

Т. В. Ковалькова

Белорусский государственный экономический университет,
Минск, Беларусь

T. V. Kovalkova

Belarus State Economic University, Minsk, Belarus

УДК 159.9

ФЕНОМЕН «КОМПЛЕКСА ПЕРФЕКЦИОНИСТА» У БЕЛОРУССКИХ СТУДЕНТОВ

PHENOMENON OF «PERFECTIONISM SYNDROME» AMONG BELARUSIAN STUDENTS

В статье рассматривается феномен «комплекса перфекциониста», анализируются предпосылки возникновения данного синдрома у белорусских студентов, обосновываются причины проецирования данной проблемы на учебную деятельность.

Ключевые слова: «синдром перфекциониста», «комплекс отличника».

The article discusses the phenomenon of «perfectionism syndrome», analyzes background of this syndrome among Belarusian students, substantiates the reasons of projection of the problem in learning activity.

Keywords: «perfectionism syndrome».

Стремление к успеху заложено в человеческой природе. Если это стремление оказывает положительное влияние на студентов, преподаватели делают все возможное, чтобы развивать и поощрять его. Но часто чрезмерное стремление быть лучшим становится проблемой для студента и способствует развитию у него так называемого «комплекса перфекциониста» или, как его еще принято называть, «комплекса отличника».

Все чаще мы наблюдаем прилежных студентов, которые не решаются приступить к выполнению сложного задания, не могут взять на себя ответственность за поручения повышенной сложности, не пытаются принять участие в международных проектах, потому что просто боятся не справиться с поставленной задачей в полном объеме. Где же берут начало эти страхи?

Один из самых влиятельных ученых в области позитивной психологии, основатель исследовательского Института благополучия (Wholebeing Institute) Тал Бен-Шахар в своей книге «Парадокс перфекциониста» обобщает мировой опыт исследования феномена перфекционизма [1, с. 76]. Резюмируя исследования Д. Бёрнса, Р. Фроста, Г. Флетта, П. Хьюиттона ученый пишет, что «долгое время психологи считали перфекционизм видом нервного расстройства». В 1980 г. психолог Дэвид Бёрнс описал перфекционистов как «людей, чьи стандарты выходят далеко за пределы достигаемого или разумного, людей, которые изо всех сил упорно и не-

устанно совершают усилия ради невозможных целей, определяют собственную ценность исключительно категориями продуктивности и успеха» [1, с. 76].

На сегодняшний день «перфекционизм» понимается как более сложное явление, которое в своем проявлении может приобретать две формы: адаптивный и дезадаптивный. Эти формы существенно различаются как по своей внутренней природе, так и по своим последствиям. Для обозначения «адаптивного перфекционизма» Тал Бен-Шахар вводит термин «оптимализм». По мнению ученого, оптимализм побуждает людей упорно трудиться и устанавливать высокие личные стандарты. Ключевое различие между перфекционистом и оптималистом состоит в том, что первый, по сути дела, отрицает реальность, в то время как последний ее принимает.

Проблема «перфекционизма» с точки зрения отношения к реальности рассматривается еще античными философами. В истории мысли истоки перфекционизма восходят к Платону, родоначальнику западной философии. Платон указывает на существование совершенного идеального мира, мира идей, который образует в своей совокупности «истинное бытие». Философ-идеалист признает материю небытием, и верит в существование не реально видимых и осязаемых вещей, а в идеи этих вещей. С другой стороны, Платон сформулировал понятие «материя», которую называл миром вещей, противопоставляя этот мир миру идей. Это учение развил его ученик Аристотель, выступив в защиту реализма и назвав материю первичной по отношению к идеям [4].

Таким образом, идеалисты склонны к перфекционизму, а материалисты – приверженцы оптимализма.

Важно отметить, что форма экономического устройства общества оказывает существенное влияние на отношение к перфекционизму. Например, коммунисты верили в возможность построения совершенного общества, в возможность изменить действительность посредством активной человеческой деятельности. Это мировоззрение неизбежно ведет к вере в неограниченность человеческой природы и, как следствие, отрицанию реальности, что является одним из основных признаков перфекционизма. Капитализм верит в ограниченность человеческой природы, в необходимость принять ее такой, какая она есть, а затем попытаться найти ей лучшее, оптимальное применение. Таким образом, хотя синдром перфекционизма встречается и в капиталистическом обществе и в обществе с идеологизацией коммунистических идей, члены коммунистического общества в большей мере склонны пострадать от данного комплекса [3].

