

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему:

«Зв'язок академічного перфекціонізму та рівня тривожності студентів-мігрантів»

Студентки 4 курсу групи ПС-41
першого (бакалаврського) рівня вищої
освіти освітньо-професійної програми
«Психологія» за спеціальністю 053 –
ПСИХОЛОГІЯ

Савустян О.О.

Керівник кандидат психологічних наук,
професор, Крейдун Н. П.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання ____
Кількість балів: _____

Члени комісії ____ ____
(підпис) (прізвище та
ініціали)

(підпис) (прізвище та
ініціали)

(підпис) (прізвище та
ініціали)

м. Харків – 2025 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичний аналіз феномену перфекціонізму та тривоги в науковій літературі.	5
1.1. Зміст поняття перфекціонізм у психології: визначення, рівні інтенсивності та чинники формування.	5
1.2. Роль тривоги в структурі перфекціонізму. Адаптивні та дезадаптивні аспекти структури перфекціонізму	9
1.3. Взаємозв'язок між стресом акультурації та перфекціонізмом.	14
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	17
РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження перфекціонізму й тривожності	18
2.1. Задачі, гіпотези та методологія емпіричного дослідження	18
2.2. Якісний та кількісний опис вибірки	21
2.3. Загальний опис, аналіз та інтерпретація отриманих результатів	26
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	36
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	39
Анотація	44
ДОДАТКИ	46

ВСТУП

Актуальність. Міграція — тенденція сучасності, що зростає під впливом економічних, соціальних і політичних чинників. Масова міграція українців через війну створила унікальне дослідницьке поле, адже цей процес супроводжується специфічними викликами: вимушений характер переїзду, невизначеність майбутнього, необхідність швидкої інтеграції в нове соціокультурне середовище — усі ці фактори формують особливий контекст акультураційного стресу. Студенти-мігранти часто стикаються з необхідністю відповідати високим академічним стандартам, що накладає додатковий психологічний тиск та може підвищувати вразливість до перфекціонізму та тривожності. В умовах підвищеного стресу академічний перфекціонізм може набувати дезадаптивних форм, включно з надмірною тривожністю та погіршенням психологічного благополуччя. Тому є доцільним зосередити увагу на дослідженні взаємозв'язків академічного перфекціонізму та рівня тривожності серед студентів-мігрантів.

Об'єкт: академічний перфекціонізм

Предмет: особливості академічного перфекціонізму студентів-мігрантів.

Мета: виявити статистично значущі відмінності між проявами академічного перфекціонізму студентів-мігрантів з України та студентами, які навчаються в Чехії постійно.

Гіпотеза №1: студенти-мігранти з України демонструють вищі рівні академічного перфекціонізму, у порівнянні з місцевими студентами з Чехії, який фіксується у підвищеній тривожності.

Гіпотеза №2: високий рівень академічного перфекціонізму у студентів-мігрантів з України позитивно корелює з рівнем тривожності.

Задачі:

1. Провести теоретичний аналіз різних аспектів феномену перфекціонізму, тривожності та їхнього зв'язку в сучасній науковій літературі;
2. Дослідити вираженість перфекціонізму та особливостей прояву його аспектів в контексті навчання у двох вибірках респондентів;
3. Визначити рівні вираженості ситуативної та особистісної тривожності у двох вибірках респондентів;
4. Провести порівняльний аналіз показників перфекціонізму у двох групах досліджуваних: студентів-мігрантів з України та місцевих студентів з Чехії.

Методи. Аналіз, порівняння, узагальнення, інтерпретація та систематизація. У емпіричному дослідженні: анкетування; методики The Big Three Perfectionism Scale (BTPS); Study-related Perfectionism Scale (SPS); State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Для обробки та аналізу емпіричних даних: критерій Колмогорова-Смірнова; Т-критерій Стюдента для незалежних вибірок; критерій Манна-Уїтні; коефіцієнт кореляції Спірмена.

Характеристика вибірки. Дві групи по 35 респондентів. Перша – українці, які здійснили переїзд та наразі навчаються в Чехії. Друга – місцеві чеські студенти. Вік від 18 до 25 років. За гендерним розподілом: 24 жінки (34%) та 46 (66%) чоловіків.

Практична значущість дослідження. Апробований у роботі комплекс психодіагностичних методик (BTPS, SPS, STAI) може бути використаний для вивчення психологічного стану студентів-мігрантів, зокрема в контексті освітньої адаптації. Результати дослідження можуть бути корисними для практичних психологів, викладачів і співробітників центрів підтримки студентів, які працюють з молоддю з досвідом міграції. Також вони можуть стати підґрунтям для розробки профілактичних і корекційних програм, спрямованих на зниження негативного впливу дезадаптивного перфекціонізму та тривожності на психологічне благополуччя студентів.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ТА ТРИВОГИ В НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ

1.1. Зміст поняття перфекціонізм у психології: визначення, рівні інтенсивності та чинники формування.

Перфекціонізм є складним феноменом, визначення та концептуалізація якого варіюються залежно від контексту дослідження та підходу, що використовується для аналізу. Одні з перших теоретичних спроб дослідження проблематики перфекціонізму були здійснені в середині ХХ ст. психоаналітиком К. Горні. У її працях зазначено внесок попередників у вивчення жорстких невротичних ідеалів, зокрема З. Фройд пов'язував прагнення до досконалості з нарцисизмом, А. Адлер вважав його вродженим мотивуючим фактором, що, однак, може ставати механізмом компенсації почуття неповноцінності. Проте, на відміну від попередників, Горні розглядала перфекціонізм як соціокультурний феномен, що допомагає знижувати тривожність, створюючи ілюзію захищеності. Вона вказувала на його захисну функцію, яка може призводити до ворожості, контролю та завищених вимог до інших [26]. Д. Бернс також зазначав, що перфекціонізм виникає через сильне занепокоєння щодо можливих невдач, критики та несхвалення [16].

На сучасному етапі вивчення феномен перфекціонізму описують як постійне бажання досягати власних високих стандартів, не звертаючи уваги на негативні наслідки. Хоча перфекціонізм зазвичай впливає на всі аспекти життя, водночас він може проявлятися вибірково в окремих сферах [25]. Виражається він у схильності до самокритики у випадку невдачі, а досягнуті стандарти часто знецінюються, вважаються недостатньо високими [34]. Такий підхід акцентує увагу на зв'язку між високими стандартами та специфічними когнітивними переконаннями, які сприяють формуванню самокритики.

Окремі автори, зокрема Чуйко Г. В. та Чаплак Я., підкреслюють важливість розмежування перфекціонізму та конструктивного прагнення до саморозвитку. Авторами було зроблено висновок, що перфекціонізм є суто деструктивним, оскільки базується на спробі довести власну унікальність через досягнення нереалістичних стандартів, що спричиняє надмірну самокритику [13]. Авраменко А. О. зазначає, що перфекціоністи не лише прагнуть власної досконалості, а й вимагають безпомилковості від інших. Він описує цей феномен як шкідливий через тенденцію до самообману, психологічну напругу та конфлікти між внутрішніми потребами та зовнішніми очікуваннями, що веде до формування соціалізованої, але деформованої особистості, орієнтованої на соціальні вимоги на шкоду власному «Я» [1]. За А. Еллісом перфекціонізм може бути руйнівним, коли він є обов'язковою вимогою до себе, а не особистим гнучким бажанням. Трансформація власних прагнень в категоричну вимогу спричиняє розвиток супутніх труднощів, зокрема, підвищеної тривожності, надмірного прагнення до конкуренції та збільшення рівня стресу [18]. Як зазначає Кононенко А. О., саме по собі прагнення до ідеалу не обов'язково є патологічним. Людина може отримувати задоволення від наполегливої праці та самовдосконалення, за умови усвідомлення обмежень власних можливостей [10].

Хоча деякі дослідники наголошують на необхідності відмежування здорового прагнення до самовдосконалення від перфекціонізму, в науковій літературі також представлений підхід, який розглядає перфекціонізм як двовимірний феномен, що проявляється як у здоровій, так і в нездоровій формах. В першому випадку він мотивується бажанням самореалізації, поведінка є усвідомленою і гнучкою, а в другому – поведінка є нав'язливою, мотивована потребою уникати помилок, потребою в безпеці [26]. Д. Гамачек розвивав цю ідею, визначивши, що здоровий перфекціонізм ґрунтується на реалістичних цілях, задоволенні від ретельної роботи та гнучкості у вимогах до себе, натомість невротичний – пов'язаний з прагненням до недосяжних стандартів, постійним невдоволенням

собою та нездатністю знижувати завищені очікування. Високий рівень перфекціонізму часто пов'язаний зі зниженою самооцінкою та є перешкодою для продуктивної діяльності. Формування нереалістичних стандартів зумовлене неефективними когнітивними та поведінковими чинниками і може сприяти розвитку депресії, фобій, адикцій, генералізованого тривожного розладу тощо [35, 28].

Для ясності в розумінні природи перфекціонізму розглянемо погляди авторів щодо причин та умов його формування, які значною мірою залежить від сімейного середовища. Вирішальним чинником є суб'єктивне відчуття нестачі любові та тепла з боку батьків. Невротичний перфекціонізм часто виникає через нестабільне та умовне схвалення, тоді як здоровий може розвиватися як через наслідування значущих осіб, так і через свідоме відкидання їхньої поведінки. Хоча певні аспекти є спільними для обох типів перфекціонізму, невротична форма проявляється більш інтенсивно та стійко [26, 37]. Бернс зазначав, що діти переймають перфекціонізм через взаємодію з авторитетними дорослими, чий критичні зауваження сприймаються беззаперечно через емоційну незрілість дитини. Це породжує звичку знецінювати себе під час невдач, страх критики та ірраціональну віру в залежність власної цінності від досягнень [16]. Голлендер писав, що перфекціонізм зазвичай формується у дитини, яка відчуває невпевненість і прагне схвалення та прийняття від батьків, яких важко задовольнити. Дитина вважає, що бездоганна поведінка допоможе їй отримати необхідну увагу. З часом перфекціоністична поведінка стає засобом компенсації заниженої самооцінки [25]. Батьки-перфекціоністи заохочують успіхи, але реагують на помилки тривогою та розчаруванням, розглядаючи це як показник ефективності виховання, що прив'язує самооцінку дитини до їхнього схвалення та посилює її прагнення уникати помилок [1]. У сучасному суспільстві акцент на досягненнях і соціальних очікуваннях часто сприяє формуванню перфекціоністських рис у дітей. Батьки, зосереджуючись на зовнішніх успіхах, можуть нехтувати чутливим

реагуванням на емоційні потреби дитини, що є ключовим для формування надійної прив'язаності. Згідно з теорією прив'язаності Дж. Боулбі, розвиненою М. Ейнсворт, стабільне емоційне формування закладається тоді, коли опікуни є емоційно залученими і уважно реагують на потреби дитини. Відсутність турботи та байдужість до сигналів дитини може призводити до порушень поведінки та навіть психопатології [22]. Емпіричні дослідження підтверджують зв'язок між типом прив'язаності та типом перфекціонізму. Кластерний аналіз виявив три групи: адаптивних і неадаптивних перфекціоністів, а також осіб без вираженого перфекціонізму. Адаптивні перфекціоністи частіше мали безпечну прив'язаність, тоді як неадаптивні демонстрували нестійкі стилі прив'язаності. Дослідження також підтвердили, що дезадаптивний перфекціонізм є посередником між жорстким вихованням і схильністю до депресії в дорослому віці. Автори роблять акцент, що саме соціально обумовлений перфекціонізм відіграє ключову роль у формуванні депресивних станів, виступаючи посередником у зв'язку між батьківським стилем виховання та емоційним здоров'ям. Таким чином, перфекціонізм у поєднанні з несприятливим вихованням є важливим чинником ризику емоційного неблагополуччя. [33, 19, 20].

