

SRPSKA VERZIJA SKORO PERFEKTNE SKALE ZA PROCENU PERFEKCIONIZMA

Osnovni ciljevi ovog rada bili su prevod i adaptacija skale za procenu perfekcionizma (the Almost Perfect Scale-Revised – APS-R, Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001) sa engleskog na srpski jezik, pri čemu je korišćena tehnika dvosmernog prevođenja, da bi se osigurala adekvatna srpska verzija ovog mernog instrumenta. Dodatni ciljevi su se odnosili na proveru strukture prostora merenja prevedenog upitnika, kao i na utvrđivanje pouzdanosti subskala srpske verzije APS-R-a. Korišćenjem ekspolarativne faktorske analize, uz primenu paralelne analize i Hull postupka uspešno je potvrđena originalna faktorska struktura upitnika. Psihometrijska analiza pokazala je da su sve subskale adaptiranog upitnika visoko pouzdane. U diskusiji ovog rada izvršena je detaljna analiza karakteristika adaptivnih podvrsta perfekcionizma (dimenzije visoki standardi i urednost) kao i dimenzije koja operacionalizuje maladaptivnu formu perfekcionizma (diskrepanca). Opisani su do sada istraživani korelati podvrsta perfekcionizma poput depresije, anksioznosti, akademskog uspeha i bazičnih osobina ličnosti. U zaključku su predložene moguće buduće dopune upitnika.

Ključne reči: perfekcionizam, the Almost Perfect Scale-Revised, visoki standardi, urednost, diskrepanca, eksplorativna faktorska analiza

UVOD

U svakodnevnom životu termin „perfekcionizam“ postao je jedan od izuzetno često upotrebljivanih (pa i zloupotrebljivanih) reči. Međutim, slušajući laike koji razgovaraju o ovoj osobini ličnosti, ubrzo nam postaje jasno da svako ima svoju idiosinkretičnu definiciju perfekcionizma, ali te individualne definicije se ponekad međusobno do te mere razlikuju da čak poseduju dijametralno suprotne karakteristike. Pojedini ljudi smatraju da perfekcionizam predstavlja izuzetno poželjnu crtu ličnosti, dok drugi istu osobinu određuju kao manu, odnosno negativnu i iritirajuću karakteristiku. U poslednje vreme je, međutim, čak i među laicima sve više rasprostranjeno stanovište prema kojem je reč o ne baš adaptivnoj crti, koja svakako nije bezopasna sitnica. Opšte je poznato da perfekcionizam može

* agenc@ff.uns.ac.rs

da načini značajnu štetu u različitim oblastima života – počevši od partnerskih odnosa, preko posla, do roditeljstva. Prema rezultatima sada već ne malog broja istraživanja perfekcionizam predstavlja značajan faktor rizika za pojavu raznih psihopatoloških stanja i procesa poput depresije, poremećaja ishrane, raznih anksioznih poremećaja, suicidalnosti itd. (Zhang & Cai, 2012). Pored značajne uloge u opisanim kliničkim fenomenima, perfekcionizam predstavlja i bitan faktor vulnerabilnosti za pojavu „zdravih“, ali svakako nelagodnih psihičkih stanja i procesa poput čestih neprijatnih emocija kao što su anksioznost, strah, bes, tuga, frekventnih promena raspoloženja i raznih neuspeha (Mallinger, 2009).

Nije lako definisati perfekcionizam. U rečnicima nailazimo na nekoliko manje-više, ali izgleda ipak manje sličnih određenja. Prema jednoj starijoj definiciji iz Websterovog rečnika perfekcionizam je „ekstreman ili preteran trud da se postigne savršenstvo“, a revidirana verzija ovog rečnika određuje isti ovaj pojam kao sklonost ka postavljanju ekstremno visokih standarda i nezadovoljstvo bilo kojim uspehom koji je slabiji od perfektnog (Webster's Ninth New Collegiate Dictionary, 1988, prema Slaney, et al., 2001).

Prema nekima perfekcionista je osoba vredna pohvale koja svaki posao obavlja više nego kvalitetno, trudeći se pri tome da ne pravi greške. Za druge je perfekcionizam problematična izbirljivost i izražena tendencija ka konstantnom kritikovanju svega i svačega što nije dovoljno savršeno, stoga se ovakve osobe često smatraju „teškim“ roditeljima, partnerima, šefovima i sl. Treći gledaju na perfekcionista kao na nepogrešive puriste, koji troše previše vremena na čišćenje, uređenje i sistematizaciju svojih domova, svega što poseduju i života uopšte. U stvari, perfekcionizam može da obuhvati sva nabrojana ponašanja, a i još mnoga druga. Ovi šabloni postupaka su vidljivi nusprodukti fundamentalnih psiholoških konstrukata, koji čine osnovne komponente perfekcionizma: komponentu uspeha, karaktera i komponentu koja se odnosi na izbirljivost. Što se uspeha tiče, perfekcionista nastrojena osoba po svaku cenu *mora* da obavlja svoje zadatke bez ijedne greške, previdi – jednostavno savršeno. Za nju „dobro“ nije dovoljno, ona mora da dostigne besprekorno i u poređenju sa drugima nadprosečno postignuće. Takvu osobu karakteriše neka vrsta pseudopotrebe da po svom karakteru bude primer drugima: ponaša se vrlo lepo i pristojno kako joj slučajno neko ne bi uputio kritiku; trudi se da se oseća i da svoje emocije ispoljava adekvatno i primereno; konstantno dokazuje da je u svojim uverenjima i vrednostima maksimalno korektna. Tvrdoglavo istrajan trud takvih pojedinaca odslikava njihovu težnju ka tome da budu zaštićeni od neuspeha, odbijanja i poniženja. Naravno da niko ne može u potpunosti i uvek da izbegne ovakva neprijatna iskustva. Međutim, perfekcionista zbog bolne svesti o nelagodnim posledicama neuspeha koja ga doslovno proganja,

često doživljava povišen nivo anksioznosti. On je skoro uvek zaokupljen manama i ograničenjima kod sebe i drugih, a zbog tendencije da konstantno ruminira nad negativnim aspektima života nikada nije u stanju da se u potpunosti prepusti uživanju u prijatnim iskustvima (Mallinger, 2009).

