***На правах рукописи***

**САБРА ЛЕЙЛА АБДАЛЛА**

**ПЕРФЕКЦИОНИЗМ И НАРЦИССИЗМ КАК ОСНОВАНИЕ МОДЕЛИ СТРЕМЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА К Я ИДЕАЛЬНОМУ И МИРУ ИДЕАЛЬНОМУ: ТИПОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД**

Автореферат диссертации на соискание ученой степени PhD по специальности «ПСИХОЛОГИЯ»

Москва 2018Работа выполнена на кафедре психологии личности и дифференциальной психологии НОЧУ «Московский институт психоанализа»

и в International Institute of Differential Psychology (Berlin, Germany)

**Научный руководитель: Нагибина Наталия Львовна** - доктор психологических наук, профессор, научный руководитель АНО ДПО «Центр развития человека»

**Официальные оппоненты:**

**Ильясов Илья Имранович –** доктор психологических наук, заслуженный профессор МГУ им. М.В. Ломоносова, профессор кафедры психологии образования факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова (Москва, Российская Федерация)

**Намазбаева Жамиля Идрисовна –** доктор психологических наук, профессор, директор НИИ психологии Казахского национального педагогического университета им. Абая (Алматы, Республика Казахстан)

**Филиппова Галина Григорьевна –** доктор психологических наук, профессор, ректор НОУ ДО "Институт перинатальный психологии и психологии репродуктивной сферы", профессор кафедры общей психологии и истории психологии АНО ВПО "Московский гуманитарный университет" (Москва, Российская Федерация)

Защита состоится 25 сентября 2018 г. в 15.00 часов на заседании совместного диссертационного совета International Institute of Differential Psychology (Berlin, Germany, Steuernummer 31/358/62269) и АНО «Центр развития человека» (Москва, Россия, ОГРН 1137799021513) по адресу: 115093, Москва, Люсиновская ул., 13 стр. 1., Конференц-зал № 9.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайтах: International Institute of Differential Psychology – www.iidp.ru

АНО «Центр развития человека» - http://www.centerhd.org

Ученый секретарь диссертационного совета:

доктор психологических наук, профессор Н.Л. Нагибина

***Актуальность проблемы.*** Настоящее исследование является продолжением работ в области моделей перфекционизма и включении этого понятия в общий контекст стилевых теорий личности и психологических типологий. В психологии все более актуальными становятся исследования, предметное поле которых касается проблем индивидуально-личностного подхода в понимании мотивов и целей, в диагностике предпочитаемых и отвергаемых стратегий решения задачи, а также личностных проблем, связанных с образом-Я.

Перфекционизм как характеристика человека стремления к идеалу – относительно недавно вошел в предметное поле общей психологии, дифференциальной психологии и психологии личности. Исследования последней четверти века обозначили интерес к перфекционизму как к «личностной черте», «многомерному конструкту», в структуре которого рассматриваются характеристики уровня притязаний личности, когнитивные и интерперсональные параметры *(A.R.Mushquash, Е.А.Ильин, Н.Г.Гаранян и др.)*, а также «личностный стиль» *(P.L.Hewitt, G.L.Flett и др.)*. Реализация стилевого подхода предполагает решение задачи построения модели перфекционизма, которая учитывала бы как его структуру, так и механизм формирования, и устойчивые стилевые характеристики.

В рамках возрастной психологии стремление к совершенству изучается с точки зрения особенностей стилевой саморегуляции поведения подростков и взрослых с различным уровнем перфекционизма *(М.С. Седунова. И.И. Грачева и др.)*. Перфекционизм как личностная черта активно изучается в рамках клинической психологии и психологии труда *(Е.А.Ильин, О.Л.Шибко и др.)*.

В последние годы во всем мире усиливается интерес к проблеме расстройств личности, имеющих отношение к Идеалу-Я и к самооценке, к нарушениям тестирования реальности на почве деструктивного перфекционизма и патологического нарциссизма. Деперсонализация личности, шизофрения, анорексия, булимия, депрессивные расстройства, трудоголизм, прокрастинация и эмоциональное выгорание стали хроническими заболеваниями современного общества.

Любая мировоззренческая установка «захватывает всего человека», его мысли и чувства, сознательное и бессознательное. При этом содержание сознания не всегда совпадает с содержанием неосознаваемого. Этот факт был отмечен З. Фрейдом и представителями различных психоаналитических направлений – А. Адлером, К. Юнгом, Э.Фроммом, К. Хорни и др. Неосознаваемое стремление к идеалу стало закрепляться за термином «нарциссизм». Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю. проанализировали типы злокачественного и доброкачественного нарциссизма в работе «Перфекционизм, депрессия, тревога» (Перфекционизм, депрессия, тревога // МПЖ, 2001, N 4, с.18-48).

