

Учреждение образования
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

Факультет психологии

Кафедра общей и педагогической психологии

Дневная форма получения образования
Специальность Практическая психология. Иностранный язык
Группа 55

БАРЫШЕВА ЕЛЕНА ВЯЧЕСЛАВОВНА

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

УСТАНОВКИ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ «КОМПЛЕКСА
ОТЛИЧНИКА»

Допущена к защите
протокол № 14 заседания
кафедры общей и
педагогической психологии

« » 16 мая 2013 г.
Подпись зав. кафедрой
общей и педагогической
психологии Рыженко А.В.

Научный руководитель –
доктор психологических
наук, профессор
Маршук Людмила
Владимировна

Минск, 2013

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	2
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ.....	3
ГЛАВА 1. «КОМПЛЕКС ОТЛИЧНИКА» И ВОЗМОЖНЫЕ ФАКТОРЫ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ	7
1.1 Установка как психологический феномен	7
1.1.1 Понятие установки.....	7
1.1.2 Иррациональные установки	15
1.2 Перфекционизм как психологический феномен	20
1.3 Ранняя зрелость: психологические аспекты возрастного периода.....	28
ВЫВОДЫ	31
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ РАЦИОНАЛЬНО-ЭМОТИВНОЙ ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С «КОМПЛЕКСОМ ОТЛИЧНИКА»	33
2.1 Организация и методы проведения исследования	33
2.1.1 Организация и описание предварительного этапа исследования	35
2.1.2. Организация и описание первого этапа исследования.....	36
2.2 Рационально-эмотивная терапия в психологической консультации и коррекции	37
2.3 Организация и проведение второго этапа исследования.....	44
2.3.1 Общая характеристика тренинговой программы по редуцированию «комплекса отличника» средствами РЭТ	44
2.3.2 Содержание программы тренинга	45
2.4 Анализ результатов проведенного исследования.....	47
2.4.1 Анализ результатов проведения второго этапа исследования	47
2.4.2 Анализ результатов проведения третьего этапа исследования	47
ВЫВОДЫ.....	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	52
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	54
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	58
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	63
ПРИЛОЖЕНИЕ 3	70

ВВЕДЕНИЕ

*"Не бойтесь совершенства. Вам его
не достичь. Тем более, что
совершенстве и нет ничего
хорошего".*

Сальвадор Дали

В настоящее время существует тенденция негармоничного распределения внимания в вопросе мотивации: акцент делается на мотивации неуспевающих в учебе (либо подтверждении ее отсутствия), тогда как мотивации отличников уделяется недостаточно внимания. Но ведь существует возможность того, что мотивация на успех скрывает в себе иррациональные установки долженствования, которые даже по прошествии многих лет, когда человек уже не является учеником или студентом, продолжают негативно сказываться на его поведении, настроении, заставляя их обладателя снова и снова доказывать окружающим свое совершенство, чтобы «заслужить» позитивное отношение окружающих. Мотивация такого рода весьма эффективна, однако чрезвычайно затратна в плане внутренних ресурсов.

Понятие установки становится объектом внимания в трудах многих психологов, получив наиболее развитие в работах Д.Н. Узнадзе и его последователей (Ш.Н. Чхатишвили, Ш.А. Надирашвили, Т.Т. Иосебадзе) [12, 18, 28, 30, 31, 37], а также С.Л. Рубинштейна [24]. Вышеуказанные авторы подчеркивали значение содержания установки и его влияния на характер мышления человека, а также на восприятие объектов окружающего мира. Понятие установки нашло отражение в работах А.Эллиса [41, 42, 43], который выделил рациональные и иррациональные установки.

