

TURLI YOSH DAVRLARIDA KO'P OMILLI PERFEKTSIONIZM VA O'Z-O'ZIGA MUNOSABAT NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

M.X.Nazaraliyeva¹ 

Mas'ul muallif: Nazaraliyeva Marxabo Xayitboyevna, Renessans ta'lim universiteti Pedagogik ta'lim va psixologiya kafedrası dotsenti, PhD.

e-mail:
nazaraliyevmaksud@gmail.com

Accepted: 01 Sentabr 2026

Published: 01 Sentabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: Nazaraliyeva, M. X. TURLI YOSH DAVRLARIDA KO'P OMILLI PERFEKTSIONIZM VA O'Z-O'ZIGA MUNOSABAT NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI / M. X. Nazaraliyeva // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 8, № 1. — B. 362–365.

1. Renessans ta'lim universiteti Pedagogik ta'lim va psixologiya kafedrası dotsenti, PhD

Annotatsiya. Maqolada shaxsning ko'p omilli perfektsionizm va o'z-o'ziga munosabat xususiyatlarining turli yosh davrlarida namoyon bo'lishi empirik tadqiqot natijalari asosida tahlil qilingan. Tadqiqotda besh yosh guruhiga mansub 1052 nafar respondent ishtirok etdi. Perfektsionizm P.Hewitt va G.Flettning ko'p o'lchovli shkalasi, o'z-o'ziga munosabat esa V.Stolin va S.Pantileyev metodikasi orqali o'lchandi, natijalar Kruskal-Uollis mezon bilan qayta ishlandi. Natijalarga ko'ra, o'z-o'ziga munosabatning sakkizta shkalasi hamda o'ziga va boshqalarga yo'naltirilgan mukammallik yosh davrlari bo'yicha statistik ahamiyatli farqlandi ($p < 0,01$): ko'rsatkichlar ilk o'spirinlikda eng past, yetuklikda eng yuqori bo'ldi; ichki ziddiyat esa teskari dinamikaga ega bo'ldi. Ijtimoiy hayotga yo'naltirilgan mukammallik va o'z-o'zini ayblashda sezilarli farq topilmadi. Natijalar mazkur xususiyatlarning shaxs ontogenezi davomida dinamik rivojlanishini tasdiqlaydi.

Kalit so'zlar: perfektsionizm, o'z-o'ziga munosabat, yosh davrlari, Kruskal-Uollis mezon, shaxs rivojlanishi, mukammallikka intilish, o'zini qadrlash.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МНОГОФАКТОРНОГО ПЕРФЕКЦИОНИЗМА И САООТНОШЕНИЯ В РАЗНЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ ПЕРИОДЫ

Аннотация. В статье на основе эмпирических данных анализируются особенности проявления многомерного перфекционизма и в различные возрастные периоды. В исследовании приняли участие 1052 респондента из пяти возрастных групп. Перфекционизм измерялся по методике П.Хьюитта и Г.Флетта, самоотношение – по методике В.Столина и С.Пантилеева, данные обрабатывались по критерию Крускала-Уоллиса. Результаты показали статистически значимые возрастные различия ($p < 0,01$) по восьми шкалам самоотношения и по перфекционизму, ориентированному на себя и на других: показатели были наиболее низкими в ранней юности, наиболее высокими в зрелости; внутренняя конфликтность показала обратную динамику. По социально предписанному перфекционизму и самообвинению значимых различий не выявлено. Результаты подтверждают динамичный характер данных характеристик на протяжении онтогенеза личности.