На сегодняшний день современными отечественными исследователями были разработаны психометрические инструменты для исследования параметров перфекционизма: опросник Н.Г. Гаранян и А.Б. Холмогоровой, «Дифференциальный тест перфекционизма» А.А. Золотаревой, «Многомерная шкала перфекционизма» П.Л. Хьюитта и Г.Л. Флетта в адаптации И.И. Грачевой и другие. Однако, проблема валидного и надежного инструмента для измерения уровня перфекционизма, диагностики стилевых особенностей перфекционизма и его соотношения с нарциссзмом до сих пор не решена. Самоотчеты (анкеты и опросники) не затрагивают сферу неосознаваемых установок, а проективные техники не достигают уровня достаточного для применения в научной и консультативной практике.

Остается нерешенной проблема, сформулированная еще в 1900 году основателем дифференциальной психологии Вильямом Штерном – изучение характеристик познания и поведения с учетом субъектцентрированности и объектцентрированности, которая продолжает исследоваться в рамках научной школы Н.Л.Нагибиной.

**Объект исследования** – стремление к совершенству, Идеал-Я и идеал Мира.

**Предмет исследования** – количественные и содержательные характеристики стемления к идеалу для людей с субъектцентрированной и объектцентрированной мировоззренческой установкой.

**Гипотеза исследования:** образ идеала связан с психотипом – субъектцентрированностью (направленностью идеал-представлений на Я) или объектцентрированностью (направленностью идеал-представлений на Мир).

**Задачи исследования:**

* Исследовать распределение перфекционизма как генерализованной личностной черты «стремления к совершенству» в современном обществе;
* Исследовать связь стремления к совершенству с другими ценностями;
* Исследовать количественную связь оценок по шкале «Я-перфекционист» с субъектцентрированностью и объектцентрированностью человека;
* Исследовать качественную связь оценок по шкале «Я-перфекционист» с субъектцентрированностью и объектцентрированностью человека;
* Отработать практикоориентированную методику, позволяющую учитывать особенности субъектцентрированной и объектцентрированной установки человека в диагностике стиля детско-родительских отношений;
* Создать портреты «Ребенок для родителя» и «Родитель для ребенка» для квадрантов системы «Псикосмология»;
* Дополнить систему «Псикосмология» образами идеального Я и идеального Мира для каждого типа.

**Методологическую основу исследования** составили системный поход в психологи (Б.Ф. Ломов, В.А. Ганзен, В.А. Барабанщиков, А.Л. Журавлев и др..), подход к исследованию поведения человека с учетом общих, типологических и индивидуальных особенностей (В. Штерн, К.Г. Юнг, И.И. Ильясов, Н.Л. Нагибина, Н.Г. Артемцева, Т.Н. Грекова, Ю.Л. Огаркова, и др.). Генезис перфекционизм исследован в рамках психоаналитической традиции (З.Фрейд, А.Адлер, К.Хорни и др.). Структура перфекционизма исследуется в рамках классической психологии личностных черт, разработанной Р.Кеттэллом, Ч. Спирменом, Г.Айзенком, Т.Ф. Базылевич, А.Н. Ореховым и другими. Генезис перфекционизма учитывает влияние базовых характеристик психики человека и культурных эталонов общественного сознания (В.С. Агапов, Ж.И. Намазбаева, Л.А. Моисеева, А.В. Торопова, Г.Г. Филиппова и др..).

**Методы и методики:**

Субъективное шкалирование утверждения «Я – перфекционист» по 10-балльной шкале. Описательная статистика распределения признака.

Методика «Диагностика степени удовлетворения основных потребностей» -Метод парного сравнения В.В. Скворцовой в модификации И.А. Акиндиновой.

Методики диагностики типа (субъектцентрированности и объектцентрированности). Методика «Открой свое Я» (Нагибина, 2008), Методика «Тело и душа» (Нагибина, Масленникова, 2002), Опросник определения типа (Нагибина 2010).

Авторская компьютеризованная анкета (Сабра, 2015).

Авторская компьютеризованная проективная методика «Я-подарок».

Методы статистического анализа (описательная статистика распределения признака, критерии оценки различий - Т-критерий Стьюдента и критерий хи-квадрат, факторный анализ, контент-анализ текстов).

**Научная новизна исследования**

Впервые изучен перфекционизм, как система взаимосвязей Я и МИР на всех уровнях – общем, типологическом, индивидуальном.

Созданы теоретико-эмпирические модели:

а) Модель стремления к идеалу в системе «Псикосмология»

б) Модель взаимосвязи перфекционизма и нарциссизма, в рамках дополнения к типологии Псикосмологии, представляющая собой окружность с двумя осями – перфекционизм с двумя векторами («Я нужен МИРУ», и «МИР нужен мне») и нарциссизм с двумя векторами («Я задаю идеалы МИРУ» и «МИР задаёт идеалы мне»).

В исследовании модель подтверждена проверкой на количественном и качественном уровнях.

В рамках предложенной модели непротиворечиво уживаются все концепции перфекционизма.

Доказано различие в представлениях об идеале у разных психотипов в рамках Псикосмологии.

