

## Što se skriva iza pojma "perfekcionizam"? Povijest proučavanja i pregled različitih konceptualizacija perfekcionizma

Zrinka Greblo

Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu

---

### Sažetak

Neovisno o specifičnom cilju istraživanja prvi problem s kojim se susreću istraživači perfekcionizma vezan je uz odabir prikladnoga načina operacionalizacije ovoga složenoga konstrukta. Osim velikoga broja mjernih instrumenata koji sadrže različite dimenzije, donošenje zaključaka o obilježjima perfekcionizma otežavaju i oprečni teorijski pristupi koji perfekcionizam definiraju ili kao isključivo neadaptivnu osobinu, ili kao osobinu koja uz neadaptivnu posjeduje i adaptivnu komponentu. Cilj je ovoga rada upozoriti na važnost postupnih promjena u konceptualizaciji i načinu proučavanja perfekcionizma koje su odigrale ključnu ulogu u procesu oblikovanja suvremenih operacionalizacija perfekcionistačkih težnji. S obzirom na to da se iza istoga naziva ponekad skrivaju potpuno suprotne definicije perfekcionizma, poznavanje pristupa u okviru kojega su konstruirani pojedini mjerni instrumenti postaje ključno za razumijevanje i adekvatnu interpretaciju rezultata dosadašnjih i budućih istraživanja. Metodološki nedostaci najčešće korištenih skala upućuju na potrebu za konstrukcijom novoga mjernog instrumenta koji bi omogućio bolju operacionalizaciju različitih aspekata perfekcionistačkih težnji.

**Ključne riječi:** adaptivni i neadaptivni perfekcionizam, dvoprocesni model perfekcionizma

---

### Uvod

Povijest proučavanja perfekcionizma obilježila su proturječna stajališta o osnovnim značajkama ovoga složenoga konstrukta. Unatoč tome što je riječ o osobini koja znatno utječe na različite aspekte psihičkoga zdravlja i psihosocijalne prilagodbe pojedinca, još uvijek ne postoji suglasnost oko jedinstvene definicije perfekcionizma. Pregled literature upućuje na zaključak da je jedino konstantno obilježje u izučavanju perfekcionizma neprestana promjena u njegovoj konceptualizaciji, što istodobno predstavlja poteškoću, ali i snažan znanstvenoistraživački izazov. Prve su se operacionalizacije perfekcionizma temeljile na pretpostavci da je perfekcionizam jednodimenzionalna neadaptivna

---

✉ Zrinka Greblo, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Horvaćanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Hrvatska. E-pošta: [zrinka.greblo@kif.hr](mailto:zrinka.greblo@kif.hr)

osobina koja predstavlja faktor ranjivosti za velik broj psihičkih poremećaja. Međutim, suprotno su polaznoj hipotezi rezultati istraživanja pokazali da je perfekcionizam višedimenzionalni konstrukt koji se može manifestirati i u obliku adaptivne težnje za osobnim rastom i razvojem (Stoeber i Otto, 2006). Utvrđivanje osnovnih obilježja perfekcionizma i potraga za odgovorom na pitanje je li perfekcionizam poželjna (adaptivna) ili nepoželjna (neadaptivna) osobina te radi li se o jednodimenzionalnom ili višedimenzionalnom konstrukt traje od samih početaka izučavanja ovoga složenog fenomena (Flett i Hewitt, 2002). Različiti su pristupi rezultirali različitim operacionalizacijama, što je dovelo do nekonzistentnih, a često i kontradiktornih nalaza o obilježjima perfekcionizma. Stoga je rezultate dosadašnjih istraživanja potrebno promatrati u kontekstu teorijskoga pristupa u okviru kojega su istraživanja provedena. Pritom valja voditi računa o specifičnom načinu operacionalizacije perfekcionizma koji uvelike određuje smjer i način interpretacije empirijskih nalaza. S ciljem razumijevanja kompleksnosti proučavanoga fenomena kao i ishodišta argumenata na kojima se temelje suvremene teorijske debate o različitim operacionalizacijama perfekcionističkih težnji, u nastavku će biti prikazana ključna pitanja vezana uz osnovna obilježja perfekcionizma oko kojih se već gotovo stotinu godina "lome koplja" teoretičara i istraživača u ovom području.

#### *Perfekcionizam - jednodimenzionalni ili višedimenzionalni konstrukt?*

U prvoj polovici prošloga stoljeća vrlo utjecajna psihodinamska teorija ličnosti težnju za savršenstvom proglašava obilježjem abnormalnoga ponašanja i doživljavanja, što u velikoj mjeri određuje rane definicije perfekcionizma. Perfekcionističke težnje među prvima spominje Freud (1926, prema Hill, McIntire i Bacharach, 1997) navodeći ih kao jedan od simptoma opsesivnih neuroza kod kojih strogi superego nameće zahtjeve za superiornim postignućem i ponašanjem. Na tragu Freudove definicije Horney (1951) perfekcionizam opisuje kao "tiraniju moranja" koju obilježava nastojanje pojedinca da se uklopi u idealiziranu sliku o sebi. Branfman i Bergler (1955) perfekcionizam smatraju oblikom opsesivno-kompulzivnog ponašanja, dok Ellis (1962) perfekcionističke težnje opisuje kao iracionalna vjerovanja koja su u osnovi brojnih emocionalnih poremećaja. Prema ranim definicijama, osnovna obilježja perfekcionizma čine disfunkcionalni stavovi (Burns, 1980) i iracionalna vjerovanja (Ellis, 1962) prema kojima "osoba mora biti u potpunosti kompetentna, primjerena, talentirana, inteligentna i uspješna u svim mogućim pogledima, osnovni cilj i smisao života čine postignuće i uspjeh, a nekompetentnost u bilo kojem području smatra se pokazateljem osobne neadekvatnosti ili bezvrijednosti" (Ellis, 1957, str. 89). Navedena se iracionalna vjerovanja očituju u rigidnoj težnji za ostvarenjem nerealno visokih standarda postignuća, selektivnoj usmjerenosti na pogreške, pretjeranoj generalizaciji neuspjeha, izrazitoj samokritičnosti te sklonosti prema dihotomnom načinu

razmišljanja u kojem se ishod određene aktivnosti vrednuje u terminima apsolutnoga uspjeha ili, češće, apsolutnoga neuspjeha (Hewitt i Flett, 1991b).

U prilog konceptualizaciji perfekcionizma kao jednodimenzionalne neadaptivne osobine navode se rezultati istraživanja u kojima je utvrđeno da je perfekcionizam pozitivno povezan s nizom psihopatoloških poremećaja kao što su depresija, anksioznost i poremećaji prehrane (npr. Flett, Hewitt i Dyck, 1989; Hewitt, Mittelstaedt, i Wollert, 1989; Thompson, Berg i Shatford, 1987). Iako se na prvi pogled u tom pristupu ne nalazi ništa sporno, detaljnija analiza otkriva da se uz provjere valjanosti ranih definicija perfekcionizma vezuje problem cirkularnosti. Naime, u spomenutim su se istraživanjima kao mjere perfekcionizma rabila subskala perfekcionizma, koja je sastavni dio Inventara poremećaja prehrane (Garner, Olmstead i Polivy, 1983) i Burnsova skala perfekcionizma (Burns, 1980), obje konstruirane s ciljem identifikacije disfunkcionalnih obilježja perfekcionistačkih težnji (Stoeber i Otto, 2006). Ako ranije spomenute empirijske nalaze sagledamo u tom kontekstu, primjećujemo da je zaključak o pozitivnoj povezanosti perfekcionizma i neadaptivnih aspekata psihosocijalne prilagodbe logičan i očekivan, ali i metodološki neopravdan jer se javlja kao izravna posljedica specifičnoga načina operacionalizacije proučavanoga konstrukta. U skladu s navedenim, rezultate ovih istraživanja nije opravdano smatrati valjanim empirijskim dokazima koji govore u prilog tome da je perfekcionizam jednodimenzionalna neadaptivna osobina.

