,228	-0,074	0,030	-0,259*
Толерантність	0,081	-0,012	0,061	-0,020	-0,053	-0,071	0,003
Автономність	-0,049	-0,201	-0,144	0,083	-0,182	-0,047	-0,159
Контактність	-0,001	0,172	0,229	0,037	0,282*	0,166	0,254*
Самоприйняття	-0,061	0,009	-0,080	-0,156	0,037	-0,059	-0,091
Креативність	0,117	-0,055	0,104	0,062	0,016	-0,048	0,063
Синергічність	-0,316*	-0,167	-0,246*	-0,069	-0,204	0,070	-0,287*
Загальна зрілість	-0,170	-0,177	-0,125	-0,115	-0,133	0,021	-0,214

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Одним із ключових результатів є негативний зв'язок між «Занепокоєністю помилки» та децентрацією ($r = -0,282$), що свідчить про те, що схильність до надмірного хвилювання через помилки може знижувати здатність особи враховувати перспективи інших людей і виходити за межі власних інтересів. Аналогічно, «Занепокоєність помилки» має негативний зв'язок із життєвою філософією ($r = -0,350$) та синергічністю ($r = -0,316$), що вказує на те, що тривожність щодо помилок може бути перешкодою для

формування цілісного світогляду та гармонійного поєднання різних аспектів життя.

«Особистісні стандарти» також демонструють негативний зв'язок із децентрацією ($r=-0,262$), що може вказувати на те, що висока вимогливість до себе супроводжується труднощами у врахуванні точок зору інших. Крім того, негативна кореляція між «Синергічністю» та батьківськими очікуваннями ($r=-0,246$) свідчить про те, що надмірний тиск з боку батьків може заважати розвитку гармонійного поєднання різних життєвих компонентів.

Загальний показник перфекціонізму демонструє негативний зв'язок із децентрацією ($r=-0,362$), життєвою філософією ($r=-0,259$) та синергічністю ($r=-0,287$), що підкреслює загальну тенденцію до того, що високий рівень перфекціонізму може негативно впливати на здатність молодих людей формувати цілісний світогляд і гармонійно поєднувати різні аспекти особистісного розвитку. Водночас позитивний зв'язок загального перфекціонізму з контактністю ($r=0,254$) свідчить про те, що перфекціоністські риси можуть сприяти формуванню міжособистісних взаємодій, можливо, через потребу отримати підтвердження своєї значущості в соціальному контексті.

Показник «Сумніви у власних діях» має позитивний зв'язок із контактністю ($r=0,282$), що свідчить про те, що внутрішні сумніви можуть спонукати молодих людей до встановлення міжособистісних контактів, імовірно, з метою отримання соціальної підтримки чи схвалення. У свою чергу, «Глибинність переживань» демонструє позитивну кореляцію із «Занепокоєністю помилки» ($r=0,242$), що може вказувати на те, що схильність до аналізу своїх переживань поєднується з високим рівнем тривожності.

З одного боку, певні аспекти, такі як контактність, сприяють розвитку соціальної адаптації. З іншого боку, високі стандарти, тривожність щодо помилок та батьківський тиск можуть перешкоджати формуванню цілісного світогляду, гармонії та здатності враховувати інтереси інших, що робить перфекціонізм суперечливою рисою для молодих людей.

3.4. Статеві відмінності в особливостях зв'язку нарцисизму та перфекціонізму у особистості молодого віку

У ході аналізу відмінностей між чоловіками та жінками в проявах нарцисизму було виявлено кілька статистично значущих розбіжностей, які свідчать про статеву специфіку цієї особистісної риси (див. табл. 3.16).

Таблиця 3.16

Статеві відмінності у прояві показників нарцисизму

Змінні	Мана-Уїтні	р	Середнє серед чоловіків	Середнє серед жінок
Лідерство/ Авторитет	532	0,038*	4,56	3,94
Вищість/ Зарозумілість	443	0,074	3,87	3,76
Самозаглиблення/ Самозахоплення	558	0,022*	4,65	3,52
Експлуатативність/ Винятковість	548	0,028*	4,38	3,70
Нарцисизм	559	0,022*	17,47	14,94

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Однією з найбільш виражених відмінностей є показник «Лідерство/Авторитет», середнє значення якого серед чоловіків (4,56) суттєво перевищує відповідне середнє значення серед жінок (3,94), що підтверджується статистично значущим результатом за критерієм Манна-Уїтні. Це свідчить про те, що чоловіки виявляють більшу схильність до проявів лідерства та авторитету, що може бути зумовлено як культурними очікуваннями, так і внутрішніми установками. Чоловіки частіше прагнуть взяти на себе лідерську роль у міжособистісній взаємодії, що відображає їхню впевненість у власних здібностях та бажання впливати на інших.

Змінна «Самозаглиблення/Самозахоплення» також виявила значущі статеві відмінності: серед чоловіків середнє значення становить 4,65, тоді як серед жінок – 3,52. Це вказує на те, що чоловіки частіше демонструють зайнятість власними переживаннями або задоволення собою, що може відображати специфічний аспект самосприйняття, характерний для чоловічого нарцисизму. Така самозаглибленість може бути пов'язана із прагненням

чоловіків утвердити власну унікальність та значимість, що, можливо, слугує способом захисту їхнього самооцінного статусу.

Схожа тенденція спостерігається у змінній «Експлуатативність/Винятковість», де середнє значення серед чоловіків (4,38) також значно перевищує показник серед жінок (3,70), із значущим результатом. Це підкреслює, що чоловіки більш схильні до прагнення виділятися та використовувати інших у своїх цілях, що може бути пов'язано із соціальними нормами, які заохочують такі риси серед чоловіків. Прагнення до винятковості та схильність до використання інших для досягнення власних цілей можуть бути вираженням конкурентності та бажання досягти високого соціального статусу, що є більш типовим для чоловіків.

Загальний показник нарцисизму також демонструє статистично значущу відмінність між чоловіками та жінками. Середнє значення серед чоловіків становить 17,47, тоді як серед жінок — 14,94, що підтверджує, що чоловіки в цілому виявляють більш високий рівень нарцисичних рис. Ці відмінності можуть бути зумовлені як біологічними, так і соціокультурними чинниками, які формують різні моделі поведінки та самосприйняття у чоловіків і жінок. Наприклад, соціальні очікування від чоловіків як від тих, хто має проявляти силу, впевненість та успішність, можуть сприяти розвитку нарцисичних рис, таких як лідерство та винятковість.

Цікаво, що змінна «Вищість/Зарозумілість» не виявила статистично значущих відмінностей між чоловіками та жінками ($p=0,074$). Це може вказувати на те, що почуття вищості або зарозумілості є однаково поширеним серед обох статей і не залежить настільки від гендерних ролей чи очікувань. Проте, середнє значення цієї змінної серед чоловіків (3,87) все ж трохи вище, ніж серед жінок (3,76), що може свідчити про тенденцію до більш вираженого самопіднесення серед чоловіків, навіть якщо ця різниця не є статистично значущою.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що чоловіки демонструють вищий рівень нарцисизму, особливо в аспектах лідерства,

самозаглиблення та експлуатативності. Це може бути результатом як соціальних очікувань, які підтримують лідерські та конкурентні якості серед чоловіків, так і внутрішніх факторів, таких як прагнення до самоствердження та захисту власної значимості. Водночас, деякі риси, як-от «Вищість/Зарозумілість», можуть бути притаманними як чоловікам, так і жінкам, що вказує на складність та різноманітність проявів нарцисизму в залежності від гендерного контексту.

У ході аналізу відмінностей між чоловіками та жінками в проявах перфекціонізму було виявлено кілька статистично значущих розбіжностей, які підкреслюють гендерні особливості у формуванні цієї риси (див. табл. 3.17).

Таблиця 3.17

Статеві відмінності у прояві показників перфекціонізму

Змінні	Мана-Уїтні	р	Середнє серед чоловіків	Середнє серед жінок
Занепокоєність помилки	410,5	0,044*	3,94	4,29
Особистісні стандарти	539	0,034*	5,36	4,70
Батьківські очікування	464	0,096	4,45	4,23
Батьківська критика	534,5	0,037*	3,96	3,17
Сумніви у власних діях	501	0,065	6,92	6,82
Організованість	389	0,029*	6,16	6,58
Перфекціонізм	502	0,065	30,78	29,82

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Зокрема, змінна «Занепокоєність помилки» показала, що середнє значення у жінок (4,29) перевищує середнє значення у чоловіків (3,94), причому ця різниця є статистично значущою. Це свідчить про те, що жінки частіше переживають тривогу через можливість помилок, що може бути зумовлено соціокультурними очікуваннями або внутрішньою схильністю до самокритичності.

