

УДК 159.944.3

ПЕРФЕКЦИОНИЗМ: ПОНИМАНИЕ ПОНЯТИЯ В РОССИИ И ГЕРМАНИИ

Черничкина Т.В., студент гр. БкПс-200, II курс

Научный руководитель: Марянина Л.А., старший преподаватель кафедры
лингвистики и межкультурной коммуникации.

Волгоградский институт управления – филиал федерального
государственного бюджетного образовательного учреждения высшего
образования "Российская академия народного хозяйства и государственной
службы при Президенте Российской Федерации", г. Волгоград

Актуальность статьи заключается в том, что явление перфекционизма является популярным явлением в жизни различных людей в независимости от пола, национальности и других особенностей, и может воздействовать на общество как положительно, так и отрицательно. Установление сходств и различий в отношении к перфекционизму в России и Германии позволяет понять специфику и уникальность культурного своеобразия этих стран сквозь парадигму стремления к совершенству. В статье мы постарались рассмотреть влияние перфекционизма на поведение и психическое состояние людей в указанных странах, различные подходы к его определению и пониманию.

Ключевые слова: перфекционизм в России, перфекционизм в Германии, стремление к совершенству.

Феномен перфекционизма в психологической науке представляет собой «стремление к безупречности и совершенству в поведении и деятельности, касающихся разных сфер жизни» [3].

Отношение отечественных и немецких исследователей к явлению перфекционизма:

В России авторами экспериментальных исследований установлено следующее отношение к такому явлению как перфекционизм: в большем объеме отмечают негативное влияние на психическое здоровье человека, а также отрицательную направленность данного феномена. Они указывают на наличие связи между стремлением к идеалу и нарциссизмом [4], стремлением к совершению суицидальных действий [4], нарушением когнитивных функций мозга [5], возникновением депрессивных расстройств [8] и повышением уровня тревоги и стресса [2, 6].

Исследователи в данной области выявили закономерность того, что перфекционизм является прогностическим симптомом развития депрессивных и тревожных расстройств. Также указана связь с длительностью болезни и периодом ослабления ее симптомов. Учеными установлена закономерность, представляющая соотношение уровня стремления к совершенству человека и

благополучия его полного состояния: показатель перфекционизма может уменьшаться в связи со степенью здоровья человека.

Ученными также была найдена взаимосвязь между общим показателем перфекционизма и нарушением функционирования когнитивных процессов мозга во время выполнения заданий. Примером этого проявления может служить снижение возможностей понимания переносного смысла поговорок, фразеологизмов, устойчивых конструкций. [5].

Студенты с большей склонностью к перфекционизму нередко имеют тенденцию сталкиваться с трудностями в установлении доверительных и насыщенных чувствами отношений. Это было установлено в рамках исследования, проведенного на студентах, имеющего целью выявить связь между перфекционизмом и показателями эмоциональной дезадаптации [6].

В российском обществе выявлено постепенное снижение стремления к идеалу в ходе взросления человека, а также установлено снижение склонности обучающихся к изучаемому явлению в соответствии с улучшением навыков в профессиональной среде.

Стоит отметить, что отечественные психологи проводили исследования преимущественно на выборках, состоящих из студентов или школьников, либо людей, у которых отмечены нарушения психики.

Однако, исследуя мотивацию достижения и ее связь со стремлением к совершенству, О.С. Виндекер вместе с К.А. Иргашевой нашли определенную корреляцию между этими феноменами. Ими был зафиксирован тот факт, что у людей с высокой уровнем мотивации достижения отмечается также высокий показатель перфекционизма [1].

Были получены познавательные результаты в ходе опроса, направленного на исследование приспособительного элемента перфекционизма. Некоторая выборка людей была опрошена с целью определить их оценку успешности будущей работы в соответствии со своей профессиональной деятельностью за рубежом. Ученые сделали соответствующие выводы: опрошенные готовы «жить в любой стране, лишь бы жить хорошо». Другое исследование, но имеющее сходные с данным высказыванием результаты, провели Х.Р. Кауфманн, Д. Вронтис и Ю. Манакова. Авторы изучили покупателей дорогих и изысканных предметов, таких как антиквариат, старые вина, оригинальные картины известных художников, и подвели следующие итоги: «В России, как и во многих восточноевропейских странах переходного состояния, идентичность потребителя существенно влияет на характер приобретения роскоши» [8].

В исследованиях, затрагивающих перфекционизм, немецко-американский психолог Карен Хорни утверждает, что потребность в идеале является потребностью в видимости совершенства. В данном случае Хорни подразумевает именно потребность казаться совершенным, понимая это как «претензию» на совершенство, а не как совершенство само по себе. Стоит обратить внимание на то, что данную конструкцию она употребляет именно в сочетании перфекционизма и сдерживания агрессии.

Хорни писала и о том, что потребность в совершенстве берет свои корни в детстве. Здесь она соглашается с Зигмундом Фрейдом – так же ранее упоминавшем подобное в своих работах. Психолог описывает ситуацию, в которой родители лишают ребенка инициативы посредством того, что выбрали авторитарный способ воспитания. На фоне этого у ребенка формируется отсутствие собственного мнения, целей. Его дальнейшая жизнь формируется с ориентировкой на ожидания родителей, так как он никогда не мог иметь своих взглядов и высказывать своих личных желаний [7]. Описанная картина является примером развития у человека в детском возрасте перфекционистских наклонностей.