Рассмотрены и проанализированы представления об идеальном образе - для субъекториентированных, объекцентрированных и смешанных типов испытуемых.

Создана авторская компьютеризованная методика диагностики и анализа перфекционизма («Я-подарок»), которая позволяет исследовать перфекционизм и его взаимосвязь с нарциссизмом на общем, типологическом и индивидуальном уровнях. Методика апробирована в пилотажном исследовании.

Проанализирован образ «Я-реальный» и «Я-идеальный», в системе семьи и общества. Предложена схема перфекционизма, где «Я-реальное» стремиться к «Я-идеальному», под воздействием семейной и социальной среды.

**Теоретическая значимость:**

Предложен новый взгляд на взаимосвязь перфекционизма с нарциссизмом в вопросах самооценки и мотивации.

Впервые предложена системная модель перфекционизма, в которой учтены общее, типологическое и индивидуальное как на психологическом уровне, так и на социально-культурном.

Эмпирически подтверждено разделение перфекционизма на объект - и субъектцентрированный, на базе системы психологических типов Псикосмологии, что даёт понимание причин возникновения многих внешних и внутренних конфликтов, как в рамках отдельной личности, так и в рамках социума.

**Практическая значимость:**

Результаты исследования о структуре и генезисе перфекционизма, а такжеоб объект-субъектцентрированности перфекционизма могут быть использованы в науке и образовании, в консультационной практике и семейной психотерапии, в организационной психологии, в юриспруденции, в профориентации, в дипломатической сфере и в политике.

**Достоверность результатов исследования** обеспечивалась исходными методологическими и теоретическими позициями; адекватностью методов исследования его цели и задачам; репрезентативностью выборки; применением качественного анализа в сочетании со статистическими методами обработки результатов.

**Апробация результатов исследования:**

Результаты исследования были изложены и опубликованы в рамках ежегодной международной научно-практической конференции “Человек. Искусство. Вселенная.”(2014, 2015, 2017), обсуждались на МНТК «Дизайн, технологии и инновации в текстильной и легкой промышленности» (ИННОВАЦИИ-2016) с темой: «Роль и значение подарка в объектных отношениях», а также в рамках выступления с докладом на Международной конференции «ЭНЕРГИЯ ЛИДЕРСТВА. РИСКИ И РЕСУРСЫ В ЭПОХУ ПЕРЕМЕН 11-12 МАРТА 2017 МОСКВА на тему: 4) «Перфекционизм руководителя и его влияние, на формирование миссии и корпоративной культуры организации».

По результатам исследований подготовлены и проведены курсы в Московском институте психоанализа и в Центре развития человека.

**Положения, выносимые на защиту:**

1. В установке на стремление к совершенству есть два плана – осознаваемый (мы обозначили его словом «перфекционизм») и неосознаваемый (мы обозначили его словом «нарциссизм»).

Шкала перфекционизма (сознательного стремления к идеалу, под влиянием родительских и социальных установок) имеет два полюса: субъектцентрированность - направленность на «Я ИДЕАЛЬНЫЙ»: потребность совершенствовать Я и мир вокруг себя, включая собственное тело, и всё, что имеет отношение к эстетическому и телесному удовлетворению и внешнему комфорту; и объектцентрированность, направленность на «МИР ИДЕАЛЬНЫЙ» - всё, что имеет отношение к познанию устройства мира, возможности органично вписать Я в закономерности социума. Шкала нарциссизма (неосознаваемого стремления к идеалу) также имеет два вектора: «МИР ИДЕАЛЬНЫЙ» и «Я ИДЕАЛЬНЫЙ» - где расположены ЭГО идеалы.

1. Стремление к совершенству может иметь гармоничную форму, но может быть и дисгармоничным – гипертрофированным или явно низким. Люди (в целом) склонны оценивать себя скорее умеренными перфекционистами (средняя оценка 5,8 по десятибалльной шкале). Однако существует достаточно большое количество антиперфекционистов («пофигистов») и суперперфекционистов, которые можно описывать как особые типы людей.
2. Каждый тип псикосмологии в норме имеет показатели стремления к совершенству близкие центральной тенденции (5,8 баллов по десятибалльной шкале). Тип (субъектцентрированность или объектцентрированность) характеризуется качественным своеобразием как сознательного, так и неосознаваемого стремления к совершенству (идеалу).
3. Люди с субъектцентрированной установкой (в отличии от объектцентриорованных) ориентированы на мнение окружающих, для них важно быть хорошим в глазах значимых людей, успех для них связан с дорогими престижными вещами, успешной карьерой. Для субъектцентрированных перфекционистов важно быть надежным партнером и хорошим исполнителем. Они склонны выше оценивать свой характер и считают, что другие высоко оценивают их характер.
4. Для субъектцентрированных «Я» для родителей воспринимается как символ игры, любви и заботы и часто надежд и ожиданий, создающих особую интригу для всех, родители воспринимаются как символы близких эмоциональных отношений, они нуждаются в заботе и задают идеал для ребенка. Для объектцентрированных «Я» для родителей воспринимается как возможности, удобство, статус, родителивоспринимаются как символы умиротворения, красоты, тепла, детства.