Devedesetih godina prošloga stoljeća zanimanje za istraživanje perfekcionizma naglo raste. Flett i Hewitt (2002) navode podatak da su u osamdesetim godinama objavljena 102 znanstvena rada u kojima je perfekcionizam bio naveden kao ključna riječ, dok je u devedesetima objavljeno čak 336 radova na temu perfekcionizma, što upućuje na porast od 330%. Povećani znanstvenoistraživački interes otkriva da je u ranim definicijama zahvaćen samo manji dio ovoga kompleksnog fenomena te da je struktura perfekcionizma znatno složenije prirode. Početkom devedesetih godina dvije nezavisne skupine istraživača (Frost, Marten, Lahart i Rosenblate, 1990; Hewitt i Flett, 1991a, 1991b) gotovo istodobno upozoravaju na potrebu za razlikovanjem većega broja kvalitativno različitih dimenzija perfekcionistačkih težnji, čime se otvara novo poglavlje u povijesti proučavanja perfekcionizma.

Na temelju su pregleda literature Frost i sur. (1990) izdvojili ključna obilježja perfekcionizma: visoki osobni standardi, organiziranost, zabrinutost zbog pogrešaka, sumnja u vlastite postupke, visoka roditeljska očekivanja i roditeljski kritizam. U sljedećem su koraku autori osmislili niz čestica koje opisuju svaki od navedenih aspekata perfekcionistačkih težnji, a na temelju su odabranih čestica oblikovali šest istoimenih dimenzija Višedimenzionalne skale perfekcionizma (*Multidimensional Perfectionism Scale - MPS-F*; Frost i sur., 1990). Spomenuti autori perfekcionistačke osobe opisuju kao osobe koje posjeduju visoke osobne standarde, koje cijene urednost, preciznost i organiziranost te koje pod svaku cijenu nastoje

izbjeci pogreške zbog čega su često neodlučne u donošenju odluka i poduzimanju akcija. Frost i sur. (1990) među prvima upozoravaju na važnost interpersonalnoga aspekta perfekcionizma. U skladu s navedenim, percepciju roditeljskoga pritiska za savršenstvom koji se može manifestirati u obliku visokih roditeljskih očekivanja i/ili roditeljskoga kriticisma ističu kao jedno od ključnih obilježja perfekcionizma.

Godinu dana kasnije, pozivajući se na rezultate istraživanja koji upućuju na važnost razlikovanja privatnih i javnih značajki identiteta (Cheek i Briggs, 1982) te na navode prema kojima su intraindividualna i interindividualna obilježja ličnosti važna za klasifikaciju etiologije psihijatrijskih poremećaja (Kiesler, 1982; McLemore i Benjamin, 1979), Hewitt i Flett (1991a) također upozoravaju na potrebu za razlikovanjem osobne i socijalne komponente perfekcionističkih težnji. Prema navedenim je autorima perfekcionizam složeni konstrukt koji objedinjuje tri važna aspekta: *sebi-usmjereni perfekcionizam* (engl. *self-oriented perfectionism*), za koji je karakteristično da osoba sama sebi postavlja visoke standarde postignuća, *drugima-usmjereni perfekcionizam* (engl. *other-oriented perfectionism*), koji podrazumijeva izrazito visoka očekivanja od drugih ljudi te vrlo strogu evaluaciju njihova uratka i *društveno propisani perfekcionizam* (engl. *socially prescribed perfectionism*), za koji je karakteristično da osoba percipira kako joj drugi nameću nerealno visoke standarde uspjeha (Hewitt i Flett 1991a, 1991b). Osnovni kriterij za razlikovanje navedenih dimenzija nije vezan uz specifičan obrazac ponašanja, već prije svega za objekt prema kojemu se perfekcionističko ponašanje usmjerava (prema sebi ili prema drugima), odnosno za objekt kojemu se pripisuje (npr. osoba je intrinzično motivirana za ostvarenje perfekcionističkih standarda ili smatra da joj drugi nameću nerealno visoke standarde postignuća). U skladu su s polaznim pretpostavkama o strukturi perfekcionizma autori osmislili mjerni instrument koji nosi isti naziv kao i skala Frosta i sur. (1990). No, za razliku od ranije opisane Višedimenzionalne skale perfekcionizma (MPS-F), koja se sastoji od šest dimenzija, Višedimenzionalna skala perfekcionizma Hewitta i Fletta (MPS-H) sadrži tri bitno drugačije koncipirane dimenzije perfekcionizma. Rezultati istraživanja u kojima je ispitana povezanost dimenzija MPS-F i MPS-H skala upućuju na relativno konzistentan obrazac korelacija. Međutim, iako su neke od korelacija visoke (npr. povezanost dimenzija zabrinutost zbog pogrešaka i društveno propisani perfekcionizam te povezanost dimenzija osobni standardi i sebi-usmjereni perfekcionizam), većina ih pokazuje tek umjereni stupanj povezanosti, što sugerira da se u osnovi ta dva mjerna instrumenta nalaze konceptualno različiti konstrukti (Enns i Cox, 2002).

Zahvaljujući prije svega radovima Frosta i sur. (1990) te Hewitta i Fletta (1991a, 1991b) devedesetih je godina prošloga stoljeća zaživjela ideja o perfekcionizmu kao složenom konstrukt. Međutim, iako se činilo kako je postignuta suglasnost o tome da je perfekcionizam višedimenzionalna osobina, početkom je novoga tisućljeća ponovno aktualizirana debata o dimenzionalnosti perfekcionizma. Pozivajući se na vlastito kliničko iskustvo te na empirijske nalaze