Отже, перфекціонізм визначають як психологічний феномен, що включає прагнення досягати високих стандартів, які перевищують об'єктивні вимоги ситуації, залежність самооцінки від їх досягнення і неспроможність відчувати задоволення від результатів. Здорове прагнення до саморозвитку натомість не супроводжується патологічною самокритикою та визнає межі можливостей особистості. Таким чином, перфекціонізм може виражатися у адаптивних та дезадаптивних формах, залежно від контексту, мотивації та когнітивних переконань особистості. У наступному підрозділі детально проаналізовано відмінності між адаптивним і дезадаптивним перфекціонізмом

1.2. Роль тривоги в структурі перфекціонізму. Адаптивні та дезадаптивні аспекти структури перфекціонізму

У зазначених вище роботах тривога та страх фігурують як ключові елементи перфекціонізму, але мають суттєві відмінності, тому є потреба висвітлити детально, у чому їх різниця та яке місце вони займають у процесі підтримання перфекціоністичних тенденцій. К. Горні визначала страх і тривогу як реакції на загрозу, які супроводжуються подібними фізичними проявами: тремтінням, прискореним серцебиттям, утрудненим диханням тощо. Проте між цими феноменами існує суттєва різниця: страх є реакцією, пропорційною реальній загрозі, тоді як тривога – це відповідь на уявну, невизначену небезпеку, що не відповідає її реальним масштабам [26]. Саме тривога відіграє центральну роль у підтриманні перфекціоністичних тенденцій, хоча в літературі обидва терміни використовуються як реакція на можливі майбутні загрози.

Д. Бернс розглядав страх помилок як рушійну силу нав'язливого прагнення до досконалості [16]. А. Елліс акцентував на ірраціональному страху невдачі як характерному супутнику перфекціонізму [18]. Це узгоджується з висновками Р. О. Фроста та М. Енса, які визначили страх помилок, тривогу щодо власних можливостей як аспект дезадаптивного перфекціонізму [23, 19]. Подібні висновки знайшли відображення у дослідженнях Й. Штебера та К. Отто, які відзначили, що дезадаптивний перфекціонізм супроводжується підвищеною тривожністю, зниженням суб'єктивного благополуччя та прокрастинацією [37]. Аналогічні результати демонструє дослідження Г. Флетта і П. Гьюїтта, у якому наголошується, що високий рівень перфекціонізму безпосередньо корелює з униканням складних завдань та підвищеною самокритичністю [21]. Кононенко пояснював, що через страх помилок люди схильні до поведінки уникнення діяльності та часто відкладають її початок [10].

Таким чином, тривогу в системі регуляції діяльності можна розглядати як емоційний сигнал, який запускає захисну поведінку – гіперконтроль або поведінку уникнення ситуацій, пов'язаних із ризиком помилки, що хоч і

знижує тривогу в короткостроковій перспективі, у довгостроковій — сприяє формуванню стійкого тривожного стану. У протигагу мотивації уникнення, мотивація досягнення актуалізується внутрішніми особистісними чинниками та орієнтацією на власні потреби, що сприяє більш стійкій і продуктивній активності. У цьому контексті особливе значення має розмежування адаптивного та дезадаптивного перфекціонізму, де саме компонент тривоги визначає його наслідки. Автори наголошують на деструктивному впливі високих рівнів тривоги на сприйняття діяльності, надмірний контроль та виснаження знижують ефективність виконання завдань і позбавляють людину задоволення від діяльності [26]. Отже, у контексті перфекціонізму тривога має подвійний характер, оскільки може бути одночасно сигналом, що активує поведінкові стратегії уникнення помилок та контролю, водночас з часом вона закріплюється як наслідковий тривожний стан, що підтримується цією ж поведінкою.

Наступними складовими структури перфекціонізму є когнітивні та поведінкові механізми. Одним із перших, хто досліджував роль когнітивних процесів у підтримці перфекціонізму був М. Голлендер. Він вказував, що «селективна увага» відіграє важливу роль, оскільки перфекціоністи, фокусуючись на невдачах, ігнорують досягнення. Тоді відсутність чітких меж завершення завдань може спричиняти прокрастинацію, оскільки результат ніколи не здається достатньо досконалим [25, ст. 94]. Д. Бернс розвинув цю ідею, виокремивши чорно-біле мислення («все або нічого») як ключовий механізм перфекціонізму. Таке когнітивне викривлення формує страх помилок, що паралізує людину. Він також зазначав, що перфекціоністи схильні зосереджуватися на своїх недоліках, що підсилює відчуття власної недостатності [16]. Пізніше Р. О. Фрост із колегами визначили шість вимірів перфекціонізму: особисті високі стандарти, сумніви у власних діях, страх помилок, прагнення до порядку, а також вплив батьківських очікувань і критики. Вони довели, що перфекціонізм має як дезадаптивні (страх помилок,

надмірна самокритика), так і потенційно адаптивні аспекти (високі стандарти) [23]. Шафран та колеги уточнили когнітивні викривлення, що підтримують клінічний перфекціонізм та заважають досягненню встановлених стандартів: дихотомічне мислення — оцінка результатів у категоріях «ідеально» або «провально»; вибіркова увага — концентрація на недоліках і нехтування успіхами; надмірне узагальнення — перенесення негативного досвіду на всі сфери діяльності [34]. А. Елліс доповнив вищезгадані прояви ірраціональним страхом невдач, умовним прийняттям себе та інших. У своїх працях Елліс стверджував, що ірраціональне прагнення до недосяжних стандартів перш за все ґрунтується на переконанні, що любов та повагу можна заслужити лише через ідеальні досягнення [18].

Й. Штебер і К. Отто, спираючись на аналіз уже сформованих підходів, запропонували звужити концептуалізацію перфекціонізму до двох вимірів — прагнень і занепокоєнь, а також поділу на здорових і нездорових перфекціоністів, зосередившись на таких основних складових: особисті стандарти, орієнтація на власний розвиток, високі вимоги та прагнення до ідеалу з одного боку; страх перед помилками, невпевненість у своїх діях, соціально обумовлений перфекціонізм, невідповідність і негативні наслідки перфекціонізму — з іншого. Обидва компоненти (прагнення та занепокоєння) відображають схильність до встановлення високих стандартів і досягнень, проте вони мають різні емоційні та мотиваційні основи. Здорові перфекціоністи орієнтовані на успішне досягнення амбітних цілей і отримують задоволення від процесу роботи. Натомість нездорові перфекціоністи схильні до надмірної тривоги перед помилками, постійного сумніву у своїх діях і залежності від зовнішнього схвалення. Таким чином, характерні риси прагнень і занепокоєнь визначають, чи проявлятиметься перфекціонізм у конструктивній або деструктивній формі [37]. Результати факторного аналізу, проведеного в одному з наступних досліджень, підтвердили, що перфекціоністичні когніції поділяються лише на дві основні

складові: особисті стандарти та занепокоєння щодо помилок [15]. Метааналіз зв'язків між вимірами перфекціонізму та рисами п'ятифакторної моделі показав, що вимір перфекціоністичних занепокоєнь (соціально зумовлений перфекціонізм, страх помилок, невпевненість у власних діях та невідповідність між ідеалом і реальністю) асоціюються з високим рівнем невротизму та низькою доброзичливістю. Натомість перфекціоністичні прагнення (самоспрямований перфекціонізм, особисті й високі стандарти) корелюють із сумлінністю. Ці результати підтверджують концепцію, що перфекціонізм містить як невротичні, так і неневротичні аспекти [36].

Таким чином, дослідження, проведені в різні роки, демонструють, що перфекціонізм підтримується специфічними когнітивними механізмами, такими як дихотомічне мислення, вибіркова увага та надмірне узагальнення, які взаємодіють, створюючи замкнене коло, що ускладнює адаптацію особистості. Тривога відіграє ключову роль у підтримці перфекціоністичних тенденцій, активуючи поведінку уникання помилок, проте водночас спричиняє прокрастинацію та емоційне виснаження. Відмінність між адаптивним і дезадаптивним перфекціонізмом значною мірою визначається рівнем занепокоєння щодо помилок та незадоволеністю результатами власної діяльності.

Тепер, коли окреслено основні аспекти перфекціонізму, варто розглянути, як вони проявляються в академічному середовищі. Оскільки воно є одним із ключових контекстів, де перфекціонізм знаходить свій вираз, важливо проаналізувати, як його виміри впливають на навчальну діяльність та психологічний стан особистості. Завада Т. Ю. виділяла такі основні мотиваційні чинники перфекціонізму у студентів: потреба у соціальному визнанні та престижі, прагнення до лідерства, активність, психологічний комфорт, орієнтація на результат із прагненням уникнути помилок та підвищена відповідальність [7]. Результати досліджень показують, що адаптивний перфекціонізм пов'язаний із вищими академічними досягненнями

та кращою інтеграцією в освітній процес, тоді як дезадаптивний асоціюється з підвищеним рівнем дистресу, депресії та тривожності [33, 32]. Прагнення до досягнень корелює з сумлінністю та очікуваннями академічного успіху, тоді як надмірне занепокоєння оцінками – із невротизмом та безнадійністю [20, 19]. Метааналіз Й. Штебера та К. Отто підтвердив, що особи з високим рівнем прагнення до досконалості та низьким рівнем тривоги (здорові перфекціоністи) демонструють вищий рівень самооцінки, доброзичливості, успішну соціальну інтеграцію (наприклад, проявляють більший інтерес до оточення та схильність до співпраці) та ефективнішу адаптацію до академічного середовища (що виражається у вищих досягненнях і задоволеності освітнім процесом); демонструють нижчий рівень емоційного напруження, рідше стикаються з депресивними станами та прокрастинацією. Вони менш схильні до захисних реакцій, неефективних стратегій подолання стресу та міжособистісних труднощів. Крім того, здорові перфекціоністи рідше скаржаться на соматичні прояви стресу та психологічний дискомфорт порівняно з особами з високим рівнем прагнення до досконалості та високим рівнем тривоги (нездорові перфекціоністи) або з особами з низьким рівнем прагнення до досконалості (неперфекціоністи). Хоча здебільшого здоровий перфекціонізм розглядається як позитивний чинник, деякі дослідження вказують на його можливі негативні аспекти, зокрема підвищений рівень нейротизму, депресивних проявів, чорно-білого мислення та надмірної самокритичності [37]. Отже, здебільшого здоровий перфекціонізм має потенційно адаптивний характер, що сприяє академічному успіху та особистісному розвитку в академічній сфері. Нездоровий перфекціонізм, навпаки, асоціюється із негативними наслідками, що впливають як на навчальні результати, так і на психологічне благополуччя в цілому.