**Основное содержание работы**

***В первой главе «Стремление к совершенству: между идеальным я и идеальным миром»*** рассмотрен перфекционизмкак осознанное и неосознанное стремление к совершенству.

Психоанализ привык считать явление перфекционизма вариантом проявления нарциссизма. И в этом смысле З. Фрейд, А. Адлер, а позже К. Хорни, были открывателями перфекционизма. Но в настоящее время термин перфекционизм означает повышенную требовательность к себе и окружающим, а это имеет отличие от понятия нарциссизм. К.Хорни [124] и вслед за ней Х.Кохут [52] исследовали переживание собственной грандиозности и его способность нивелировать ощущение собственной беспомощности. По Адлеру перфекционизм – путь «личностного превосходства и безгрешности», через «гиперкомпенсацию неполноценности» и как результат – либо социальная успешность, либо разрушение всех социальных отношений. Согласно Хорни современный невротик имеет ненасыщаемые потребности перфекциониста, и его проблемы самочувствия происходят из-за невоплощаемости идеального образа Я. Такой человек подражает не людям, а статичным образам-идолам или фиксированной идее. Образ Я нереалистичен и, будучи достигнут, он ведёт человека к неадекватному общению, не будучи достигнут, он ведёт человека к самокопанию. Перфекционист с позиции юнгианской, по М. Вудман крайне зависим от внешнего мира, не имеет своей системы ценностей, мучает себя, обслуживая идеи совершенства. О. Фенихель связал перфекционизм с социальной тревожностью – постоянный страх критики, осмеяния, стыда. Изменённое чувство реальности от ригидного суперэго внутри, избыточная чуткость к реакции окружающих, с неумением эту реакцию предсказать (отсутствие такта). Психоанализ связывает стыд перфекциониста с Эдиповым комплексом [107]. Согласно Б. Килборну Перфекционист боится сравнения себя с окружающими, разоблачения, потому прячется в фантазийный мир. Тоска существования, страх одиночества, стыд как защита от нарциссических ран. Регулярные столкновения с реальностью ведут паталогического перфекциониста к стыду, обману, гневу. Современная наука ищет причины перфекционизма, исследуя нозологическую принадлежность, когнитивные процессы, семейные ценности, поведенческие паттерны. [50]

Б.Сороцкин [191] называл источником стремления к совершенству сублимированный опыт стыда. Именно этот автор впервые разделил перфекционизм на типы – как невроз и как нарциссизм. И нам известно, что в обоих вариантах у субъекта низкая самооценка, но внутренние механизмы, её снижающие могут быть принципиально разными. Перфекционизм неврастеника связан с требованиями тиранического суперэго. Так индивид заглушает в себе поднимающееся чувство вины, пытаясь взять любовь из внешнего мира. Сверх-Я такой личности целенаправленно и последовательно завышает требования к Я-образу до невыполнимых, а сниженная самооценка постоянно невротизирует индивида. Второй тип - перфекционизм нарцисса – погоня за грандиозной фантазией о себе (образ Я), сочетаемая с бегством от стыда. Нарцисс с трудом различает границы Я-объектов и стремится постоянно вызывать чувство восхищения в свой адрес с целью поднятия своей самооценки. Самооценка этого индивида «возникает» и поддерживается в социальном поле вокруг него. Однажды нарушенная самооценка стала вечным источником перфекционизма.

Многие исследователи считают родственными и тождественными нарциссическое поведение и поведение перфекциониста. Но есть и существенные различия между невротиком-перфекционистом и перфекционистом-нарциссом: одни стараются воплотить собой идеал (быть), а другие – убедить всех в своей идеальности (казаться).[54]

При большом количестве разных взглядов на перфекционизм, большинство авторов всё же сходится во мнении, что в основе перфекционизма лежит стремление к совершенству и стремлении соответствовать Идеальному образу Я, и в отношении своей внешности и в отношении своих достижений и приобретений. И при таком понимании перфекционизма наблюдается стремление человека соответствовать Идеал представлениям, которые формируются в семье и в социуме. Но, к сожалению, большинство исследований в этой области рассматривают лишь наличие расхождений идеального Я и реального Я при перфекционизме. При этом качественные характеристики идеального Я при перфекционизме остаются недостаточно изученными.

