Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:
https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/367857

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Общая психология

ВВЕДЕНИЕ 2
Глава 1. Теоретический анализ психологических исследований феномена перфекционизма 4
1.1. Характеристика феномена перфекционизма (определение, виды, признаки) 4
1.2. История изучения перфекционизма в отечественной и зарубежной психологии 7
1.3. Особенности формирования перфекционизма в онтогенезе 11
Глава 2. Теоретический анализ психологических исследований саморазвития 14
2.1. Характеристика саморазвития (определение, принципы, структура) 14
2.2. Основные подходы к изучению саморазвития в отечественной и зарубежной психологии 19
2.3. Анализ особенностей влияния дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие 24
ЗАКЛЮЧЕНИЕ 27
Список использованной литературы 30

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлено несколькими причинами. Перфекционизм может привести к излишнему бегству от ошибок и страху перед поражением, что может ограничивать личностный рост и развитие. Также он может быть связан со стилем семейного воспитания, что также может влиять на его развитие у подростков.
Изучение перфекционизма является важной задачей в психологии, так как это явление может приводить к различным проблемам, включая тревожность, депрессию и другие психические расстройства.
Таким образом, исследование особенностей влияния дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие является важной задачей в психологии, которая может помочь понять, как перфекционизм влияет на личностный рост и развитие, а также как его можно использовать для достижения личностного роста и удовлетворенности жизнью.
Проблема исследования: в чем заключаются особенности влияния дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие.
Цель исследования: изучить особенности влияния дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие.
Объект исследования: особенности влияния дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие.
Предмет исследования: влияние дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие.
Задачи:
1. Охарактеризовать феномен перфекционизма;
2. Изучить перфекционизм в отечественной и зарубежной психологии;
3. Определить особенности формирования перфекционизма в онтогенезе;
4. Охарактеризовать саморазвитие;
5. Выявить основные подходы к изучению саморазвития в отечественной и зарубежной психологи;
6. Проанализировать особенности влияния дезадаптивного перфекционизма на саморазвитие.
Теоретико-методологическая основа исследования: А. Адлер, Б.Г. Ананьев, С.В. Бабина, Л.И. Божович, Н.Г. Гараян, И.И. Грачева, А.А. Золотарева, И.В. Иванченко, О.И. Каяшева, А.Н. Кононов, В.Н. Мясщцев, К.К. Платонов, К. Роджерс, К. Хорни, В.А. Ясная.
Практическая значимость исследования: результаты работы могут рассматриваться в учебных и методических пособиях по изучению саморазвития и перфекционизма.
Структура исследования: введение, две главы, заключение, список литературы.

Глава 1. Теоретический анализ психологических исследований феномена перфекционизма
1.1. Характеристика феномена перфекционизма (определение, виды, признаки)

В настоящее время феномен перфекционизма широко распространен в обществе, где установлены