Рассматривая феномен «комплекс отличника», необходимо подчеркнуть недостаточную разработанность проблемы, которая в рамках житейской психологии зачастую считается синонимичной понятию «перфекционизм» [20, 39]. На уровне бытового подхода понятие «комплекс отличника» нередко включает демонстративность, стремление к достижению наилучших результатов во всех видах деятельности, а также уверенность в том, что таким образом можно заслужить любовь окружающих. Кроме того, обладатель «комплекса отличника» болезненно относится к любой критике в свой адрес, а также остро реагирует на любые неудачи, нередко считая их фатальными [20]. Название свое феномен

приобрел за счет периода формирования: именно в школьные годы «комплекс отличника» появляется в виде стремления получать только высокие отметки по всем предметам, что зачастую бывает вызвано завышенными требованиями со стороны родителей [39]. Завышенные требования к себе впоследствии способны сохраняться у человека в течение всей жизни и переносить стремление быть во всем совершенным на предметы школы, получая высокие «отметки» за достижения в разных областях жизни. Однако завышенные требования не всегда могут быть удовлетворены, что зачастую приводит к подавленности, депрессиям, недовольности жизнью [20, 39]. В связи с этим, дипломная работа направлена также на разработку понятия «комплекс отличника», выявление его основных характеристик.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адлер, А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / Пер с англ. А.А. Валеева и Р.А. Валеевой. – Ростов н/Д: Феникс, 1998. – 448с.
2. Адлер, А. Понять природу человека / А.Адлер. Понять природу человека / Пер. Е. А. Цыпина. – СПб.: «Академический проект», 1997. – 256 с.
3. Александров, А.А. Интегративная психотерапия. / А.А.Александров. – СПб.: Питер, 2009. – 352 с.: ил.
4. Аналитическая психология: Карл Густав Юнг [Электронный ресурс] / К.Г. Юнг. Нераскрытая самость (настоящее и будущее). – Режим доступа: <http://psiland.narod.ru/psiche/samost/index.htm>. – Дата доступа: 25.11.2012.
5. Андреева, Г.М. Социальная психология / Г.М.Андреева. – М.: Наука, 2001. – 384 с.
6. Белинская, Е.П. Социальная психология: Хрестоматия. Учебное пособие для студентов вузов / Е.П.Белинская, О.А.Тихомандрицкая. – М.: Аспект Пресс, 2003. – 475 с.
7. Блонский, П.П. Память и мышление / П.П.Блонский. – СПб: Питер, 2001 – 287с. 193–194.
8. Введение в психоанализ, история психоанализа. [Электронный ресурс] / Адлер А. Компенсация и сверхкомпенсация. Невротический характер. Режим доступа: <http://psychowwed.narod.ru/adler4.htm>. – Дата доступа: 14.11.2012.
9. Выготский, Л.С. Психология развития человека. / Л.С.Выготский. – М.: Изд-во Смысл; Изд-во Эксмо, 2004. – 160 с., с илл. (Серия «Библиотека всемирной психологии»).
10. Гаранян, Н.Г. Психологические модели перфекционизма / Н.Гаранян // Вопросы психологии. – 2009. – № 5 – с. 74–84.
11. Золотарева А.А. Адаптация методики "Шкала перфекционистской самопрезентации" П.Хьюитта / А.А.Золотарева // Психологический журнал. – 2011. – №6. – С.59–66.
12. Иосебадзе, Т.Т. Бессознательное: природа, функции, методы исследования в 4 т. / Под общ. ред. А.С. Трангшвили, А.Е. Шерозия, Ф.В. Бассина. Тбилиси: Издательство «Мецнерба», 1985. – Т4: Проблема бессознательного и теория установки школьника. Узнавание. – 489с.
13. Ковпак, Д.В. 111 баек для психотерапевтов. / Д.В.Ковпак – СПб.: Питер, 2010. – 176 с.: ил.
14. Крайг, Г. Психология развития. / Г.Крайг, Д.К.Бокум. Психология развития. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2005. – 940 с: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
15. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс. Физиологические и психологические реакции, под. ред. Л.Левина. – Л.: «Медицина», 1970. – с.232.