Іншою значущою відмінністю є показник «Особистісні стандарти», середнє значення якого у чоловіків (5,36) виявилось вищим, ніж у жінок (4,70). Це може свідчити про те, що чоловіки встановлюють для себе більш високі вимоги, прагнучи відповідати амбітним цілям або суспільним стандартам успішності. Аналогічна тенденція спостерігається і для змінної «Батьківська

критика», середнє значення якої серед чоловіків (3,96) значно перевищує показник у жінок (3,17). Це вказує на те, що чоловіки частіше сприймають або відчують критику з боку батьків, що може впливати на їхнє сприйняття власної відповідності очікуванням.

Цікавим є також показник «Організованість», де жінки мають вищий середній бал (6,58) порівняно з чоловіками (6,16), причому різниця є статистично значущою. Це може свідчити про те, що жінки, ймовірно, приділяють більше уваги впорядкованості, плануванню та структурованості в досягненні своїх цілей, що може бути зумовлено як особистісними, так і гендерними особливостями.

Результати свідчать, що чоловіки і жінки демонструють різні патерни прояву перфекціонізму, де чоловіки більше фокусуються на високих стандартах та впливі батьківської критики, тоді як жінки більше схильні до переживань через помилки та до організованості.

У ході аналізу відмінностей у прояві показників нарцисизму та перфекціонізму залежно від рівня освіти було виявлено, що найбільш виражені освітні відмінності спостерігаються в рівнях перфекціонізму, тоді як показники нарцисизму не демонструють статистично значущих відмінностей (див. табл. 3.18).

Таблиця 3.18

Відмінності у прояві показників нарцисизму та перфекціонізму

Змінні	F	p	Середнє серед середньої освіти	Середнє серед професійно-технічної освіти	Вища освіта рівня «Бакалавр»	Вища освіта рівня «Магістр»	Післядипломна освіта
Нарцисизм	2,19	0,099	14,9	14,4	17,1	19,6	19,3
Перфекціонізм	6,75	0,001*	27,4	28,6	26,8	35,8	37,6

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Значення F-критерію для змінної «Перфекціонізм» становить 6,75 при $p=0,001$, що вказує на істотну різницю між групами, залежно від рівня освіти.

Середній рівень перфекціонізму варіюється від 26,8 для респондентів із рівнем вищої освіти «Бакалавр» до 37,6 для осіб із післядипломною освітою. Це свідчить про те, що підвищення освітнього рівня супроводжується зростанням вимогливості до себе, організованості та прагнення до ідеалу, які є ключовими аспектами перфекціонізму. Особливо високий рівень перфекціонізму спостерігається у групах із вищою освітою рівня «Магістр» ($M=35,8$) та післядипломною освітою ($M=37,6$). Це може бути пояснено специфікою освітньої діяльності на цих етапах, яка вимагає високого рівня самодисципліни, точності та відповідності встановленим стандартам.

Рівень перфекціонізму також є вищим серед осіб із професійно-технічною освітою ($M=28,6$) порівняно з тими, хто має середню освіту ($M=27,4$) або вищу освіту рівня «Бакалавр» ($M=26,8$). Це може свідчити про те, що професійно-технічна освіта, яка часто вимагає практичного опанування специфічних навичок і відповідності чітким критеріям, сприяє формуванню певного рівня перфекціоністських рис. Однак, зростання перфекціонізму є особливо вираженим на етапах отримання вищої та післядипломної освіти, де вимоги до академічних досягнень та самодисципліни є значно вищими.

Рівень нарцисизму, незважаючи на візуально помітну тенденцію до підвищення в групах із вищою та післядипломною освітою, не досяг рівня статистичної значущості ($F=2,19$, $p=0,099$). Середні значення свідчать про те, що нарцисичні риси вищі серед осіб із рівнем освіти «Магістр» ($M=19,6$) та післядипломною освітою ($M=19,3$), однак у цілому ці відмінності не можна вважати такими, що мають суттєвий вплив. Можливо, зростання рівня нарцисизму у цих групах пов'язане з підвищеними амбіціями, прагненням до самореалізації та лідерських позицій, які часто характерні для людей із високим рівнем освіти.

Цікаво відзначити, що рівень нарцисизму серед респондентів із рівнем вищої освіти «Бакалавр» ($M=17,1$) також є вищим порівняно з тими, хто має

середню освіту ($M=14,9$) та професійно-технічну освіту ($M=14,4$). Це може свідчити про те, що здобуття вищої освіти, навіть на початковому рівні, пов'язане з розвитком більш виражених нарцисичних рис, таких як впевненість у власних можливостях та прагнення до особистих досягнень. Проте, такі тенденції не досягають статистично значущого рівня, що свідчить про можливий вплив інших факторів, таких як особистісні особливості або соціальне середовище, які не враховуються у даному дослідженні.

Таким чином, результати свідчать, що освітні відмінності найбільш суттєво проявляються в аспекті перфекціонізму, тоді як нарцисизм демонструє лише незначні варіації, які не є статистично значущими. Підвищення рівня освіти супроводжується зростанням перфекціоністських проявів, що може бути важливим фактором у розумінні особливостей мотиваційної та емоційної сфери осіб із різним рівнем освіченості. Освітній контекст може відігравати значну роль у формуванні таких особистісних характеристик, як прагнення до ідеалу та вимогливість до себе, тоді як нарцисичні риси, можливо, залежать від більш комплексної взаємодії освітніх, соціальних і особистісних чинників.

3.5. Зв'язок нарцисизму та перфекціонізму з психічним здоров'ям у особистості в молодому віці

У ході кореляційного аналізу було виявлено статистично значущі зв'язки між компонентами нарцисизму та показниками психічного здоров'я молодих людей, що вказують на специфічний вплив окремих нарцисичних рис на суб'єктивне благополуччя (див. табл. 3.19).

Таблиця 3.19

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку нарцисизму та показників зрілості людей молодого віку

Змінні	Лідерство/ Авторитет	Вищість/ Зарозумілість	Самозаглиблення/ Самозахоплення	Експлуатативність/ Винятковість	Нарцисизм
Показник гедонічного благополуччя	-0,043	-0,142	0,021	-0,176	-0,127
Показник соціального благополуччя	0,395*	0,117	0,188	-0,105	0,193
Показник психологічного благополуччя	-0,137	0,104	-0,036	0,051	0,002
Симптоми позитивного функціонування	-0,053	-0,046	-0,010	-0,042	-0,053
Стабільність психічного здоров'я	0,062	0,007	0,061	-0,085	0,011

Примітка - «*» статистична значущість на рівні $p < 0,05$

Зокрема, змінна «Лідерство/Авторитет» має позитивну кореляцію з показником соціального благополуччя ($r=0,395$), що свідчить про те, що здатність брати на себе лідерські ролі та проявляти авторитет у міжособистісній взаємодії сприяє кращому відчуттю соціальної інтеграції та підтримки. Цей результат вказує на адаптивний потенціал цієї риси нарцисизму в контексті соціального функціонування.

Інші компоненти нарцисизму, такі як «Вищість/Зарозумілість», «Самозаглиблення/Самозахоплення» та «Експлуатативність/Винятковість», не виявили значущих кореляцій із показниками психічного здоров'я, що може свідчити про слабкий або опосередкований їхній вплив на загальний рівень благополуччя. Зокрема, негативний зв'язок між показником гедонічного благополуччя та «Експлуатативністю/Винятковістю» ($r=-0,176$) вказує на те, що прагнення до маніпуляції або винятковості може бути пов'язане зі зниженням рівня задоволення від життя.

Загальний показник нарцисизму також не демонструє статистично значущих зв'язків із гедонічним, соціальним чи психологічним

благополуччям, що може вказувати на неоднозначний характер впливу нарцисизму на суб'єктивне психічне здоров'я, залежно від контексту та конкретних проявів. Наприклад, «Вищість/Зарозумілість» має слабку негативну кореляцію з гедонічним благополуччям ($r=-0,142$), що свідчить про те, що зарозумілість може знижувати здатність особистості насолоджуватися життям.

Однак, позитивна кореляція між «Самозаглибленням/Самозахопленням» та соціальним благополуччям ($r=0,188$) може свідчити про те, що схильність до саморефлексії та позитивного ставлення до себе може мати позитивний ефект на сприйняття соціальних зв'язків. Водночас відсутність значущих кореляцій із психологічним благополуччям вказує на те, що ці риси можуть бути недостатньо стабільними або мають опосередкований вплив на внутрішню гармонію та задоволення життям.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що адаптивні аспекти нарцисизму, такі як лідерські якості та соціальна активність, можуть сприяти кращій соціальній інтеграції та підвищенню суб'єктивного відчуття соціального благополуччя, тоді як інші компоненти нарцисизму, зокрема ті, що стосуються егоцентризму чи експлуатативності, не мають прямого зв'язку з показниками психічного здоров'я. Важливо зазначити, що вплив нарцисизму на психічне здоров'я є складним і може варіювати залежно від контексту, особистісних характеристик та соціальної підтримки, що підкреслює необхідність подальших досліджень у цій сфері.

У ході кореляційного аналізу було виявлено значущі зв'язки між показниками перфекціонізму та різними аспектами психічного здоров'я молодих людей (див. табл. 3.20).