Ключевые слова: перфекционизм, самоотношение, возрастные периоды, критерий Крускала-Уоллиса, развитие личности, стремление к совершенству, самооценочность.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MANIFESTATION OF MULTIDIMENSIONAL PERFECTIONISM AND SELF-ATTITUDE ACROSS DIFFERENT AGE PERIODS

Abstract. The article analyzes how multidimensional perfectionism and self-attitude manifest across different age periods, based on empirical findings from 1052 respondents representing five age groups. Perfectionism was measured with Hewitt and Flett's Multidimensional Perfectionism Scale, and self-attitude with Stolin and Pantileyev's method; data were processed using the Kruskal-Wallis test. Results showed statistically significant age-related differences ($p < 0.01$) in eight self-attitude scales and in self-oriented and other-oriented perfectionism, with scores lowest in early adolescence and highest in adulthood; inner conflict showed the reverse pattern. No significant differences were found for socially prescribed perfectionism and self-blame. The findings confirm that these characteristics develop dynamically throughout personal ontogenesis.

Keywords: perfectionism, self-attitude, age periods, Kruskal-Wallis test, personality development, striving for perfection, self-esteem.

1.Kirish. Zamonaviy jamiyatda yuqori natijalarga erishishga bo'lgan intilishning kuchayishi perfektsionizm hodisasini dolzarb tadqiqot obyektiga aylantirmoqda. Perfektsionizm shaxsning o'z-o'ziga munosabati bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ikkalasi ham shaxs kamolotining muhim ko'rsatkichi hisoblanadi: shaxsning o'ziga qo'yadigan yuqori talablari uning o'zini qanday qadrlashi, qabul qilishi va o'ziga ishonishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi [2; 10].

Muammoning dolzarbligi shundaki, dezadaptiv perfektsionizm xavotir, ichki

ziddiyat va o'zini past baholash bilan bog'liq bo'lsa-da [7; 9], sog'lom perfektsionizm o'zini qadrlash va yuqori samaradorlik bilan uyg'unlashadi [7]. Biroq ushbu ikki konstruktning birgalikda, besh xil yosh davri kesimida qiyosiy tahlili hozirgacha yetarlicha o'rganilmagan.

Ushbu maqolaning maqsadi – ko'p omilli perfektsionizm va o'z-o'ziga munosabat ko'rsatkichlarining yosh davrlariga ko'ra farqlanishini aniqlash va natijalarni ilmiy nazariyalar asosida izohlashdan iborat. Vazifalar: adabiyotlarni tahlil qilish, metodologiyani ishlab chiqish, guruhlararo statistik qiyoslash va amaliy tavsiyalar berish.

2.Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Perfektsionizmni ilmiy tushuntirishga birinchi urinishlar psixoanalitik yo'nalishda paydo bo'lgan. A.Adler "mukammallikka intilish"ni shaxsning kamchilik hissini yengishga qaratilgan tug'ma xususiyati sifatida talqin qildi [1]. K.Xorni esa "shartlar tiraniyasi" orqali nevrotik shaxsning "idealizatsiya qilingan men" obraziga muvofiq yashashga majburligini, bu esa o'z-o'ziga bo'lgan munosabatni buzishini ko'rsatdi [2].

P.Hewitt va G.Flett perfektsionizmni o'ziga, boshqalarga va ijtimoiy talab etilgan yo'nalishlarga ajratgan uch komponentli modelni taklif qildi [3], R.Frost va hamkasblari esa xatolardan xavotirlanish va yuqori standartlarni o'z ichiga olgan olti komponentli modelni ishlab chiqdi [4]. D.Xamachek perfektsionizmni normal va nevrotik turlarga ajratdi [5], G.Flett va P.Hewitt tahririda esa uning rivojlanish mexanizmlari umumlashtirildi [6].

Y.Stoyober va K.Otto yuqori standartlar xavotir bilan uyg'unlashmasa, ular samaradorlik bilan bog'liqligini, ya'ni "sog'lom perfektsionizm" mavjudligini asosladi [7]. T.Kurran va E.Xillning meta-tahlili perfektsionizm darajasi vaqt o'tishi bilan ortayotganini ko'rsatdi [8], R.Shafran va hamkasblari esa uni o'z-o'zini baholashning standartlarga bog'liqligi sifatida izohladi [9].