16. Майерс, Д. Социальная психология. / Д. Майерс. – СПб.: Питер, 2007. – 794с.
17. Маслоу, А. Мотивация и личность / А.Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 314с.
18. Надирашвили, Ш.А. Бессознательное: природа, функции, методы исследования в 4 т. / Под общ. ред. А.С. Прангшвили, А.Е. Шерозия, Ф.Б. Бассина. Тбилиси: Издательство «Мецниереба», 1978. – Т.1: Закономерности формирования и действия установки различных уровней. – 396с.
19. Ницше, Ф. Так говорил Заратустра / Ф.Ницше. Пер.с нем. Ю.М.Антоновского. – СПб.: Издательский дом "Азбука-классика", 2008. – 336с.
20. О психологии просто [Электронный ресурс] / Н.Н.Наришкин. Комплекс отличника. – Режим доступа: <https://sites.google.com/site/opsihologiiprosto/home/stati/kompleks-otlicnika>. – Дата доступа: 14.10.2012.
21. Паттерсон, С. Теории психотерапии. / С.Паттерсон, Э.Моткинс. – СПб.: Питер, 2003. – 417с.
22. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций. / Я. Рейковский. Пер. с польского В.К.Вилюнаса под общей редакцией Э.В.Солнниковой. – М.: "Прогресс", 1979. – 392 с.
23. Роджерс, К. Консультирование и психотерапия. / К.Роджерс. – М.: ЭКСМО-Пресс, 1999. – 254с.
24. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. / С.Л.Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002 —720 с.
25. Современные проблемы науки и образования [Электронный ресурс] / Гаранян Н. Г. Перфекционизм и враждебность как личностные факторы депрессивных и тревожных расстройств. – Режим доступа: <http://www.science-education.ru/102-6046>. – Дата доступа: 22.11.2012.
26. Соколов, Э.В. Введение в психоанализ. / Э.В.Соколов. – СПб.: Лань, 1999. – 320 с.
27. Степанов, С.С. Психология в лицах. / С.С.Степанов – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 304с.
28. Узнадзе, Д. Н. Психология установки. / Д.Н.Узнадзе. – СПб.: Питер, 2001. – 416с. – (Серия "Психология-классика")
29. Узнадзе, Д. Н. Общая психология. / Д.Н. Узнадзе. СПб.: Питер, 2004 . – 413 с.
30. Узнадзе, Д. Н. Теория установки. / Д.Н.Узнадзе. – Воронеж: НПО МОДЭК, 1997. – 448 с.
31. Узнадзе, Д. Н. Экспериментальные основы психологии установки. / Д.Н. Узнадзе. – Тбилиси, 1961. – 210с.
32. Фестингер, Л. Теория когнитивного диссонанса. / Л. Фестингер. – СПб.: Ювента, 1999. – с.15–52.
33. Фрейд, А. Эго и механизмы защиты / А.Фрейд. Пер.с англ. М.Гинзбурга. – М.: Изд-во Эскмо, 2003. – 25 с. (Серия "Психологическая коллекция")