Таблиця 3.20

Кореляційний аналіз особливостей зв'язку перфекціонізму та показників зрілості людей молодого віку

Змінні	Занепокоєність помилки	Особистісні стандарти	Батьківські очікування	Батьківська критика	Сумніви у власних діях	Організованість	Перфекціонізм
Показник гедонічного благополуччя	0,095	-0,155	0,102	-0,004	-0,124	0,080	-0,007
Показник соціального благополуччя	0,125	0,100	0,135	0,062	0,104	0,001	0,160
Показник психологічного благополуччя	-0,366*	-0,204	-0,331*	-0,248*	-0,175	-0,029	-0,410*
Симптоми позитивного функціонування	-0,215	-0,132	-0,067	-0,006	-0,051	0,148	-0,111
Стабільність психічного здоров'я	-0,196	-0,165	-0,050	-0,099	-0,116	0,084	-0,172

Примітка - «» статистична значущість на рівні $p < 0,05$*

Змінна «Занепокоєність помилки» має негативний зв'язок із показником психологічного благополуччя ($r = -0,366$), що свідчить про те, що тривожність через помилки може суттєво знижувати здатність особистості відчувати внутрішню гармонію та задоволення власною ефективністю. Аналогічний негативний зв'язок між показником психологічного благополуччя та «Батьківськими очікуваннями» ($r = -0,331$) підкреслює, що надмірний тиск або високі вимоги з боку батьків також можуть перешкоджати формуванню позитивного сприйняття себе.

Крім того, змінна «Батьківська критика» демонструє негативну кореляцію з психологічним благополуччям ($r = -0,248$). Це свідчить про те, що критичні оцінки з боку батьків асоціюються зі зниженням рівня задоволеності особистістю своїми досягненнями, що може призводити до внутрішнього конфлікту та емоційного дискомфорту. Загальний показник перфекціонізму також має суттєвий негативний зв'язок із психологічним благополуччям ($r = -0,410$), що вказує на те, що високий рівень перфекціонізму загалом може

створювати значні перешкоди для розвитку позитивного емоційного стану, оскільки надмірна увага до стандартів і страх невдач часто супроводжуються емоційним виснаженням.

Ці результати дозволяють зробити висновок, що різні аспекти перфекціонізму, зокрема тривожність через помилки, батьківський тиск і критика, чинять значний вплив на психологічне благополуччя, знижуючи рівень суб'єктивного відчуття гармонії та задоволення. Негативний зв'язок загального показника перфекціонізму із психологічним благополуччям підкреслює складний і суперечливий характер цієї риси, яка, попри свої потенційно адаптивні аспекти, часто створює ризики для психічного здоров'я.

У ході регресійного аналізу стабільності психічного здоров'я було встановлено, що модель має високу пояснювальну здатність ($R=0,965$; $R^2=0,931$; $p<0,001$), що свідчить про сильний зв'язок між досліджуваними змінними та рівнем стабільності психічного здоров'я. Аналіз показав, що кілька факторів мають статистично значущий вплив на цей показник, серед яких окремі характеристики особистості, показники благополуччя та емоційні аспекти (див. табл. 3.21).

Таблиця 3.21

Регресійний аналіз стабільності психічного здоров'я

Модель	Нестандартизований коефіцієнт	Стандартизований коефіцієнт	T	P
Константа	-2,691	1,432	-1,88	0,045*
Занепокоєність помилки	-0,293	0,147	-1,99	0,049*
Експлуатативність/ Винятковість	0,340	0,124	2,74	0,008*
Спонтанна агресивність	-0,257	0,107	-2,39	0,020*
Дратівливість/ Збудливість	0,250	0,097	2,56	0,013*
Екстраверсія/ Інтроверсія	0,668	0,128	5,22	0,001*
Емоційна лабільність	0,335	0,133	2,50	0,015*
Показник гедонічного благополуччя	1,256	0,128	9,74	0,001*
Показник соціального благополуччя	1,290	0,101	12,78	0,001*
Показник психологічного благополуччя	1,017	0,121	8,40	0,001*
Відповідальність	-0,489	0,145	-3,36	0,001*

Продовження табл. 3.21

Глибинність переживань	-0,267	0,122	-2,18	0,033*
Життєва філософія	0,392	0,097	4,03	0,001*
Самоприйняття	0,277	0,115	2,39	0,020*

Примітка – $R = 0,965$; $R^2 = 0,931$; $p < 0,001$

Зокрема, негативний вплив на стабільність психічного здоров'я виявляє «Занепокоєність помилки» ($\beta = -0,293$), що вказує на те, що високий рівень тривоги щодо помилок пов'язаний зі зниженням стабільності психічного стану. Це підкреслює важливість емоційного самоконтролю та зниження тривожності для підтримки психічного здоров'я. Іншим фактором, який знижує стабільність, є «Спонтанна агресивність» ($\beta = -0,257$), що свідчить про те, що імпульсивність і агресивність є негативними предикторами психічної стабільності. Подібний ефект має й «Відповідальність» ($\beta = -0,489$), що може вказувати на тягар очікувань і зобов'язань, які пригнічують адаптивні можливості особистості.

Серед позитивних предикторів стабільності психічного здоров'я особливо вираженими є всі три показники благополуччя: «Гедонічне благополуччя» ($\beta = 1,256$), «Соціальне благополуччя» ($\beta = 1,290$) та «Психологічне благополуччя» ($\beta = 1,017$). Ці результати підкреслюють, що здатність насолоджуватися життям, підтримувати соціальні зв'язки та мати внутрішню психологічну гармонію є ключовими елементами стабільного психічного здоров'я.

Також статистично значущим фактором є «Екстраверсія/Інтроверсія» ($\beta = 0,668$), що вказує на те, що екстравертовані особистості мають вищу стабільність психічного стану. Важливий вплив спостерігається і в показника «Життєва філософія» ($\beta = 0,392$), що свідчить про важливість цілісного світогляду та усвідомлення сенсу життя для підтримки психічного благополуччя. Подібну тенденцію демонструє й «Самоприйняття» ($\beta = 0,277$), яке підкреслює роль гармонійного сприйняття себе у забезпеченні стабільності.

Додатково, змінна «Емоційна лабільність» ($\beta=0,335$) свідчить про те, що здатність ефективно керувати емоціями також сприяє стабільності психічного здоров'я, тоді як «Дратівливість/Збудливість» ($\beta=0,250$) вказує на позитивний, хоча й менш виражений вплив на стабільність. Це може бути пов'язано з тим, що певний рівень збудливості може спонукати до активної участі в соціальному житті та пошуку підтримки, що зрештою сприяє стабільності.

Таким чином, результати свідчать про те, що стабільність психічного здоров'я є багатофакторною характеристикою, яка залежить від балансу між внутрішніми емоційними станами, особистісними рисами та рівнем суб'єктивного благополуччя. Особливо важливими є показники соціальної інтеграції, емоційної рівноваженості, а також здатність до самоприйняття та формування гармонійної життєвої філософії, які разом сприяють збереженню психічної стабільності навіть за умов внутрішніх чи зовнішніх викликів.

Висновки до розділу 3

У ході проведеного емпіричного дослідження вдалося встановити низку значущих результатів щодо зв'язку нарцисизму та перфекціонізму з особистісними характеристиками, психічним здоров'ям та рівнем особистісної зрілості у молодому віці. Зокрема, було виявлено, що нарцисизм у молодих людей має здебільшого помірний рівень із домінуванням компонентів «Лідерство/Авторитет» і «Самозаглиблення/Самозахоплення», які корелюють із соціальною активністю та здатністю до міжособистісної взаємодії. Водночас, компоненти нарцисизму, пов'язані з егоцентризмом та експлуатативністю, демонструють слабкі або суперечливі зв'язки з іншими особистісними рисами, що свідчить про неоднозначний вплив цих характеристик на адаптацію молоді.

Перфекціонізм також характеризується середнім рівнем прояву, проте окремі його аспекти, зокрема «Сумніви у власних діях» та «Організованість», є вираженими. Виявлено, що перфекціонізм тісно пов'язаний із емоційною

нестабільністю, тривожністю щодо помилок та впливом батьківських очікувань і критики. Ці фактори можуть як підтримувати досягнення високих стандартів, так і створювати ризики для психічного здоров'я, особливо у вигляді депресивних станів та втрати емоційної врівноваженості.

Встановлено, що рівень освіти суттєво впливає на прояви перфекціонізму: з його підвищенням спостерігається зростання вимогливості до себе, організованості та орієнтації на ідеал. Натомість нарцисизм не демонструє значущих відмінностей залежно від рівня освіти, хоча його прояви частіше асоціюються з високим рівнем амбіцій та самоствердження.