1.3. Взаємозв'язок між стресом акультурації та перфекціонізмом.

У цьому підрозділі розглядається зв'язок між стресом акультурації та перфекціонізмом серед мігрантів. Сучасні дослідники вказують, що міграційні процеси здатні імітувати або загострювати прояви компульсивного перфекціонізму [30]. Високі стандарти досягнень, орієнтація на успіх часто стають ключовими цілями мігрантів. При цьому внутрішній або зовнішній тиск, зокрема, соціальна нерівність та потреба доводити свою цінність у новому середовищі можуть посилювати перфекціоністські тенденції. Дослідження підтверджують, що високий рівень стресу акультурації корелює з дезадаптивним перфекціонізмом, що, у свою чергу, пов'язано з підвищеною тривожністю та депресією [24, 27]. Водночас когнітивна гнучкість і стресостійкість зменшують його негативний вплив. Далі представлено основні теоретичні підходи та інтерпретації, запропоновані різними авторами для пояснення виявлених емпіричних закономірностей.

У психологічному контексті процес міграції трактується як пристосування до нового середовища, супроводжене вираженими емоційними та когнітивними трансформаціями [2]. Автори зазначають, що адаптація відбувається поступово й хвилеподібно: спочатку – позитивне налаштування, потім «культурний шок» зі стресом і дезорієнтацією. Завершується вона або успішною інтеграцією, або соціальним відчуженням і стресом. [12]. До факторів, що впливають на успішність адаптації, Андрушко Я. включав тривалість перебування, попередній досвід міграції, а також особистісні риси, які визначають здатність до інтеграції та реалістичність адаптаційних цілей. Нові соціокультурні умови можуть змінювати цінності й потреби людини, особливо під впливом хронічного стресу акультурації [2]. Зміни в системі цінностей мігрантів можуть призвести до дезінтеграції особистості, зниження рівня адаптації та емоційного виснаження [8]. Відомим феноменом є «синдром емігранта», що проявляється у вигляді депресивних станів, в деяких випадках суїцидальними думками [17]. Попри значні психологічні виклики, міграція

може сприяти професійному розвитку, вивченню нових мов, розширенню культурного світогляду та покращенню матеріального становища. Соціальні вигоди можуть включати збільшення рівня безпеки, можливість реалізації власного потенціалу, зростання впевненості в собі, що в свою чергу може зменшувати хронічний стрес, пов'язаний із невизначеністю [8, 17]. Відчуття особистого прогресу може посилювати мотивацію до досягнень, сприяти підвищенню власних стандартів, що характерно для здорового перфекціонізму.

Характер міграції є визначальним у формуванні наслідків для психічного здоров'я. Географічно вона поділяється на внутрішню та зовнішню, остання спричиняє більшу соціокультурну дезадаптацію. Причини міграції бувають економічними (покращення фінансового стану) та неекономічними. У нашому дослідженні зосереджено увагу на неекономічній міграції, зокрема освітній (для здобуття знань і професійного розвитку) та політичній (через війни, зміни кордонів тощо). Важливим критерієм також є рівень добровільності: міграція може бути примусовою (змушений виїзд через загрози) або добровільною (власний вибір без зовнішнього тиску) [17]. Примусова міграція поєднує травматичний досвід із труднощами адаптації. Переселенці часто втрачають соціальні зв'язки, що сприяє самотності та ізоляції. Гуляєва А. С. виділяла відсутність мотивації до переїзду як ключовий чинник складної адаптації. Дискримінація, мовний бар'єр та розрив із рідною культурою викликають внутрішній конфлікт і проблеми самореалізації. Багато мігрантів переживають тривогу, депресію, розлади сну. Успішність адаптації значною мірою залежить від рівня емоційної стабільності, психологічної готовності до змін і здатності вибудовувати нові соціальні зв'язки [6].

Студентська міграція є свідомим тимчасовим переселенням осіб до іншої країни з метою здобуття вищої освіти [4]. Водночас, Мазур Н. О. зазначає, що такий вид міграції нерідко стає передумовою для трудової міграції. Статистичні дані свідчать, що більшість випускників обирають залишитися в

країні навчання для працевлаштування [11]. Зокрема, дослідження Балогової Б. та Ковальчук Ю. свідчать, що можливість легального працевлаштування в країнах ЄС після навчання є ключовою з причин вибору європейських університетів [14]. Таким чином, освітню міграцію можна розглядати як змішаний тип, що поєднує як неекономічні, так і економічні чинники. У своїй роботі Гірник А. М. зазначав такі соціально-психологічні специфічні труднощі, які супроводжують навчання за кордоном: ностальгія за батьківщиною, адаптація до нової освітньої системи та мовний бар'єр [5]. Як і у випадку із вимушеною міграцією успішність студентської соціокультурної адаптації значною мірою залежить від рівня володіння мовою та комунікативних навичок – зазначала у своїй роботі Богучарова О. [3]. Ефективна академічна адаптація відбувається шляхом співпраці з педагогами, адміністрацією закладу та місцевими студентами, що сприяє прийняттю нових соціальних норм, розвитку комунікативних навичок та формуванню академічної компетентності [5, 9]. Обізнаність у нових нормах освітнього простору сприяє формуванню реалістичних стандартів особистісного зростання та зменшує ризик надмірної самокритики, тривожності та потреби в компульсивному прагненні до надмірних академічних результатів, що може запобігти розвитку дезадаптивного перфекціонізму, пов'язаного із занепокоєнням невідповідності новим вимогам. Соціальна інтеграція та когнітивна гнучкість сприяють успішній адаптації.

Аналіз впливу акультураційного стресу показує, що тип міграції визначає її психологічні наслідки. Вимушена міграція часто супроводжується травматичним досвідом, тоді як добровільні мігранти мають більше ресурсів для адаптації. Однак усі мігранти стикаються з акультураційним стресом, що може загострювати перфекціоністські тенденції та спричиняти психологічний дистрес. Психологічна підтримка має враховувати досвід мігрантів: вимушеним потрібна допомога у подоланні травми та відновленні соціальних зв'язків, добровільним – розвиток стресостійкості та інтеграційних навичок.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

У результаті аналізу наукових джерел можемо сформулювати такі висновки:

1. Сучасна література пропонує різні підходи до визначення перфекціонізму, що зумовлює термінологічні розбіжності. Результати досліджень свідчать про існування адаптивної і дезадаптивної форм, які відрізняються мотиваційними основами. Адаптивний перфекціонізм пов'язаний із реалістичними цілями, задоволенням від діяльності та гнучкістю, дезадаптивний — із прагненням до недосяжних стандартів і високим рівнем тривожності. Більшість дослідників вважають, що дезадаптивні аспекти мають негативні наслідки, тоді як адаптивні здатні підсилювати внутрішню мотивацію та сприяти продуктивній поведінці.
2. Тривога як реакція на невизначену загрозу виконує подвійну роль в структурі перфекціонізму: активує захисні стратегії, спрямовані на попередження помилок, а згодом, унаслідок закріплення відповідних моделей поведінки, трансформується у стійкий стан тривожності. Саме рівень тривожності є критерієм, що розмежовує адаптивний перфекціонізм від дезадаптивного, в основі якого лежить страх помилок.
3. Ключовими когнітивними механізмами, які підтримують перфекціоністські переконання, посилюючи страх невдач та самокритику, було визначено селективну увагу, дихотомічне мислення, залежність самооцінки від досягнень та надмірне узагальнення.
4. Формування перфекціоністських стратегій значною мірою визначається стилем виховання, соціокультурними чинниками та можуть посилюватись в академічному середовищі і в умовах акультураційного стресу, залежно від характеру міграції. З огляду на це, подальші дослідження мають зосередитися на аналізі впливу акультураційного стресу на академічний перфекціонізм та рівень тривожності серед студентів-мігрантів, враховуючи індивідуальний досвід і механізми соціальної підтримки.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ Й ТРИВОЖНОСТІ

2.1. Задачі, гіпотези та методологія емпіричного дослідження.

У межах емпіричної частини дослідження нами були поставлені такі задачі:

1. Дослідити вираженість перфекціонізму та особливостей прояву його аспектів в контексті навчання у двох вибірках респондентів;
2. Визначити рівні вираженості ситуативної та особистісної тривожності у двох вибірках респондентів;
3. Провести порівняльний аналіз показників перфекціонізму у двох групах досліджуваних: студентів-мігрантів з України та місцевих студентів з Чехії.

З огляду на поставлену мету та задачі дослідження, були сформульовані такі нульові та альтернативні гіпотези:

Гіпотеза №1 (H1): студенти-мігранти з України демонструють вищі рівні академічного перфекціонізму, у порівнянні з місцевими студентами з Чехії, який фіксується у підвищеній тривожності.

H0: Між рівнями академічного перфекціонізму та тривожності студентів мігрантів з України та місцевих студентів, що навчаються в Чехії немає суттєвої різниці.

Гіпотеза №2 (H1): високий рівень академічного перфекціонізму у студентів-мігрантів з України позитивно корелює з рівнем тривожності.

H0: Між рівнем академічного перфекціонізму та рівнем тривожності у студентів-мігрантів з України немає статистично значущого зв'язку.