o negativnim obilježjima perfekcionista težnji Shafran, Cooper i Fairburn (2002) ponudili su novu definiciju jednodimenzionalnoga perfekcionizma. Prema istim se autorima perfekcionista težnje javljaju kod pojedinaca koji svoju osobnu vrijednost procjenjuju ovisno o uspjehu u određenoj aktivnosti. Kako bi očuvale svoje samopoštovanje i "zaslužile" osjećaj osobne vrijednosti, takve osobe rigidno ustraju u nastojanju ostvarenja postavljenih ciljeva unatoč averzivnim posljedicama koja nerijetko prate takva nastojanja. Nadalje, Shafran i sur. (2002) navode kako su u slučaju neuspjeha perfekcionista skloni izrazitoj samokritičnosti i samoomalovažavanju. S druge strane, u slučaju ostvarenja zacrtanih ciljeva perfekcionista reevaluiraju standarde, pri čemu prvobitno postavljene ciljeve proglašavaju nedovoljno zahtjevnima. Rigidno ustrajanje u nastojanju ostvarenja vrlo visokih ciljeva postignuća te osporavanje njihove vrijednosti u slučaju uspjeha perfekcionizam čine vrlo "otpornim na gašenje", što otežava terapijski rad s pacijentima kojima perfekcionista težnje u velikoj mjeri narušavaju svakodnevno funkcioniranje (Shafran i sur., 2002). Isti autori ističu i da je prihvaćanje stava o višedimenzionalnoj prirodi perfekcionizma posljedica široke upotrebe višedimenzionalnih skala (MPS-F i MPS-H), koja je dovela do poistovjećivanja perfekcionizma s metodom njegova mjerenja. Na temelju navedenoga Shafran i sur. (2002) zaključuju da je operacionalizaciju perfekcionizma potrebno ograničiti na njegova ključna obilježja koja, prema njihovom mišljenju, upućuju na to da je perfekcionizam jednodimenzionalna neadaptivna osobina.

Rad u kojemu Shafran i sur. (2002) upozoravaju na potrebu za redefiniranjem perfekcionizma u smjeru jednodimenzionalnih operacionalizacija potaknuo je brojne replike. Nepunih godinu dana kasnije Hewitt, Flett, Besser, Sherry i McGee (2003) objavljuju rad "Perfekcionizam je višedimenzionalan: odgovor Shafranu, Cooperu i Fairburnu", u kojem iznose protuargumente ranije navedenim hipotezama. Zagovarajući ideju da je višedimenzionalni pristup u izučavanju perfekcionizma nužan Hewitt i sur. (2003) se pozivaju na rane teoretičare koji su izvještavali o važnosti interpersonalnoga aspekta perfekcionizma (npr. Hamachek, 1978; Patch, 1984) te ističu kako samoevaluacija perfekcionista prije svega ovisi o percepciji stupnja prihvaćanja od strane značajnih drugih, a ne isključivo o (ne)ostvarenju visokih standarda postignuća. Osim navedenoga, perfekcionista često i od drugih zahtijevaju ostvarenje visokih ciljeva, što također može odrediti obilježja njihove psihosocijalne prilagodbe (Habke i Flynn, 2002). Konačno, različite dimenzije perfekcionizma ostvaruju jedinstven doprinos u predviđanju različitih oblika psihopatoloških odstupanja (npr. Hewitt i Flett, 1990; Hewitt, Flett, Edinger, Norton i Flynn 1998; Hewitt, Flett, Turnbull-Donovan, 1992), što također upućuje na potrebu za višedimenzionalnom operacionalizacijom perfekcionizma.

Ubrzo po objavi članka Hewitta i sur. (2003) Shafran, Cooper i Fairburn (2003) dodatno obrazlažu svoja stajališta u radu "Klinički perfekcionizam nije višedimenzionalan: odgovor Hewittu, Flettu, Besseru, Sherry i McGeeu". Ovaj put

autori nastupaju s većom dozom opreza uz napomenu o ograničenoj mogućnosti primjene specifičnoga načina jednodimenzionalne operacionalizacije perfekcionizma. Naime, Shafran i sur. (2003) pojašnjavaju da je njihovo viđenje perfekcionizma utemeljeno na iskustvu rada s kliničkom populacijom te da je ranije opisani način definiranja perfekcionizma namijenjen proučavaju perfekcionistačkih težnji u području abnormalnoga ponašanja i doživljavanja. Autori ističu da njihov prvi rad iz 2002. godine govori isključivo o definiciji *kliničkoga perfekcionizma* (engl. *clinical perfectionism*). U skladu s navedenim, u spomenutom su radu istaknuta samo ona obilježja perfekcionizma koja se smatraju rizičnima za razvoj različitih oblika psiholoških poremećaja, čimbenici koji doprinose održavanju neadaptivne težnje za savršenstvom te faktori na koje je potrebno usmjeriti pažnju u terapijskom radu s pacijentima sklonima neadaptivnom perfekcionizmu (Shafran i sur., 2003).

Pomirljivi ton Shafrana i sur. (2003) ne označava i kraj debate, koja se nastavlja nakon tri godine kada se u raspravu uključuju Dunkley, Blankstein, Masheb i Grilo (2006) objavom rada pod nazivom "Dimenzije 'kliničkog' perfekcionizma - osobni standardi i evaluacijske brige: odgovor Shafranu i sur. (2002, 2003) i Hewittu i sur. (2003)". Iako ističu da su Shafran i sur. (2002, 2003) dali važan doprinos objašnjenju mehanizama koji održavaju disfunkcionalne perfekcionistačke težnje, Dunkley i sur. (2006) upozoravaju i na kontradiktornosti koje obilježavaju njihovu jednodimenzionalnu operacionizaciju perfekcionizma. Naime, klinički perfekcionizam ujedinjuje visoke osobne standarde i strogu samoevaluaciju, što su, prema mišljenju Dunkleya i sur. (2006), koncepti koje je potrebno razdvojiti i promatrati kao međusobno povezane ali različite dimenzije perfekcionizma. Na isti zaključak upućuju i rezultati faktorskih analiza upitnika MPS-F i MPS-H provedenih na studentskoj (npr. Bieling, Israeli i Antony, 2004; Blankstein i Dunkley, 2002; Frost, Heimberg, Holt, Mattia i Neubauer, 1993; Slaney, Ashby i Trippi, 1995) i kliničkoj populaciji (npr. Cox, Enns i Clara, 2002). Naime, rezultati su istraživanja pokazali da dimenzije osobni standardi (MPS-F) i sebi-usmjereni perfekcionizam (MPS-H) pripadaju zajedničkom faktoru *osobni standardi* (engl. *personal standards*), dok se dimenzije zabrinutost zbog pogrešaka (MPS-F), sumnja u vlastite akcije (MPS-F) i društveno propisani perfekcionizam (MPS-H) grupiraju na faktor nazvan *evaluacijske brige* (engl. *evaluative concerns*). U prilog potrebi za razlikovanjem dvaju faktora perfekcionizma višega reda govore i rezultati istraživanja u kojima nije potvrđena pretpostavljena povezanost subskala koje se odnose na *osobne standarde* s poremećajima prilagodbe i psihopatološkim poremećajima (npr. Enns i Cox, 1999; Sherry, Hewitt, Flett i Harvey, 2003). S druge strane, u okviru su istih istraživanja subskele koje opisuju *evaluacijske brige* pokazale konzistentan obrazac pozitivnih korelacija s istim kriterijskim varijablama (npr. Enns i Cox, 1999; Sherry i sur., 2003). U skladu s empirijskim nalazima Dunkley i sur. (2006) ističu da su obilježja kliničkoga perfekcionizma dominantno povezana s evaluacijskim brigama, no ne nužno i s visokim osobnim standardima. Isti autori smatraju da je cjelokupan neadaptivni aspekt perfekcionizma sadržan u

evaluacijskim brigama te da posjedovanje visokih osobnih standarda samo po sebi nije disfunkcionalna osobina. Argumentirajući potrebu za preispitivanjem opravdanosti definiranja perfekcionizma kao isključivo negativne osobine Dunkley i sur. (2006) svojim radom skreću pozornost na još jedno goruće pitanje koje je obilježilo povijest proučavanja perfekcionizma.