S obzirom na to da je reč o pojmu koji je uistinu zanimljiv i intrigantan, vrlo je iznenađujuće da je perfekcionizam jako kasno počeo da izaziva interesovanje naučnika. Prva razmišljanja o ovoj osobini potiču od dinamski orjentisanih autora kao što su Karen Hornaj (Caren Horney), Alfred Adler (Alfred Adler) i drugi psihoanalitičari, međutim, njihovi spisi su upravo samo to: razmišljanja, bez empirijskih istraživanja. Čak je i sam Frojd spominjao perfekcionizam kao uobičajeni simptom opsesivne neuroze, u kojoj strog i kažnjavajući super-ego zahteva superiorno postignuće i ponašanje od neurotičnog pojedinca (Freud, prema Hill, McIntire, & Bacharach, 1997). Hornaj ističe da preterana urednost predstavlja samo površni aspekt „potrebe da se dostigne najveći stepen savršenosti“ (Horney, 1950, 196. str., prema Schweitzer & Hamilton, 2002). Prema njenom mišljenju koreni perfekcionizma nalaze se na mnogo dubljem nivou psihe i podrazumevaju ne samo sredstvo za postizanje superiornosti, nego i način na koji osoba pokušava da uspostavi kontrolu nad životom. S druge strane, Adler je mišljenja da je težnja ka perfekciji sasvim normalna i urođena ljudska karakteristika.

Savremenim rodonačelnikom teorije o perfekcionizmu smatra se Hamaček (Hamachek). On je prvi napravio distinkciju između dva tipa perfekcionizma: normalnog i neurotičnog (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990). Dok normalni perfekcionista uživaju u svojoj uspešnosti pri izvršenju teških zadataka, dotle neurotični perfekcionista postavljaju sebi nerealno visoke ciljeve, nisu zadovoljni svojim trudom i uspehom, čini im se da nikada nisu dovoljno dobri i ne zaslužuju osećanje ponosa (Ulu & Tezer, 2010). Prema Hamačeku normalni perfekcionizam ne samo da nije patološka kategorija, već je reč o poželjnoj crti koja je važna komponenta zdrave motivacije za postignućem. Ovaj tip perfekcionista nastrojene osobe teži ka visokim ciljevima, ali je ujedno i svestan svojih ličnih ograničenja, pa poznaje i prihvata svoje mogućnosti (Hill, McIntire, & Bacharach, 1997). Mnoga kasnija istraživanja potvrdila su postojanje dva odvojena globalna faktora koji sačinjavaju perfekcionizam i odslikavaju adaptivnu i maladaptivnu stranu ispitivanog fenomena. Najpoznatiji teorijski pristupi perfekcionizmu, koji na ovu crtu gledaju kao na višedimenzionalni konstrukt, su model koji su sastavili Frost i njegovi saradnici (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990), zatim Hjujtove i Fletov model (Hewit & Flett) i Slejnijev pristup (Slaney) (Tozzi, et al, 2004).

Prema Frostu i saradnicima perfekcionizam se sastoji iz nekoliko faktora: briga zbog grešaka, lični standardi, roditeljski kriticizam, roditeljska očekivanja, sumnja u akcije i organizovanost (Chang, Watkins, & Banks, 2004). Dimenzije koje mere postavljanje visokih standarda za sebe i druge, kao i dimenzija koja odlikava visoko vrednovanje urednosti i organizovanosti, grupišu se u jednu opštiju superdimenziju, koju su autori nazvali „pozitivno stremljenje ka uspehu“. Preostali faktori spadaju u drugu dimenziju višeg reda koja procenjuje maladaptivnu stranu perfekcionizma. („maladaptivne evaluativne brige“) (Zhang & Cai, 2012). Frost je konstruisao skalu za merenje ovih dimenzija perfekcionizma i nazvao ju je Multidimenzionalna skala perfekcionizma (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS, Frost et al., 1990, prema Cox, Clara, & Enns, 2009). Zanimljiva je činjenica da je skoro istovremeno druga grupa autora nezavisno od Frosta takođe sastavila upitnik za procenu perfekcionizma koji nosi identičan naziv – Multidimenzionalna skala perfekcionizma (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS, Hewitt & Flett, 1991). Ova dva autora razvila su sopstveni mini-teorijski pristup perfekcionizmu, prema kojem se ovaj fenomen sastoji od tri međusobno nezavisne dimenzije: perfekcionizam okrenut ka sebi, društveno nametnut perfekcionizam i perfekcionizam okrenut ka drugima (Cox, Clara, & Enns, 2009).

Treći poznati savremeni autor koji se temeljno bavio složenom osobinom perfekcionizma, a koji je ujedno i najznačajniji za aktuelno istraživanje je Slejni. Ovaj autor je takođe konstruisao upitnik za procenu perfekcionizma, koji nosi duhovit naziv Skoro perfektna skala (the Almost Perfect Scale-Revised) i koji je korišćen u ovom istraživanju. Slejni je smatrao da je izjednačavanje celog konstrukta perfekcionizma samo sa njegovim negativnim, nepoželjnim aspektima previše usko i da zanemaruje pozitivne strane ovog fenomena (Ulu & Tezer, 2010). Prva dva faktora njegovog upitnika (visoki standardi i urednost) služe registrovanju zdravog perfekcionizma. Oni sadrže stavke koje govore o sklonosti osobe da ima visoka personalna očekivanja, bez osuđivanja sebe u situacijama neuspeha, kao i o tendenciji da takvi pojedinci vrlo cene organizovanost, disciplinu, red i slične vrline. S druge strane, dimenzija diskrepance svedoči o učestaloj brizi zbog potencijalnih grešaka koje osoba može da načini u najrazličitijim domenima funkcionisanja, o sumnji u ispravnost sopstvenih postupaka, o teškoćama u međuljudskim odnosima i o frekventnom doživljavanju neprijatnog i sputavajućeg stanja anksioznosti (Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000).