нереалистические высокие стандарты, которые навязываются индивиду его окружением и транслируются через СМИ. Человек перестает наслаждаться процессом своей деятельности, так как главным приоритетом становится достижение идеального результата, который будет соответствовать общественным стандартам.
Термин «перфекционизм» происходит от латинского «perfectio», что означает идеальное совершенство. По классическим определениям, перфекционизм - это стремление к достижению высоких стандартов и идеалов, а также потребность в достижении совершенства в своей деятельности.
Перфекционисты рассматривают свою деятельность с самыми высокими стандартами и прилагают все усилия, чтобы довести свои результаты до состояния безупречности. Этот тип поведения может иметь достоинства, но также может привести к недостаткам, таким как стресс, тревога и депрессия [43].
Перфекционизм может проявляться в разных сферах жизни – в работе, отношениях, учебе и т.д. Люди, страдающие от перфекционизма, не всегда могут достичь своих высоких стандартов, что может привести к чувству неудовлетворенности и низкой самооценке.
Перфекционизм также включает межличностный аспект, который проявляется в невероятно высоких требованиях, которые человек предъявляет к окружающим людям, что может негативно сказаться на межличностных отношениях. Перфекционизм может привести к отсутствию чувства принадлежности и обесцениванию взаимоотношений.
Существует множество точек зрения по отношению к понятию перфекционизм. Перфекционизм может быть определен как «требование исполнять все более качественно, чем требует ситуация» [32, с. 305], а также как «установка рассматривать в качестве неприемлемого все, что ниже совершенства» [17, с. 79].
Зарубежные и отечественные авторы выделяют и другие определения перфекционизма, такие как «сильная необходимость достигнуть самых высоких стандартов, сочетаемая с чрезмерной критичностью к себе» [40, с. 358] и «стремление к безупречности и совершенству» [30, с. 157]. D. Burns определил перфекционизм как сеть когнитивных процессов [34].
Также, перфекционизм может привести к серьезным последствиям для здоровья человека, таких как тревожность, депрессия и другие психические расстройства. Люди, страдающие от перфекционизма, могут испытывать чувство неполноценности и низкой самооценки. Они могут также иметь склонность к избеганию риска и новых вызовов, что может существенно ограничивать их личностный и профессиональный рост.
Однако, перфекционизм может быть полезным, но только до определенной степени. Он может помочь людям достигать большего успеха, однако, если он не контролируется, то может стать причиной серьезных проблем в жизни и работе человека.
Перфекционизм можно охарактеризовать как явление, связанное с социальной средой. Это можно объяснить тем, что перфекционизм развивается только под влиянием ожиданий и критики со стороны других людей. Стандарты, которые перфекционисты ставят перед собой, определяются их социальной средой. Они формируются через влияние родителей, школы и СМИ [12]. Перфекционисты часто стремятся к достижению идеалов, которые связаны с внешним видом и успехом в карьере, так как именно эти атрибуты могут быть оценены другими людьми [15].
Однако, не все исследователи согласны с тем, что перфекционизм включает межличностный аспект. Некоторые ученые считают, что это свойство не является частью личности, и что его можно отнести к дихотомическому мышлению [11].
Перфекционизм включает в себя три основных аспекта: субъектно-ориентированный, объектно-ориентированный и социально предписываемый перфекционизм.
Авторы P. Hewitt и G. Flett указывают на то, что перфекционизм имеет также и межличностные аспекты, такие как объектно-ориентированный перфекционизм, то есть стремление удовлетворить ожидания других, и социально предписываемый перфекционизм, который связан с социальным давлением на достижение «идеала».
Объектно-ориентированный перфекционизм – это склонность к завышенным требованиям к окружающим, ожиданиям безупречного поведения от них, требовательности и нетерпимости к ошибкам других. Такие люди характеризуются как «властные, конкурентоспособные, отдаленные от других, нетерпеливые, управляющие и эгоистичные», однако у них есть способность к руководству.
Характеристиками объектно-ориентированного перфекционизма также являются низкие показатели принятия других людей, что проявляется во враждебности и подозрительности. По мнению В.А. Ясной и С.Н. Ениколопова, за этим видом перфекционизма может стоять потребность в доминировании. Индивиды с объектно-ориентированным перфекционизмом могут переоценивать свою способность формировать свой круг общения, подходить к нему с эгоистическими и управляющими намерениями, а также проявлять

критичность и стремление доминировать. Однако утверждение, что они не оказывают влияния на формирование своего круга общения, является сомнительным на основании представленных характеристик объектно-ориентированного перфекционизма.

Социально предписываемый перфекционизм связан с представлениями о том, что другие ожидают от тебя совершенства во взаимодействии между людьми. Это перспектива формируется во время межличностных контактов, что искажает когнитивную структуру. Люди с высоким уровнем социально предписанного перфекционизма склонны к чувствительности к внешним оценкам и зависимости от одобрения окружающих, а также нуждаются в поддержке и внимании. Они также верят, что одобрение и принятие необходимо заслужить.