Карен Хорни исходила из установки о том, что единственное, что в жизни человека имеет значение – это соответствие чьим-либо ожиданиям и стандартам. Таким образом, паттерны поведения индивида, какая-либо его деятельность, наряду с любыми проявлениями эмоций, переживаний, мыслей и т.д. формируются с ориентацией на ожидания от нас другими людьми.

Карен Хорни обращала особое внимание на то, что наиболее важной является «философия» перфекционизма – что она понимала как «совершенство всего образа жизни, отсутствие изъянов во всех ее областях». А признаки и демонстрация перфекционизма, которые проявляются у индивида на ежедневной основе – такие как стремление добиваться успехов в учебе, ненормально высокий уровень стандартов, особое сосредоточение на собственных промахах и т.п. – заслуживают меньшего внимания.

В соответствии со взглядами Хорни, перфекционист подневолен. Совершая промах, ошибку, он избегает любой деятельности, в которой может показать свое несовершенство. Такой человек парализован страхом неудачи, стараясь всеми силами ее не допустить.

Из вышесказанного делается вывод о том, что стремление к совершенству побуждает появление новых проблем, являясь средством разрешения первоначальных. Посредством перфекционизма образуются новые проблемы, к которым относят отсутствие личного мнения, ориентация не на свои мотивы, а на ожидания других людей; эмоциональный дискомфорт и т.п.

Оценивая взгляды немецких исследователей на стремление к совершенству, и, исходя из того, что выборки российских исследований составляют в большинстве пациенты с психическими заболеваниями или люди с неокрепшей психикой, не полностью состоявшие в обществе (школьники/студенты), и получаемые результаты говорят о положительной связи перфекционизма с негативными явлениями, можно сделать вывод о том, что исследователи как в России, так и в Германии в основном ориентированы на отрицательное воздействие перфекционизма на общество.

Склонность русских и немецких граждан к перфекционизму:

Отношение как русских, так и немецких людей к перфекционизму является различным. Одни люди могут стремиться к совершенству, требовать многого от себя и от окружающих. Также для них большое значение могут иметь детали и цель сделать все самым наилучшим образом. Одновременно с

этим, другие люди обладают большей гибкостью, не ставят перед собой нереальных задач и стандартов. На уровень перфекционизма влияет множество факторов, таких как индивидуальные качества личности и особенности семейного воспитания, культурные особенности. Однако мы постарались выявить определенные закономерности.

Уровень перфекционизма выше среднего может быть достаточно распространенным среди русских людей. В российском обществе ценится стремление к высокому качеству, стандартам и идеальному выполнению задач. Причем, это проявляется как в профессиональной среде, когда люди очень ответственно относятся к своей работе, тщательно проверяют сделанное, пытаясь довести до идеала и исключить вероятность малейших недочетов, так и в обычной жизни, что проявляется в высоких требованиях к себе и к другим.

Немцы также могут быть склонны к перфекционизму, посредством того, что дисциплина, порядок, лаконичность и качество в их культуре занимают большое место. Отмечается, что они часто имеют стремление к высоким эталонам и идеалам, а также ожидают этого от других. Однако, как уже указывалось ранее, перфекционизм при этом имеет и свои отрицательные свойства и качества, которые могут детерминировать тревогу, напряженность, стресс и другие расстройства. В немецком обществе все больше внимания уделяют важности сохранению контроля в отношении стремления к идеалу и способностью принимать себя таким, каким человек является. Указывают на большую роль сохранения баланса между этими составляющими.

Немцы начинают осознавать, что важно не только достигнуть определенных целей, но и сохранить свое психическое здоровье и благополучие. В последние годы обозначается прогрессирующее внимание к психологическому здоровью, спокойствию и способам саморазвития, которые помогают справиться с последствиями перфекционизма.

Список литературы:

1. Вшдекер О. С. Исследование взаимосвязи перфекционизма и мотивации достижения (на примере студенческой выборки) / К. А. Иргашева // Приволжский научный вестник. – 2014. – №5. – С. 151–157.
2. Гаранян Н.Г. Структура перфекционизма у пациентов с депрессивными и тревожными расстройствами / Т.Ю. Юдеева // Психологический журнал. – 2009. – № 6. – С. 93–102.
3. Карловская, Н. Н. Взаимосвязь переживания счастья и перфекционизма у студентов с разным уровнем академической успеваемости / А. С. Сысоева // Вестник Омского университета. Серия: Психология. – 2009. – № 2. – С. 4–14.
4. Соколова, Е. Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – С. 67–80.

5. Соколова, Е. Т. Перфекционизм и когнитивный стиль личности у лиц, имевших попытку суицида / П. В. Цыганкова // Вопросы психологии. – 2011. – №2. – С. 90–100.
6. Холмогорова, А. Б. Психологические факторы эмоциональной дезадаптации у студентов / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, Я. Г. Евдокимова, М. В. Москова // Вопросы психологии. – 2009. – № 3. – С. 16–26.
7. Хорни, К. Невроз и рост личности : борьба за самореализацию / Хорни Карен ; [пер. с англ. Е. И. Замфир]. – М. : Академический проект, 2008. – 398 с.
8. Kaufmann H., Vrontis D., Manakova Yu. Perception of luxury : idiosyncratic Russian consumer culture and identity // European Journal of Cross-Cultural Competence and Management. – 2012. – Vol. 2. – P. 209–235.