*Postoji li pozitivan perfekcionizam?*

Povijesni pregled operacionalizacija perfekcionizma pokazuje da se perfekcionizam dugo vremena smatrao neadaptivnom osobinom, a njegova specifična obilježja, izražena u obliku čestica ili dimenzija skala, često su se određivala na temelju apriornih pretpostavki o povezanosti perfekcionizma s određenim psihičkim poremećajem. Tako je, na primjer, Burnsova skala perfekcionizma (Burns, 1980) derivirana iz čestica Skale disfunkcionalnih stavova (Weissman i Beck, 1978), koja je konstruirana s ciljem mjerenja stavova povezanih s kliničkom depresijom i anksioznošću. Nadalje, i skala MPS-F (Frost i sur., 1990) sadrži čestice koje su preuzete iz skala konstruiranih za dijagnosticiranje poremećaja prehrane (Garner i sur., 1983) i opsesivno-kompulzivnoga poremećaja (Hodgson i Rachman, 1977). Upotreba skala u kojima su perfekcionističke težnje operacionalizirane na opisani način u velikoj je mjeri pridonijela prihvaćanju i održavanju stava o perfekcionizmu kao neadaptivnoj osobini. Međutim, iako su skale MPS-F i MPS-H konstruirane u okviru pristupa prema kojem je perfekcionizam dominantno negativna osobina (Frost i sur., 1990; Hewitt i Flett, 1991a), rezultati istraživanja u kojima su korišteni spomenuti mjerni instrumenti uputili su na različit smjer korelacija između pojedinih dimenzija perfekcionizma i pokazatelja mentalnoga zdravlja i bolesti, što je pobudilo sumnju u opravdanost definiranja perfekcionizma kao isključivo neadaptivne osobine (npr. Frost i sur., 1993; Rice, Ashby i Slaney, 1998; Slaney i sur., 1995).

Gotovo pedeset godina prije objave prvih empirijskih dokaza koji upućuju na pozitivne aspekte perfekcionizma pojedini su autori visoke osobne standarde smatrali pokazateljima mentalnoga zdravlja koji potiču osobni rast i razvoj pojedinca. Pozitivni aspekt perfekcionizma među prvima spominje Adler (1956), koji težnju za savršenstvom smatra važnim preduvjetom samoaktualizacije te je opisuje kao "...urođenu pobudu koja je sastavni dio života; težnja, potreba, nešto bez čega je život nezamisliv" (Adler, 1956, str. 104). No, s obzirom na to da je dominantan pristup toga vremena negirao postojanje zdravoga perfekcionizma, stajališta Alfreda Adlera i njegovih istomišljenika nisu bila prihvaćena među psihoanalitički orijentiranim kliničarima koji su perfekcionizam smatrali faktorom rizika za razvoj različitih psihopatoloških stanja i poremećaja (npr. Branfman i Bergler, 1955; Horney, 1951). Suprotstavljena stajališta o obilježjima perfekcionizma pomiruje Hamachek (1978), koji navodi da su djelomično u pravu i autori koji perfekcionističke težnje smatraju neadaptivnom karakteristikom, ali i oni koji perfekcionizam opisuju kao poželjnu i pozitivnu osobinu. Naime, Hamachek

(1978) smatra da je perfekcionizam složeni fenomen koji se može manifestirati i u adaptivnom i u neadaptivnom obliku. Dvije različite vrste perfekcionizma povezuju visoki standardi postignuća, no tu prestaje gotovo svaka sličnost između *normalnoga* i *neurotskoga perfekcionizma*. Prema istom autoru, neurotski perfekcionizam pokreće postignućem uvjetovani osjećaj osobne vrijednosti te strah od neuspjeha i zabrinutost zbog mogućega razočarenja značajnih drugih. S druge strane, normalni je perfekcionizam potaknut željom za osobnim rastom i razvojem, a obilježava ga težnja za postizanjem visokih, ali realnih i dostižnih ciljeva čije ostvarenje dovodi do zadovoljstva i povećane razine samopoštovanja. Neurotski i normalni perfekcionizam obilježavaju različiti kognitivni, emocionalni i motivacijski procesi, pa se i psihosocijalne posljedice perfekcionistačkih težnji razlikuju ovisno o vrsti perfekcionizma koji se nalazi u njihovoj osnovi (Hamachek, 1978).

Frost i sur. (1993) prvi empirijski dokazuju postojanje dviju temeljnih dimenzija perfekcionizma od kojih jedna sadrži pozitivna, a druga negativna obilježja. Faktorskom su analizom provedenom na česticama skala MPS-F i MPS-H autori utvrdili dva faktora višega reda. Na jedan su se faktor grupirale čestice subskala osobni standardi, organizacija, sebi-usmjereni perfekcionizam i drugima-usmjereni perfekcionizam, dok su se na drugi faktor grupirale čestice subskala zabrinutost zbog pogrešaka, sumnja u vlastite akcije, roditeljska očekivanja, roditeljski kriticizam i društveno propisani perfekcionizam. Opisane faktore autori nazivaju *pozitivne težnje* (engl. *positive striving*) i *neadaptivne evaluacijske brige* (engl. *maladaptive evaluation concerns*). Na temelju je daljnjih analiza utvrđeno da su neadaptivne evaluacijske brige u pozitivnoj korelaciji s negativnim afektom i depresijom te da nisu povezane sa stupnjem izraženosti pozitivnoga afekta. S druge strane, utvrđeno je da su pozitivne težnje u pozitivnoj korelaciji s pozitivnim afektom te da nisu povezane s negativnim afektom i depresijom (Frost i sur., 1993). Nakon objave je rezultata istraživanja Frosta i sur. (1993) diferencijalna povezanost adaptivnih i neadaptivnih obilježja perfekcionizma s mjerama mentalnoga zdravlja i psihičkih bolesti potvrđena u većem broju empirijskih radova (npr. Bieling i sur., 2004; Cox i sur., 2002; DiBartolo, Li i Frost, 2008; Dunkley i sur., 2006; Stumpf i Parker, 2000). U prilog potrebi za razlikovanjem adaptivnoga i neadaptivnoga perfekcionizma govore i rezultati detaljne sistematizacije dosadašnjih empirijskih nalaza na temelju koje Stoeber i Otto (2006) zaključuju kako broj istraživanja čiji rezultati govore u prilog postojanju adaptivnoga perfekcionizma nadilazi broj empirijskih nalaza koji negiraju ili ne potvrđuju postojanje pozitivnoga aspekta perfekcionistačkih težnji.

Unatoč relativno veliku broju različitih operacionalizacija istraživanja perfekcionizma dugo nisu imala čvrsto teorijsko uporište. Razlog je tomu što u većini slučajeva perfekcionizam nije bio u središtu interesa istraživača, već se dominantno proučavao kao simptom ili faktor rizika za razvoj određenoga poremećaja. Međutim, sve je veći broj empirijskih nalaza koji su upućivali na to da



osim neadaptivnoga postoji i adaptivni perfekcionizam pobudio želju za boljim razumijevanjem ovoga složenoga konstrukta. Potkraj devedesetih godina prošloga stoljeća istraživači su bili suočeni s novim izazovom, tj. s potrebom da se uvede teorijski model koji bi na adekvatan način mogao objasniti međusobno suprotstavljena obilježja adaptivnoga i neadaptivnoga perfekcionizma.