Активное изучение перфекционизма разными исследователями началось с начала 80-х годов ((П. Хьюитт (P. Hweitt), Г. Флетт (G. Flett), С. Блатт (S. Blatt), Б. Керр (B. Kerr), С. Петерс (S. Peters), Д. Бернс (D. Burns), С. Ингрем (Ingrem) Д. Хамачек(D. Hamachek), Л. Сильверман (L. Silverman), С.Л. Рубинштейн, Л.И. Божович, Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева, І.А. Гуляс, В.А. Ясная, С.В. Воликова, А.М. Галкина, О.О. Лоза, А.А. Демина и др.). Перфекционизм изучался как черта характера, которая проявлялась в стремлении делать любую деятельность на идеально высоком уровне (Frost et al., 1990; Hewitt & Flett, 1991; Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001), как сублимация либидозных влечений (Э.Фромм и др.), как особенность познавательной системы решать задачу в терминах «все или ничего» (Д.Бернс, Л.И. Божович и др.).

Большинство исследователей волновал вопрос: перфекционизм и ярко выраженное стремление к совершенству и самоактуализации-это здоровое явление или перфекционизм является одержимостью несуществующим совершенством.

Перфекционизм, ранее изученный клинически, необходимо было исследовать вновь как социальное явление, некоторые аспекты перфекционизма специалистам пришлось признать новой нормой. Сейчас термин перфекционизм означает повышенную требовательность к себе и окружающим. Перфекционист из-за природного духа соперничества с трудом строит межличностные отношения, часто недоволен собой и результатом своей деятельности, даже если добился полного признания со стороны общества. В условиях интенсивно и быстроменяющихся в западноевропейском обществе социальных условий, нарциссические личности оказались более приспособлены и начали диктовать остальному обществу своё поверхностное понимание о благополучии (деньги, статус, сила, красота, популярность). Синдром отличника в школах, туризм ради сэлфи, совершенствование тела через фитнес и пластическую хирургию, маниакальный карьеризм, увлечение духовными практиками на уровне фанатизма.

Термины «субъектцентрированность» и «объектцентрированность» были введены в научную психологическую терминологию Вильямом Штерном в работе «Психология индивидуальных различий» («Uber Psychologie der individuellen Differenzen»,1900). В.Штерн отмечает: «Отношение субъекта к объекту проявляется в самых различных психических функциях – в восприятии и взятии на заметку, в суждении и оценке, в желаниях и поступках, - повсюду, где возможно (по крайней мере, теоретически), что преобладание объективного и преобладание субъективного моментов типично различаются» (Штерн В. Дифференциальная психология и ее методологические основы. М., Наука, 1998. - 336с, цитата - с.141).

В системе отношений организм/среда акценты могут быть расставлены как в пользу организма или среды, так и в равновесное взаимодействие организма со средой. Если во взаимодействии со средой приоритеты в переработке информации отдаются организму и его ощущениям и переживаниям, то принято говорить о субъектцентрированности, и, наоборот, если во взаимодействии со средой приоритеты в переработке информации отдаются самой внешней среде, а организм с его потребностями отходит на второй план, то принято говорить об объектцентрированности.

Нагибиной Н.Л. и ее учениками, и последователями (А.В. Антоненков, Н.Г. Артемцева, А.П. Афанасьева, Т.Н. Грекова, И.В. Греков, С.А. Иванова, А.В. Масленникова. Ю.Л. Огаркова, Н.Ю. Рыжова, Т.П. Смирнова и др.) На основе многочисленных эмпирических исследований показано, что субъектцентрированность и объектцентрированность – два полюса ориентированности (установки) в познании. Познание понимается как переработка (анализ и синтез) информации о себе и мире. Два типа познания – с осознаваемыми и неосознаваемыми операциями процессов переработки – имеют установки на Мир (объектцентрированность) и на Я (субъектцентрированность). Вариации сочетаний этих типов познания и установок дают 12 устойчивых психотипов, которые составляют основу псикосмологии (Нагибина Н.Л. Введение в псикосмологию. М., «Центр развития человека», 2014).

Созданы портреты каждого типа, которые представлены на электронном ресурсе <http://www.psycosmology.org/> Каждый тип имеет предпочитаемые и отвергаемые стратегии познания, развития, учения и обучения, характеризуется определенным стилем поведения в различных эмоциональных ситуациях и обладает характерным стилем творчества. В основе типа – когнитивно-ценностный узел. определяющий поведенческие стратегии.

Таким образом, перфекционизм как система взаимосвязей «Я и Мир» и как стремление к Я-идеальному имеет 12 разных форм (в соответствии с 12 психотипами псикосмологии). В норме – это стремление к самости, к своему гармоничному Я. В патологическом (гипертрофированном) состоянии у человека наблюдается явный перекос и переход в два патологических типа, описанных выше.

Естественнонаучная парадигма в исследовании перфекционизма пришла вместе с созданием психодиагностических инструментов для измерения уровня перфекционизма. Встал вопрос о конструктной и содержательной валидности тестов для диагностики перфекционизма: «Как общая черта – стремление к совершенству (идеалу-Я) – имеет ли перфекционизм внутренне богатую структуру и содержательную наполненность?»