METOD

Ciljevi istraživanja

Osnovni cilj ovog istraživanja podrazumevao je prevod i adaptaciju skale za procenu osobine perfekcionizma za srpsko govorno područje (the Almost Perfect Scale-Revised – APS-R, Slaney et al, 2001). Iz ovako formulisanog opšteg cilja proizlaze i nužni sekundarni, iako nikako manje važni podciljevi: provera da li se faktorska struktura prevedenog upitnika poklapa sa faktorskom strukturom originalnog upitnika, kao i utvrđivanje psihometrijskog kvaliteta adaptirane skale kroz proveru njene pouzdanosti.

Uzorak ispitanika i organizacija prikupljanja podataka

Istraživanje je sprovedeno na prigodnom uzorku od ukupno 263 ispitanika. Ispitanici su bili studenti odseka za psihologiju i germanistiku Filozofskog fakulteta u Novom Sadu. Subjekti istraživanja su heterogeni po polu i godini studija.

Instrument za prikupljanje podataka

Za ispitivanje perfekcionizma primenjen je upitnik the Almost Perfect Scale-Revised. Skala se sastoji od 23 stavke i ima format sedmostepene skale Likertovog tipa. Upitnik na engleskom jeziku sastoji se od tri subskale, od kojih dve mere adaptivni (visoki standardi i urednost), a jedna maladaptivni perfekcionizam (diskrepanca) (Vandiver & Worrell, 2002). Visoki standardi je faktor koji se po autorima sastoji od 7 ajtema, namenjenih za registrovanje sklonosti osobe da postavlja visoka personalna očekivanja. Četiri tvrdnje iz dimenzije urednosti opisuju individue koje izuzetno cene red i disciplinu. Subjekti koji postižu visoke skorove na subskali diskrepance postavljaju sebi vrlo visoke standarde, međutim, istovremeno su konstantno opterećeni utiskom da nisu u stanju da ispune sopstvena očekivanja. U literaturi se nailazi na nemali broj studija, koje su kako pomoću eksplorativnih tako i preko konfirmativnih faktorskih analiza uspele da potvrde opisanu strukturu instrumenta na engleskom jeziku (Vandiver & Worrell, 2002; Rice, Ashby, & Slaney, 2007). U prethodnim istraživanjima najpouzdanijom se pokazala subskala diskrepance (Kronbahova alfa se kretala od .92 do .96), dok je interna konzistentnost za druge dve dimenzije najčešće između .82 i .86 (Wei et al, 2007). Konvergentna validnost APS-R-a potvrđena je postojanjem visokih korelacija sa drugim upitnicima namenjenim za registrovanje perfekcionizma (Rice & Ashby, 2007).

REZULTATI

Adaptacija APS-R-a na srpski jezik podrazumevala je njegovo prevođenje sa engleskog upotrebom tehnike dvosmernog prevođenja. U prvom koraku je izvršena detaljna jezička analiza APS-R-a na engleskom jeziku, a zatim je jedan prevodilac preveo upitnik na srpski jezik. U sledećem koraku je drugi prevodilac, koji nije učestvovao u prvobitnom prevođenju, srpsku verziju ponovo „vratio“ na engleski jezik. Potom je usledilo poređenje obe verzije skale na engleskom jeziku. Analiza jezičkih sličnosti i razlika koje su se pojavile u dve skale na engleskom jeziku omogućila je identifikaciju onih stavki, koje su usled prevoda izgubile neke kvalitete. Ovakvih „problematičnih“ ajtema bilo je malo, stoga su potrebne jezičke korekcije podrazumevale samo minimalne promene u upitniku na srpskom jeziku. Na ovaj način pripremljena skala potom je primenjena u aktuelnom istraživanju.

Uzimajući u obzir veličinu uzorka ispitanika, primena konfirmativne faktorske analize nije se činila opravdanom, stoga je doneta odluka da se upotrebi eksplorativna faktorska analiza (EFA). Podaci su obrađivani pomoću programa FACTOR, verzija 9.2 (Lorenzo-Seva & Ferrando, 2013). Kao glavni kriterijum za određivanje broja dimenzija poslužila je tzv. paralelna analiza (PA, Horn). Literatura navodi ubedljive nalaze koji sugerišu da u slučaju faktorizacije ordinalnih varijabli (što uključuje i Likertove formate odgovora) polihorične korelacije (korelacije koje podrazumevaju kontinualnu prirodu promenljivih „prisilno“ svedenih na ordinalni nivo merenja) predstavljaju bolju opciju od Pearsonovih produkt-moment korelacija, pa bi PA takođe trebalo bazirati na ovom tipu korelacija (Holgado-Tello, Chacón-Moscoso, Barbero-García, & Vila-Abad, 2012). PA sugeriše da je potrebno zadržati samo one faktore, čiji su karakteristični koreni veći od karakterističnih korena koje je moguće dobiti na osnovu slučajnih podataka sa analognim osobinama. Ovaj postupak obezbeđuje egzaktnu bazu za eliminisanje dimenzija, čija je varijansa manja od one koja bi bila očekivana kod slučajnih podataka, dakle, zadržava se onaj broj faktora, koliko ima karakterističnih korena stvarnih podataka koji su veći od svojih slučajnih parnjaka (Subotić, 2013). Odabrana je operacionalizacija paralelne analize zasnovana na metodu ekstrakcije faktorske analize minimalnog ranga (PA-MRFA), jer nalazi sugerišu da je reč o preciznijoj varijanti od originalne Hornove implementacije (Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011; Subotić, 2013).