### *Dvoprocesni model perfekcionizma*

Radi boljšega razumijevanja funkcionalnih razlika između adaptivnoga i neadaptivnoga perfekcionizma Slade i Owens (1998) predlažu dvoprocesni model, utemeljen na Skinnerovoj teoriji potkrepljenja. Model pretpostavlja da se u osnovi pozitivnih i negativnih perfekcionistačkih težnji nalaze različiti latentni procesi (Owens i Slade, 2008; Slade i Owens, 1998). Prema Sladeu i Owensu (1998) težnja za ostvarenjem visokih standarda postignuća predstavlja zajedničko obilježje pozitivnoga i negativnoga perfekcionizma. Ono što ih razlikuje, iskazano terminima instrumentalnoga uvjetovanja, jest to što je pozitivni perfekcionizam povezan s pozitivnim potkrepljenjem, stoga su pripadajuće misli i ponašanja usmjerena prema ostvarenju uspjeha. S druge strane, negativni je perfekcionizam povezan s negativnim potkrepljenjem, što znači da su neadaptivne perfekcionistačke težnje motivirane strahom od neuspjeha, odnosno težnjom za izbjegavanjem s neuspjehom povezanih negativnih posljedica. Prema istim autorima, osobe koje postižu visok rezultat na skali pozitivnog perfekcionizma pokreće želja da se što više približe svom *idealnom ja*, dok su osobe koje postižu visok rezultat na skali negativnog perfekcionizma motivirane nastojanjem da se što više odmaknu od svog *neprihvatljivoga ili nepoželjnoga ja*. U okviru se dvoprocesnoga modela mogu objasniti i suprotstavljene empirijske nalazi prema kojima je težnja za ostvarenjem visokih standarda postignuća povezana i s pozitivnim i s negativnim aspektima psihosocijalne prilagodbe. Naime, iako na manifestnoj razini perfekcionistačke težnje mogu biti vrlo slične, one će biti povezane s različitim poželjnim ili nepoželjnim posljedicama, ovisno o tome javlja li se određeno ponašanje u funkciji ostvarenja uspjeha ili izbjegavanja neuspjeha (Slade i Owens, 1998). Owens i Slade (2008) upozoravaju da su moguće sve kombinacije odnosa između dviju međusobno nezavisnih dimenzija perfekcionizma, pa osoba može istodobno imati nisku i/ili visoku razinu pozitivnoga i negativnoga perfekcionizma ili može imati jače izražen jedan od oblika perfekcionistačkih težnji.

Kritičari dvoprocesnoga modela navode da su i pozitivne perfekcionistačke težnje barem djelomično uvjetovane strahom od neuspjeha te da se neke od definicija adaptivnoga perfekcionizma preklapaju s definicijama savjesnosti (Flett i Hewitt, 2006). Međutim, unatoč tomu što pojedini autori negiraju postojanje normalnoga, adaptivnoga ili pozitivnoga aspekta perfekcionistačkih težnji (npr. Flett i Hewitt, 2002, 2006; Greenspon, 2008), dosadašnje teorijske i empirijske spoznaje upućuju na veći broj obilježja na temelju kojih je moguće razlikovati

adaptivan i neadaptivan perfekcionizam, odnosno adaptivne i neadaptivne perfekcionista. Pregled literature o pozitivnim aspektima perfekcionizma pokazuje da adaptivni perfekcionista teže ostvarenju visokih ali realnih i dostižnih ciljeva. Riječ je o osobama koje uživaju u svojim uspjesima te nakon ostvarenoga cilja osjećaju sreću i zadovoljstvo (Hamachek, 1978). Adaptivni perfekcionista osobnu vrijednost ne procjenjuju ovisno o ishodu neke aktivnosti, stoga neuspjeh ne smatraju indikatorom svoje neadekvatnosti (Slade i Owens, 1998), već pokazateljem potrebe za povećanim zalaganjem i/ili promjenom strategije rada. Osobe koje postižu visok rezultat na skali pozitivnog perfekcionizma zadatku pristupaju opušteno te ga nastoje izvršiti ispravno, pažljivo i na vrijeme (Enns i Cox, 2002). Adaptivni perfekcionista prihvaćaju vlastite pogreške i ne teže rigidno zacrtanom cilju, već se trude ostvariti što bolji uradak prilagođavajući standarde postignuća specifičnim zahtjevima određene situacije, ali i vlastitim mogućnostima (Enns i Cox, 2002). Adaptivan je perfekcionizam povezan s pozitivnim afektom (Frost i sur., 1990, 1993) te s korištenjem adaptivnih metoda suočavanja koje obilježava aktivno traganje za rješenjem određenoga problema (Burns i Fedewa, 2005).

Za razliku od adaptivnoga neadaptivni perfekcionizam obilježava težnja za ostvarenjem nerealno visokih ciljeva čija nedostižnost osigurava svojevrsno opravdanje za potencijalni neuspjeh. Pojedinci koji su skloni neadaptivnom perfekcionizmu svoju osobnu vrijednost procjenjuju na temelju postignuća stoga, unatoč averzivnim posljedicama, rigidno ustraju u nastojanju da ostvare zacrtane ciljeve (Shafran i Mansell, 2001). Takve su osobe pretjerano samokritične, pa su prilikom izvedbe napete, anksiozne i usmjerene na izbjegavanje pogrešaka, što često rezultira odgađanjem ili odustajanjem od aktivnosti (Antony i Swinson, 1998). Za neadaptivne je perfekcionista karakteristično razmišljanje u terminima "sve ili ništa", što ih čini sklonima tome da neuspjehom proglašavaju sve ono što ne zadovoljava kriterije savršene izvedbe (Enns i Cox, 2002). Pritom neuspjeh u određenoj aktivnosti doživljavaju kao svoj osobni neuspjeh, a stvari dodatno pogoršava i sklonost prema neadaptivnom obliku suočavanja koji obilježava ruminacija o ranijim propustima i pogreškama (Burns i Fedewa, 2005). U slučaju ostvarenja visokih ciljeva neadaptivni perfekcionista reevaluiraju ranije postavljene standarde, proglašavaju ih nedovoljno zahtjevnima te ih podižu na višu razinu, što pokreće začarani krug neadaptivnoga perfekcionizma (Shafran i Mansell, 2001). Zbog neprestanoga su podizanja standarda kojima teže neadaptivni perfekcionista nezadovoljni rezultatom neovisno o objektivnom postignuću, a uspjeh u njima rijetko izaziva pozitivne emocije (Mor, Day, Flett i Hewitt, 1995). Osim što smatraju da su mogli ili trebali nešto učiniti bolje, neadaptivni perfekcionista nisu zadovoljni nakon ostvarenoga cilja i zbog anksiozne tendencije predviđanja neuspjeha u sljedećem izazovu za koji smatraju da će zasjeniti njihovo trenutačno postignuće (Enns i Cox, 2002).

