

Секция «Психология»

Влияние перфекционизма пациента на эффективность психотерапии

Цыганкова Полина Васильевна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет

психологии, Москва, Россия

E-mail: polina_tsy@mail.ru

Среди неспецифических факторов эффективности психотерапии значимую роль играют личностные особенности пациента [2, 3]. В частности, перфекционизм (в широком смысле понимаемый как стремление к совершенству во всех аспектах своей жизни) может оказывать вредоносное, пагубное влияние на психотерапевтические отношения [3]. Эмпирически установленная негативная связь перфекционизма с эффективностью психотерапии [3, 4, 5] связывается с дефицитом способности перфекционистичных пациентов к установлению продуктивного рабочего альянса с терапевтом, выработке общих целей и задач психотерапии, сотрудничеству и объединению усилий пациента и терапевта в терапевтическом процессе. Деструктивное влияние перфекционизма на рабочий альянс оказывают требования пациентом совершенства от терапевта, оценка хода терапии с позиций нереалистичных стандартов, попытки быть идеальным пациентом («перфекционная самопрезентация», сокрытие своих слабостей, проблем и переживаний), нетерпимость к любым аффективным напряжениям и колебаниям в психотерапевтических отношениях, а также широкий ряд когнитивных и межличностных факторов [3, 4, 5].

Мы полагаем, что разрушительное влияние перфекционизма на психотерапевтический альянс является одним из проявлений системной деструктивности перфекционизма, пронизывающей все сферы жизнедеятельности человека. Перфекционизм может быть понят как особый жизненный стиль личности [1], комплексное патологическое образование, которое реализуется в определенной структуре самооценки, организации и динамике стратегий познания и коммуникации, процессов мотивационной и эмоциональной регуляции.

В соответствии с приведенными теоретическими посылками было спланировано и осуществлено системное исследование перфекционизма как дезадаптивного стиля личности, одним из частных аспектов которого стало изучение связи мотивационного и когнитивного компонентов стиля, влияющих на адекватность/ошибочность понимания переносного смысла пословиц и поговорок. Была выдвинута *гипотеза*, согласно которой перфекционный когнитивный стиль реализуется в специфических искажениях познавательных процессов (дисфункциональных когнитивных контролях), которые актуализируются в ситуациях смысловой неопределенности и потенциальной фрустрации самооценки.

В исследовании приняли участие 120 *испытуемых* (60 мужчин и 60 женщин в возрасте 20–30 лет). Клиническую выборку составили 80 пациентов кризисного отделения ГКБ 20 с диагнозом «расстройство адаптации» (F43); из них 40 человек совершили суицидальную попытку. В контрольную группу вошли 40 адаптированных испытуемых.

Были использованы следующие *методики*: (1) опросник «Многомерная шкала перфекционизма» (Hewitt, Flett 1989; Грачева 2006); (2) патопсихологические методики

«Классификация предметов», «Исключение предметов», «Сравнение понятий»; (3) модификация методики «Толкование пословиц», включающая в себя 10 пословиц, содержание которых связано со стремлением к совершенству.

Результаты эмпирического исследования подтверждают влияние перфекционной мотивации личности на структуру и функции когнитивного стиля, снижение эффективности познавательных процессов, актуализацию дисфункциональных когнитивных контролей в ситуациях неопределенности и потенциальной фрустрации самооценки. Специфичный для перфекционистов когнитивный стиль характеризуется экстремальностью, глобальностью, категоричностью, дихотомичностью мышления, высокой субъективностью, склонностью к поляризации, к обесцениванию и идеализации, «трансгрессиозностью», персонализацией и грандиозностью, неспособностью признать свои ограничения. Основной функцией задающих структуру описанного стиля когнитивных контролей является подтверждение идеализированного «грандиозного» Я путем искажения реалистичной информации.

В качестве основного ресурсного фактора, отличающего дезадаптированных и адаптированных перфекционистов, выделена способность к дифференциации, к выделению нюансов и тонких различий, «смягчающая» категоричность суждений.

Процедура исследования, включающая в себя задачу толкования переносного смысла пословиц, носящих неоднозначный и личностно значимый характер, моделирует определенные компоненты психотерапевтического процесса, который подразумевает необходимость выхода за пределы наличного, эмпирического и непосредственно данного, способность к символизации, воображению, игре и мечте [2]. Недостаток понимания условности существенно сужает возможности психотерапии, а категоричность, дихотомичность мышления и неспособность признать естественные человеческие ограничения ведет к оценке терапевтических результатов с позиций «всё-или-ничего», обесцениванию парциальных улучшений и препятствует получению удовлетворения от частичных положительных изменений [1, 4].

Изучение системы взаимосвязей различных компонентов перфекционизма как стиля личности, выявление наиболее патогенных, дисфункциональных его аспектов, а также ресурсных факторов, способных смягчить дезадаптирующее влияние перфекционизма, может послужить созданию системы «ориентиров», «отправных точек» для проведения диагностической и психотерапевтической работы с подобными пациентами.

Литература

1. Соколова Е.Т. Аффективно-когнитивная дифференцированность / интегрированность как диспозиционный фактор личностных и поведенческих расстройств // Теория развития: Дифференционно-интеграционная парадигма / Сост. Н.И. Чуприкова. М.: Языки славянских культур, 2009. С. 151–166.
2. Соколова Е.Т. Психотерапия: Теория и практика: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2002.
3. Blatt S.J., Quinlan D.M., Pilkonis P.A. Impact of Perfectionism and Need for Approval on the Brief Treatment of Depression: The National Institute of Mental Health Treatment of Depression Collaborative Research Program Revisited // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1995. Vol. 63. No 1. P. 125–132.

4. Flett G.L., Hewitt P.L. Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional, and Treatment Issues // Flett G.L., Hewitt P.L. (eds). Perfectionism: Theory, research, and treatment. Washington, DC: APA. 2002. P. 5–27.
5. Zuroff D.C., Blatt S.J., Sotsky S.M. et.al. Relation of Therapeutic Alliance and Perfectionism to Outcome in Brief Outpatient Treatment of Depression // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2000. Vol. 68. No 1, P. 114–124.

Слова благодарности

Автор выражает благодарность в подготовке тезисов своему научному руководителю - доктору психологических наук, профессору кафедры нейро- и патопсихологии факультета психологии МГУ Соколовой Елене Теодоровне.