Kao dopuna paralelnoj analizi izvršena je i procena broja dimenzija na osnovu Hull postupka (Lorenzo-Seva, Timmerman, & Kiers, 2011).

Eksplozivna faktorska analiza APS-R-a

Eksplozivna faktorska analiza izvršena na upitniku obuhvatila je 23 ajtema APS-R-a kao početni skup varijabli, na kojima je izvršena faktorska analiza neponderisanih najmanjih kvadrata, oslanjajući se na matricu polihoričnih korelacija. KMO iznosi visokih .89, sa statistički značajnim Bartlettovim testom: $\chi^2(253, N = 263) = 3865, p < .001$. Rezultati paralelne analize (Tabela 1) podržavaju zadržavanje tri faktora, a Hull postupak sugerise identično rešenje. Ekstrahovane dimenzije, rotirane Promax rotacijom, objašnjavaju 62% zajedničke varijanse.

Tabela 1
Izvod iz rezultata paralelne analize APS_R upitnika

_Varijabla	Procenat objašnjene varijanse stvarnih podataka	Kriterijum aritmetičke sredine	Kriterijum percentila	95.
1	34.0*	10.4	11.6	
2	23.0*	8.3	9.1	
3	10.0*	7.7	8.3	
4	3.8	7.2	7.8	

Napomena: * Predloženi broj dimenzija: 3

Tabela 2
Rezultati faktorske analize APS_R upitnika

Redni broj	Ajtemi	Faktori			h^2
		Diskrepanca (K.k.=6.73)	Visoki standardi (K.k.=3.68)	Urednost (K.k.=2.63)	
17	Nisam zadovoljan/a čak i kada znam da sam dao/la sve od sebe.	.81 (.81)			.66
20	Skoro nikada nisam zadovoljan/na svojim postignućima.	.80 (.82)			.70
16	Ono što postignem je često ispod standarda koje sebi postavljam.	.80 (.80)			.65
19	Retko sam u stanju da ispunim sopstvene visoke standarde.	.78 (.79)			.63
9	Retko uspevam da ispunim visoke zahteve koje sebi postavljam.	.78 (.76)			.61
13	Nikada nisam zadovoljan/na svojim	.77 (.79)			.63

	postignućima.			
11	Čini se da čak i kada dajem sve od sebe, ni to nije dovoljno.	.77 (.75)		.58
21	Retko osećam da je ono što sam uradio/la dovoljno dobro.	.75 (.76)		.59
6	Čak i kada dam sve od sebe, nisam zadovoljan/na sobom.	.69 (.68)		.49
15	Često sam zabrinut/a da neću uspeti da ispunim svoja očekivanja.	.68 (.67)		.49
3	Često sam frustriran/na, jer ne mogu da ostvarim svoje ciljeve.	.66 (.65)		.43
23	Često sam razočaran/a nakon obavljenog zadatka, jer znam da sam mogao/la i bolje da ga uradim.	.63 (.62)		.40
8	Puno očekujem od sebe.	.86 (.82)		.68
12	Postavljam sebi veoma visoke standarde.	.85 (.81)		.67
1	Kad je u pitanju uspeh na fakultetu ili na poslu, postavljam sebi visoke zahteve.	.75 (.75)		.57
14	Od sebe očekujem najbolje.	.72 (.75)	(.35)	.56
22	Imam jaku potrebu da težim ka odličnim rezultatima.	.70 (.70)		.48
5	Ako ne očekuješ puno od sebe, nikada nećeš uspeti.	.57 (.62)	(.32)	.40
18	U svemu što radim maksimalno se trudim.	.41 (.53)		.38
2	Ja sam uredna osoba.		.87 (.78)	.62
4	Ja sam osoba koja voli red.	(.33)	.79 (.86)	.74
7	Smatram da stvari treba da stoje tamo gde im je i mesto.		.76 (.71)	.52
10	Nastojim da uvek budem organizovan/a i disciplinovan/a.	(.41)	.66 (.72)	.54

Napomena: h^2 – komunaliteti nakon ekstrakcije; *K.k.* – karakteristični koren faktora nakon ekstrakcije; u kolonama su data zasićenja sklopa, sa strukturnim zasićenjima u zagradi.

U Tabeli 2 prikazani su rezultati faktorske analize APS-R upitnika. Ekstrahovane su tri dimenzije: diskrepanca, visoki standardi i urednost, a ajtemi skale su se rasporedili u potpunosti u skladu sa očekivanom faktorskom strukturom.

U Tabeli 3 date su međusobne korelacije izolovanih dimenzija. Dobijeni rezultati u potpunosti su u skladu sa teorijski očekivanim međusobnim odnosima ekstrahovanih faktora.

Tabela 3
Interkorelacije ekstrahovanih faktora na APS_R upitniku

Faktor	Diskrepanca	Visoki standardi	Urednost
Diskrepanca	1.00		
Visoki standardi	-.02	1.00	
Urednost	-.14*	.39***	1.00

Napomena: * $p < .05$, *** $p < .001$

Pouzdanost APS-R-a

Na uzorku prikupljenom za potrebe ovog istraživanja alfa koeficijent pouzdanosti za subskalu koja meri visoke standarde kao i za dimenziju urednosti iznosi .86, dok je ovaj indikator čak .94 za faktor koji registruje diskrepancu. Prema tome, ovi rezultati potvrđuju da je srpska verzija APS-R-a visoko pouzdan merni instrument.