Rezultati istraživanja provedenih u Hrvatskoj također govore u prilog potrebi za razlikovanjem adaptivnoga i neadaptivnoga aspekta perfekcionizma. Iako su se u istraživanjima rabili različiti mjerni instrumenti, utvrđeno je da je adaptivni perfekcionizam u pozitivnoj korelaciji sa zadovoljstvom životom (Gilman, Ashby, Sverko, Florell i Varjas, 2005), akademskim postignućem (Jurin, Bratko i Lauri Korajlija, 2007) te s procjenama samokompetentnosti (Lebedina Manzoni i Lotar, 2011) i samoeфикаsnosti (Šimić Šašić i Sorić, 2010). Prema rezultatima istraživanja Lebedine Manzoni i Lotar (2011) adaptivni perfekcionizam je u negativnoj korelaciji s neskladom između stvarnoga i idealnoga ja te s neskladom između stvarnoga i traženoga ja. Pored navedenoga, utvrđeno je da adaptivni perfekcionizam nije povezan sa stupnjem izraženosti depresije i anksioznosti (Lauri Korajlija, Jokić-Begić i Begić, 2008) te da je u niskoj ili neznačajnoj korelaciji s anksioznom osjetljivošću (Lauri Korajlija i Jokić-Begić, 2009). Nasuprot tome, neadaptivni je perfekcionizam pozitivno povezan s anksioznošću (Lauri Korajlija i Jokić-Begić, 2011; Lauri Korajlija i sur., 2008), anksioznom osjetljivošću (Lauri Korajlija i Jokić-Begić, 2009), depresijom i simptomima depresivnosti (Jurin i sur., 2007; Lauri Korajlija i sur., 2008; Lebedina Manzoni i Lotar, 2011), poremećajima prehrane (Pokrajac-Bulian, Ambrosi-Randić i Kukić, 2008; Pokrajac-Bulian, Tkalčić, Kardum, Šajina i Kukić, 2009), negativnim afektom, izbjegavanjem i privatnom svijesti o sebi (Pokrajac-Bulian i sur., 2009), s osjećajem usamljenosti (Ivanov, Penezić i Gregov, 1998), samootežavanjem (Lotar i Kamenov, 2006) te s neskladom između stvarnoga i idealnoga ja, odnosno s neskladom između stvarnoga i traženoga ja (Lebedina Manzoni i Lotar, 2011). Nadalje, utvrđeno je da je neadaptivni perfekcionizam u negativnoj korelaciji sa samopoštovanjem (Pokrajac-Bulian i sur., 2008), samopoimanjem (Kolić-Vehovec i Rončević, 2008), samosvidanjem i samokompetentnosti (Lebedina Manzoni i Lotar, 2011) te s uspjehom na studiju (Jurin i sur., 2007). U istraživanju Kolić-Vehovec i Rončević (2008) pozitivna je korelacija između adaptivnoga perfekcionizma i samopoimanja te između neadaptivnoga perfekcionizma i ispitne anksioznosti utvrđena na uzorku nedarovitih, ali ne i na uzorku intelektualno darovitih učenika. U istom je istraživanju na uzorku darovitih učenika utvrđena negativna povezanost između adaptivnoga perfekcionizma i ispitne anksioznosti, dok je na uzorku nedarovitih učenika dobivena niska, ali statistički značajna pozitivna povezanost između tih dvaju konstrukata (Kolić-Vehovec i Rončević, 2008).

### *Zaključna razmatranja i smjernice za buduća istraživanja*

Prema dominantnom je suvremenom shvaćanju perfekcionizam višedimenzionalna osobina koja posjeduje i adaptivan i neadaptivan aspekt (Stoeber i Otto, 2006). Međutim, u različitim je istraživanjima perfekcionizam različito operacionaliziran, a iza istoga se pojma nerijetko kriju i sasvim oprečne definicije ovoga konstrukta. Iako je otkrivanje višedimenzionalne prirode perfekcionizma omogućilo bolje razumijevanje perfekcionistačkih težnji, ovo

područje još uvijek obilježavaju nekonzistentni nalazi o korelatima i razvojnim odrednicama adaptivnoga i neadaptivnoga perfekcionizma (Stoeber i Otto, 2006). Navedenome značajno pridonose i metodološki nedostaci koji onemogućuju jednoznačnu interpretaciju i generalizaciju rezultata dosadašnjih istraživanja.

Detaljnom je analizom čestica najčešće korištenih mjernih instrumenata utvrđeno da zaključci o etiologiji i obilježjima perfekcionističkih težnji u velikoj mjeri ovise o specifičnom načinu operacionalizacije perfekcionizma. Na primjer, suprotno polaznoj hipotezi autora ovih mjernih instrumenata (Frost i sur., 1990; Hewitt i Flett, 1991a) rezultati su većeg broja istraživanja pokazali kako dimenzije osobni standardi (MPS-F) i sebi-usmjereni perfekcionizam (MPS-H) nisu nužno povezane s neadaptivnim aspektima psihosocijalne prilagodbe (Stoeber i Otto, 2006). Posljedično, spomenute su dimenzije u nizu istraživanja korištene kao indikatori adaptivnoga perfekcionizma (npr. Enns, Cox i Clara, 2002; Rice, Lopez i Vergara, 2005; Soenens i sur., 2008). Međutim, analiza čestica subskala osobnih standarda i sebi-usmjerenog perfekcionizma pokazuje da osim pozitivnih te subskale sadrže i tvrdnje koje opisuju negativna obilježja perfekcionističkih težnji (npr. *"Ako ne budem težio najvišim standardima, najvjerojatnije ću završiti kao drugorazredna osoba."*; *"Od sebe zahtijevam isključivo savršenstvo."*). Na temelju je navedenoga opravdano pretpostaviti da su nekonzistentni i neočekivani nalazi barem dijelom uvjetovani neadekvatnom operacionalizacijom adaptivnoga perfekcionizma. Drugi se metodološki prigovor odnosi na konceptualno preklapanje obilježja perfekcionizma i uzroka perfekcionističkih težnji. Naime, prema modelu se socijalne reakcije (Flett, Hewitt, Oliver i Macdonald, 2002) razvoj neadaptivnoga perfekcionizma javlja kao posljedica odrastanja uz roditelje koji su skloni kritiziranju i kažnjavanju djeteta. S druge strane, Frost i sur. (1990) zastupaju stajalište prema kojemu je osjetljivost na kritiku od strane značajnih drugih jedno od ključnih obilježja perfekcionizma, koje je u MPS-F upitniku operacionalizirano kao rezultat na subskali roditeljskoga kritiziranja (npr. *"Kao dijete bio sam kažnjen ako stvari nisam učinio savršeno dobro."*). Nesuglasje se između teorijskoga pristupa i specifičnoga načina operacionalizacije perfekcionizma javlja i u slučaju kada se etiologija perfekcionističkih težnji nastoji objasniti modelom socijalnih očekivanja (Flett i sur., 2002). Drugim riječima, iako model pretpostavlja da percepcija visokih očekivanja od strane značajnih drugih uzrokuje perfekcionističke težnje, Frost i sur. (1990) te Hewitt i Flett, (1991a) percepciju visokih očekivanja smatraju jednim od aspekata perfekcionizma koji je operacionaliziran kao rezultat na subskali roditeljskih očekivanja (npr. *"Moji su roditelji željeli da u svemu budem najbolji."*), odnosno kao rezultat na subskali društveno propisanoga perfekcionizma (npr. *"Ljudi oko mene očekuju da u svemu budem uspješan."*). Slični metodološki nedostaci obilježavaju i Ljestvicu pozitivnoga i negativnoga perfekcionizma (Terry-Short, Owens, Slade i Dewey, 1995), koja također sadrži čestice što se odnose na činitelje za koje se smatra da su povezani s razvojem perfekcionizma (npr. *"Drugi ljudi od mene očekuju isključivo savršenstvo."*). Sve navedeno upućuje na potrebu za povećanim oprezom prilikom donošenja zaključaka o etiologiji

perfekcionizma jer stvarni rezultati mogu biti "maskirani" obilježjima korištenih mjernih instrumenata.