Щодо психічного здоров'я, найбільш стабільні показники виявлено у зв'язку із соціальним, гедонічним та психологічним благополуччям. Негативний вплив на психічну стабільність мають тривожність щодо помилок, спонтанна агресивність і надмірна відповідальність. Водночас позитивний внесок забезпечують екстраверсія, самоприйняття та гармонійне сприйняття себе, що підкреслює важливість емоційної врівноваженості й соціальної інтеграції.

Загалом, отримані результати свідчать, що особистісні риси, такі як нарцисизм і перфекціонізм, мають складну структуру взаємодії із психічним здоров'ям, особистісною зрілістю та емоційними станами. Адаптивність цих рис залежить від балансу між позитивними та дезадаптивними компонентами, що визначає особистісну гармонію та здатність молодих людей до ефективної соціальної взаємодії.

ВИСНОВКИ

Відповідно меті та поставленим завдання дослідження можна зробити наступні висновки:

1. У ході теоретичного аналізу встановлено, що нарцисизм і перфекціонізм у психології є багатовимірними конструктами, які включають адаптивні та дезадаптивні аспекти. Нарцисизм, починаючи з класичних робіт З. Фрейда, еволюціонував до розуміння його як феномену, що поєднує здорові прояви самоповаги та патологічні риси, пов'язані з міжособистісними конфліктами, при цьому виокремлено відкриті та приховані типи. Перфекціонізм розглядається як риса, що може сприяти розвитку через адаптивні прагнення до самовдосконалення або негативно впливати через надмірну самокритику й тривожність. Формування цих характеристик пов'язане із впливом сімейного виховання, соціокультурних чинників і медіа, а також визначається внутрішньою потребою особистості у визнанні та відповідності високим стандартам. Таким чином, концепції нарцисизму і перфекціонізму мають складну структуру і поєднують різноманітні психологічні, соціальні та культурні аспекти.

2. Виявлено позитивний значущий зв'язок нарцисизму з перфекціонізмом у особистості в молодому віці. Результати свідчать, що цей взаємозв'язок найбільш виразно проявляється через підвищені особистісні стандарти, вплив батьківських очікувань і переживання внутрішніх сумнівів, що може вказувати на тісний зв'язок між високими вимогами до себе, зумовленими як зовнішніми, так і внутрішніми факторами, і нарцисичними рисами особистості.

3. Визначено зв'язки нарцисизму та перфекціонізму особистості в молодому віці з особистісною зрілістю та особистісними властивостями.

Результати дослідження демонструють, що нарцисичні риси та перфекціоністські тенденції молодих людей мають складну систему взаємозв'язків з особистісними характеристиками. Було виявлено, що нарцисизм, зокрема його соціально орієнтовані аспекти, такі як

«лідерство/авторитет», позитивно корелює з товариськістю, внутрішніми сумнівами та високими особистісними стандартами, що вказує на їхній потенційно адаптивний характер у контексті соціальної активності та самоповаги. Водночас інші аспекти, як-от «вищість/зарозумілість» та «експлуатативність/винятковість», демонструють тісні зв'язки зі спонтанною й реактивною агресивністю, що може ускладнювати міжособистісні стосунки через дезадаптивні поведінкові прояви. Перфекціонізм також виявляє як адаптивні, так і дезадаптивні зв'язки: високі стандарти асоціюються з депресивністю, а загальний рівень перфекціонізму — з емоційною нестабільністю, дратівливістю та тривожністю, що підкреслює його амбівалентний вплив на емоційний стан особистості.

Дослідження виявило, що найбільш тісні зв'язки між нарцисизмом та компонентами особистісної зрілості проявляються у соціальній сфері. Зокрема, нарцисичні риси, такі як «лідерство/авторитет» і «самозаглиблення/самозахоплення», корелюють із контактністю, що свідчить про їхній адаптивний потенціал у формуванні соціальних зв'язків і міжособистісної взаємодії. Перфекціонізм, навпаки, демонструє переважно дезадаптивний характер у контексті зрілості. Високий рівень тривожності через помилки та суворі особистісні стандарти негативно пов'язаний із такими компонентами зрілості, як децентрація, життєва філософія та синергічність, що вказує на труднощі формування цілісного світогляду і гармонійного поєднання особистісних цінностей. Водночас певні аспекти перфекціонізму, наприклад, контактність, виявляють позитивний вплив, що може сприяти встановленню міжособистісних зв'язків, мотивованих потребою соціального схвалення.

4. Результати дослідження виявили статистично значущі відмінності у проявах нарцисизму та перфекціонізму між чоловіками та жінками. Чоловіки демонструють вищі показники за такими компонентами нарцисизму, як «лідерство/авторитет», «самозаглиблення/самозахоплення» та «експлуатативність/винятковість», що свідчить про їхню більшу схильність до

проявів соціального домінування, індивідуалізму та використання оточення для досягнення власних цілей. Загальний рівень нарцисизму серед чоловіків також значно перевищує відповідний показник серед жінок, що може бути зумовлено соціокультурними факторами та гендерними ролями. Щодо перфекціонізму, жінки демонструють більшу тривожність через помилки та вищий рівень організованості, тоді як чоловіки більше орієнтовані на високі особистісні стандарти та частіше сприймають батьківську критику. Ці результати вказують на те, що гендерні відмінності в нарцисизмі та перфекціонізмі відображають вплив як соціальних, так і індивідуальних чинників, формуючи різні патерни поведінки та самосприйняття у чоловіків і жінок.

5. Аналіз виявив амбівалентний вплив нарцисизму та перфекціонізму на психічне здоров'я молодих людей. Серед компонентів нарцисизму «лідерство/авторитет» демонструє позитивний зв'язок із соціальним благополуччям, що вказує на адаптивний потенціал цієї риси у сприянні соціальної інтеграції. Водночас інші аспекти нарцисизму, такі як «вищість/зарозумілість» чи «експлуатативність/винятковість», не мають статистично значущого впливу на психічне здоров'я, що свідчить про їхній нейтральний або опосередкований вплив. Перфекціонізм, навпаки, має здебільшого дезадаптивний вплив. Тривожність через помилки, батьківські очікування та критика виявили негативний зв'язок із психологічним благополуччям, що підкреслює їхній деструктивний вплив на емоційну стабільність і здатність відчувати внутрішню гармонію. Загальний рівень перфекціонізму також асоціюється зі зниженням психологічного благополуччя, що свідчить про ризики, пов'язані з надмірною самокритичністю та незадоволенням досягненнями. Разом ці результати вказують на те, що нарцисизм може мати як адаптивні, так і дезадаптивні аспекти, тоді як перфекціонізм частіше пов'язаний із емоційними труднощами та погіршенням психічного здоров'я.

Результати проведеного дослідження підтверджують багатовимірний характер нарцисизму та перфекціонізму, які поєднують адаптивні й дезадаптивні аспекти, що впливають на міжособистісні стосунки, особистісну зрілість і психічне здоров'я. Виявлені статеві відмінності та специфічні зв'язки цих рис із соціальними, емоційними та когнітивними характеристиками підкреслюють необхідність диференційованого підходу до аналізу й інтерпретації цих феноменів.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на уточнення впливу соціокультурних факторів і розвиток адаптивних стратегій подолання, які сприятимуть особистісному розвитку та гармонізації психічного здоров'я молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко, А. О. (2023). Соціально-психологічні особливості перфекціонізму як особистісної якості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна)*, 1, 3-12.
2. Аврамченко, С. М. (2012). Сучасні психоаналітичні дослідження проблеми нарцисизму. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 36, 59-66.
3. Бабчук, М. І. (2022). Відображення перфекціонізму у зовнішності особистості. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції "Інновації в освіті: сутність, проблеми, перспективи"*, 84.
4. Бабчук, М. І., & Чебикін, О. Я. (2024). Сучасні дослідження фізичного перфекціонізму. *Збірник наукових праць за матеріалами II Міжнародної науково-практичної конференції*, 32.
5. Брежнєва, К. С. (2021). Мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді (Докторська дисертація, Університет імені Альфреда Нобеля). 17 с.
6. Гур'єва, Л. В. (2021). *Особливості взаємозв'язку перфекціонізму з характеристиками міжособистісних стосунків у юнаків та дівчат*. Доступ через URL <https://dspace.library.khai.edu/>
7. Дроздов, О. Ю. (2022). Колективний нарцисизм української молоді: з досвіду довоєнного дослідження. *Proceedings of the XXVI International Scientific and Practical Conference (July 05-08, 2022, Helsinki)*, 322-325.
8. Єрмакова, Н., & Мережкіна, А. (2017). Феномен нарцисизму в зарубіжній та вітчизняній психологічній науці. *Молодий вчений*, 12 (52), 71-75.
9. Католик, Г., Живко, З., & Одинцова, Г. (2023). Особливості прояву депресивності у нарцисичних осіб: дослідження в часі війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2 (70), 147-158.
10. Керечан, О. (2011). Гештальттерапія нарцисичних розладів

особистості. *Психологія особистості*, 1, 138-144.

11. Клименко, М. (2018). Нарцисична саморегуляція особистісного самоздійснення. *Психологія особистості*, 9(1), 44-51.