O'z-o'ziga munosabat nazariyasining g'arb psixologiyasidagi zamini K.Rojersning real va ideal "Men" o'rtasidagi muvofiqlik konsepsiyasida yotadi, unga ko'ra shaxsning o'ziga ijobiy munosabati ushbu ikki obraz mos kelishiga bog'liq [10]. A.Maslou ehtiyojlar ierarxiyasida hurmat va o'zini qadrlash ehtiyojini yuqori pog'onaga joyladi [11], A.Bandura esa o'z-o'zini samarali deb bilish (self-efficacy) shaxsning muvaffaqiyatli tajribasi asosida shakllanishini ko'rsatdi [12].

Shaxs rivojlanishining yosh bosqichlariga bog'liqligini E.Eriksonning psixosozmatik nazariyasi izohlaydi: har bir yosh bosqichi – o'spirinlikdagi "identifikatsiya-rol chalkashligi"dan yetuklikdagi "generativlik-turg'unlik" gacha – o'ziga xos inqiroz bilan tavsiflanadi [13]. Mahalliy tadqiqotda qo'llanilgan o'z-o'ziga munosabat metodikasi V.Stolinning o'z-ongni ierarxik tuzilish modeliga asoslanadi, unga ko'ra o'z-o'ziga munosabat hurmat, autosimpatiya va yaqinlik o'lchovlarini o'z ichiga oladi [14], S.Pantilev va hamkasblari ushbu modelni to'qqiz shkalali psixodiagnostik metodikaga aylantirdi [15]. Yosh davrlarini tabaqalashtirishda E.G'ozievning shaxs ontogenezini davrlashtirish konsepsiyasi asos qilib olindi [16].

Umumlashtirib aytganda, perfektsionizm va o'z-o'ziga munosabat zamonaviy fanda o'zaro bog'liq, dinamik va yosh bilan o'zgaruvchi konstrukt sifatida talqin etiladi, biroq ularning birgalikda besh yosh davri kesimidagi qiyosiy tahlili hozirgacha yetarlicha o'rganilmagan, bu ushbu tadqiqotning ilmiy yangiligini belgilaydi.

3.Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda jami 1052 nafar respondent ishtirok etdi. Sinaluvchilarni tabaqalashtirishda E.G'ozievning yosh davrlashtirish konsepsiyasi [16] asos qilib olindi: ilk o'spirinlik (15-17 yosh), o'spirinlik (18-22 yosh), yoshlik (23-28 yosh), yetuklik (28-35 yosh) va yetuklikning ikkinchi bosqichi (36 yosh va undan yuqori). Tanlanma tarkibi 1-jadvalda keltirilgan.

Perfektsionizm darajasini o'lchash uchun P.Hewitt va G.Flettning "Ko'p o'lchovli perfektsionizm shkalasi" testidan foydalanildi, u o'ziga, boshqalarga va ijtimoiy hayotga yo'naltirilgan mukammallik subshkalalarini o'z ichiga oladi. O'z-o'ziga munosabatni o'lchash uchun V.Stolin va S.Pantilevning "O'z-o'ziga munosabat" metodikasi qo'llanildi, u samimiylik, o'z-o'ziga ishonch, o'zini idora qilish, o'z-o'ziga munosabat (integral), o'zini qadrlash, o'zini qabul qilish, o'ziga sadoqat, ichki ziddiyat va o'z-o'zini ayblash kabi to'qqiz shkaladan iborat.

Ma'lumotlar taqsimoti normal taqsimotdan chetga chiqqani sababli, guruhlararo qiyoslashda parametrik bo'lmagan Kruskal-Uollis H-mezoni qo'llanildi, statistik ahamiyatlilik darajasi $p < 0,05$ va $p < 0,01$ sifatida belgilandi. Ma'lumotlar SPSS Statistics dasturida qayta ishlandi.

4.Natijalar. Sinaluvchilarning yosh davrlariga ko'ra taqsimoti 1-jadvalda keltirilgan bo'lib, 1052 nafar respondent beshta guruhga deyarli teng (har biri ~20%) taqsimlangan.