Наступним кроком став збір емпіричних даних. Як було зазначено у теоретичному розділі, формування та підсилення перфекціоністичних тенденцій значною мірою обумовлюється особливостями міграційного досвіду. З огляду на це, при вивченні психологічного стану респондентів, було

важливо врахувати індивідуальні характеристики їхнього міграційного досвіду, тому була створена анкета для збору демографічних даних, яка включала запитання щодо: обставин та часу ухвалення рішення про переїзд, тривалості перебування в країні, до якої здійснено переїзд тощо. З метою оцінки рівня перфекціонізму та тривожності до анкети було включено наступні психодіагностичні методики: The Big Three Perfectionism Scale (BTPS), шкали State-Trait Anxiety Inventory (STAI); шкала академічного перфекціонізму Study-related Perfectionism Scale (SPS). Зразки зазначених методик подано в Додатку А. Оскільки учасниками дослідження стали як українські, так і чеські студенти, усі опитувальні матеріали були представлені англійською мовою з метою забезпечення стандартизації умов збору даних та уникнення змістових викривлень. Першою методикою є The Big Three Perfectionism Scale [31], яка охоплює три форми перфекціонізму: жорсткий, самокритичний і нарцисичний, які розкриваються через десять аспектів, зокрема самозорієнтований перфекціонізм, залежність самооцінки від досягнень, тривожність через помилки, сумніви щодо власних дій, схильність до самокритики, перфекціонізм, нав'язаний суспільством, завищені вимоги до інших, надмірна критичність, грандіозність і відчуття особливого статусу. Методика містить 45 тверджень, що оцінюються за 5-бальною шкалою. Кінцевий бал (середнє арифметичне суми балів) інтерпретується наступним чином: низький рівень – бал до 2,59; середній – 2,59-3,07; високий – вище за 3,07. Таким чином шкала BTPS дає нам змогу виміряти загальний рівень, переважаючу форму та вираженість окремих аспектів перфекціонізму. Для оцінки перфекціонізму в академічному середовищі ми використовували Study-related Perfectionism Scale [29]. Твердження оцінюється за 5-бальною шкалою, далі знаходять середнє арифметичне – чим вище бал, тим вище рівень. Рівень тривожності ми оцінювали за допомогою State-Trait Anxiety Inventory, що містить 40 тверджень, розділених на дві шкали: перша STAI (S) відображає реакцію на поточні стресові обставини, друга STAI (T) – загальну схильність до тривожності. Обидві частини складаються з 20 питань, що оцінюються за

4-бальною шкалою. Рахується сума за прямими і зворотними запитаннями окремо, від першої суми віднімається друга відповідно, до одержаної різниці додається стале число 35 для шкали особистісної тривожності, 50 – для ситуативної. Кожна шкала має діапазон балів від 20 до 80, де значення до 30 балів свідчать про низький рівень, 31-45 балів – середній, значення, що більше за 45 балів – високий. Опитування респондентів здійснювалося в онлайн-форматі за допомогою платформи Google Forms. Первинні емпіричні дані досліджуваних, впорядковані за демографічними характеристиками та результатами методик, наведено у Додатку Б.

Після впорядкування первинних емпіричних даних було здійснено підбір відповідних статистичних критеріїв. У випадку перевірки першої гіпотези маємо ситуацію аналізу різниці між групами, у випадку другої – виявлення статистичних взаємозв'язків. Перевірка розподілу кількісних змінних на нормальність здійснювалася за допомогою критерію Колмогорова-Смірнова. Для порівняльного аналізу за методикою BTPS відповідним статистичним критерієм став t-критерій Стюдента для незалежних виборок (дані груп відповідали нормальному розподілу). У випадку показників за методикою SPS було обрано критерій Манна-Уїтні (дані не підпорядковувались закону нормального розподілення). Аналогічним чином було обрано критерій Манна-Уїтні і для аналізу різниці між рівнями тривожності. Для статистичної обробки використовувалося програмне забезпечення IBM SPSS Statistics, проміжні результати наводимо у Додатку В. Вибір конкретного коефіцієнта кореляції здійснювався відповідно до характеру розподілу даних. У випадках, якщо хоча б одна із змінних не відповідала критерію нормальності, для аналізу взаємозв'язків застосовувався коефіцієнт кореляції Спірмена. Отже, згідно з цим підходом, при аналізі даних за методикою BTPS та результатами STAI — аналізувалися методом кореляції Спірмена. Аналогічно, для аналізу SPS з обома шкалами STAI, було також обрано кореляцію Спірмена.

2.2. Якісний та кількісний опис вибірки.

У дослідженні взяли участь 70 респондентів, віком від 18 до 25 років, які були поділені на дві незалежні вибірки:

Перша група ($n = 35$) — основна, її складають українські студенти, які мігрували та наразі навчаються у закладах вищої освіти Чехії. Усі респонденти цієї групи закінчили школу в Україні, їхній шкільний освітній досвід сформувався до міграції. Основними критеріями відбору до першої групи став досвід міграції (вимушеної чи запланованої) та навчання у ЗВО.

Друга група ($n = 35$) — місцеві чеські студенти тих самих університетів і подібних спеціальностей, що й група №1. Зазначена група досліджуваних виконує роль контрольної групи респондентів, що не мають досвіду міграції та навчання у її умовах.

Почнемо з опису респондентів групи №1, до її складу увійшли 16 жінок (46 %) та 19 чоловіків (54 %). Відповідні дані зображені на Діаграмі 2.1.

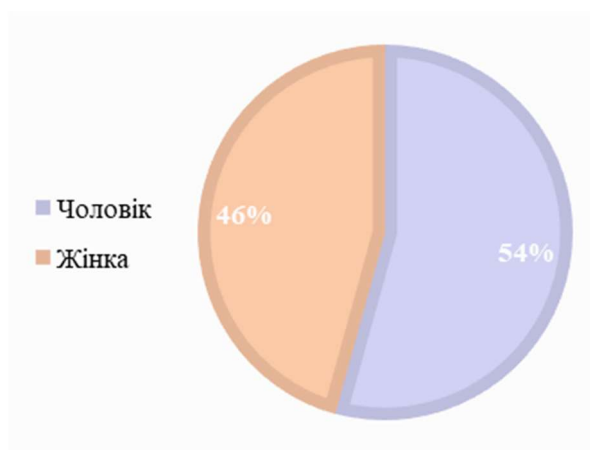


Рис. 2.1 – Розподіл респондентів першої групи №1 за статтю

Усі респонденти навчаються на денній формі. Найбільша частка припадає на респондентів, що перебувають на другому (43 %) та третьому році навчання (48 %). Студентів першого було 6 %, а четвертого — 3 % (див. Діаграма 2.2)

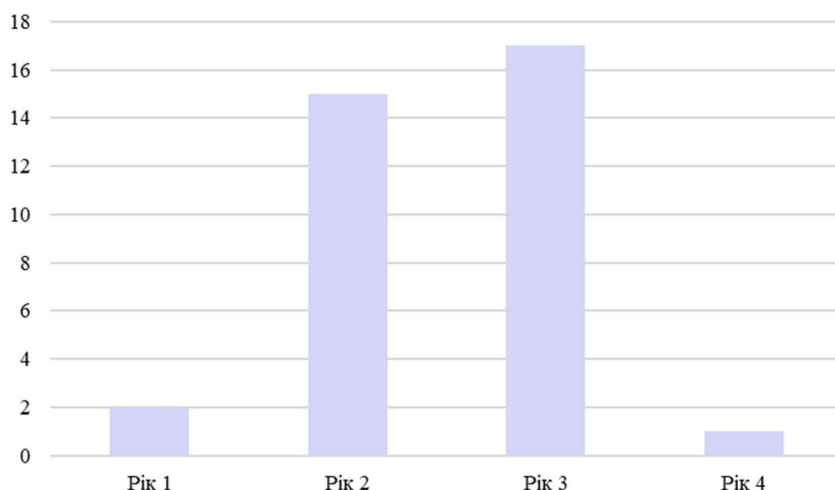


Рис. 2.2 – Розподіл респондентів групи №1 за роком навчання

Отриманий перелік спеціальностей, на яких навчаються респонденти, було згруповано за двома основними категоріями: гуманітарні (15 осіб, що становить 43 % вибірки) та технічні (25 осіб, тобто 57 %). До технічної групи увійшли такі напрямки, як інформаційні технології, прикладна інформатика та інші споріднені технічні спеціальності, представлені переважно студентами технічних вишів (зокрема ČVUT та ČZU). Гуманітарний блок складається з таких дисциплін як соціологія, педагогіка, європейські студії, фінансовий менеджмент тощо. Візуалізацію цього розподілу представлено на Діаграмі 2.3.

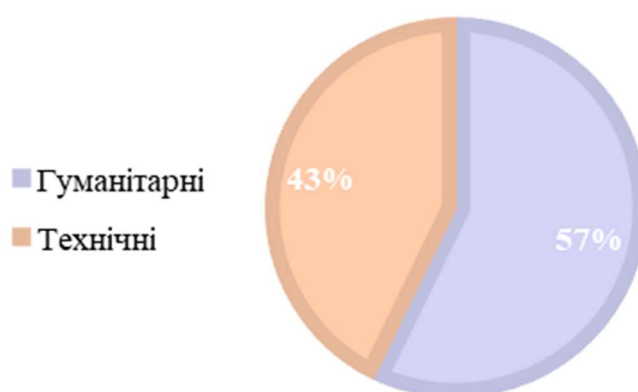


Рис. 2.3 – Розподіл респондентів групи №1 за напрямками навчання

Більшість респондентів перебувають у Чехії менше трьох років (77 %), тоді як 23 % зазначили, що проживають у країні понад три роки. Щодо мови навчання, 80 % респондентів зазначили чеську, тоді як 20 % навчаються англійською.

Суб'єктивні оцінки рівня володіння мовою навчання розподілилися наступним чином: 69 % оцінили свій рівень як B1–B2, а 31 % — як C1–C2. Жоден з респондентів не вказав нижчі рівні (див. Діаграма 2.4).

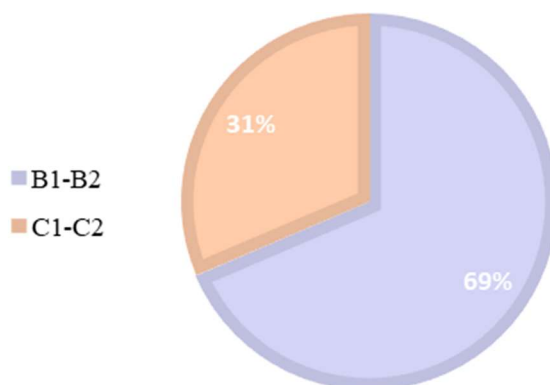


Рис. 2.4 – Рівень володіння мовою навчання (за суб'єктивною оцінкою респондентів групи №1)

Розглянемо особливості міграційного досвіду. На питання, чи був переїзд запланований до початку повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року, 80 % відповіли заперечно, тоді як лише 20 % повідомили про свідоме рішення щодо міграції. Дані ілюструє наведена нижче Діаграма 2.5.

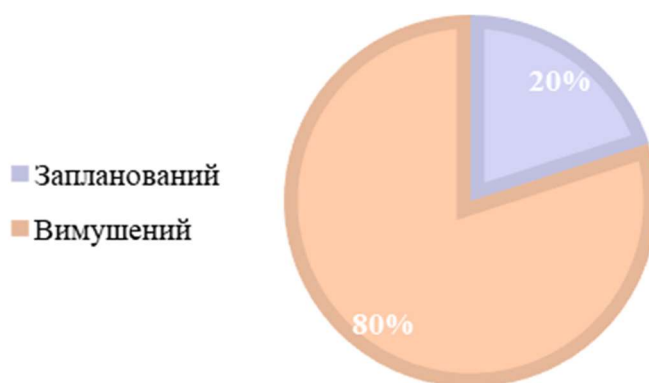


Рис. 2.5 – Частка запланованих і вимушених переїздів серед респондентів групи №1

Аналіз відповідей респондентів щодо регіону походження свідчить про домінування осіб зі Східної, Центральної та Південної частин України. Найбільш кількісно представленою є Східна Україна, особливо Харківська область. Значну частку складають Центральні та Південні регіони. Жоден із

учасників не вказав західні області України як місце свого походження, що свідчить про певну географічну специфіку міграційної вибірки. Візуальне представлення наведено на Графіку 2.6.