Основываясь на книге Элизабет Ломбардо «Лучше совершенства. Как обуздать перфекционизм», попытаемся описать портрет перфекциониста:

- у перфекционистов чрезвычайно высокие стандарты, которых почти невозможно придерживаться постоянно, и такие люди испытывают тяжелый стресс, когда планка не достигнута;

- перфекционисты часто воспринимают собственные действия, равно как и других людей и события, в виде той или иной крайности: «очень хорошо» или «очень плохо»;

- перфекционисты не считают себя совершенными и видят в себе неудачников;

- перфекционисты чувствуют постоянную потребность стать лучше;

- перфекционистам свойственно зависеть от похвалы окружающих: их самооценка часто основана на том, как относятся к ним другие люди;

- перфекционисты ожидают негативной оценки и испытывают страх получить ее;

- перфекционисты крайне нерешительны [5, с. 12–16].

Для определения наличия «комплекса отличника» у студента, необходимо также уделить внимание его складу ума. Обращает на себя внимание такая черта перфекционистов как консервативность, которая ведет к сильному страху перед неудачей. Гибкий же склад ума заставляет воспринимать неудачу как возможность развития.

Работая со студентами-перфекционистами, педагогам необходимо постоянно подчеркивать значение процесса – усердной работы, усилий, радости пути, важности неудач как поучительных возможностей, – а не готовых достижений и результата. Похвала уму в долгосрочной перспективе наносит вред мотивации ребенка, его результатам и благополучию [1, с. 98].

Таким образом, учитывая недавнее советское прошлое большинства белорусских семей, в которых взрослые (нынешние родители) непроизвольно были вовлечены в идеалы строящегося коммунизма («Пятилетку – за четыре года!», «Партия сказала: «Надо!» Комсомол ответил: «Есть!»», «Даем сверх плана!» и т. д.), учитывая традиционализм и определенный консерватизм белорусского общества в целом, не сложно представить, что «комплекс отличника» является вполне частотным явлением у белорусских студентов.

Стоит отметить еще и склонность к подверженности студентов обсуждаемому комплексу из-за их возрастных характеристик. Как правило, студенческие годы приходятся на период с 17–18 до 21–25 лет. С точки зрения возрастной психологии, этот период называется «молодостью». В молодости ведущей деятельностью студентов является профессиональная учеба, а для некоторых учеба выступает единственной и основополагающей сферой для самореализации. Не имея других сфер для самоутверждения, некоторые студенты полностью реализовывают свой перфекционизм в учебе, что идет в ущерб иным важным в этом возрасте видам деятельности (например, концептуальная социализация, общение, установление положительных эмоциональных взаимоотношений) [2, с. 230].

Следовательно, белорусские студенты склонны подвергаться «комплексу перфекциониста», чему способствуют исторические предпосылки

формирования современного белорусского общества. Возрастные психические особенности студентов способствуют проецированию феномена перфекционизма именно на учебную деятельность, так как она является ведущей деятельностью в молодости. Преподаватели белорусских вузов должны уметь констатировать «синдром отличника» у студентов и способствовать его преодолению либо трансформации в оптимализм.

Список использованных источников

1. *Бен-Шахар, Т.* Парадокс перфекциониста / Т. Бен-Шахар; пер. с англ. М. Табенкина. – 2-изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 256 с.
2. *Гамезо, М. В.* Возрастная и педагогическая психология: учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов / М. В. Гамезо, Е. А. Петрова, Л. М. Орлова. – М.: Пед. об-во России, 2003. – 512 с.
3. *Грецкий, М. Н.* Человек между коммунизмом и капитализмом [Электронный ресурс] / М. Н. Грецкий // Журнал «Альтернативы». – 2002. – № 1. – Режим доступа: http://libelli.ru/magazine/02_1/mansoc.htm. – Дата доступа: 08.01.2018.
4. Идеализм Платона и его особенности / Конспект лекций по философии [Электронный ресурс]. – 2018. – Режим доступа: <http://filosofedu.ru/index.php/konspekt-lekcij-po-filosofii/132-idealizm-platona-i-ego-osobennosti>. – Дата доступа: 10.01.2018.
5. *Ломбардо, Э.* Лучше совершенства. Как обуздать перфекционизм / Э. Ломбардо. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. – 304 с.

Т. И. Краснова

Республиканский институт высшей школы, Минск,
Республика Беларусь

T. I. Krasnova

National Institute for Higher Education, Minsk, Republic of Belarus

УДК 378.126

ОРГАНИЗАЦИЯ ТЮТОРСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ

TUTORING SUPPORT ORGANIZATION FOR TEACHERS TRAINING

В статье описаны основные виды и задачи деятельности тьютора, основные этапы тьюторского сопровождения студентов в процессе получения ими педагогического образования. Для основных задач деятельности тьютора приведены конкретные методика работы. Описана организационная модель службы тьюторов.

Ключевые слова: компетентностный подход, тьютор, тьюторское сопровождение, индивидуальная образовательная программа.