1-jadval

Tadqiqot sinaluvchilarining yosh davrlariga ko'ra taqsimoti (n=1052)

Yosh davrlari	Soni (nafari)	Foiz (%)
Ilk o'spirinlik (15-17 yosh)	207 nafar	19,7%
O'spirinlik (18-22 yosh)	213 nafar	20,2%
Yoshlik (23-28 yosh)	211 nafar	20,1%
Yetuklik (28-35 yosh)	209 nafar	19,9%
Yetuklikning 2-bosqichi (36+)	212 nafar	20,2%
Jami:	1052 nafar	100,0%

O'z-o'ziga munosabat metodikasining yosh davrlari bo'yicha tafovutlari 2-jadvalda keltirilgan.

2-jadval ma'lumotlariga ko'ra, sakkizta shkala – samimiylik, o'z-o'ziga ishonch, o'zini idora qilish, o'z-o'ziga munosabat, o'zini qadrlash, o'zini qabul qilish, o'ziga sadoqat va ichki ziddiyat – bo'yicha statistik ahamiyatli farq aniqlandi ($p < 0,01$). Aksariyat shkalalarda ko'rsatkich ilk o'spirinlik va o'spirinlikda eng past, yetuklikda eng yuqori bo'ldi:

Rojersning real-ideal "Men" muvofiqlik konsepsiyasiga ko'ra [10], yetuklikda shaxsiyat barqarorlashib, bu ikki obraz orasidagi masofa qisqaradi, Maslou ta'kidlagan hurmat ehtiyoji esa kasbiy-ijtimoiy yutuqlar hisobiga qondiriladi [11]. Past ko'rsatkichlar Eriksonning "identifikatsiya-rol chalkashligi" inqirozi bilan izohlanadi [13].

2-jadval

O'z-o'ziga munosabat metodikasining yosh davrlari omiliga ko'ra tafovutlari (Kruskal-Uollis, n=1052)

Shkala	O'rtacha rang	Statistika					
	Ilk o'spirinlik	O'spirinlik	Yoshlik	Yetuklik	Yetuklikning ikkinchi bosqichi	H	p
O'z-o'ziga ishonch	478,53	468,31	511,53	595,68	508,47	37,56	0,001**
O'zini idora qilish	489,25	482,15	564,78	528,93	517,44	22,53	0,001**
O'z-o'ziga munosabat	476,92	466,98	584,24	596,55	507,41	38,71	0,001**
O'zini qadrlash	486,65	478,44	571,89	582,71	512,81	24,91	0,001**
O'zini qabul qilish	492,77	485,30	560,93	575,68	517,93	19,14	0,001**
O'ziga sadoqat	475,16	465,41	585,77	599,26	507,07	40,86	0,001**
Ichki ziddiyat	483,82	574,16	563,58	488,74	512,15	27,10	0,001**
O'z-o'zini ayblash	500,76	496,18	559,35	507,74	528,56	9,36	0,053

Izoh: ** - $p < 0,01$

Ichki ziddiyat teskari dinamikaga ega bo'ldi – eng yuqori ko'rsatkich o'spirinlikda (574,16), eng past yetuklikda (488,74). Bu ham identifikatsiya inqirozi bilan izohlanadi [13; 15]: o'spirinlik o'z-o'zini izlash va ichki qarama-qarshiliklar bilan tavsiflanadi, yetuklikda esa ular konstruktiv hal etiladi. O'z-o'zini ayblashda farq aniqlanmadi ($H=9,36$; $p=0,053$), bu ko'rsatkichning barqaror shaxsiy xususiyatlarga bog'liqligidan dalolat beradi.

Ko'p o'lchovli perfektsionizm shkalasi natijalari 3-jadvalda keltirilgan.