12. Клименко, М. Р. (2017). Особливості саморегуляції «здорового» нарцисизму. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, 37.

13. Клименко, М. Р. (2017). Світло нарцисизму в структурі темної тріади. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 4 (1), 58-64.

14. Клименко, М. Р. (2021). *Нарцисична саморегуляція як чинник особистісного самоздійснення*. (Докторська дисертація, Львівський національний університет імені Івана Франка). Доступ через URL <https://lpnu.ua/>

15. Курек, О. О., & Шрагіна, Л. І. (2022). Перфекціонізм та нарцисизм на переломі зміни системи цінностей суспільства. *The 6th International scientific and practical conference "Multidisciplinary scientific notes. Theory, history and practice"*, 615.

16. Логвінова, В. В. (2021). *Психологічні особливості прояву перфекціонізму спортсменів*. Доступ через <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/6446/>

17. Лукіна, Н. Б. (2020). *Психологічні особливості цільової спрямованості перфекційної особистості*. (Докторська дисертація). Доступ через URL <https://pdpu.edu.ua/doc/vr/2020/lukina/dis.pdf/>

18. Макаренко, А. О. (2012). Тіло як мішень жіночої нарцисичної активності. *Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Психологія*, 49, 125-128.

19. Марчук, С. В. (2023). Теоретичний аналіз психологічної структури перфекціонізму. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія Психологічні науки*, 9-14.

20. Микита, Б. (2022). Перфекціонізм як психологічний феномен. *Перспективи та інновації науки*, 10 (15), 369.

21. Микита, Б. (2023). Особливості взаємозв'язку показників нарцисизму та фізичного перфекціонізму. *Перспективи та інновації науки*, 15 (33), 71.
22. Микита, І. Б., & Возний, Д. В. (2024). Особливості прояву фізичного перфекціонізму. *Ментальне здоров'я*, 1, 10-14.
23. Молочко, Я. (2021). Історична ретроспектива поняття «нарцисизм» та характеристика нарцисичного симптомокомплексу особистості. *ОСВІТА І НАУКА*, 1, 83.
24. Москаль, С. В. (2024). *Прояви нарцисизму у процесі налагодження міжособистісних взаємин осіб юнацького віку*. (Докторська дисертація, Тернопіль, ЗУНУ), 113.
25. Мохорєва, О. М. (2022). Особливості перфекціонізму та його взаємозв'язки із заздрісністю у засуджених чоловіків та жінок. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, 14, 32-39.
26. Мошовська, О. (2023). *Особливості перфекціонізму в осіб з різним стилем батьківського виховання*. Доступ через <https://hdl.handle.net/20.500.14570/4501/>
27. Назарук, Н. (2022). Проблема вивчення прокрастинації у психології. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*, 48-54.
28. Починок, С. С. (2024). *Взаємозв'язок між перфекціонізмом та прокрестинацією : кваліфікаційна робота бакалавра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник Ю. М. Чемодурова*. Запоріжжя : ЗНУ, 2024. 61с.
29. Рослюк, М. (2019). *Особливості ставлення пацієнтів до лікування в контексті собистісного нарцисизму*. Доступ через URL <https://hdl.handle.net/20.500.14570/1817/>
30. Саннікова, О. П., & Мартинюк, Г. В. (2023). Емоційність та нарцисизм: пошук спів залежностей. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія самоздійснення особистості: теорія, досвід, практика»*, 3-12. Доступ через URL

dspace.pdpu.edu.ua/jspui/handle/123456789/17713/

31. Саска, А. (2024). *Перфекціонізм як чинник саморуйнівної поведінки*. Доступ через URL <https://hdl.handle.net/20.500.14570/4739/>

32. Тищенко, А. І. (2022). *Особливості зв'язку диспозиційного перфекціонізму з особистісними рисами у дорослих 20-40 років*. Доступ через URL <https://dspace.library.khai.edu/>

33. Тодавчич, Н. В. (2022). *Взаємозв'язок перфекціонізму і почуття самотності в студентському віці*. Доступ через URL <https://dspace.library.khai.edu/>

34. Фоменко, К. І. (2014). Здоровий нарцисизм у характеристиці самосвідомості особистості. *Scientific review*, 5(4), 35-43.

35. Царук, С. С. (2024). *Гендерні прояви перфекціонізму у підлітковому віці*. Доступ через URL <https://elar.khmnu.edu.ua/handle/123456789/16312/>

36. Чуйко, Г. В., & Чаплак, Я. В. (2021). Нарцисизм: плюси чи мінуси? The 5 th International scientific and practical conference—Results of modern scientific research and development (July 25-27, 2021) *Barca Academy Publishing, Madrid, Spain*, 203.

37. Ames, D. R., Rose, P., & Anderson, C. P. (2006). The NPI-16 as a short measure of narcissism. *Journal of research in personality*, 40(4), 440–450. Doi: 10.1016/J.JRP.2005.03.002.

38. Ceilutka, K. (2022). The discontents of competition for recognition on social media: Perfectionism, resentment, and collective narcissism. *Philosophy & Social Criticism*, 49, 409 - 430.

39. Curran, T., & Hill, A. (2017). Perfectionism Is Increasing Over Time: A Meta-Analysis of Birth Cohort Differences From 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145, 410–429. Doi: 10.1177/01914537211072883.

40. Farrell, A., & Vaillancourt, T. (2019). Developmental pathways of perfectionism: Associations with bullying perpetration, peer victimization, and narcissism. *Journal of Applied Developmental Psychology*. Doi:

10.1016/j.appdev.2019.101065.

41. Gholamipour, F., Boogar, I., & Talepasand, S. (2017). Prediction of Pathological Narcissism Based on Family System: The Mediating Role of Narcissistic Wounds and Perfectionism. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 27, 117-129.

42. González-Escamilla, G., Dörfel, D., Becke, M., Trefz, J., Bonanno, G., & Groppa, S. (2022). Associating Flexible Regulation of Emotional Expression With Psychopathological Symptoms. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16. Doi: 10.3389/fnbeh.2022.924305.

43. Kermanian, S., Golshani, F., Baghdasarians, A., & Jomhari, F. (2021). The mediating role of perfectionism in relation to narcissism and early trauma, family functioning and perceived parenting styles. *Journal of Community Health Research*. Doi: 10.18502/jchr.v10i2.6587.

44. Limburg, K., Watson, H., Hagger, M., & Egan, S. (2017). The Relationship Between Perfectionism and Psychopathology: A Meta-Analysis.. *Journal of clinical psychology*, 73 10, 1301-1326 . Doi: 10.1002/jclp.22435.

45. Malivoire, B., Kuo, J., & Antony, M. (2019). An examination of emotion dysregulation in maladaptive perfectionism.. *Clinical psychology review*, 71, 39-50. Doi: 10.1002/jclp.22435.

46. Mandrekar, J., & Sarwate, R. (2021). Narcissism, Big 5 personality factors & perfectionism: *study of interrelatedness.* , 9. Doi: 10.25215/0901.043.

47. Moroz, M., & Dunkley, D. (2015). Self-critical perfectionism and depressive symptoms: Low self-esteem and experiential avoidance as mediators. *Personality and Individual Differences*, 87, 174-179. Doi: 10.1016/J.PAID.2015.07.044.

48. Nanu, E., & Scheau, I. (2013). Perfectionism Dimensions and Resistance to Peer Influences in Adolescence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 82, 278-281. Doi: 10.1016/J.SBSPRO.2013.06.260.

49. Neumeister, K. (2004). Factors Influencing the Development of

Perfectionism in Gifted College Students. *Gifted Child Quarterly*, 48, 259 - 274. Doi: 10.1177/001698620404800402.

50. Neumeister, K. (2004). Understanding the Relationship Between Perfectionism and Achievement Motivation in Gifted College Students. *Gifted Child Quarterly*, 48, 219 - 231. Doi: 10.1177/001698620404800306.

51. Newman, B., Strickler, J., O'Brien, C., Lui, T., & Lynch, M. (2019). Deconstructing perfectionism in college students: Patterns of behavior, emotion, and cognition. *Personality and Individual Differences*. Doi: 10.1016/J.PAID.2019.03.030.

52. Ong, C., Lee, E., Petersen, J., Levin, M., & Twohig, M. (2021). Is perfectionism always unhealthy? Examining the moderating effects of psychological flexibility and self-compassion.. *Journal of clinical psychology*. Doi: 10.1002/jclp.23187.

53. Patterson, H., Firebaugh, C., Zolnikov, T., Wardlow, R., Morgan, S., & Gordon, B. (2021). A Systematic Review on the Psychological Effects of Perfectionism and Accompanying Treatment. *Psychology*, 12, 1-24. Doi: 10.4236/PSYCH.2021.121001.