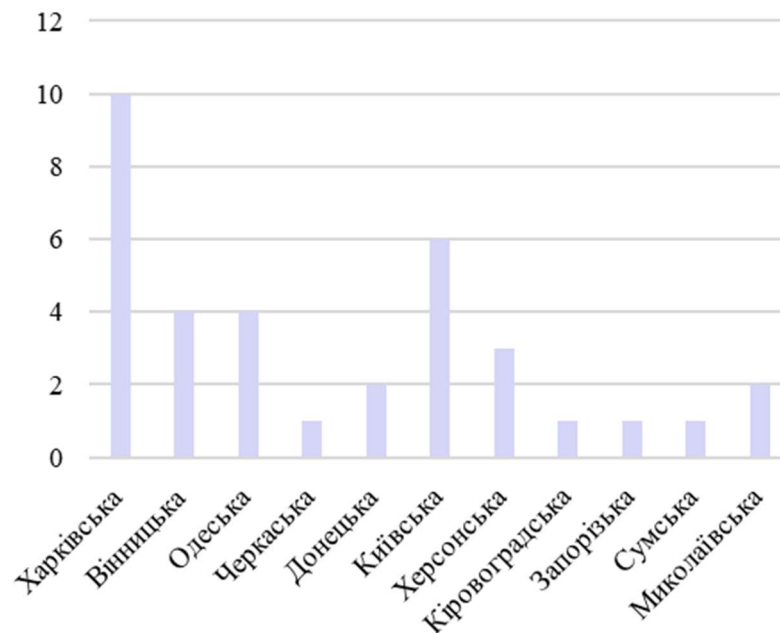


Рис. 2.6 – Розподіл респондентів групи №1 за регіоном походження

Перейдемо до групи № 2. Її респонденти з дитинства постійно проживають на території Чехії та є носіями чеської мови. Серед опитаних переважають чоловіки — 21 респондент (60 %), жінок — 14 (40 %) (див. Діаграма 2.7).



Рис. 2.7 – Розподіл респондентів групи №2 за статтю

100 % групи навчаються за денною формою. Переважна більшість вказала, що наразі перебуває на третьому році навчання – 57 % , тоді як на другому 20 %, на першому – 17%, і лише 6 % на четвертому (див. Графік 2.8).

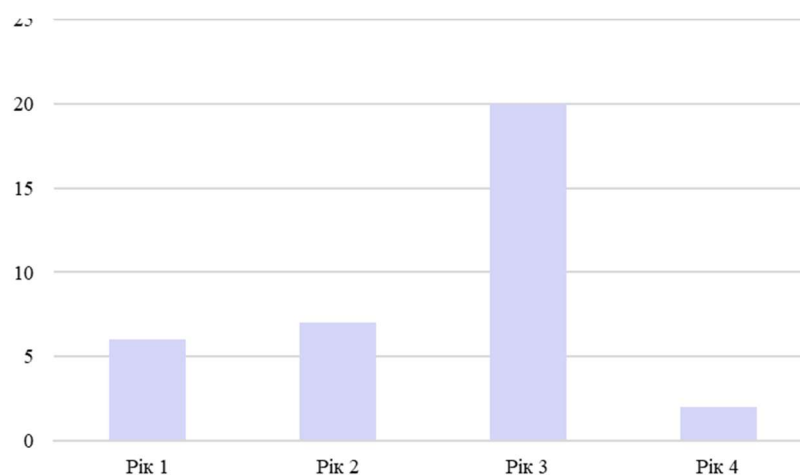


Рис. 2.8 – Розподіл респондентів групи №2 за роком навчання

Перейдемо до академічного профілю. Відповіді респондентів було поділено технічні та гуманітарні спеціальності. До технічних було віднесено такі напрямки як інформаційні технології, прикладна інформатика, статистика та аналіз даних. До гуманітарних ми зарахували відповіді респондентів, що вказували факультет соціальних наук, такі спеціальності як політологія, соціологія, європейські студії тощо. В результаті з'ясовано, що 69 % навчаються на технічних спеціальностях, тоді як гуманітарні напрямки мали 31 %. Розподіл проілюстровано на Діаграмі 2.9 нижче.

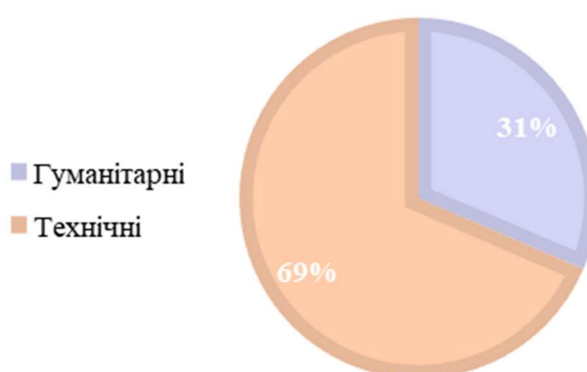


Рис. 2.9 – Співвідношення технічних та гуманітарних спеціальностей серед респондентів групи №2

Таким чином, обидві групи були описані за основними демографічними показниками, що забезпечує можливість коректного порівняльного аналізу у подальших розділах.

2.3. Загальний опис, аналіз та інтерпретація отриманих результатів.

У цьому підрозділі подано узагальнення даних, отриманих за допомогою психодіагностичних методик у двох групах респондентів, а також здійснено їх інтерпретацію з урахуванням теоретичних положень і завдань дослідження.

За результатами методики BTPS у групі №1 середнє значення та медіана склали 2,7, при стандартному відхиленні 0,3. Враховуючи встановлені інтервали, загальний рівень перфекціонізму у групі №1 належить до меж середнього. Співпадіння середнього значення з медіаною свідчить про симетричний розподіл результатів. Невисоке стандартне відхилення вказує на відносну однорідність групи щодо загального рівня перфекціонізму. Переважаючою формою виявився самокритичний перфекціонізм, найбільш вираженими аспектами – стурбованість помилками, сумніви у власних діях та соціально-приписаний перфекціонізм (див. Таблиця 2.1).

Таблиця 2.1

Рівні перфекціонізму в групі №1 за шкалами BTPS

Показник	Середнє значення	Медіана	Стандартне відхилення	Рівень згідно з нормами
Загальний рівень перфекціонізму	2,7	2,7	0,3	середній
Самокритичний перфекціонізм	3,2	3	0,5	високий
Стурбованість помилками	3,5	3,4	0,6	високий
Сумніви у власних діях	3,2	3	0,7	високий
Соціально-приписаний перфекціонізм	3,2	3	0,9	високий

За результатами методики BTPS у групі №2 середнє значення та медіана склали 2,4, що дозволяє віднести загальний рівень перфекціонізму до низького. Співпадіння середнього значення та медіани свідчить про симетричність розподілу. Невелика величина стандартного відхилення (0,4) вказує на відносну однорідність. У структурі перфекціоністських проявів найбільш вираженим компонентом виступає самокритичний перфекціонізм,

найбільш значущим аспектом виявились сумнівів у власних діях, який має високий рівень вираженості, тоді як стурбованість помилками, соціально-приписаний перфекціонізм і переконання в тому, що «мені усі винні» проявились на середньому рівні (див. Таблиця 2.2). Порівняння показників загального рівня перфекціонізму за групами візуалізовано на Графіку 2.10.

Таблиця 2.2

Рівні перфекціонізму в групі №2 за шкалами BTPS

Показник	Середнє значення	Медіана	Стандартне відхилення	Рівень згідно з нормами
Загальний рівень перфекціонізму	2,4	2,4	0,4	Низький
Самокритичний перфекціонізм	2,6	2,7	0,5	Середній
Сумніви у власних діях	2,8	2,6	0,6	Високий
Стурбованість помилками	3,0	2,8	0,8	Середній
Соціально-приписаний перфекціонізм	2,2	2,2	0,7	Середній

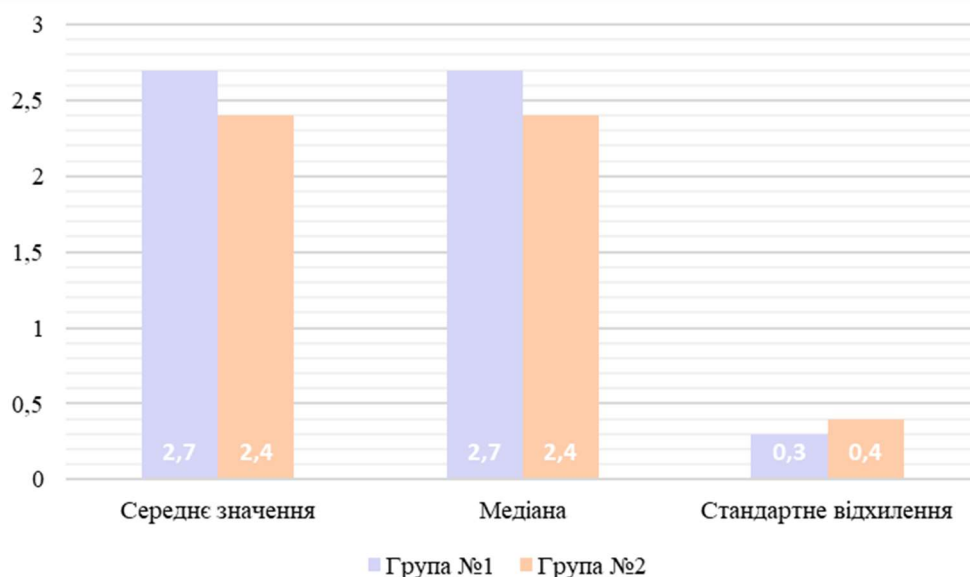


Рис. 2.10 – Показники отримані за методикою BTPS у двох групах

Для виявлення відмінностей між двома групами даних, отриманих за методикою BTPS, було проведено аналіз із використанням t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок. Узагальнена Таблиця 2.3 з ключовими

показниками наведена нижче. Повна таблиця з усіма статистичними деталями подана у Додатку В.3.

Таблиця 2.3

Узагальнені результати порівняння показників двох груп за методикою ВTPS за допомогою t-критерію Стьюдента

Показник	Група №1	Група №2	p	Критерій рівності дисперсій Левене
Загальний рівень перфекціонізму	2.7 ± 0.3	2.4 ± 0.4	0.000	0.491

Значущість критерію рівності дисперсій Левене дорівнює 0,491, що перевищує порогове значення 0,05, отже, припускається рівність дисперсій, що додатково підтверджує можливість застосування критерію. Для того, щоб дізнатись, чи відрізняються групи між собою, розглянемо показник двосторонньої значущості (0,000) що є меншим за 0,05, отже, між групами існують статистично значущі відмінності у загальних рівнях перфекціонізму.

За методикою SPS середнє значення групи №1 склало 3,4, медіана — 3,3, що може свідчити про легку асиметрію розподілу з наявністю деяких вищих значень, що вплинули на середній показник. Оскільки шкала оцінювання варіюється від 0 до 5, отримані показники академічного перфекціонізму є вище середнього. Стандартне відхилення — 0,7 свідчить про варіативність рівнів серед учасників. У групі №2 середнє значення становило 2,2, медіана — 2, при стандартному відхиленні 0,8 (див. Рис. 2.11). Отримані результати свідчать, що рівень академічного перфекціонізму в групі №2 є нижче середнього. Значна різниця між окремими індивідуальними показниками (як свідчить відносно високе стандартне відхилення) вказує на варіативність рівня академічного перфекціонізму в межах вибірки. Порівняння статистичних показників візуалізовано на Графіку 2.11.