3-jadval

Ko'p o'lchovli perfektsionizm shkalasi testining yosh davrlari omiliga ko'ra tafovutlari (Kruskal-Uollis, n=1052)

Shkala	O'rtacha rang	Statistika					
	Ilk o'spirinlik	O'spirinlik	Yoshlik	Yetuklik	Yetuklikning ikkinchi bosqichi	H	p
O'ziga yo'naltirilgan mukammallik	471,34	460,81	602,91	589,42	508,83	47,05	0,001**
Boshqalarga yo'naltirilgan mukammallik	451,25	438,68	601,37	632,54	509,89	70,44	0,001**
Ijtimoiy hayotga yo'naltirilgan mukammallik	520,64	514,92	534,47	530,68	532,17	2,48	0,649

Izoh: ** - $p < 0,01$

O'ziga yo'naltirilgan ($H=47,05$; $p < 0,01$) va boshqalarga yo'naltirilgan ($H=70,44$; $p < 0,01$) mukammallik yosh davrlari bo'yicha statistik ahamiyatli farqlandi: eng past ko'rsatkichlar o'spirinlikda, eng yuqorilari esa yoshlik va yetuklikda qayd etildi. Bu natija Hewitt va Flett modeliga muvofiq [3], yoshlik va yetuklikda kasbiy faoliyat va ijtimoiy rollarning (rahbarlik, ota-onalik) faollashuvi bilan izohlanadi. Ijtimoiy hayotga yo'naltirilgan mukammallikda esa statistik ahamiyatli farq aniqlanmadi ($H=2,48$; $p=0,649$), bu uning individual yosh dinamikasidan ko'ra ko'proq barqaror ijtimoiy-madaniy talablarga bog'liqligini ko'rsatadi [8].

Umuman olganda, natijalar perfektsionizm va o'z-o'ziga munosabatning aksariyat komponentlari o'zaro bog'liq dinamikaga ega ekanligini ko'rsatadi: ikkalasi ham ilk o'spirinlikda past, yetuklikda yuqori bo'lib, ular shaxs ontogenezi davomida ijtimoiy rollar va hayotiy tajriba ta'sirida shakllanuvchi dinamik hodisa ekanligini tasdiqlaydi.

5.Xulosa. O'tkazilgan tadqiqot ko'p omilli perfektsionizm va o'z-o'ziga munosabat ko'rsatkichlarining yosh davrlariga ko'ra statistik ahamiyatli farqlanishini ko'rsatdi, bu ikkala konstruktning ham shaxs ontogenezi davomida dinamik qonuniyat asosida namoyon bo'lishini tasdiqlaydi.

1) O'z-o'ziga munosabatning sakkizta ijobiy shkalasi hamda o'ziga va boshqalarga yo'naltirilgan mukammallik ilk o'spirinlikda eng past, yetuklikda eng yuqori bo'lib, bu shaxsiy barqarorlashuv va kasbiy-ijtimoiy mas'uliyatning ortishini bildiradi; 2) ichki ziddiyat teskari dinamikaga ega bo'lib, o'spirinlikdagi identifikatsiya inqirozini aks ettiradi; 3) ijtimoiy hayotga yo'naltirilgan mukammallik va o'z-o'zini ayblashda farq topilmasligi ularning barqaror ijtimoiy-madaniy va

shaxsiy omillarga bog'liqligidan dalolat beradi; 4) natijalar perfektsionizm va o'z-o'ziga munosabatni o'zaro bog'liq, yosh dinamikasiga ega yaxlit tizim sifatida ko'rib chiqish zarurligini asoslaydi.