54. Puttevils, L., Vanderhasselt, M., & Vervaeke, M. (2019). Investigating transdiagnostic factors in eating disorders: Does self-esteem moderate the relationship between perfectionism and eating disorder symptoms?. *European eating disorders review : the journal of the Eating Disorders Association*, 27 4, 381-390. Doi: 10.1002/erv.2666.

55. Şahin, E., Altınok, A., & Duy, B. (2022). Grandiose Narcissism and Trait Anxiety among Adolescents: The Mediating Role of Perfectionism when Self-esteem is controlled. *Anales de Psicología*. Doi: 10.6018/analesps.495161.

56. Schäfer, J., Naumann, E., Holmes, E., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. (2016). Emotion Regulation Strategies in Depressive and Anxiety Symptoms in Youth: A Meta-Analytic Review. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 261 - 276. Doi: 10.1007/s10964-016-0585-0.

57. Sherry, S., Gralnick, T., Hewitt, P., Sherry, D., & Flett, G. (2014).

Perfectionism and narcissism: Testing unique relationships and gender differences. *Personality and Individual Differences*, 61, 52-56. Doi: 10.1016/J.PAID.2014.01.007.

58. Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., & Staiger, P. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review.. *Clinical psychology review*, 57, 141-163 . Doi: 10.1016/j.cpr.2017.09.002.

59. Smith, M., Sherry, S., Chen, S., Saklofske, D., Flett, G., & Hewitt, P. (2016). Perfectionism and narcissism: A meta-analytic review. *Journal of Research in Personality*, 64, 90-101. Doi: 10.1016/J.JRP.2016.07.012.

60. Stoeber, J., Madigan, D., & Gonidis, L. (2020). Perfectionism is adaptive and maladaptive, but what's the combined effect?. *Personality and Individual Differences*, 161, 109846. Doi: 10.1016/J.PAID.2020.109846.

61. Vecchione, M., Vacca, M., Dentale, F., Spagnolo, G., Lombardo, C., Geukes, K., & Back, M. (2023). Prospective associations between grandiose narcissism and perfectionism: A longitudinal study in adolescence.. *The British journal of developmental psychology*. Doi: 10.1111/bjdp.12441.

62. Wang, Z., Hu, X., & Yu, F. (2023). How does CEO narcissism affect enterprise ambidextrous technological innovation? *The mediating role of corporate social responsibility*. PLOS ONE, 18. Doi: 10.1371/journal.pone.0280758.

63. Zavala, A., Federico, C., Sedikides, C., Guerra, R., Lantos, D., Mroziński, B., Cyprińska, M., & Baran, T. (2020). Low self-esteem predicts out-group derogation via collective narcissism, but this relationship is obscured by in-group satisfaction.. *Journal of personality and social psychology*. Doi: 10.1037/PSPP0000260.

ДОДАТКИ

Додаток А

«Нарцистичний опитувальник особистості (NPI)»

автори: Амес, Роуз, Андерсон, адаптація Н. Пилат, О. Сенік, І. Кривенко

Інструкція: З кожної пари тверджень оберіть одне, що найбільше підходить Вам. Якщо жодне із тверджень Ви не можете співвіднести із собою, оберіть одне, яке менш неприйнятне.		
1	Люди, схоже, завжди визнають мій авторитет. Для мене не так важливо бути авторитетом.	1 0
2	Мені справді подобається бути в центрі уваги. Мені дискомфортно бути в центрі уваги.	1 0
3	Я думаю, що я особлива людина. Я не кращий(-а) і не гірший(-а), ніж більшість людей.	1 0
4	Мені легко маніпулювати людьми. Мені не подобається, коли я зауважую, що маніпулюю людьми.	1 0
5	Я сподіваюся, що стану успішним. Я збираюся стати великою людиною.	0 1
6	Я здібніший(-а) від інших. Є багато речей, яких я можу навчитися від інших.	1 0
7	Іноді я розповідаю непогані історії. Усім подобається слухати мої розповіді.	0 1
8	Я не проти виконувати розпорядження. Мені подобається мати владу над людьми.	0 1
9	Іноді я не впевнений(-а) у тому, що роблю. Я завжди знаю, що роблю.	0 1
10	Іноді люди вірять у те, що я їм говорю. Я можу змусити будь-кого повірити в те, що хочу.	0 1
11	Я намагаюся не хизуватися і не випендрюватися. Я можу й повинендрюватися, коли є нагода.	0 1
12	Я знаю, що я хороший(-а), бо всі мені це повторюють. Коли мені роблять компліменти, я іноді можу засоромитися.	1 0
13	Я виняткова людина. Я в цілому такий(-а), як усі інші.	1 0
14	Я волію розчинятися в натовпі. Я люблю бути в центрі уваги.	0 1

«Багатовимірна шкала перфекціонізму Фроста (FMPS)»
автор: Р. Фрост, адаптація Л. Карамушка, О. Бондарчук, Т. Грубі

№ з/п	Твердження	Відповідь
1.	Мої батьки дуже вимогливі до мене.	1 2 3 4 5
2.	Мені дуже важливо бути організованим.	1 2 3 4 5
3.	У дитинстві мене карали, якщо я не досягав найкращих результатів.	1 2 3 4 5
4.	Якщо я не буду максимально вимогливим до себе, то в результаті стану посередньою людиною.	1 2 3 4 5
5.	Мої батьки ніколи не намагалися зрозуміти мої помилки.	1 2 3 4 5
6.	Для мене дуже важливо бути компетентним у всьому, що я роблю.	1 2 3 4 5
7.	Я акуратна людина.	1 2 3 4 5
8.	Я намагаюся бути організованим(ою).	1 2 3 4 5
9.	Якщо я з чимось не справляюся в роботі або навчанні, то вважаю себе невдахою.	1 2 3 4 5
10.	Якщо я роблю помилку, я засмучуюся.	1 2 3 4 5
11.	Мої батьки хотіли, щоб я був найкращим у всьому.	1 2 3 4 5
12.	Я ставлю для себе більш складні цілі, ніж більшість людей.	1 2 3 4 5
13.	Якщо хтось виконує завдання на роботі або в школі краще за мене, я відчуваю, що взагалі не впорався із завданням.	1 2 3 4 5
14.	Не впоратися з частиною якоїсь справи для мене рівносильно повному провалу.	1 2 3 4 5
15.	У моїй сім'ї вважається, що потрібно робити все ідеально.	1 2 3 4 5
16.	Я вмію зосередити всі свої зусилля задля досягнення мети.	1 2 3 4 5
17.	Навіть коли я роблю щось дуже старанно, я часто відчуваю, що зробив це недостатньо добре.	1 2 3 4 5
18.	Я ненавиджу бути в чомусь гірше за інших.	1 2 3 4 5
19.	Я прагну до дуже високих та складних цілей.	1 2 3 4 5
20.	Мої батьки очікували від мене досконалості в усьому.	1 2 3 4 5
21.	Напевно, люди будуть про мене невисокої думки, якщо я з чимось не впораюся.	1 2 3 4 5
22.	Я завжди відчував, що не можу відповідати очікуванням своїх батьків.	1 2 3 4 5
23.	Якщо я роблю щось гірше за інших людей, це означає, що я неповноцінна людина.	1 2 3 4 5
24.	Здається, що інші люди пред'являють до себе менші вимоги, ніж я.	1 2 3 4 5
25.	Якщо я не буду завжди досягати успіху, люди не будуть поважати мене.	1 2 3 4 5
26.	Мої батьки завжди очікували від мене більшого, ніж я сам.	1 2 3 4 5
27.	Я намагаюся бути акуратною людиною.	1 2 3 4 5
28.	Коли займаюся звичайними повсякденними справами, я досить часто відчуваю невпевненість у власних діях.	1 2 3 4 5
29.	Для мене дуже важливо бути акуратним.	1 2 3 4 5
30.	Я повинен досягати кращих результатів у повсякденних справах, ніж інші.	1 2 3 4 5
31.	Я організована людина.	1 2 3 4 5
32.	Я часто не встигаю зробити певну роботу, тому що переробляю її декілька разів.	1 2 3 4 5
33.	Мені потрібно багато часу, щоб зробити щось «як має бути».	1 2 3 4 5
34.	Чим менше я робитиму помилок, тим більше буду подобатися людям.	1 2 3 4 5
35.	Я завжди відчував, що не зможу відповідати стандартам своїх батьків.	1 2 3 4 5

«Фрайбургський особистісний опитувальник (FPI)»

автор: Дж. Фаренберг, Р. Гампель, Г. Зельг, адаптація: О. Луценко

Інструкція: «На наступних сторінках є ряд тверджень, кожне з яких має на увазі що відноситься до вас запитання про те, відповідає чи не відповідає дане твердження яким - то особливостям вашої поведінки, окремих вчинків, ставлення до людей, поглядам на життя і т.п. Якщо ви вважаєте, що таке відповідність має місце, то дайте відповідь «так», в іншому випадку - відповідь «ні»»