Вместе с тем, объектно-ориентированный перфекционизм также искажает когнитивную структуру, но на уровне восприятия других людей, что проявляется в высоких требованиях к окружающим, которые могут быть нереалистичными и неосуществимыми. Поэтому и социально предписываемый, и объектно-ориентированный перфекционизм могут вызывать отрицательные эмоции и беспокойство

Социально предписываемый перфекционизм проявляется в потребности в общении, поддержке и внимании, в то время как объектно-ориентированный перфекционизм характеризуется завышенными требованиями к окружающим и нетерпимостью к ошибкам. Социально предписываемый перфекционизм также связан с избегающим поведением, отрицанием своей и чужой личности, а также отрицательным отношением к себе. Однако, различия проявляются в направленности нереалистичных требований: для объектно-ориентированного перфекционизма они направлены на самого себя, а для социально предписываемого – на других людей, и в направленности искажения восприятия: при объектно-ориентированном перфекционизме другие люди воспринимаются как недостаточно совершенные для их ожиданий, а для социально предписываемого перфекционизма другие люди воспринимаются как чрезмерно критикующие.

1. Адлер А. Индивидуальная психология. – СПб.: Питер, 2017. – 256 с.
2. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
3. Арсеньев А.С. Подросток глазами философа. – М.: Чистые пруды, 2009. – 30 с.
4. Бабина С.В. Сущность и структура компетенции саморазвития студентов вуза // Человек в образовательном пространстве. – 2008. – С. 6-14.
5. Белобрыкина О.А. Дифференциальные дескрипторы субъективного переживания одиночества подростками. Часть I: Теоретические и методические подходы к исследованию // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2019. – Т. 4. – № 2 (14). – С. 129–146.
6. Белобрыкина О.А., Кошенова М.И. Нормативно-правовые риски конструирования девиантности в современной реальности // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. – 2019. – № 2. – С. 33–54.
7. Бен-Шахар Тал Парадокс перфекциониста. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 256 с.
8. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2008. – 400 с.
9. Волохова В.И. Роль гендерных экспектаций в формировании границ идентичности личности // Актуальные проблемы социальной психологии: материалы всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (г. Новосибирск, 26 апреля 2017 г.) / под науч. ред. О.А. Белобрыкиной, М.И. Кошеновой. Новосибирск. – 2017. – С. 19–24.
10. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) / Н.Г. Гаранян // Терапия психических расстройств. – 2006. – № 1. – С. 23–31.
11. Гаранян Н.Г. Психологические модели перфекционизма / Н.Г. Гаранян // Вопросы психологии. – 2009. – № 5. – С. 74–83.
12. Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта // Психологический журнал. – 2006. – № 6. – С. 73-81.
13. Грачева И.И. Уровень перфекционизма и содержание идеалов личности: автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.01. / И.И. Грачева; Гос. ун-т гуманитарных наук. – М., 2006. – 24 с.
14. Жебрун Я.О. Особенности социально-психологической адаптации студентов, склонных к перфекционизму / Я.О. Жебрун // Вестник Бурятского ун-та. – 2010. – № 5. – С. 36–38.
15. Золотарева А.А. Перфекционистская самопрезентация как патологический феномен: перспективы изучения и измерения нового феномена в клинической психологии / А.А. Золотарева // Психология XXI века: материалы V Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых, Санкт-Петербург, 19–20 ноября 2009 г.: в 2 ч. / Ленинградский гос. ун-т имени А.С. Пушкина; редкол.: А.Г. Маклаков [и др.]. – СПб, 2009. – Ч. 2. – С. 281–286.
16. Иванова И.В. Феноменология саморазвития личности. // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. – 2015. – (4). – С. 91-96.