34. Фрейд, З. По ту сторону принципа удовольствия / З.Фрейд. – М.: 1983. – 33 с.
35. Холл, К. Теория личности. / К.Холл, Л. Гарднер М., 1997. – 720с.
36. Хорни, К. Невроз и рост личности / К.Хорни СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа и БСК, 1997. – 232с.
37. Чхартишвили, Ш.Н. Бессознательное: природа, функции, методы исследования в 4 т. / Под общ. ред. А.С. Прангишвили, А.Е. Шерозия, С.В. Бассина. Тбилиси: Издательство «Мецниереба», 1978 – Т.2: К вопросу об онтологической природе бессознательного. – 580с.
38. Шерозия, А.Е. К проблеме сознания и бессознательного психического в 4 т / А.Е Шерозия. Тбилиси, 1969 – Т.1: Опыт исследования на основе данных психологии установки. – 432с.
39. Школа жизни [Электронный ресурс] / О.Кубатченко. Чем опасен «комплекс отличника»? Режим доступа: <http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-14181>. – Дата доступа: 14.10.2012.
40. Экономико-правовая библиотека vuzlib [Электронный ресурс]. / Вахромов Е.Е. Понятие самоактуализации в психологии, 2000. Режим доступа: http://www.psychology.vuzlib.org/book_o369_page_28.html. – Дата доступа: 13.11.2012.
41. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход. / Пер. с англ. – СПб.: Сова; М.: ЭКСМО-пресс, 2002. – 272 с. (Серия «Ступени психотерапии»).
42. Эллис, А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса./ А.Эллис. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 288 с. – (Серия «Сам себе психолог»).
43. Эллис, А. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии. 2-е изд./ Пер. с англ. Т. Саушкиной. / А.Эллис, У.Драйден – СПб.: Издательство «Речь», 2002. – 452с.
44. Юнг, К. Г. Aion. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 1997. – 336 с. – (Актуальная психология).
45. Юнг, К. Г. Психологические типы. – М.: Университетская книга, 1996. – 716 с.
46. Юнг, К. Г. Трансцендентальная функция. // Юнг К.Г. Синхроничность. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 1997. – С.11-40.
47. Atkinson, J. W. Theory of Achievement Motivation / J. W. Atkinson, N. T. Feather. – Hariegr Pub, 1974. – 312p.
48. Buss, A. H. Classification of personality traits / A.H.Buss, S.E.Finn // Journal of Personality and Social Psychology. – 1987. – V.54. – № 5. – P.917–938.
49. Cockell, S. J. Trait and self-presentational dimensions of perfectionism among women with anorexia nervosa. / S.J.Cockell // Cognitive Therapy and Research. – 2002. – V.26. – №6 – P.745–758.
50. Flett, G. L. Perfectionism. / G. L. Flett; P. L. Hewitt. – Washington, DC: American Psychological Association, 2002. – P. 5–31.

51. Habke, A. Perfectionism and sexual satisfaction in intimate relationships / A.Habke, P., Hewitt G. Flett // *Journal of Psychopathology and Behavior Assessment*. – 1996. – V.21. – P.307–322.
52. Hewitt, P. The impersonal expression of perfectionism: perfectionistic self-presentation and psychological distress/ P.Hewitt // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2003. – V.84. – №6. – P.1303–1325.
53. Hewitt, P. Perfectionism traits and perfectionistic self-presentation in eating disorder attitudes, characteristics, and symptoms/ P.Hewitt, G.Flett, F.Ediger // *International Journal of Eating Disorders*. – 1995. – V.18. – №4. – P.317–326.
54. Hewitt, P. Perfectionism and suicide ideation in adolescent psychiatric patients / P. Hewitt, J. Newtin, G. Flett, L. Callander // *Journal of Abnormal Child Psychology*. – 1997. – V.25. – №2. – P.95–101.
55. McGee, B. Perfectionistic self-presentation, body image, and eating disorder symptoms / P.Hewitt, S.Sherry // *Body image*. – 2005. – V.2. – P.477–490.
56. Parker, W. D. Perfectionism and the gifted. *Roemer Review*. /W. D. Parker, K. K. Adkins// *A Journal on gifted education*. – 1995. – V. 17. – P. 163–176.
57. Rotter, J. Generalized expectancies of internal versus external control of reinforcements. / J. Rotter // *Psychological Monographs*. – 1966. – №8. – P.287–312
58. Sherry, S. Trait perfectionism and perfectionistic self-presentation in personality pathology / S. Sherry // *Personality and Individual Differences*. – 2007. – V.42. – P.477–490.
59. Sorotzkin, B. The quest for perfection: avoiding guilt or avoiding shame? / B. Sorotzkin // *Journal of Psychotherapy*. – 1985. – V.22. – P. 417–427.
60. Stoeber, J. The Assessment of Self-Oriented and Socially Prescribed Perfectionism: Subscales Make a Difference/ J.Stoeber, J.H.Childs // *Journal of Personality Assessment*. – 2010. – №6. – P.577–585.