DISKUSIJA

Dobijeni nalazi jednoznačno pokazuju da se faktorska struktura upitnika prevedenog na srpski jezik u potpunosti poklapa sa faktorskom strukturom originalnog, engleskog mernog instrumenta. Na ovaj način potvrđena je Slejnijeva multidimenzionalna operacionalizacija složene crte perfekcionizma kao karakteristike koja se sastoji iz jedne dimenzije maladaptivnog perfekcionizma (diskrepanca) i dva faktora adaptivne podvrste perfekcionizma (visoki standardi i urednost). Nadalje, izvršena je provera pouzdanosti subskala srpske verzije APS-R-a. Prema rezultatima dobijenim na našem uzorku sve dimenzije prevedenog upitnika su se pokazale visoko pouzdanim, što je u skladu sa nalazima već postojećih istraživanja vršenih na engleskoj verziji skale (Wei et al, 2007).

Kao što je u uvodnom delu ovog članka navedeno, iako se naučnici koji su se od kraja prošlog veka zainteresovali za istraživanje perfekcionizma nisu slagali oko precizne i jednoznačne definicije ove karakteristike ličnosti, ipak se čini da je perfekcionizam češće bio definisan kao konstrukt sa izuzetno negativnom konotacijom (Suddarth & Slaney, 2001). Međutim, valenca ovog konstrukta zavisi od formulacije njegovog određenja (Vandiver & Worrell, 2002). Ako bi perfekcionistački nastrojeno dete bilo opisano kao neko ko je istrajan, teži ka odličnom školskom postignuću i postavlja sebi visoke standarde, smatrali bismo da je reč o uzornom učeniku sa izrazito poželjnim osobinama. Ali ako bi, recimo,

učiteljica isto to dete okarakterisala kao dečaka koji je tvrdoglavo uporan u svom trudu da bude najbolji u celom razredu, grozničavo se upinje kako bi bio skroz odličan učenik, a svaki put kada ne ispuni svoja preterana očekivanja beskrajno je razočaran, depresivan i anksiozan – isto to dete bi bilo „dijagnostifikovano“ kao perfekcionista sa negativnim predznakom. Upravo ovaj slikoviti primer može da posluži kao baza za razumevanje Slejnijevog razlikovanja adaptivnog i maladaptivnog perfekcionizma – podele koja je operacionalizovana pomoću APS-R-a i koja je uspešno replikovana u ovom istraživanju.

Kada postignu određeni uspeh, osobe sa visokim skorovima na subskali visokih standarda imaju čitav niz prijatno obojenih osećanja, poput sreće, ponosa, zadovoljstva sobom i sl, a posledica je da njihovo zdravo i racionalno utemeljeno samopouzdanje raste. S druge strane, maladaptivni perfekcionista minimalizuju svoj postignut uspeh, on ne doprinosi porastu samopouzdanja i samopoštovanja, takve osobe ostaju u začaranom krugu osećanja inferiornosti i „tiranije moranja“ koja se odnosi na skoro kompulzivan trud ka postizanju nedostižnog savršenstva (Dunn, Whelton, & Sharpe, 2006; Rice & Ashby, 2007). Prema tome, osnovna razlika između adaptivnih i maladaptivnih perfekcionista ponajviše se manifestuje u sekundarnim kognitivnim i emocionalnim reakcijama na (ne)uspeh. Neispunjavanje visokih personalnih standarda zdrave perfekcioniste samo motiviše na ulaganje intenzivnijeg truda. Neadaptivni perfekcionista, međutim, usled subjektivno percipiranog neuspeha, koji uopšte ne mora da nosi i objektivna obeležja niskog postignuća, zaglave se u krajnje iscrpljujućem *circulus viciousus*-u i svojim samohendikepirajućim postupcima tonu sve dublje i dublje u samoprezir (Nounopoulos, Ashby, & Gilman, 2006).

Iako su empirijska istraživanja multidimenzionalnog perfekcionizma stara tek deceniju-dve, već postoje dokazi o povezanosti ove varijable dispozicionog karaktera sa brojnim drugim promenljivima kao najčešćim posledicama perfekcionista načina funkcionisanja. Neretko je ispitivan međuodnos depresije i perfekcionizma (Zhang & Cai, 2012). Rezultati istraživanja koja su pre svega vršena na američkim studentima, ukazuju na konzistentno prisutnu asocijaciju između maladaptivnog perfekcionizma i depresivnih simptoma, što nije iznenađujuće, kada se uzme u obzir činjenica da ovi perfekcionista stavljaju znak jednakosti između savršenog uspeha i doživljaja sopstvene celokupne ličnosti kao vredne poštovanja, prihvatanja i ljubavi (Wei et al., 2007). Maladaptivni perfekcionista se oslanjaju na krajnje nepovoljnu samoevaluaciju (negativna slika o sebi), skloni su tome da u drugim ljudima vide opasnost, koja takođe samo narušava njihovu sliku o sebi (drugi su bolji, uspešniji, vredniji od njih, s jedne strane, dok u isto vreme pritiskaju perfekcionista izuzetno visokim očekivanjima od njega, s

druge strane). Posledično ovakvom kognitivnom setu budućnost im sasvim razumljivo deluje kao crna i puna poražavajućih neuspeha koji obesmišljavaju nekad čak i njihovo postojanje (sklonost ka kognitivnim greškama tipa „sve ili ništa“). Otuda i empirijski potvrđena sklonost osoba koje imaju izražene maladaptivne perfekcionistačke tendencije da se upuštaju u suicidalne ideacije (Enns, Cox, & Clara, 2005).