1. Я уважно прочитав інструкцію і готовий відверто відповісти на всі питання анкети.
2. Вечорами я віддаю перевагу розважатися у веселій компанії (гості, дискотека, кафе і т.п.).
3. Моєму бажанням познайомитися з ким - небудь завжди заважає те, що мені важко знайти підходящу тему для розмови.
4. У мене часто болить голова.
5. Іноді я відчуваю стук у скронях і пульсацію в області шиї.
6. Я швидко втрачаю самовладання, але так само швидко беру себе в руки.
7. Буває, що я сміюся над непристойним анекдотом.
8. Я уникаю про що - небудь розпитувати і віддаю перевагу дізнаватися те, що мені потрібно, іншим шляхом.
9. Я вважаю за краще не входити в кімнату, якщо не впевнений, що моя поява пройде непоміченим.
10. Я можу так розлютитися, що готовий розбити все, що потрапить під руку.
11. Я відчуваю себе ніяково, якщо оточуючі чому - то починають звертати на мене увагу.
12. Я іноді відчуваю, що серце починає працювати з переборами або починає битися так, що, здається, готове вискочити з грудей.
13. Не думаю, що можна було б пробачити образу.
14. Я не вважаю, що на зло треба відповідати злом, і завжди дотримуюся цього.
15. Якщо я сидів, а потім різко встав, то у мене темніє в очах і паморочиться голова.
16. Я майже щодня думаю про те, наскільки краще було б життя, якби мене не переслідували невдачі.
17. У своїх вчинках я ніколи не виходжу з того, що людям можна повністю довіряти.
18. Я можу вдатися до фізичної сили, якщо потрібно відстояти свої інтереси.
19. Я легко можу розвеселити саму нудну компанію.
20. Я легко ніяковію.
21. Мене анітрохи не ображає, якщо робляться зауваження щодо моєї роботи або мене особисто.
22. Нерідко я відчуваю, як у мене німіють або холонуть руки і ноги.
23. Я буваю незграбним в спілкуванні з іншими людьми.
24. Іноді без видимої причини я відчуваю себе пригніченим, нещасним.
25. Іноді у мене немає ніякого бажання чим - або зайнятися.
26. Часом я відчуваю, що мені не вистачає повітря, начебто я виконував дуже важку роботу.
27. Мені здається, що в своєму житті я дуже багато робив правильно.
28. Мені здається, що інші нерідко сміються наді мною.
29. Я люблю такі завдання, коли можна діяти без довгих роздумів.
30. Я вважаю, що у мене достатньо підстав бути не дуже - то задоволеним своєю долею.
31. Часто у мене немає апетиту.
32. У дитинстві я радів, якщо батьки або вчителі карали інших дітей.

33. Зазвичай я рішучий і дію швидко.
34. Я не завжди говорю правду.
35. Я з цікавістю спостерігаю, коли хтось - то намагається виплутатися з неприємної історії.
36. Я вважаю, що всі засоби хороші, якщо треба настояти на своєму.
37. Те, що пройшло, мене мало хвилює.
38. Я не можу уявити нічого такого, що варто було б доводити кулаками.
39. Я не уникаю зустрічей з людьми, які, як мені здається, шукають сварки зі мною.
40. Іноді мені здається, що я взагалі ні на що не придатний.
41. Мені здається, що я постійно перебуваю в якому - то напрузі, і мені важко розслабитися.
42. Нерідко у мене виникають болі «під ложечкою» і різні неприємні відчуття в животі.
43. Якщо скривдять мого друга, я намагаюся помститися кривдникові.
44. Бувало, я запізнився до призначеного часу.
45. У моєму житті було так, що я чому - то дозволив собі бити тварину.
46. При зустрічі зі старим знайомим я від радості готовий кинутися йому на шию.
47. Коли я чого - то боюся, у мене пересихає в роті, тремтять руки і ноги.
48. Частенько у мене буває такий настрій, що я з задоволенням би нічого не бачив і не чув.
49. Коли я лягаю спати, то зазвичай засинаю вже через кілька хвилин.
50. Мені подобається, як то кажуть, ткнути носом інших у їх помилки.
51. Іноді я можу похвалитися.
52. Я беру активну участь в організації громадських заходів.
53. Нерідко буває так, що мені доводиться дивитися в іншу сторону, щоб уникнути небажаної зустрічі.
54. У своє виправдання я іноді дещо - що вигадував.
55. Я майже завжди рухливий і активний.
56. Я нерідко сумніваюся, чи дійсно цікаво моїм співрозмовникам те, що я говорю.
57. Іноді я раптом відчуваю, що весь покриваюся потім.
58. Якщо я сильно розлючуся на кого - то, то можу його і вдарити.
59. Мене мало хвилює, що хтось - то погано до мене ставиться.
60. Зазвичай мені важко заперечувати моїм знайомим.
61. Я хвилююся і переживаю навіть при думці про можливу невдачу.
62. Я люблю не всіх своїх знайомих.
63. У мене бувають думки, яких слід було б соромитися.
64. Не знаю чому, але іноді у мене з'являється бажання зіпсувати те, чим все захоплюються.
65. Я віддаю перевагу змусити будь-якої людини зробити те, що мені потрібно, ніж просити його про це.
66. Я нерідко неспокійно рухаю рукою або ногою.
67. Я віддаю перевагу провести вільний вечір, займаючись улюбленою справою, а не розважаючись у веселій компанії.
68. У компанії я веду себе не так, як вдома.
69. Іноді, не подумавши, я скажу таке, про що краще б помовчати.
70. Я боюся стати центром уваги навіть у знайомій компанії.
71. Хороших знайомих у мене дуже небагато.
72. Іноді бувають такі періоди, коли яскраве світло, яскраві фарби, сильний шум викликають у мене болісно неприємні відчуття, хоча я бачу, що на інших людей це так не діє.
73. У компанії у мене нерідко виникає бажання кого - небудь образити чи роздратувати.

74. Іноді я думаю, що краще було б не народитися на світ, як тільки уявлю собі, скільки всяких неприємностей, можливо, доведеться випробувати в житті.
75. Якщо хто - то мене серйозно образить, то отримає своє сповна.
76. Я не соромлюся у виразах, якщо мене виведуть з себе.
78. Бувало, я відкладав те, що було потрібно зробити негайно.
79. Я не люблю розповідати анекдоти чи кумедні історії.
80. Повсякденні труднощі і турботи часто виводять мене з рівноваги.
81. Я не знаю, куди подітися при зустрічі з людиною, яка була в компанії, де я вів себе ніяково.
82. На жаль, я ставлюся до людей, які бурхливо реагують навіть на життєві дрібниці.
83. Я ніяковою при виступі перед великою аудиторією.
84. У мене досить часто змінюється настрій.
85. Я втомлююся швидше, ніж більшість оточуючих мене людей.
86. Якщо я ніж - то сильно схвильований або роздратований, то відчуваю це як би всім тілом.
87. Мені докучають неприємні думки, які настирливо лізуть в голову.
88. На жаль, мене не розуміють ні в родині, ні в колі моїх знайомих.
89. Якщо сьогодні я посплю менше звичайного, то завтра не буду почувати себе відпочилим.
90. Я намагаюся вести себе так, щоб оточуючі побоювалися викликати моє незадоволення.
91. Я впевнений у своєму майбутньому.
92. Іноді я опинявся причиною поганого настрою кого - небудь з оточуючих.
93. Я не проти посміятися над іншими.
94. Я належу до людей, які «за словом в кишеню не лізуть».
95. Я належу до людей, які до всього ставляться досить легко.
96. Підлітком я виявляв інтерес до заборонених тем.
97. Іноді я навіщо - то завдавав біль коханим людям.
98. У мене досить часті конфлікти з оточуючими з - за їх упертості.
99. Я часто відчуваю докори совісті в зв'язку зі своїми вчинками.
100. Я нерідко буваю розсіяним.
101. Я не пам'ятаю, щоб мене особливо засмутили невдачі людини, якого я терпіти не можу.
102. Часто я занадто швидко починаю гніватися на інших.
103. Іноді несподівано для себе я починаю впевнено говорити про такі речі, в яких насправді мало що тямлю.
104. Часто у мене такий настрій, що я готовий вибухнути з будь-якого приводу.
105. Я нерідко відчуваю себе млявим і втомленим.
106. Я люблю розмовляти з людьми і завжди готовий поговорити і зі знайомими, і з незнайомими.
107. На жаль, я часто дуже поспішно оцінюю інших людей.
108. Вранці я зазвичай встаю в хорошому настрої і нерідко починаю насвистувати або наспівувати.
109. Я не відчуваю себе впевненим у вирішенні важливих питань навіть після тривалих роздумів.
110. Виходить так, що в суперечці я чомусь - то намагаюся говорити голосніше свого опонента.
111. Розчарування не викликають у мене як - небудь сильних і тривалих переживань.
112. Буває, що я раптом починаю кусати губи або гризти нігті.
113. Найбільш щасливим я відчуваю себе тоді, коли буваю один.
114. Іноді мене долає така нудьга, що хочеться, щоб все пересварилося один з одним.