17. Иванченко Г.В. Совершенство в искусстве и в жизни / Г.В. Иванченко. – М.: КомКнига, 2007. – 176 с.
18. Каяшева О.И. Перфекционизм как фактор развития синдрома эмоционального выгорания у преподавателей высшей школы // Вектор науки ТГУ. – 2018. – № 4. – С. 64-70.
19. Кононов А.Н., Дунькина К.Э. Исследование феномена перфекционизма в отечественной и зарубежной психологии // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований / Сборник трудов Международной научно-практической конференции "XV Левитовские чтения". В 3-х томах. Том 2. Министерство образования Московской области, Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области Московский государственный областной университет, Факультет психологии. – 2020. – Р. 231-235.
20. Максименкова Л.О. Перфекционизм как психологический феномен // Фундаментальные научные исследования: теоретические и практические аспекты. – 2017. – С. 244-247.
21. Малкина-Пых И.Г. Исследования взаимосвязи самоактуализации и перфекционизма в структуре личности / И.Г. Малкина-Пых // Мир психологии. – 2010. – № 1. – С. 208–218.
22. Мясщцев В.Н. Понятие личности в аспектах нормы и патологии / В.Н. Мясищев // Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – С. 34-39.
23. Платонов К.К. Структура и развитие личности / К.К. Платонов. – М., 1986. – 326 с.
24. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М., 2016. – С. 258.
25. Холмогорова А.Б. Нарциссизм, перфекционизм и депрессия / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян // Консультативная психология и психотерапия. – 2004. – № 1. – С. 18–35.
26. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию. – М.: Прогресс, 2014. – 400 с
27. Хорни К. Невротическая личность нашего времени: Самоанализ. – М.: ПрогрессУниверс, 1993. – 220 с.
28. Шнейдер Л. Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков: учебник и практикум для вузов. – М.: Юрайт, 2020. – 219 с.
29. Юдеева Т.Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств: автореф. дис. … канд. псих.наук : 19.00.04 / Т.Ю. Юдеева ; Московский научно-исследовательский институт психиатрии. – М., 2007. – 23 с.
30. Ясная В.А. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы / В.А. Ясная, С.Н. Ениколопов // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 157–168.
31. Belobrykina O. A., Limonchenko R. A. Features of experiencing psychological problems in deviant adolescents // National Psychological Journal. – 2017. – № 4. – P. 129–138.
32. Bhatia M.S. Perfectionism / M.S. Bhatia // Dictionary of Psychology and Allied Sciences. – New Age International Publishers. – 1999. – P. 305.
33. Blatt S. The Destructivness of Perfectionism: Implication for the treatment of Depression // American Psycologist. – 1996. – Vol. 12. – P. 24–39.
34. Burns D. The perfectionist's script for self-defeat / D. Burns // Psychology Today. – 1980. – № 14(11). – P 34-51.
35. Flett G.L. Components of perfectionism and procrastination in college students / G.L. Flett, K.R. Blankstein, P.L. Hewitt, S. Koledin // Social behavior and personality. – 1992. – № 20 (2). – P. 85–94.
36. Flett G.L. Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression / G.L. Flett, A. Besser, R.A. Davis, P.L. Hewitt // Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy. – 2003. – Vol. 21, № 2. – P. 119–138.
37. Frost R., Marten P., Lahart C., Rosenblate R. The dimensions of perfectionism // Cognitive Therapy and Research. – 1990. – Vol. 14. – P. 314–330.
38. Hewitt P. L., Flett G. L. The Multidimensional Perfectionism Scale: Development and validation//Journal of Abnormal Child Psychology. – 1989. – Vol. 30. – P. 103–109.
39. Hollender M. Perfectionism // Journal of Personality and Social Psychology. – 1965. – Vol. 60. – P. 94–103.
40. Khawaja N.G. Factor structure and psychometric properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale: Developing shorter versions using an Australian sample / N.G. Khawara, K.A. Armstrong // Australian Journal of Psychology. – 2005. – Vol. 57, № 2. – P. 129–138.
41. Kim L.M. A ―Perfect‖ Storm: Perfectionism, Forgiveness, and Marital Satisfaction / L.M. Kim, J.L. Johnson, J. Ripley // Individual Differences Research. – 2011. – Vol. 9, № 4. – P. 199–209.
42. Pacht A. R. Reflections on Perfection // American Psychologist. – 1984. – Vol. 4. – P. 386–394.
43. Titova A.A. Perfectionism as a socio-psychological phenomenon // Современная реальность в социально-психологическом контексте – 2021: сборник научных трудов / под научной редакцией О.А. Белобрыкиной, М.И. Кошеновой; Министерство просвещения Российской Федерации, Новосибирский государственный педагогический университет. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2021. – Р. 307-310.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:
https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/367857