Druga psihopatološka kategorija koja je dovođena u vezu sa fenomenom perfekcionizma je anksioznost. Ustanovljeno je da osobe koje pate od socijalne fobije a istovremeno ispoljavaju visok stepen maladaptivnog perfekcionizma, frekventnije doživljavaju stanje socijalne anksioznosti, imaju izraženiju generalnu crtu anksioznosti i na merama opšte psihopatologije postižu više skorove (Schweitzer & Hamilton, 2002). Osobe koje često i puno brinu, podložne su intruzivnim mislima i osećanju anksioznosti u situacijama kada postanu svesne diskrepance koja po njihovom sudu postoji između visokih standarda koje su sebi postavili i realno postignutog (ne)uspeha.

Perfekcionizam je takođe visoko relevantan za akademski život i edukacioni kontekst uopšte. Jedna od varijabli, koja je relativno često ispitivana u kontekstu osobine perfekcionizma, je uspeh u školi ili na studijama izražen u vidu prosečne ocene. Nisu iznenađujući rezultati većine istraživanja, prema kojima adaptivni perfekcionista postižu statistički značajno bolje rezultate u školovanju u poređenju sa maladaptivnim perfekcionista (Nounopoulos, Ashby, & Gilman, 2006; Rice & Ashby, 2007; Flett, Blankstein, & Hewitt, 2009). U pogledu akademskog uspeha maladaptivnih perfekcionista situacija, međutim, nije dovoljno jasna i jednoznačna. Sa teorijsko-logičke tačke gledišta, hipoteza koju većina istraživača uporno postavlja u svojim studijama je potpuno zdravorazumski ispravna. Prema toj hipotezi razne vrste maladaptivnog perfekcionizma trebalo bi da pokazuju jasnu (ako ne i visoku) negativnu korelaciju sa školskim postignućem. Međutim, rezultati ovih empirijskih istraživanja su krajnje šareni: najčešće nije dobijena nikakva povezanost između maladaptivnog perfekcionizma i nižih školskih ocena, a samo u retkim studijama je nađena vrlo slaba, često čak i statistički neznačajna pozitivna korelacija (Flett, Blankstein, & Hewitt, 2009). U istraživanju sprovedenom na našim prostorima dobijeni su nalazi, prema kojima subskala visokih standarda ostvaruje statistički značajnu pozitivnu korelaciju sa akademskim postignućem izraženim u vidu uspeha na predispitnom testu znanja kod studenata ($r = .27$), međutim, faktor urednosti, kao druga dimenzija adaptivnog perfekcionizma pokazuju (iako statistički neznačajnu), ali neočekivanu negativnu korelaciju s kognitivnim uspehom. S druge strane, faktor diskrepance je u statistički značajnoj negativnoj korelaciji sa varijablom postignuća ($r = -.30$) (Genc, 2014).

Podvrste perfekcionizma dovođene su u vezu i sa opšte poznatim stabilnim osobinama ličnosti. Tako je utvrđeno da maladaptivni perfekcionizam, operacionalizovan u vidu Slejnijeve subscale diskrepance, pozitivno i visoko korelira sa crtom neuroticizma (Rice & Ashby, 2007). Kada se prisetimo Hamaćekove pionirske konceptualizacije fenomena perfekcionizma, u kojoj je on razlikovao normalnu od neurotićne težnje ka savršenstvu, postaje jasno da je termin, koji je ovaj autor odabrao da oznaći nezdravi perfekcionizam, sasvim opravdan. Osobina savjestnosti pokazuje prilićno visoku pozitivnu povezanost sa podvrstom adaptivnog perfekcionizma iz Slejnijevog modela – dimenzijom urednosti i umereno pozitivnu korelaciju sa dimenzijom koja procenjuje postavljanje visokih standarda (Rice & Ashby, 2007). Dosadašnja istraživanja sugeriu postojanje negativne korelacije između maladaptivnog perfekcionizma, s jedne strane, i osobina ekstraverzije i prijatnosti, s druge (Ulu & Tezer, 2010).

Još jedan zanimljiv aspekt diskusije o prirodi obe podvrste „adaptivnog“ perfekcionizma odnosi se na mišljenja prilićno malog broja, ali sve uticajnijih autora, koji sumnjaju u postojanje univerzalno adaptivnog i zdravog perfekcionizma. Beser i saradnici su, na primer, istakli da bez obzira na podvrstu perfekcionizma, sve osobe koje imaju visoko razvijenu relativno stabilnu dispoziciju težnje ka savršenstvu, često doživljavaju automatske misli, koje ne umeju da kontrolišu, a koje se tiću neodoljive želje da se postigne nemoguće: idealno (Besser, Flett, Guez, & Hewitt, 2008). Ove „lepljive kognicije“ blokiraju pažnju, koncentraciju, mišljenje, zaključivanje i druge misaone procese višeg reda, ne ostavljajući dovoljno neophodnih kognitivnih resursa za potpuno posvećivanje rešavanju ispitnih zadataka. Zbog ovakvog načina funkcionisanja sve perfekcionistaćki nastrojene osobe sklone su tome da mnogo više primećuju razne negativno konotirane draži iz okoline, koje za njih predstavljaju važne signale da svet, drugi ljudi, a posebno oni sami nisu dovoljno savršeni. Ova pristrasnost u percepciji i nepovoljne interpretacije možda čak i neutralnih ili benignih stimulusa ćine sve perfekcionistaćke vulnerabilnim na nepovoljne kako kognitivne tako i emocionalne ishode stresnih transakcija.