**«Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма
(SPH)»**

автор: К. Кіза, адаптація: Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак

Інструкція для учасників опитування:

Будь ласка, дайте відповіді на запитання щодо Вашого самопочуття протягом двох тижнів. Визначте частоту переживання наведених нижче станів за наступною шкалою (обведіть відповідну цифру).

Ніколи	1-2 рази	Приблизно 1 раз на тиждень	Приблизно 2-3 рази на тиждень	Майже кожен день	Кожен день
0	1	2	3	4	5

Текст опитувальника:

Як часто протягом двох тижнів Ви відчували...					
1. щастя	0	1	2	3	4 5
2. цікавість до життя	0	1	2	3	4 5
3. задоволення	0	1	2	3	4 5
4. що можете зробити важливий внесок для суспільства	0	1	2	3	4 5
5. належність до певної соціальної групи (за місцем навчання, роботи, проживання)	0	1	2	3	4 5
6. що наше суспільство стає кращим для таких людей, як ви	0	1	2	3	4 5
Як часто протягом двох тижнів Ви відчували...					
7. що люди зазвичай хороші	0	1	2	3	4 5
8. що події, які відбуваються в суспільстві мають значення для вас	0	1	2	3	4 5
9. задоволення собою як особистістю	0	1	2	3	4 5
10. що успішно впораєтесь із повсякденними зобов'язаннями	0	1	2	3	4 5
11. теплі та довірливі стосунки з оточуючими	0	1	2	3	4 5
12. що у вас є досвід, який спонукає до самовдосконалення	0	1	2	3	4 5
13. впевненість у висловлюванні власних поглядів	0	1	2	3	4 5
14. що маєте мету та сенс життя	0	1	2	3	4 5

«Тест-опитувальник особистісної зрілості»

автор О. Штени, адаптація: І. Жданова, Ю. Сабазова.

Інструкція: «Вам буде запропоновано опитувальник, питання якого стосуються деяких рис Вашої особистості, здібностей, ставлення до різних життєвих ситуацій. На кожне з наступних тверджень у бланку для відповідей дайте відповідь “так”, якщо Ви з ним згодні, і “ні”»

1. Коли мені сумно, я намагаюся влаштувати щось веселе.
2. Бути успішним для мене важливіше, ніж вміти любити.
3. Я вважаю споглядання краси природи важливою естетичною цінністю.
4. Я не готовий чітко сформулювати, що я хочу отримати від життя.
5. Мені часто кажуть, що я надто терпимий до інших.
6. Я відчуваю докори сумління, коли серджуся на тих, кого люблю.
7. Двоє людей найкраще порозуміються між собою, якщо кожен з них приховає власні почуття і намагатиметься догодити іншому.
8. Вважаю, що людина має приборкувати власні бажання.
9. У складних ситуаціях завжди необхідно шукати принципово нові рішення.
10. Мені легко відрізнити справжнє кохання від легкого захоплення.
11. Як правило, я обдумую наслідки своїх намірів.
12. Найбільше мені подобається, коли інші цінують мене.
13. Я розумію тих, хто здатний захоплюватися красою творів людського розуму.
14. Я схильний завантажувати себе такою кількістю справ і брати на себе стільки обов'язків, що на себе самого мені вже не вистачає часу.
15. Мене не дратує, якщо співрозмовник виявляє переконаність у думках та цінностях, що відрізняються від моїх.
16. Для мене важливо, щоб інші обов'язково поділяли мій погляд.
17. Я постійно почуваюся зобов'язаним робити усе від мене залежне, щоб у тих, з ким я спілкуюся, був хороший настрій.
18. Найчастіше власні плани і вчинки видаються мені правильними.
19. Не думаю, що найціннішим для людини є улюблена робота.
20. Більшість справ та обов'язків, покладених на мене, я виконую із задоволенням.
21. Коли проблема має багато варіантів рішень, мені важко зупинитися на одному з них.
22. Втрата друзів – ніщо, порівняно з приниженням власної гідності.
23. Можу сказати, що саме сильне почуття любові змінило моє ставлення до життя.
24. Моя самоповага дуже страждає, коли мені доводиться спонукати інших робити те, що мені самому видається не дуже важливим.
25. Вияв прихильності до інших є ознакою слабкості людини.
26. Я відчуваю себе зобов'язаним чинити так, як очікують від мене оточуючі.
27. Мені більше подобається робити подарунки, ніж отримувати їх.
28. Я відчуваю дискомфорт, коли поведуюся у товаристві так, як мені насправді не властиво.
29. Я не схильний приймати рішення спонтанно.
30. Я не бачу тісного зв'язку між своїм теперішнім і минулим.
31. Я спокійно реагую, якщо щось зроблено не зовсім так, як я вважав за потрібне.
32. Задля особистого успіху я пожертвую хорошими взаєминами з колегами.
33. У мене в житті не було причин пишатися результатами власної творчої праці.
34. Те, що я роблю, і те, що відбувається у моєму житті, не видається мені достатньо значущим.

35. Самовладання покидає мене у складних ситуаціях.
36. Коли виникають труднощі, я насамперед намагаюся чітко сформулювати власний погляд на них.
37. Мене не дуже приваблює робота, що потребує широкого кола спілкування.
38. Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім.
39. За необхідності людина може досить легко позбавитися своїх небажаних звичок.
40. Буває, що мені подобаються люди, чію поведінку я не схвалюю.
41. Часом я впевнений у власній нікчемності.
42. Зазвичай я з першої зустрічі вгадую "рідну душу" у новому знайомому.
43. Нерідко бувають моменти, коли мене сповнюють глибокі релігійні почуття.
44. Розпочинаючи нову справу, я передусім думаю про те, який величезний обсяг роботи доведеться зробити.
45. Не впевнений, що мої знайомі відгукнуться про мене, саме як про доброзичливу людину.
46. Мені не подобається, що інші сприймають як належне мою турботу про них, і не завжди її відповідно оцінюють.
47. З обов'язками організатора я справляюся вміло і з задоволенням.
48. У мене не може бути якихось негативних якостей.
49. Навіть якщо книжка сподобалась, я не буду перечитувати її ще раз.
50. Людині дуже важко подолати внутрішню суперечку емоцій і розуму.
51. Я сприймаю життєві події не гостріше, ніж інші люди.
52. Я легко можу уявити себе якоюсь твариною, відчутти її характер та звички.
53. Думаю, що для людини нереально відчувати свою гармонію зі світом.
54. У мене є відчуття, що я можу подолати усі труднощі на шляху до своєї мети.
55. Мені властиво поспіхом засуджувати або захищати інших людей.
56. Навіть коли я подобаюся сам собі, я розумію, що є люди, яким я неприємний.
57. Люди мають стримуватися у своїх поривах ніжності.
58. У цілому, мене влаштовує те, яким я є.
59. Я досить легко можу зважитися на ризиковане рішення.
60. Прийнято вважати, що для людини власні інтереси обов'язково важливіші за інтереси оточуючих.
61. Навіть серед людей я більшу частину часу почуваю себе самотньо.
62. Мені легко вдається копіювати міміку і жести людей.
63. У моєму житті були моменти, коли я ясно розумів, як багато ще можу зробити.
64. Я готовий взятися за втілення нової ідеї лише тому, що мені цікаво, що з цього вийде.
65. Характеризуючи себе, з повним правом можу сказати, що я – гуманіст.
66. Мене люблять тому, що я сам здатний любити.
67. Іноді я не проти, щоб мною керували.
68. Якби моє друге Я існувало, то для мене це був би найнудніший співрозмовник.
69. У вирішенні особистих проблем я значною мірою керуюся власним баченням і лише потім – загальноприйнятими уявленнями.
70. Мені не подобаються фільми, у яких не зрозуміло – хороша чи погана людина головний герой.
71. Я байдужий до того, чи спостерігає хтось за тим, як я працюю.
72. У мене творча натура – поетична, художня, артистична.
73. Часом я буваю різким з людьми, які мене дратують.
74. Динамічність та різнобарвність – це ознаки не мого життя.
75. Я усвідомлюю, що існують певні межі моїх можливостей.
76. Мої друзі цінують у мені здібність до співпереживання.
77. Навіть заради того, щоб здійснити щось, за що люди були б мені вдячні, я не хотів би поступатися власними принципами.

78. Мене приваблює участь у палкій суперечці.
79. Недоліків у мене більше, ніж чеснот.
80. Мені рідко зустрічалися люди, яких я розумів би без зайвих слів.
81. Важко досягти успіху в житті, дотримуючись моральних принципів.
82. Я намагаюся запам'ятовувати цікаві історії, щоб потім розповісти їх іншим.
83. Мені важко зрозуміти, чому якісь дрібниці можуть так сильно засмучувати людей.
84. Мені не властиво переживати через втрату взаєморозуміння з оточуючими.
85. Завдання: уявіть що усе Ваше життя зображено у книжці.