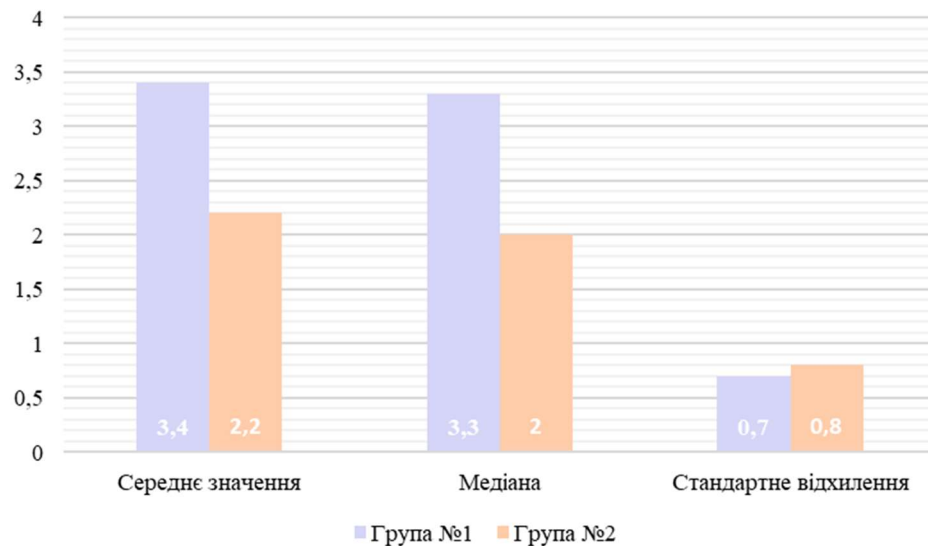


Рис. 2.11 – Показники отримані за методикою SPS у двох групах

Додатково було здійснено порівняльний аналіз результатів двох груп за методикою SPS, за допомогою непараметричного критерію Манна-Уїтні, емпіричне значення якого склало 203,000, при цьому асимптотична значущість дорівнює 0,000 (див. Додаток В.3). Це вказує на статистично значущі відмінності між групами у рівнях академічного перфекціонізму.

Описуючи результати групи №1 за методикою STAI, варто зазначити, що 48.57% респондентів мали високий рівень особистісної тривожності. 45.71% продемонстрували середній рівень, і лише 5.71% — низький. У випадку ситуативної тривожності, 57.14%, респондентів мали підвищений рівень, 31.43% — середній і 11.43% — низький (див. Таблиця 2.5)

Таблиця 2.5

Частоти рівнів особистісної та ситуативної тривожності у групах №1 та №2

Група	Тривожність	Високий рівень (%)	Середній рівень (%)	Низький рівень (%)
№1	Особистісна	48.57	45.71	5.71
№1	Ситуативна	57.14	31.43	11.43
№2	Особистісна	60.00	17.14	22.86
№2	Ситуативна	60.00	34.29	5.71

Середній бал вибірки №1 за шкалою особистісної тривожності становив 50 балів при медіані 45 та стандартному відхиленні 16,08. За шкалою ситуативної

тривожності середнє значення склало 51 бал, медіана — 47, стандартне відхилення — 17,5. Отже, середні значення за обома шкалами перевищують верхні межі норми, що вказує на підвищену тривожність. Водночас, медіани дещо нижчі за середні значення, що може свідчити про наявність окремих високих значень, які зміщують середнє, тобто розподіл є асиметричним. Крім того, на значну варіативність рівнів вказують високі значення стандартного відхилення. Такий розкид результатів може свідчити про наявність внутрішніх підгруп або значний вплив індивідуальних факторів, які варто розглядати окремо. Таким чином, результати групи №1 свідчать про загальну схильність до тривожності при значній міжособистісній варіативності.

За результатами методики STAI у групі №2 встановлено, що 60 % респондентів мали високий рівень особистісної тривожності. Середній рівень зафіксовано у 17,14 % учасників, низький – у 22,86 %. Щодо ситуативної тривожності, аналогічні 60 % продемонстрували високий рівень, 34,29 % мали середній, 5,71 % — низький (див. Таблиця 2.5). Середній бал за особистісною тривожністю склав 47,5, при медіані 51 та стандартному відхиленні 20,1. Значення середнього балу свідчить про домінування підвищеного рівня тривожності, як сталої характеристики в структурі особистості, у вибірці. Водночас вища медіана порівняно із середнім балом може вказувати на асиметрію розподілу з наявністю низьких значень, що знизили середній показник. Високе стандартне відхилення свідчить про значну варіативність індивідуальних рівнів тривожності серед респондентів. Середній бал за ситуативною тривожністю становить 50, при медіані 48 та стандартному відхиленні 15,4, що вказує на високий рівень поточного стану тривоги серед учасників. Медіана, дещо нижча за середнє значення, свідчить про незначну асиметрію розподілу в бік вищих значень. Для зручності, нижче наводимо порівняльні Графік 2.12 та Графік 2.13 для особистісної та ситуативної тривожності у двох групах відповідно.

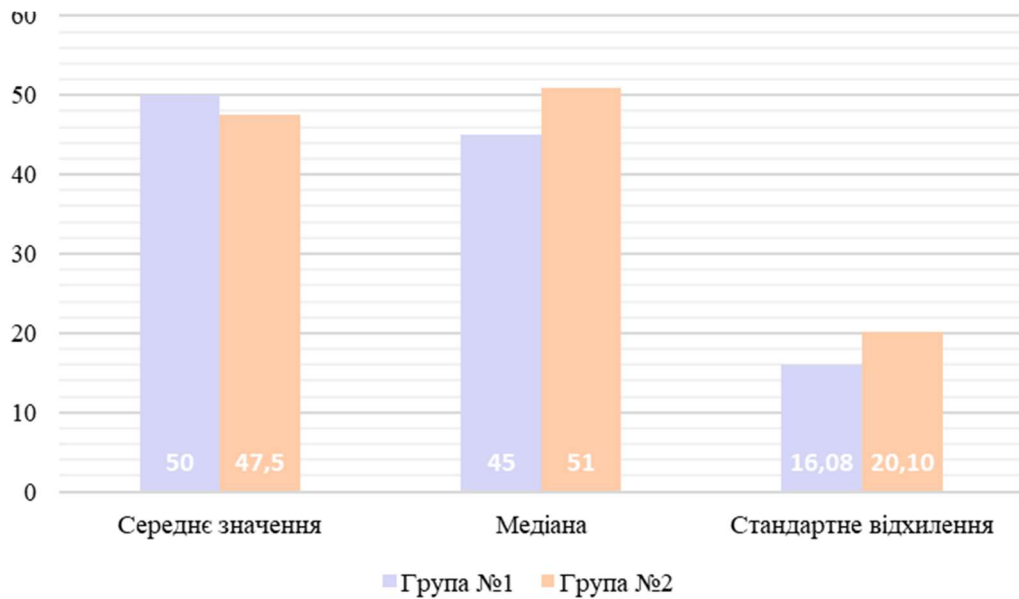


Рис. 2.12 – Показники за шкалою STAI (T) у групах №1 та №2

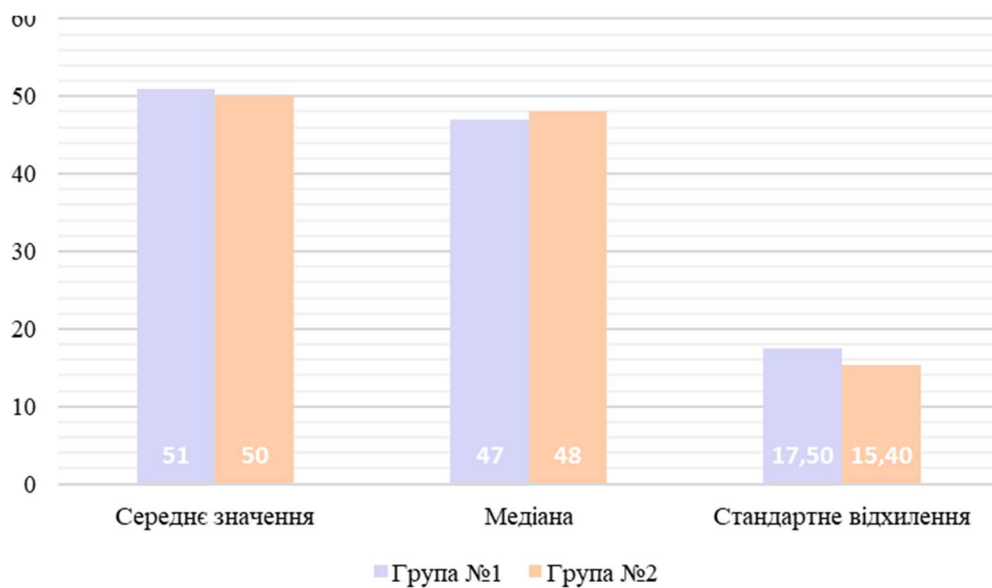


Рис. 2.13 – Показники за шкалою STAI (S) у групах №1 та №2

Узагальнюючи, можна сказати, що група №2 характеризується виражено високим рівнем як особистісної, так і ситуативної тривожності, з широкою варіативністю особистісного компоненту та відносною одноманітністю ситуативних реакцій, що може бути свідченням підвищеної вразливості до стресових факторів у більшості учасників вибірки.

Оскільки розподіл даних, отриманих за допомогою двох шкал методики STAI не відповідав нормальному, для перевірки статистичних відмінностей між групами було застосовано непараметричний критерій Манна-Уїтні. Розглянемо результат щодо особистісної тривожності (див. Таблиця 2.6).

Таблиця 2.6.

Результати перевірки статистичних відмінностей між групами №1 та №2 за критерієм Манна-Уїтні

Шкала тривожності	Значення U	p-рівень	Статистично значуща відмінність
Особистісна	595,000	0.837	Відсутня
Ситуативна	599,000	0.874	Відсутня

Емпіричне значення критерію Манна-Уїтні дорівнює 595,000 при асимптотичній значущості 0,837, що значно перевищує рівень статистичної значущості 0,05. Це свідчить про відсутність статистично значущих відмінностей між групами за даною характеристикою. Аналогічні результати були отримані і за шкалою ситуативної тривожності. Емпіричне значення критерію дорівнює 599,000, асимптотична значущість – 0,874. Відповідно статистично значущі відмінності за цією характеристикою відсутні також.