Nadalje, Flet i Hjuitt skreću pažnju na jednu pomalo ignorisanu ćinjenicu: kod ekstremno perfekcionistaćki nastrojjenih osoba adaptivne i maladaptivne forme ove osobine najćešće koegzistiraju. Kako bi potkrepili ovu tvrdnju, autori se pozivaju na nalaze iz pojedinih prethodnih empirijskih istraživanja, prema kojima se neretko otkrivaju istina ne previsoke, ali svakako pozitivne korelacije između tzv. zdravih i nezdravih formi perfekcionizma. Tako su, na primer, Rajs i saradnici, primenjujući upravo APS-R na uzorku amerićkih studenata, registrovali statistićki znaćajnu pozitivnu povezanost između visokih standarda i urednosti, s jedne strane,

i diskrepance, s druge strane ($r = .25$) (Rice et al., 1998, prema Flett & Hewitt, 2006), dok je ova korelacija u studiji Mičelisona i Bernsa iznosila .35. (Mitchelson & Burns, 1998, prema Flett & Hewitt, 2006). Ova dva renomirana autora zaključuju da je u realnosti malo verovatno da adaptivne i maladaptivne forme perfekcionizma nisu istovremeno prisutne kod jedne te iste osobe, odnosno, da oni pojedinci, koji imaju izuzetno visoka personalna očekivanja, ipak ujedno prilično frekventno strepe od potencijalnih neuspeha, koje često pripisuju svojoj navodnoj nesposobnosti.

Kako bismo potkrepili stav navedenih autora, koji relativizuju apsolutnu pozitivnu vrednost adaptivnih podvrsta perfekcionizma, osvrnućemo se i na jedno istraživanje sprovedeno kod nas (Genc, 2014). U ovoj studiji su podvrste perfekcionizma (visoki standardi, urednost i diskrepanca) smešteni u posebnu ulogu moderator varijabli u jednom složenom stres-procesu, gde je kao ulazna promenjiva figurirao stepen izraženosti ispitne anksioznosti kod studenata pre polaganja predispitnog testa znanja, izlazna varijabla je bila postignut uspeh na pomenutom kolokvijumu, dok su načini suočavanja sa ispitnom anksioznošću (suočavanje usmereno na problem, suočavanje usmereno na emocije i izbegavanje) predstavljali medijator varijable. Rezultati su ukazali na zanimljive i vrlo složene odnose među ispitivanim fenomenima. Naime, većina studenata sa pojačanom evaluativnom strepnjom, koja je tokom stresne transakcije brinula zbog sopstvenih slabosti, ili je, na primer, bila preopterećena svojim problemima (oslanjali su se na mehanizme suočavanja usmerenih na emocije), postigla je lošiji uspeh na kolokvijumu, međutim, uspeh je bio najgori upravo kod onih pojedinaca, koji imaju izrazito visoka očekivanja od sebe (postizu visoke skorove na dimenziji visokih standarda). Ovakav nalaz je potpuno logičan i očekivan. Dovoljno je samo da se postavimo u poziciju studenta, koji u većini životnih situacija razmišlja na sledeće načine: „Kad je u pitanju uspeh na fakultetu ili na poslu, postavljam sebi visoke zahteve.“ i „Ako ne očekuješ puno od sebe, nikada nećeš uspeti. Ako se iz ma kog razloga kod takvog pojedinca aktivira povišena ispitna anksioznost i ako se on počne osećati, ponašati i razmišljati na način, koji je karakterističan za suočavanje usmereno na osećanja (npr: „Krivio/la sam sebe zbog toga što nisam bolje uradio/la test.“), malo je verovatno da će uspeti maksimalno da iskoristi svoje kognitivne kapacitete neophodne za postizanje dobrog rezultata. Dakle, iako je po Slejnijevim shvatanjima subskala visokih standarda odraz tzv. *adaptivnog* perfekcionizma, postavlja se pitanje zašto bi ova osobina uvek, pod svim okolnostima i u svakoj mogućoj prilici bila funkcionalna i pozitivno konotirana. Ona sigurno *nekada* jeste adaptivna, međutim, bilo bi krajnje naivno očekivati da je ova crta ličnosti toliko jednostavna i crno-bela.

ZAKLJUČAK

Za kraj ovog rada od ključne važnosti je da se osvrnemo na još jedan bitan aspekt mernog instrumenta primenjenog u ovom istraživanju. Neophodno je da se izvrši jezička analiza stavki APS-R-a, koje predstavljaju operacionalizaciju dimenzije visokih standarda. Iščitavanjem već navedenih a i svih ostalih tvrdnji iz ovog faktora uočava se jedna pomalo neobična činjenica: iako sve one ističu sklonost ka postavljanju visokih personalnih standarda, nijedna ne sadrži u sebi bitan dodatak – „... a čak iako ne postignem željeni visok uspeh, neću se u potpunosti razočarati, u budućnosti neću manje očekivati od sebe, i dalje ću imati pozitivnu sliku o svojim sposobnostima, kapacitetima i biću u celini.“. Uprkos tome što autori APS-R-a u svojim teorijskim opisima na više mesta jasno ističu da je upravo izostanak samoosuđivanja u slučaju nedovoljnog postignuća najbitnija razlika između osoba koje postižu visok skor na dimenziji visokih standarda i individua koje imaju više izraženu diskrepancu, čini se da sami ajtemi upitnika ne odlikavaju ovu distinkciju (Mobley, Slaney, & Rice, 2005). Stoga, nalaz(i), koji indirektno na neki način čak impliciraju upravo maladaptivnost visokih standarda, posebno u kombinaciji sa suočavanjem usmerenim na emocije, postaju mnogo manje začuđujući i neočekivani. Stoga, naša je preporuka da se u potencijalnim budućim revizijama srpske verzije APS-R-a ajtemi subskale visoki standardi dopune i preciziraju na opisan način, kako bismo bili sigurniji da oni zaista mere *adaptivnu* podvrstu perfekcionizma.