Metodološki nedostaci najčešće korištenih skala upućuju na potrebu za konstrukcijom novoga mjernog instrumenta koji bi omogućio jednoznačnu operacionalizaciju perfekcionizma u terminima dviju međusobno nezavisnih dimenzija od kojih jedna sadrži isključivo pozitivna, a druga isključivo negativna obilježja perfekcionizma. Pored navedenoga, prilikom konstrukcije novoga mjernog instrumenta potrebno je voditi računa o tome da se dimenzije namijenjene mjerenju stupnja izraženosti perfekcionistačkih težnji ne preklapaju s činiteljima za koje se pretpostavlja da su povezani s razvojem različitih oblika perfekcionizma. S obzirom na to da su ovim radom obuhvaćene samo neke od najznačajnijih konceptualizacija perfekcionistačkih težnji, u budućim bi radovima trebalo više pažnje posvetiti ostalim pristupima (npr. Rhéaume i sur., 2000; Slaney, Kenneth, Mobley, Trippi i Ashby, 2001), koji također mogu pridonijeti boljem razumijevanju i uspješnijoj operacionalizaciji ovoga složenog konstrukta.

## Literatura

- Adler, A. (1956). Striving for superiority. U: H. Ansbacher i R.R. Ansbacher (Ur.), *The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation in selections from his writings* (str. 101-125). New York: Basic Books.
- Antony, M.M. i Swinson, R.P. (1998). *When perfect isn't good enough: Strategies for coping with perfectionism*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Bieling, P.J., Israeli A.L. i Antony, M.M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1373-1385.
- Blankstein, K.R. i Dunkley, D.M. (2002). Evaluative concerns self-critical and personal standards perfectionism: A structural equation modeling strategy. U: G.L. Flett i P.L. Hewitt (Ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 285-315). Washington, DC: APA.
- Branfman, T. i Bergler, E. (1955). Psychology of perfectionism. *American Imago*, 12(9), 9-15.
- Burns, D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-51.
- Burns, L.R. i Fedewa, B.A. (2005). Cognitive styles: Links with perfectionistic thinking. *Personality and Individual Differences*, 38(1), 103-114.
- Cheek, J.M. i Briggs, S.R. (1982). Self-consciousness and aspects of identity. *Journal of Research in Personality*, 16, 401-408.
- Cox, B.J., Enns, M.W. i Clara, I.P. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. *Psychological Assessment*, 14(3), 365-373.

- DiBartolo, P.M., Li, C.Y. i Frost, R.O. (2008). How do the dimensions of perfectionism relate to mental health. *Cognitive Therapy and Research*, 32(3), 401-417.
- Dunkley, D.M., Blankstein, K.R., Masheb, R.M. i Grilo, C.M. (2006). Personal standards and evaluative concerns dimensions of "clinical" perfectionism: A reply to Shafran et al. (2002., 2003) and Hewitt et al. (2003). *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 63-84.
- Ellis, A. (1957). *How to live with a neurotic: At work and at home*. New York: Crown.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Birch Lane Press.
- Enns, M.W. i Cox, B.J. (1999). Perfectionism and depression symptom severity in major depressive disorder. *Behaviour Research and Therapy* 37(8), 783-794.
- Enns, M.W. i Cox, B.J. (2002). The nature and assesment of perfectionism: A critical analysis. U: G.L. Flett i P.L. Hewitt (Ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 33-62). Washington, DC: APA.
- Enns, M.W., Cox, B.J. i Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 33(6), 921-935.
- Flett, G.L. i Hewitt, P.L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. U: G.L. Flett i P.L. Hewitt (Ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 5-31). Washington, DC: APA.
- Flett, G.L. i Hewitt, P.L. (2006). Positive versus negative aspects of perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owen's dual process model. *Behavior Modification*, 30(4), 11-24.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L. i Dyck, D.G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 10(7), 731-735.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L., Oliver, J.M. i Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. U: G.L. Flett i P.L. Hewitt (Ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 89-132). Washington, DC: APA.
- Frost, R.O., Heimberg, R.G., Holt, C.S., Mattia, J.I. i Neubauer, A.L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Garner, D.M., Olmstead, M.P. i Polivy, J. (1983). Development and validation of a multidimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 2(2), 15-34.
- Gilman, R., Ashby, J.S., Sverko, D., Florell D. i Varjas, K. (2005). The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among Croatian and American youth. *Personality and Individual Differences*, 39(1), 155-166.

- Greenspon, T. (2008). Making sense of error: A view of the origins and treatment of perfectionism. *American Journal of Psychotherapy*, 62(3), 263-282.
- Habke, A.M. i Flynn, C.A. (2002). Interpersonal aspects of trait perfectionism. U: G.L. Flett i P.L. Hewitt (Ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 151-180). Washington, DC: APA.
- Hamachek, D.E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Hewitt, P.L. i Flett, G.L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5(5), 423-438.
- Hewitt, P.L. i Flett, G.L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hewitt, P.L. i Flett, G.L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt P.L., Flett G.L., Besser A., Sherry S.B. i McGee B. (2003). Perfectionism is multidimensional: A reply to Shafran, Cooper and Fairburn. *Behaviour Research and Therapy* 41, 1221-1236.
- Hewitt, P.L., Flett, G.L., Ediger, E., Norton, G.R. i Flynn, C.A. (1998). Perfectionism in chronic and state symptoms of depression. *Canadian Journal of Behavioural Science* 30(4), 234-242.
- Hewitt, P.L., Flett, G.L. i Turnbull-Donovan, W. (1992). Perfectionism and suicide potential. *British Journal of Clinical Psychology*, 31(2), 181-190.
- Hewitt, P.L., Mittelstaedt, W. i Wollert, R. (1989). Validation of a measure of perfectionism. *Journal of Personality Assessment*, 53(1), 133-144.
- Hill, R.W., McIntire, K. i Bacharach, V.R. (1997). Perfectionism and the big five factors. *Journal of Social Behavior & Personality*, 12(2), 257-270.
- Hodgson, R.J. i Rachman, S. (1977). Obsessional-compulsive complaints. *Behaviour Research and Therapy*, 15, 389-395.
- Horney, K. (1951). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Ivanov, L., Penezić, Z. i Gregov, Lj. (1998). Relacije usamljenosti i samoefikasnosti s nekim osobnim varijablama. *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru, Razdio filozofije, psihologije, sociologije i pedagogije*, 37(14), 53-66.
- Jurin, T., Bratko, D. i Lauri Korajlija, A. (2007). Povezanost perfekcionizma, akademskog postignuća i depresivnosti studenata. *Socijalna psihijatrija*, 35, 161-168.
- Kiesler, D.J. (1982). Interpersonal theory for personality and psychopathology. U: J.C. Anchin i D.J. Kiesler (Ur.), *Handbook of interpersonal psychotherapy* (str. 3-24). Elmsford, NY: Pergamon Press.