Отже, результати, отримані за методиками BTPS та SPS, свідчать про статистично значущу різницю між двома вибірками: група №1 має вищий рівень загального та академічного перфекціонізму ніж група №2. Таким чином, перша частина гіпотези №1, яка говорить про підвищений академічний перфекціонізм у студентів-мігрантів, знаходить емпіричне підтвердження. Стосовно другої частини гіпотези №1, щодо підвищеної тривожності учасників першої групи, у студентів-мігрантів дійсно простежується тенденція до підвищеної тривожності, проте статистично значущих відмінностей між групами за рівнем як особистісної, так і ситуативної тривожності не виявлено.

Наступним кроком, для виявлення взаємозв'язку між загальним рівнем перфекціонізму та тривожності в групі №1 було проведено кореляційний аналіз із застосуванням коефіцієнта Спірмена (див. Таблиця 2.7)

Таблиця 2.7

Кореляція між загальним перфекціонізмом (BTPS) та тривожністю (STAI)

Пара змінних	Емпіричне значення	p-значення	Сила зв'язку	Значущість
Загальний перфекціонізм – особистісна тривожність	0,568	0,000	середня	значущий
Загальний перфекціонізм – ситуативна тривожність	0,475	0,004	середня	значущий

Кореляція між загальним рівнем перфекціонізму за методикою BTPS та особистісною тривожністю склала 0,568, $p = 0,000$. Двостороння значущість є менше 0,05 відповідно це свідчить про статистично значущий зв'язок середньої сили. Кореляція між загальним рівнем перфекціонізму та ситуативною тривожністю виявилася 0,475, $p = 0,004$, що також свідчить про наявний значущий зв'язок середньої сили.

За аналогічною схемою із застосування методу кореляцій Спірмена нами було проаналізовано зв'язок між рівнями академічного перфекціонізму за методикою SPS та рівнями тривожності групи №1 (див. Таблиця 2.8).

Таблиця 2.8

Кореляція між академічним перфекціонізмом (SPS) та тривожністю (STAI)

Пара змінних	Емпіричне значення	p-значення	Сила зв'язку	Значущість
Академічний перфекціонізм – особистісна тривожність	0,422	0,011	середня	значущий
Академічний перфекціонізм – ситуативна тривожність	0,345	0,042	середня	значущий

У результаті аналізу зв'язку академічного перфекціонізму та особистісної тривожності отримано значення $0,422$, $p = 0,011$, що свідчить про значущий зв'язок середньої сили, що вказує на наявність емоційного напруження у студентів, схильних до академічного перфекціонізму. Щодо кореляції показників академічного перфекціонізму та ситуативної тривожності, сила зв'язку виявилась середньої – $0,345$, $p = 0,042$, при цьому емпіричне значення наближається до нижнього кордону. Хоча сила зв'язку є нижчою, вона залишається статистично значущою. Повні таблиці з результатами кореляційного аналізу подано у Додатку В.4. Узагальнюючи, можемо стверджувати, що отримані результати свідчать про наявність статистично значущого позитивного зв'язку між перфекціонізмом (як загальним, так і академічним) і рівнями тривожності серед респондентів групи №1.

Отже, по-перше, отримані результати дозволяють відхилити нульову гіпотезу та підтвердити сформульовану нами дослідницьку гіпотезу №2 – академічний перфекціонізм дійсно позитивно корелює з рівнями тривожності серед студентів-мігрантів з України. По-друге, результати дають змогу перейти до їх подальшого аналізу та інтерпретації з урахуванням теоретичних положень.

У групі №1 (українські студенти-мігранти) виявлено середній загальний рівень перфекціонізму, з домінуванням самокритичного перфекціонізму. Разом із високими рівнями ситуативної та особистісної тривожності це свідчить про переважання виміру перфекціоністичних занепокоєнь згідно з підходом, який запропонували Й. Штебер і К. Отто. Основні прояви як висока стурбованість помилками, сумніви у власних діях та соціально-приписаний перфекціонізм також підтверджують, що у вибірці переважають риси дезадаптивного перфекціонізму. Згідно з теоретичною базою, такі ознаки можуть бути додатково пов'язані із високим рівнем невротизму та низькою доброзичливістю. Той факт, що академічний перфекціонізм у цій групі вищий за середній, підкріплює ідею про орієнтацію студентів-мігрантів на високі стандарти, однак високий рівень тривожності свідчить, що ці стандарти часто

супроводжуються страхом невдач і підвищеною чутливістю до невідповідності очікуванням.

Можемо зазначити, що перфекціонізм у вибірці №1 носить переважно дезадаптивний характер, що підтримується активацією страху помилок та надмірним акцентом на зовнішнє схвалення. Цілком імовірно, що акультураційний стрес, пов'язаний із досвідом міграції у респондентів групи №1, також пов'язаний із загостренням цих проявів, так як порівнюючи результати двох груп, можна побачити, що у групі №2 (місцеві чеські студенти, що не мали досвіду міграції) загальний рівень перфекціонізму є нижчим. У структурі перфекціоністських проявів групи №2 домінує самокритичний перфекціонізм середнього рівня вираженості, з акцентом на сумніви у власних діях, що збігається із загальною тенденцією нездорового перфекціонізму, однак інші компоненти перфекціонізму проявлені лише на середньому рівні, а академічний перфекціонізм залишається низьким. Це свідчить про те, що, незважаючи на високі рівні особистісної та ситуативної тривожності, місцеві студенти загалом менше орієнтовані на надмірно високі академічні стандарти та соціально-приписані очікування, ніж українські студенти-мігранти.

Отже, результати роботи дозволяють припустити, що міграційний досвід, який супроводжується акультураційним стресом, може виступати додатковим чинником загострення перфекціоністичних занепокоєнь серед студентів-мігрантів. Переважання дезадаптивних аспектів та підвищеного рівня тривожності є ризиком емоційного виснаження, прокрастинації та зниження адаптивності, що, відповідно до наявних теоретичних моделей, ускладнює процес соціальної інтеграції, як в академічному середовищі, так і в ширшому соціальному контексті. Водночас важливо зазначити, що наше дослідження має кореляційний характер, тому виявлені відмінності між групами не дозволяють робити причинно-наслідкові висновки щодо прямого впливу досвіду міграції на підсилення дезадаптивного перфекціонізму.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

На підставі проведеного емпіричного дослідження сформульовано такі висновки:

1. За результатами методики The Big Three Perfectionism Scale встановлено, що респонденти з вибірки студентів-мігрантів (група №1) характеризуються середнім загальним рівнем перфекціонізму з домінуванням самокритичного типу, тоді як у контрольній групі (група №2) загальний рівень перфекціонізму є низьким. Існує статистично значуща відмінність між показниками двох груп;
2. За методикою Study-related Perfectionism Scale рівень академічного перфекціонізму у студентів групи №1 виявився вищим за середній, у той час як у групі №2 — нищим за середній. Різниця між групами також є статистично значущою, що дозволяє підтвердити гіпотезу №1 щодо вищого рівня академічного перфекціонізму у студентів-мігрантів;
3. За результатами методики State-Trait Anxiety Inventory, обидві вибірки продемонстрували високі рівні як особистісної, так і ситуативної тривожності. При цьому статистично значущих відмінностей між групами за цими показниками виявлено не було;
4. Кореляційний аналіз показав статистично значущий позитивний зв'язок середньої сили між загальним перфекціонізмом та особистісною і ситуативною тривожністю у групі №1. Аналогічні результати були отримані між академічним перфекціонізмом та рівнями тривожності, що дозволяє підтвердити гіпотезу №2 щодо наявності позитивного зв'язку між цими змінними у вибірці студентів-мігрантів.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Узагальнюючи результати теоретичного та емпіричного аналізу, можемо дійти таких висновків:

1. За результатами теоретичного аналізу наукової літератури встановлено, що академічний перфекціонізм є складним багатовимірним психологічним явищем, що включає як адаптивні (прагнення до високих стандартів), так і дезадаптивні (надмірна тривожність, самокритика, страх помилок) аспекти. Ключову роль у підтримці дезадаптивного перфекціонізму відіграє тривога, яка знижує ефективність діяльності та психологічне благополуччя;
2. У процесі емпіричного дослідження було проаналізовано вираженість загального перфекціонізму та його аспектів в освітньому контексті. У студентів-мігрантів з України виявлено середній рівень загального перфекціонізму та вищий за середній рівень академічного перфекціонізму. Домінують такі дезадаптивні компоненти: самокритичність, сумніви у власних діях, страх помилок та соціально-приписаний перфекціонізм. У місцевих студентів із Чехії зафіксовано низькі показники загального та академічного перфекціонізму;
3. У межах дослідження було визначено рівні тривожності у двох групах респондентів та виявлено, що студенти-мігранти з України демонструють високі рівні як ситуативної, так і особистісної тривожності. Аналогічні рівні спостерігалися і серед місцевих студентів із Чехії;
4. У результаті порівняння характеристики перфекціонізму між студентами-мігрантами та місцевими студентами виявлено наступні відмінності: студенти-мігранти виявляють вищу інтенсивність як загального, так і академічного перфекціонізму. Результати свідчать про вищу схильність студентів-мігрантів до дезадаптивних перфекціоністських тенденцій, що потенційно пов'язано з досвідом міграції та акультураційним стресом.

Перспективи дослідження. У подальших дослідженнях доцільно зосередитися на більш глибокому вивченні ролі акультураційного стресу у формуванні як адаптивних, так і дезадаптивних проявів перфекціонізму та тривожності серед студентів-мігрантів. Розширення вибірки шляхом залучення респондентів із різноманітними мотивами міграції (освітні, економічні, політичні), адаптаційними стратегіями та рівнем соціальної підтримки дозволить підвищити репрезентативність і загальну валідність отриманих даних. Паралельно варто застосувати якісні методи, зокрема індивідуальні інтерв'ю, що сприятиме деталізації суб'єктивного досвіду студентів-мігрантів та виявленню нових когнітивних та поведінкових механізмів і пов'язаних із ними емоційних реакцій, що підтримують перфекціоністські тенденції у контексті міграції. Нарешті, на основі висновків нашого дослідження можна розробити й апробувати спеціалізовані психологічні інтервенції, спрямовані на зниження дезадаптивного перфекціонізму та супутньої тривожності, з урахуванням культурних особливостей студентів-мігрантів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко А. О. Соціально-психологічні особливості перфекціонізму як особистісної якості/ Андрій Олексійович Авраменко // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна). – 2023. – № 1. – С. 3–12. <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-1-1>
2. Андрушко Я. Психологія мігранта в дискурсі соціально-психологічних досліджень/ Я. Андрушко // Вісник Національного університету оборони України. – 2020. – Т. 55, № 2. – С. 5–13. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2020-55-2-5-13>
3. Богучарова О. І. Особистісні чинники, психологічна акультурація та міжкультурна адаптація студентів-мігрантів сходу України / О. І. Богучарова, І. В. Данилюк // Journal of psychology research. – 2024. – Т. 27, № 10. – С. 4–14. <https://doi.org/10.15421/102101>
4. Брензович К. С. Міжнародна студентська міграція та її вплив на соціально-економічний розвиток країн / К. С. Брензович, Є. П. Немеш // Економіка і суспільство. – 2017. http://economyandsociety.in.ua/journal/10_ukr/7.pdf.
5. Гірник А. М. Особливості адаптації українських освітніх мігрантів до умов життя за кордоном / А. М. Гірник, Г. А. Гірник // Наукові записки. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. – 2014. – Т. 162. – С. 51–55. <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/ea186897-5448-4790-8661-3d5046f59a3a/content>.
6. Гуляєва А. С. Психологічні особливості вимушеного переселення/ А. С. Гуляєва // Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології". – 2017. – № 37. – С. 66–75. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2017-37.%p>.
7. Завада Т. Ю. Мотиваційні чинники перфекціонізму студентської молоді / Т. Ю. Завада // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки. – 2015. – Т. 2, № 5. – С. 103–109. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_5\(2\)_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_5(2)_21).

