

Особенности жизненной стратегии у лиц с различным уровнем перфекционизма

Сабирова Людмила Сергеевна

Студент

*ОмГУ - Омский государственный университет им. Ф.М.Достоевского, Факультет психологии, Омск, Россия
E-mail: sabirova_13@mail.ru*

В каждый конкретный момент человек окружен определенным набором физических и социальных условий, в соответствии с требованиями которых он должен действовать, чтобы создать наиболее благоприятную для себя среду, в наибольшей степени удовлетворить свои, внутренние желания, способности, устремления, должным образом соотнося их с требованиями природы и общества. Такое регулирование осуществляется личностью в процессе восприятия и усвоения требований культуры, общества, предписываемых ими норм, образцов, ценностей. Однако личность не впитывает их подобно губке, но активно перерабатывает, пропускает через призму собственного мнения, формирует собственное мировоззрение – иначе говоря, создает уникальный, индивидуальный способ жизни, который в нашей работе мы именуем жизненной стратегией.

В зарубежной психологии существует несколько синонимов жизненной стратегии. А.Адлер говорит о «жизненном стиле» [5, с. 158] и на основе выраженности социального интереса и социальной ответственности выделяет различные типы жизненных стилей. Э.Фромм [5, с. 233-276] употребляет термин «социальный характер» и определяет его как форму установления человеком отношений с другими людьми. К.Хорни говорит о «невротических наклонностях» (к людям, от людей и против людей) [5, с. 192]. А.Маслоу связывает это понятие с удовлетворением потребностей различного уровня [5, с. 389-391].

Для составления типологии жизненной стратегии в нашей работе мы используем подход Л.И. Дементий и В.Е. Купченко, которые рассматривают жизненную стратегию как «способ организации и регуляции личностью собственной жизни» [3, с. 92]. Это сложное многокомпонентное и многоуровневое образование, индивидуальность которого определяется различной степенью проявления каждого из компонентов жизненной стратегии. Уникальное сочетание компонентов придает жизненной стратегии каждой личности своеобразие.

Проблемным вопросом нашего исследования выступило предположение, что при построении способа жизни значительное влияние оказывают два фактора: что человек выбирает для себя в качестве идеала и степень его убеждения в необходимости приблизиться к этому идеалу в определенных (или даже всех) аспектах своей жизни. Первый фактор влияет на построение личностью образа жизненной цели, может выступать критерием для сравнения собственных достижений личности и достижений других людей, а также соответствия их поставленным целям и общему представлению об идеальной жизни. Второй фактор – это представления личности о том, следует ли ей в процессе своей жизни стремиться к достижению этих идеалов, и если стоит, то до какого уровня. По нашему убеждению, стремление к совершенству является важной составляющей при построении личностью индивидуального способа своей жизни и оказывает

существенное влияние на выбор ею пути своего развития.

В настоящее время подходы к концептуализации перфекционизма условно можно разделить на одномерный и многомерный. Одномерный подход определяет перфекциониста как личность, компульсивно устремленную к недостижимым целям, в чем бы эти цели не заключались. В многомерном подходе перфекционизм рассматривается как многокомпонентное образование. Канадские ученые Хьюитт и Флетт выделили три типа перфекционизма: ориентированный на себя (предполагает предъявление высоких требований человеком к самому себе), на других (установление высоких стандартов по отношению к окружающим людям, чаще всего значимым) и «социально предписанный» перфекционизм (убежденность человека в том, что окружающие люди предъявляют к нему очень высокие требования, постоянно оценивают его поведение и достижения) [2].

В данной работе нами предпринята попытка изучения стремления к совершенству в контексте общего способа жизни человека – его жизненной стратегии. Объектом исследования выступила личность в контексте жизненного пути, а предметом – особенности жизненной стратегии у лиц с различным уровнем перфекционизма. В исследовании приняли участие 50 человек в возрасте 18-53 лет (средний показатель – 30,5 лет). Включение в выборку представителей различных возрастных периодов обусловлено тем фактом, что перфекционизм рассматривается нами как явление общего порядка, присутствующее человеку в течение всей его жизни, проявляющееся в различных сферах жизнедеятельности человека. Для изучения уровней перфекционизма респондентов нами была применена методика «Многомерная шкала перфекционизма» П.Хьюитта и Г.Флетта в адаптации И.И. Грачевой [1]. Типология жизненных стратегий строилась с помощью методики смысловых ориентаций Д.А. Леонтьева [4].

В результате разделения респондентов по уровням перфекционизма нами были получены следующие результаты: 70% респондентов обладают средним уровнем перфекционизма, 14% респондентов – высоким, 16% – низким. В результате кластерного анализа нами были выделены три кластера, отражающие три типа жизненной стратегии: конформистский (32%), самореализующийся (30%) и фаталистический (38%).

По результатам исследования в группе респондентов с общим высоким уровнем перфекционизма выявляется преобладание самореализующегося и фаталистического типов жизненных стратегий, причем они представлены в равных долях. Конформистский тип жизненной стратегии представлен в минимальной степени. Высокий уровень перфекционизма у личностей с самореализующимся типом жизненной стратегии в большей степени адаптивен, а у личности фаталистического типа имеет скорее неадаптивный характер.

В группе личностей со средним уровнем перфекционизма приблизительно равномерно представлены все три типа жизненных стратегий, проявившихся в нашей выборке. Среди личностей с низким уровнем перфекционизма преобладают представители фаталистического типа жизненной стратегии.

Полученные данные свидетельствуют, что перфекционизм как стремление к совершенству в той или иной степени присутствует в каждом типе жизненной стратегии. Мы можем сделать вывод о том, что перфекционизм является важным фактором при выборе личностью способа организации своей жизни.

Литература

1. 1. Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П.Хьюитта и Г. Флетта // Психологический журнал. 2006. № 6. С. 73-81.
2. 2. Грачева И.И. Уровень перфекционизма и содержание идеалов личности: дис. канд. психол. наук. М., 2006.
3. 3. Дементий Л.И., Купченко В.Е. Жизненные стратегии: монография. Омск: Изд-во Ом. Гос. ун-та, 2010.
4. 4. Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО) 2-е изд. М.: Смысл, 2000.
5. 5. Психология личности. Т. 1. Хрестоматия. Самара: издательский дом «БАХРАХ», 1999.

Слова благодарности

Выражаю благодарность моему научному руководителю, кандидату психологических наук, доценту кафедры социальной психологии ОмГУ Купченко Виктории Евгеньевне за неизменную поддержку и помощь в написании работы