- Kolić-Vehovec, S. i Rončević, B. (2003). Perfekcionizam, ispitna anksioznost i akademsko samopojmanje darovitih gimnazijalaca. *Društvena istraživanja*, 12(5), 679-702.
- Lauri Korajlija, A. i Jokić-Begić, N. (2009). Anxiety sensitivity and dimensions of perfectionism in children and adults. U: K.A. Moore i P. Buchwald (Ur.), *Stress and anxiety: Application to adolescence, job stress and personality* (str. 121-128). Berlin: Logos Verlag Berlin.
- Lauri Korajlija, A. i Jokić-Begić, N. (2011). Perfectionism and anxiety sensitivity as predictors of trait anxiety. U: P. Buchwald, K.A. Moore i R. Tobias (Ur.), *Stress and anxiety: Application to education and health* (str. 123-132). Berlin: Logos Verlag Berlin.
- Lauri Korajlija, A., Jokić-Begić, N. i Begić, D. (2008). Perfectionism as predictors of anxiety and depression. U: P. Roussi, E. Vassilaki i K. Kaniasty (Ur.), *Stress and psychosocial resources* (str. 149-156). Berlin: Logos Verlag Berlin.
- Lebedina Manzoni, M. i Lotar, M. (2011). Simptomi depresivnosti i samoorijentirane kognicije. *Psihologijske teme*, 20(1), 27-45.
- Lotar, M. i Kamenov, Ž. (2006). Povezanost samootežavanja s pozitivnim i negativnim perfekcionizmom. *Socijalna psihijatrija*, 3, 117-123.
- McLemore, C.W. i Benjamin, L.S. (1979). Whatever happened to interpersonal diagnosis?: A psychosocial alternative to DSM-III. *American Psychologist*, 34, 17-34.
- Mor, S., Day, H.I., Flett, G.L. i Hewitt, P.L. (1995). Perfectionism, control, and components of performance anxiety in professional performers. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 207-225.
- Owens, R. i Slade, P.D. (2008). So perfect it's positively harmful?: Reflections on the adaptiveness and maladaptiveness of positive and negative perfectionism. *Behavior Modification*, 32(6), 928-937.
- Patch, A.R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Pokrajac-Bulian, A., Ambrosi-Randić, N. i Kukić, M. (2008). Thin-ideal internalization and comparison process as mediators of social influence and psychological functioning in the development of disturbed eating habits in Croatian college females. *Psihologijske teme*, 17(2), 221-245.
- Pokrajac-Bulian, A., Tkalčić, M., Kardum, I., Šajina, Š. i Kukić, M. (2009). Perfekcionizam, privatna svijest o sebi, negativan afekt i izbjegavanje kao odrednice prejedanja. *Društvena istraživanja*, 18(1-2), 111-128.
- Rhéaume, J., Freeston, M., Ladouceur, R., Bouchard, C., Gallant, L., Talbot, F. i Vallières, A. (2000). Functional and dysfunctional perfectionists: Are they different on compulsive-like behaviors?. *Behaviour Research and Therapy*, 38(2), 119-128.
- Rice, K.G., Ashby, J.S. i Slaney, R.B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equation analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 304-314.



- Rice, K.G., Lopez, F.G. i Vergara, D. (2005). Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(4), 580-605.
- Shafran, R., Cooper, Z. i Fairburn, C.G. (2002). Clinical perfectionism: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 40(7), 773-791.
- Shafran, R., Cooper, Z. i Fairburn, C.G. (2003). "Clinical perfectionism" is not "multidimensional perfectionism": A reply to Hewitt, Flett, Besser, Sherry & McGee. *Behaviour Research and Therapy*, 41(10), 1217-1220.
- Shafran, R. i Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, 21(6), 879-906.
- Sherry, S.B., Hewitt, P.L., Flett, G.L. i Harvey, M. (2003). Perfectionism dimensions, perfectionistic attitudes, dependent attitudes, and depression in psychiatric patients and university students. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 373-386.
- Slade, P.D. i Owens, R.G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22(3), 372-390.
- Slaney, R.B., Ashby, J.S. i Trippi, J. (1995). Perfectionism: Its measurement and career relevance. *Journal of Career Assessment*, 3(3), 279-297.
- Slaney, R.B., Kenneth, G.R., Mobley, M., Trippi, J. i Ashby, J.S. (2001). The revised Almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.
- Soenens, B., Luyckx, K., Vansteenkiste, M., Luyten, P., Duriez, B. i Goossens, L. (2008). Maladaptive perfectionism as an intervening variable between psychological control and adolescent depressive symptoms: A three-wave longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 465-474.
- Stoeber, J. i Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.
- Stumpf, H. i Parker, W.D. (2000). A hierarchical structure analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 837-852.
- Šimić Šašić, S. i Sorić, I. (2010). Pridonose li osobne karakteristike nastavnika vrsti interakcije koju ostvaruju sa svojim učenicima? *Društvena istraživanja*, 19(6), 973-994.
- Terry-Short, L.A., Owens, R.G., Slade, P.D. i Dewey, M.E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18(5), 663-668.
- Thompson, D.A., Berg, K.M. i Shatford, L.A. (1987). The heterogeneity of bulimic symptomatology: Cognitive and behavioural dimensions. *International Journal of Eating Disorders*, 6(2), 215-234.
- Weissman, A.N. i Beck, A.T. (1978, studeni). *Development and validation of Dysfunctional Attitudes Scale*. Rad prezentiran na simpoziju Association for the Advancement of Behavior Therapy, Chicago.

## **What is Hidden behind the Term "Perfectionism"? Historical Overview of Different Approaches to the Study of Perfectionism**

---

### **Abstract**

Regardless of the specific aim of the study, the first problem encountered by all the researchers who study perfectionism is the choice of an adequate way of operationalization of this complex construct. Besides a great number of different perfectionism measures, making conclusions on the characteristics of perfectionism is additionally made difficult by conflicting theoretical approaches, i.e., those that define perfectionism as exclusively non-adaptive trait and those that define it as a trait including both non-adaptive and adaptive components. The aim of this review is to emphasize gradual changes in the definition of perfectionism and their role in the process of forming contemporary theoretical approaches. Behind the same term, there are often oppositely defined concepts of perfectionism. Therefore, in order to be able to understand and adequately interpret findings of previous and future studies, it is very important to be aware of theoretical backgrounds of different measures of perfectionism. Methodological limitations of some of the most frequently used scales indicate the need for a more appropriate measurement of different aspects of perfectionism.

**Keywords:** adaptive and maladaptive perfectionism, dual process model of perfectionism

---

Primljeno: 25.10.2011.