В диссертации представлены современные модели перфекционизма и дан теоретический анализ их достоинств и недостатков. Перфекционизм в его современном понимании более не является болезнью и отклонением от нормы. Его разделили на здоровый и нездоровый, положительно и негативно влияющий на социализацию и развитие личности. Таким образом перфекционизм как глобальное понятие включает в свой состав три варианта проявления: во-первых, это стиль поведения индивида – иная мотивационная модель, другие категории мышления и восприятия действительности (трудности в аналитической и дедуктивной обработке информации, склонность к сверх обобщению, императивность) а также, глобальное искажение нескольких взаимосвязанных механизмов – способов познания, проблемы с управлением и осознанием собственных эмоциональных состояний, неадаптивная (ригидная) модель коммуникационного взаимодействия. Выраженное различие двух типов перфекционизма содержится в стиле приобретения индивидуального эмоционального опыта, в способах выстраивания межличностных отношений и в методах противодействия внешнему миру (защиты).

В диссертации показано, что, существуют разные цели и разные ориентиры для перфекциониста. Необходимо учитывать этот факт при работе с людьми.

В связи с отсутствием единого представления и единой модели перфекционизма предлагается модель перфекционизма и нарциссизма, основанная на концепции психологических типов Псикосмологии. Таким образом, перфекционизм как система взаимосвязей «Я и Мир» и как стремление к Я-идеальному имеет 12 разных форм (в соответствии с 12 психотипами псикосмологии). В норме – это стремление к самости, к своему гармоничному Я. В патологическом (гипертрофированном) состоянии у человека наблюдается явный перекос и переход в два патологических типа, описанных выше. В этом случае человек вместо поиска своего Я, самореализации и самоактуализации стремится использовать (сначала как средство) стратегии противоположных самому себе типов (пытается не «быть», а «казаться»). Эти стратегии со временем становятся целью (происходит смещение средства на цель). Человек в погоне за идеалом теряет свое истинное Я, способность к гармоничному развитию и самоактуализации.

*Схема 1. Перфекцонизм как система взаимодействия Я-идеального и Мира-идеального. (Нагибина Н.Л., Сабра Л.)*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Идеальный МИР устанавливает стандарты моему «Я»** | |  |
| **Мир ответственен за достижения и неудачи**  **Я нужен МИРУ** | **E-EF-F**  Мир существует сам по себе.  Я могу приспособиться к этому миру, поняв, как он устроен.  «Я» читает знаки судьбы и своего развития | **G-GH-H**  Идеалы Мира ставят для меня задачу развития.  Я ответственен за судьбу человека и человечества.  «Я» чувствует гармонию и дисгармонию Я и Мира. | **Я ответственен за достижения и неудачи**  **МИР нужен мне** |
| **C-CD-D**  Дисгармония взаимоотношений Я и Мира заложена в самом принципе диалектического развития.  Мир разный, он отражает степень своего развития.  Я могу переделать себя, но могу переделать и Мир. | **A-AB-B**  Мир во многом зависит от меня.  Я творю вокруг себя мир и себя в этом мире.  Я сам выстраиваю свою судьбу и себя. |
|  | **Идеальный «Я» устанавливаю стандарты МИРУ** | |  |

***Во второй главе «Эмпирическое исследование перфекционизма»*** сформулирована проблема, гипотезы и результаты исследований перфекционизма на осознаваемом и неосознаваемом уровнях.

**Центральным звеном исследования** стал количественный и качественный анализ перфекционизма для субъектцентрированных и объектцентрированных (по терминологии В. Штерна) испытуемых в рамках системы «Псикосмология». Наконец, необходимо было создать рабочий инструмент психодиагноста и психоконсультанта, который бы позволил учесть полученные в диссертации закономерности в практической деятельности. Этому была посвящена третья часть работы. Был представлен пилотажный вариант авторской методики «Я-подарок». Как частный случай особенностей проявления стремления к совершенству в ситуации «Я» и «Родитедь» был рассмотрен перфекционизм с учетом общего, типологического и индивидуального (особенностей личной судьбы).

Исследование имеет достаточно сложную структуру, но центральным звеном является проверка **гипотезы:** образ идеала связан с психотипом – субъектцентрированностью (направленностбю на Я) или объектцентрированностью (направленностью на Мир).

**Основные задачи:**

* Оценить общий уровень перфекционизма в современном российском обществе. Дать описательную статистику.
* Проверить гипотезу о связи типов перфекционизма с типами личности (в системе Псикосмология)
* Описать качественные характеристики субъектцентрированного и объектцентрированного перфекционизма в системе «Я» и «родитель» по квадрантам Псикосмологии.

**Методы и методики**

Авторская компьютеризованная проективная методика «Я-подарок»

Опросник определения типа (Нагибина 2010), представляющий собой список из вопросов. Полный текст представлен в книге: Популярная психология типов. М., IIDP, 2009., с. 339-340

Контент-анализ текстов.

**Результаты** представлены в примерах текстов испытуемых по каждому типу и сводных таблицах.

**Задача,** которую мы поставили в рамках данного исследования – оценить общий уровень перфекционизма в современном российском обществе, исследовать особенности распределения социально-ориентированных перфекционистов по ценностным ориентирам.