Ana Genc

THE SERBIAN VERSION OF THE ALMOST PERFECT SCALE

Summary

The basic goal of our current empirical research was the translation and adaptation of the well-known scale for measuring perfectionism: the Almost Perfect Scale-Revised (APS-R, Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001) to Serbian language. The Almost Perfect Scale-Revised is one of the most widely used questionnaire for the assessment of this complex personality trait. According to Slaney and his colleagues, perfectionism has two sub-types: the adaptive form of perfectionism and the maladaptive form of perfectionism. In the APS-R these opposite types of this personality trait are operationalized through two sub-scales of adaptive (high standards and order) and one dimension of maladaptive (discrepancy) perfectionism. In our study we used the bidirectional translation technique to ensure the precision and reliability of the newly created Serbian version of the scale. The additional aims and objectives of this study were to examine the factor structure of the translated questionnaire and to determine the reliability of the sub-scales of the APS-R. To check the factor structure of the instrument we applied the method of exploratory factor

analysis. We relied on the techniques of parallel analysis and the Hull procedure. Our results successfully replicated the original factor structure of the Almost Perfect Scale-Revised obtained by the authors. The psychometric analysis showed that all of the sub-scales of the Serbian version of the APS-R are highly reliable. In the Discussion section of our study, we provided a detailed and comprehensive analysis of the characteristics of adaptive and maladaptive perfectionists. We also described the best known and researched correlates of the sub-types of perfectionism: depression, anxiety, academic success and the basic personality traits (neuroticism, extraversion, conscientiousness, etc.). In our conclusions we have suggested some possible future improvements of the Serbian version of the Almost Perfect Scale-Revised.

Keywords: perfectionism, the Almost Perfect Scale-Revised, high standards, order, discrepancy, exploratory factor analysis

LITERATURA

- Besser, A., Flett, G. L., Guez, J., & Hewitt, P. L. (2008). Perfectionism, mood, and memory for positive, negative, and perfectionistic content. *Individual Differences Research*, 6, 211-244.
- Chang, E. C., Watkins, A. F., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 93-102.
- Cox, B. J., Clara, I. P., & Enns, M. W. (2009). Self-criticism, maladaptive perfectionism, and depression symptoms in a community sample: A longitudinal test of the mediating effects of person-dependent stressful life events. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 23(4), 336-349.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 437-453.
- Dunn, J. C., Whelton, W. J., & Sharpe, D. (2006). Maladaptive perfectionism, hassles, coping, and psychological distress in university professors. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 511-523.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. (2006). Positive versus negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owens's Dual Process Model. *Behavior Modification*, 30, 472-495.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., & Hewitt, P. L. (2009). Perfectionism, performance, and state positive affect and negative affect after a classroom Test. *Canadian Journal of School Psychology*, 24, 4-18.

- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Genc, A. (2014). Relacije između stres-procesa i ispitne anksioznosti – distorzije u sećanjima na emocije iz prošlih stresnih transakcija (Nepublikovana doktorska disertacija). Filozofsku fakultet, Univerzitet u Novom Sadu, Novi Sad.
- Hill, W. R., McIntire, K., & Bacharach, V. R. (1997). Perfectionism and the Big Five factors. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12, 257-270.
- Holgado-Tello, E. P., Chacón-Moscoso, S., Barbero-García, I., & Vila-Abad, E. (2012). Polychoric versus Pearson correlations in exploratory and confirmatory factor analysis of ordinal variables. *Quality & Quantity*, 44(1), 153-166.
- Lorenzo-Seva, U., Timmerman, M. E., & Kiers, A. L. (2011). The Hull method for selecting the number of common factors. *Multivariate Behavioral Research*, 46, 340-364.
- Mallinger, A. (2009). The myth of perfection: Perfectionism in the obsessive personality. *American Journal of Psychotherapy*, 63(2), 103-131.
- Mobley, M., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2005). Cultural validity of the Almost Perfect Scale—Revised for African American college students. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 629-639.
- Nounopoulos, A., Ashby, J. S., & Gilman, R. (2006). Coping resources, perfectionism, and academic performance among adolescents. *Psychology in the Schools*, 43(5), 613-622.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (2007). Perfectionism and the Five-Factor Model of personality. *Assessment*, 14(4), 385-398.
- Schweizer, R. D., & Hamilton, T. K. (2002). Perfectionism and mental health in Australian university students: Is there a relationship?. *Journal of College Student Development*, 43(5), 684-695.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.
- Subotić, S. (2013). Pregled metoda za utvrđivanje broja faktora i komponenti (u EFA i PCA). *Primenjena psihologija*, 6(3), 203-229.
- Suddarth, B. H., & Slaney, R. B. (2001). An investigation of the dimensions of perfectionism in college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 157-165.

- Ulu, I. P., & Tezer, E. (2010). Adaptive and maladaptive perfectionism, adult attachment, and big five personality traits. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 144, 327-340.
- Timmerman, M. E., & Lorenzo-Seva, U. (2011). Dimensionality assessment of ordered polytomous items with parallel analysis. *Psychological Methods*, 16(2), 209–220.
- Tozzi, F., Aggen S. H., Neale, B. M., Anderson, C. B., Mazzeo, S. E., Neal, M. C., & Bulik, C. M. (2004). The structure of perfectionism: A twin study. *Behavior Genetics*, 34(5), 483-494.
- Vandiver, B. J., & Worrell, F. C. (2002). The reliability and validity of scores on the almost perfect scale-revised with academically talented middle school students. *Journal of Secondary Gifted Education*, 13(3), 108-119.
- Wei, M., Heppner, P. P., Mallen, M. J., Ku, T., Liao, K. Y., & Wu, T. (2007). Acculturative stress, perfectionism, years in the United States, and depression among Chinese international students. *Journal of Counseling Psychology*, 54(4), 385-394.
- Zhang, B., & Cai, T. (2012). Coping styles and self-esteem as mediators of the perfectionism-depression relationship among Chinese undergraduates. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 40, 157-168.