Natijalarning amaliy ahamiyati shundaki, ular amaliy psixologlarga yoshlik-yetuklik davridagi mijozlarda dezadaptiv perfektsionizm va ichki ziddiyatning oldini olish, o'spirinlik davridagilarda esa sog'lom o'z-o'ziga munosabatni shakllantirishga qaratilgan dasturlar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] Smith, M. M., Sherry, S. B., Ray, C., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2021). Is perfectionism a vulnerability factor for depressive symptoms, a complication of depressive symptoms, or both? A meta-analytic test of 67 longitudinal studies. *Clinical Psychology Review*, 84, 101982. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101982>
- [2] Woodfin, V., Molde, H., Dundas, I., & Binder, P. E. (2021). A randomized control trial of a brief self-compassion intervention for perfectionism, anxiety, depression, and body image. *Frontiers in Psychology*, 12, 751294. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.751294>
- [3] Ruiz-Esteban, C., Méndez, I., Fernández-Sogorb, A., & Álvarez-Teruel, J. D. (2021). Perfectionism classes and aggression in adolescents. *Frontiers in Psychology*, 12, 686380. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686380>
- [4] Lavrijsen, J., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Verschuere, K. (2021). Is intelligence related to perfectionism? Multidimensional perfectionism and parental antecedents among adolescents across varying levels of cognitive ability. *Journal of Personality*, 89(4), 652–671. <https://doi.org/10.1111/jopy.12606>
- [5] Smith, M. M., Sherry, S. B., Ge, S. Y. J., Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Baggeley, D. L. (2022). Multidimensional perfectionism turns 30: A review of known knowns and known unknowns. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 63(1), 16–31. <https://doi.org/10.1037/cap0000288>
- [6] Stricker, J., & Preckel, F. (2022). Global self-esteem differentially predicts multidimensional perfectionism in early adolescents two years later. *The Journal of Early Adolescence*, 42(2), 149–171. <https://doi.org/10.1177/02724316211016069>
- [7] Fearn, M., Marino, C., Spada, M. M., & Kolubinski, D. C. (2022). Self-critical rumination and associated metacognitions as mediators of the relationship between perfectionism and self-esteem. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 40(1), 155–174. <https://doi.org/10.1007/s10942-021-00404-4>
- [8] Doyle, I., Catling, J. C., & Downing, V. R. (2022). The influence of perfectionism, self-esteem and resilience on young people's mental health. *The Journal of Psychology*, 156(3), 224–240. <https://doi.org/10.1080/00223980.2022.2027854>
- [9] Obeid, S., Akel, M., Haddad, C., Fares, K., Sacre, H., Salameh, P., & Hallit, S. (2022). Does self-esteem mediate the association between perfectionism and mindfulness among Lebanese university students? *BMC Psychology*, 10, 256. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00964-9>
- [10] Kawamoto, A., Sheth, R., Yang, M., Demps, L., & Sevig, T. (2023). The role of self-compassion among adaptive and maladaptive perfectionists in university students. *The Counseling Psychologist*, 51(1), 113–144. <https://doi.org/10.1177/00110000221129606>
- [11] Daniilidou, A. (2023). Understanding the relationship between multidimensional perfectionism and self-compassion in adults: The effect of age. *Europe's Journal of Psychology*, 19(4), 371–386. <https://doi.org/10.5964/ejop.11981>
- [12] Matsou, C., Psoma, S., & Giovazolias, T. (2023). The influence of positive and negative aspects of perfectionism on psychological distress in emerging adulthood: Exploring the mediating role of self-compassion. *Behavioral Sciences*, 13(11), 932. <https://doi.org/10.3390/bs13110932>
- [13] Fekih-Romdhane, F., Obeid, S., Sawma, T., & Hallit, S. (2023). Self-critical perfectionism mediates the relationship between self-esteem and satisfaction with life in Lebanese university students. *BMC Psychology*, 11, 4. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01040-6>
- [14] Khossousi, V., Murray, G., Clarke, P. J. F., & Egan, S. J. (2024). The relationship between perfectionism and self-esteem in adults: A systematic review and meta-analysis. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 52(6), 691–708. <https://doi.org/10.1017/S1352465824000249>
- [15] Burkitt, W. T. (2024). Perfectionism and self-esteem: The mediating role of basic psychological needs. *Psychological Reports*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/00332941241303402>