**Метод**

Для решения этой задачи мы использовали прямое утверждение «Я – перфекционист». Испытуемым предлагалось определение перфекционизма, как стремление к совершенству.

Степень согласия с этим утверждением предлагалось дать как оценку по шкале от 0 до 10 баллов.

**Испытуемые**

В исследовании приняли участие 396 испытуемых (70% женщин и 30% мужчин) в возрасте от 19 до 45 лет – студенты вузов.

**Результаты исследования**

Для решения задачи - оценить общий уровень перфекционизма в современном российском обществе, исследовать особенности распределения перфекционистов – была построена кривая распределения оценок согласия с утверждением «Я – перфекционист» по десятибалльной шкале. Описательная статистика производилась с использованием программы Statistica 7.0

Характер распределения не совпадает с нормальным. Велик разброс оценок. Кривая распределения имеет несколько эксцессов, которые демонстрируют как полное несогласие с данным утверждением (оценки от 0 до 1 у 47 испытуемых), так и абсолютное согласие с ним (оценки 9-10 у 69 испытуемых). Таким образом, выделение типов испытуемых с низким, средним и высоким уровнем перфекционизма имеет под собой объективную основу.

Средняя оценка – 5,8 баллов, показывает смещение оценок почти на 1 балл в сторону согласия с данным утверждением.

Таким образом, люди (в целом) склонны оценивать себя скорее умеренными перфекционистами. Однако существует достаточно большое количество антиперфекционистов («пофигистов») и суперперфекционистов, которые можно описывать как особые типы людей.

**Связь перфекционизма и ценностных ориентаций** проверялась в следующей серии исследований.

**Гипотеза.** Чем больше потребность в признании со стороны окружающих, тем выше уровень напряжения связанный с перфекционизмом. Чем меньше зависимость от признания со стороны окружающих, тем больше выражена потребность в материальном удовлетворении и комфорте.

Для диагностики стремления к конкретным потребностям использовалась методика «Диагностика степени удовлетворения основных потребностей». Метод парного сравнения В.В. Скворцовой в модификации И.А. Акиндиновой. Методика предназначена для диагностики актуальности базовых потребностей: материальных, потребности в безопасности, в самовыражении (самоактуализации), потребности в признании и потребности в социализации.

Диагностика стремления к совершенству проводилась по степени согласия с утверждением «Я – перфекционист» (от 1 до 10).

**Испытуемые:** 76 человек – студенты гуманитарных факультетов МГУДТ в возрасте от 19 до 40 лет, 25 мужчин и 51 женщина.

**Результаты исследования**

Результаты корреляционного анализа по каждой ценности с утверждением «Я – перфекционист» представлены в таблице №1

*Таблица 1. Результаты корреляционного анализа по каждой ценности с утверждением «Я – перфекционист»*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Мат.п.** | **Безоп.** | **Соц.** | **Призн.** | **Самовыр.** | **Перф.** |
| **Материальные потребности** | 1,00 | 0,22 | -0,35 | -0,14 | -0,54 | -0,19 |
| **Потребность в безопасности** | 0,22 | 1,00 | -0,36 | 0,07 | -0,50 | -0,06 |
| **Потребность в социализации** | -0,35 | -0,36 | 1,00 | -0,43 | -0,00 | -0,10 |
| **Потребность в признании** | -0,14 | 0,07 | -0,43 | 1,00 | -0,22 | 0,17 |
| **Потребность в самовыражении** | -0,54 | -0,50 | -0,00 | -0,22 | 1,00 | 0,13 |
| **Перфекционизм** | -0,19 | -0,06 | -0,10 | 0,17 | 0,13 | 1,00 |

Перфекционизм как стремление к совершенству отрицательно связан с материальными потребностями (-0,19) и положительно связан с потребностью в признании (0,17). Значимость связей статистически не подтверждена, таким образом, можно говорить лишь о некоторых тенденция

**К**оличественная и качественная оценка перфкуционизма стали предметом изучения и анализа в следующем блоке эмпирического исследования.

**Испытуемые:** 76 человек были распределены по 12 типам псикосмологии.

**Гипотеза 2. Установка в познании (субъектцентрированности и объектцентрированность) связана с особенностями в ценностной структуре перфекционизма.**

Для определения психологического типа на основе установки в познании (субъектцентрированности-объектцентрированности) использовались методика «Тело и душа» (Нагибина, Масленникова, 2002) и Методика «Открой свое Я» (Нагибина, 2008).

**Результаты исследования**

Все испытуемые были распределены по типам псикосмологии. Для каждого типа была посчитана средняя оценка согласия с утверждением «Я-перфекционист».