8. Ковальчук А. Л. Психологічні ризики трудової міграції /А. Л. Ковальчук // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна) – 2012. – Т. 1, № 2. – С. 383–390.
<http://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/article/view/482>.
9. Козубовська І. В. Зарубіжний досвід вирішення освітніх проблем мігрантів / І. В. Козубовська, В. Козубовський // Педагогічні інновації у фаховій освіті – 2022. – С. 18–20.
https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/45550/1/Збірник_ПІуФО_2022.pdf.
10. Кононенко А. О. Перфекціонізм особистості: норма чи патологія? / А. О. Кононенко, О. І. Кононенко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. - 2017. - Вип. 3(2). - С. 170-174.
http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2017_3%282%29_31
11. Мазур Н. Освітня (студентська) міграція як передумова трудової міграції / Н. Мазур // Національний університет водного господарства та природокористування. – 2020. – С. 182–183.
https://rep.polessu.by/bitstream/123456789/18488/1/Mazur_N.O._Osvitnia_studentska_migratsiia_iak_peredumova%20trudovoï%20migratsii.pdf
12. Плющ В. А. Соціокультурна адаптація мігрантів: концептуалізація, етапи та їхня динаміка / В. А. Плющ // Актуальні проблеми філософії та соціології. – 2021. – №. 31. – Р. 59–68. <https://doi.org/10.32837/apfs.v0i31.1004>
13. Чуйко Г. Проблема перфекціонізму в психології / Галина Чуйко, Ян Чаплак // Grail of science. – 2023. – № 24. – С. 640–646. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.17.02.2023.120>
14. Balogová B. Academic migration of ukrainian students and its impact on the institutional environment in slovakia / Beáta Balogová, Yuliia Kovalchuk // Social work and education. – 2024. – Vol. 11, no. 1. – Р. 125–134.
<https://doi.org/10.25128/2520-6230.24.1.10>

15. Barabadi E. et al. The links between perfectionistic cognitions, L2 achievement and willingness to communicate: examining L2 anxiety as a mediator / *Current psychology*. 2022. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04114-7>
16. Burns D. D. *Feeling good: the new mood therapy* / David D. Burns. – [S. l.] : Avon Books, 1992. P.32-35; P.359-360. <http://archive.org/details/feeling-good-the-new-mood-therapy>.
17. Czaja A., Górka L. Міграція – виклик XXI століття / ред. J. Pałucki. Люблін : Вид-во Любл. катол. ун-ту, 2008. 415 с. С. 26-30; С.146; С.130-13. https://www.kul.pl/files/602/public/Migravalue/Migr1_ua.pdf.
18. Ellis A. *Perfectionism: theory, research, and treatment*. / ed. by G. L. Flett, P. L. Hewitt. Washington : American Psychological Association, 2002. <https://doi.org/10.1037/10458-009>
19. Enns M. W. Adaptive and maladaptive perfectionism: developmental origins and association with depression proneness / Murray W. Enns, Brian J. Cox, Ian Clara // *Personality and individual differences*. – 2002. – Vol. 33, no. 6. – P. 921–935. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(01\)00202-1](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(01)00202-1)
20. Enns M. W. Perceptions of parental bonding and symptom severity in adults with depression: mediation by personality dimensions / Murray W. Enns, Brian J. Cox, Derrick K. Larsen // *The canadian journal of psychiatry*. – 2000. – Vol. 45, no. 3. – P. 263–268. <https://doi.org/10.1177/070674370004500305>
21. Flett G. L. The cognitive and treatment aspects of perfectionism: introduction to the special issue / Gordon L. Flett, Paul L. Hewitt // *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. – 2004. – Vol. 22, no. 4. – P. 229–236. <https://doi.org/10.1023/b:jore.0000047309.82574.fa>
22. Frank C. P. A tale of four countries: How Bowlby used his trip through Europe to write the WHO report and spread his ideas / Frank C. P. Horst [et al.] // *Journal of the history of the behavioral sciences*. – 2019. – Vol. 56, no. 3. – P. 169–185. <https://doi.org/10.1002/jhbs.22016>

23. Frost R. O. The dimensions of perfectionism [Electronic resource] / Randy O. Frost [et al.] // Cognitive therapy and research. – 1990. – Vol. 14, no. 5. – P. 449–468. <https://doi.org/10.1007/bf01172967>
24. Hasheminejad F. H. Modeling the general health of iranian immigrants based on cognitive flexibility, resilience, and perfectionism with the mediation of acculturation stress / Farzaneh Hasheminejad Hasheminejad, Mahdiah Salehi, Nastaran Sharifi // Journal of assessment and research in applied counseling. – 2024. – Vol. 6, no. 1. – P. 158–169. <https://doi.org/10.61838/kman.jarac.6.1.18>
25. Hollender M. H. Perfectionism / Marc H. Hollender // Comprehensive psychiatry. – 1965. – Vol. 6, no. 2. – P. 94–103. [https://doi.org/10.1016/s0010-440x\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/s0010-440x(65)80016-5)
26. Horney K. Neurotic personality of our time / Karen Horney. – [S. l.] : Norton & Company, Incorporated, W. W., 1937. – 299 p. P.42-78 ;P.162-187. <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.187614/page/n235/mode/2up>.
27. Liu S. Depression and anxiety from acculturative stress: maladaptive perfectionism as a mediator and mindfulness as a moderator / Shuyi Liu [et al.] // Asian american journal of psychology. – 2021. <https://doi.org/10.1037/aap0000242>
28. Lo A. Review of the theoretical, empirical, and clinical status of adaptive and maladaptive perfectionism / Alice Lo, Maree J. Abbott // Behaviour change. – 2013. – Vol. 30, no. 2. – P. 96–116. – Mode of access: <https://doi.org/10.1017/bec.2013.9>
29. Loscalzo Y. Maladaptive Perfectionism at School: Development and Validation of the Studyrelated Perfectionism Scale / Yura Loscalzo, Marco Giannini, Kenneth G. Rice // Psicología Educativa. – 2024. – P. 000. <https://doi.org/10.5093/psed2024a6>
30. Najjarkakhaki A. The role of migration processes and cultural factors in the classification of personality disorders / Ardalan Najjarkakhaki, Samrad Ghane // Transcultural psychiatry. – 2021. <https://doi.org/10.1177/136346152111036408>
31. (PDF) The Big Three Perfectionism Scale (BTPS). https://www.researchgate.net/publication/301801783_The_Big_Three_Perfectionism_Scale_BTPS_Paper_copy_of_the_BTPS
DOI: 10.1177/0734282916651539

32. Rice K. G. Perfectionism, stress, and social (dis)connection: a short-term study of hopelessness, depression, and academic adjustment among honors students / Kenneth G. Rice [et al.] // *Journal of counseling psychology*. – 2006. – Vol. 53, no. 4. – P. 524–534. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.524>
33. Rice K. G. Perfectionism, attachment, and adjustment / Kenneth G. Rice, Saied Ali Mirzadeh // *Journal of counseling psychology*. – 2000. – Vol. 47, no. 2. – P. 238–250. – Mode of access: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.2.238>
34. Shafran R. Clinical perfectionism: a cognitive–behavioural analysis / Roz Shafran, Zafra Cooper, Christopher G. Fairburn // *Behaviour research and therapy*. – 2002. – Vol. 40, no. 7. – P. 773–791. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(01\)00059-6](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00059-6)
35. Shafran R. Overcoming perfectionism: a self-help guide using cognitive behavioral techniques / Shafran Roz. – [S. l.] : Little, Brown Book Group Limited, 2018.
36. Smith M. M. Perfectionism and the five-factor model of personality: a meta-analytic review] / Martin M. Smith [et al.] // *Personality and social psychology review*. – 2019. – Vol. 23, no. 4. – P. 367–390. <https://doi.org/10.1177/1088868318814973>
37. Stoeber J. Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges / Joachim Stoeber, Kathleen Otto // *Personality and social psychology review*. – 2006. – Vol. 10, no. 4. – P. 295–319. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2

Анотація

У кваліфікаційній роботі розглянуто зв'язок академічного перфекціонізму та тривожності студентів з досвідом міграції. Актуальність теми зумовлена зростанням масштабів освітньої міграції внаслідок війни в Україні, що створює специфічний контекст акультураційного стресу та адаптаційних викликів. Метою дослідження стало виявлення статистично значущих відмінностей між проявами академічного перфекціонізму студентів-мігрантів з України та місцевими студентами, що не мають досвіду міграції.

У теоретичному розділі проаналізовано підходи до визначення перфекціонізму, його адаптивні й дезадаптивні форми, роль тривоги в його структурі, а також вплив соціокультурних чинників. Емпіричне дослідження проводилось із використанням методик BTPS, SPS та STAI. Вибірку склали 70 студентів (дві групи по 35 осіб). Результати показали, що студенти-мігранти мають вищі рівні як загального, так і академічного перфекціонізму, із домінуванням дезадаптивних компонентів. Тривожність в обох групах виявилась високою, статистично значущих відмінностей між ними не зафіксовано. Водночас встановлено позитивний зв'язок між рівнем академічного перфекціонізму та тривожністю у вибірці студентів-мігрантів.

Практичне значення дослідження полягає в можливості використання результатів для психологічного супроводу студентів із досвідом міграції, профілактики дезадаптивного перфекціонізму та розробки інтервенцій, спрямованих на зниження тривожності.

Abstract

This qualification paper examines the relationship between academic perfectionism and anxiety among students with migration experience. The topic's relevance is driven by the growing scale of educational migration caused by the war in Ukraine, which has created a unique context of acculturative stress and adaptation challenges. The study aimed to identify statistically significant differences in the manifestations of academic perfectionism between Ukrainian migrant students and local students who have no migration experience.

The theoretical part analyzes various approaches to defining perfectionism, its adaptive and maladaptive forms, the role of anxiety in its structure, and the influence of sociocultural factors. The empirical research used the BTPS, SPS, and STAI methods. The sample consisted of 70 students (two groups of 35). The results showed that migrant students demonstrated higher levels of both general and academic perfectionism, with a predominance of maladaptive components. Anxiety levels in both groups were high, with no statistically significant differences between them. However, a positive correlation was found between academic perfectionism and anxiety within the group of migrant students.

The practical significance of the study lies in the potential use of the findings for psychological support of migrant students, the prevention of maladaptive perfectionism, and the development of interventions aimed at reducing anxiety.