*Таблица 2. Средняя оценка согласия с утверждением «Я-перфекционист» для квадрантов псикосмологии.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Типы** | **Центрированность рациональной и иррациональной функции** | **Средняя оценка перфекционизма** |
| А, АВ, В | субъектцентрированность рациональной и иррациональной функции | 5,2 |
| C, CD, D | объектцентрированность рациональной и субъектцентрированность иррациональной функции | 5,9 |
| E, EF, F | объектцентрированность рациональной и иррациональной функции | 6,6 |
| G, GH,H | субъектцентрированность рациональной и объектцентрированность иррациональной функции | 5,5 |

Проверка значимости различий по Т-критерию Стьюдента показала отсутствие значимых различий. В каждом секторе есть все оценки от 1 до 10, большинство оценок в интервале между 5 и 6.

**Цели следующей серии исследований:**

1. Исследовать качественные особенности стремления к совершенству у субъектцентрированных (типы А, АВ, В, С, Н) и объектцентрированных (типы D, E, EF, F, G) людей на осознаваемом (перфекционизм) и неосознаваемом (нарциссизм) уровнях.
2. Отработать практикоориентированную методику «Я-подарок», позволяющую учитывать особенности субъектцентрированной и объектцентрированной направленности перфекционизма и нарциссизма, возможность диагностировать деструктивный перфекционизм.
3. Создать портреты для квадранов системы «Псикосмология»: «Я» в представлениях и ожиданиях «родителя», и мои представления о «родителе».
4. Для исследования качественных характеристик перфекционизма была разработана оригинальная методика «Я - ПОДАРОК». Тест «Я-Подарок» родился на основе теории объектных отношений, и понятиях условной и безусловной любви. Суть этой теории: в современном мире подарки играют важную роль при формировании объектных отношений между людьми. Ребёнок рождается, и он уже для родителей является - или подарком, или наградой, или наказанием или очередным испытанием для родителя, которое он должен преодолеть и получить за это оценку, насколько он справился с ролью родителя и может гордиться собой, или испытывать чувство вины и стыда в связи с этой ролью. Все эти факторы влияют на формирование личности в процессе развития, и на представлении о себе, о мире, и значимых других. Вопрос - кто я? Дорогой и ценный подарок в этом мире, или никому ненужная бесполезная вещь, от которой не знают как избавиться, и куда «сбагрить»? И кто для меня значимые другие – подарок, или награда, чью любовь я должен постоянно заслуживать, посвятив этому всю свою жизнь? Методика «Представление себя и других в качестве подарка» представлена на электронном ресурсе <http://centerhd.org/education/likegift/>

**Испытуемые:** 75 человек, заинтересовавшихся электронным вариантом теста в возрасте от 20 до 65 лет, среди них 45 женщин и 30 мужчин разного социального статуса.

Так как необходимо было учесть как сознательные, так и неосознаваемые установки для образа идеала и стратегий в его достижении, то мы методами самоотчета исследовали осознаваемые установки, и методами проективной техники исследовали неосознаваемые установки.

Все испытуемые, участвующие в исследовании по методике «Я – подарок», проходили диагностику типа по Псикосмологии. Использовался электронный вариант методики определения типа <http://www.iidp.ru/learningprogram/typediag.html> и заполняли оригинальную анкету – часть методики «Я-подарок», в которой используя метод субъективного шкалирования и ранжирования испытуемый оценивал свои установки – мировоззренческие и детско-родительские. Среди них были:

**Вопросы на зависимость от оценки окружающих.**

Выберите из предложенных вариантов, утверждение, которое Вам ближе. И нажмите на него.

Для меня в глазах других людей всегда и во всём важно выглядеть:

1) лучшим 2) хорошим 3) и лучшим и хорошим

4) мне всё равно как я выгляжу в глазах других людей

**Вопросы по содержанию понятия ответственность:**

Что вы вкладываете в понятие ОТВЕТСТВЕННОСТЬ - выберите то что вам ближе:

1) быть хорошим исполнителем; 2) быть надежным партнером; 3) уметь отвечать за свои слова и поступки

**Вопросы о приоритете ценностной в отношении самореализации**

Что для Вас значит УСПЕХ:

*Ознакомьтесь с предложенными ниже утверждениями, а затем выберите и нажмите на те высказывания, которые Вам ближе. В той последовательности, в которой они представляют для Вас ценность и значимость.*

1. гордость моих родных и близких за мои успехи и достижения,

2. собственное чувство гордости за мои успехи и достижения,

3. жить в окружении богатства и роскоши,

4. стать примером для подражания своим детям,

5. построить успешную карьеру,

6. создать счастливую и дружную семью,

7. достичь совершенства в своем внешнем облике,

8. достичь высокого духовного развития,

9. выиграть в лотерею миллион долларов,

10.стать известным и знаменитым, и заслужить общественную любовь и признание,

11. иметь безграничную власть над людьми,

12. прийти к внутренней гармонии и душевному покою

**Вопросы в отношении восприятия Я-реального (самооценка): то, как ты сам воспринимаешь свою внешность, характер и ощущаешь степень доверия по отношению к людям. Как другие воспринимают и оценивают твою внешность, характер и чувствуют степень доверия по отношению к тебе.**

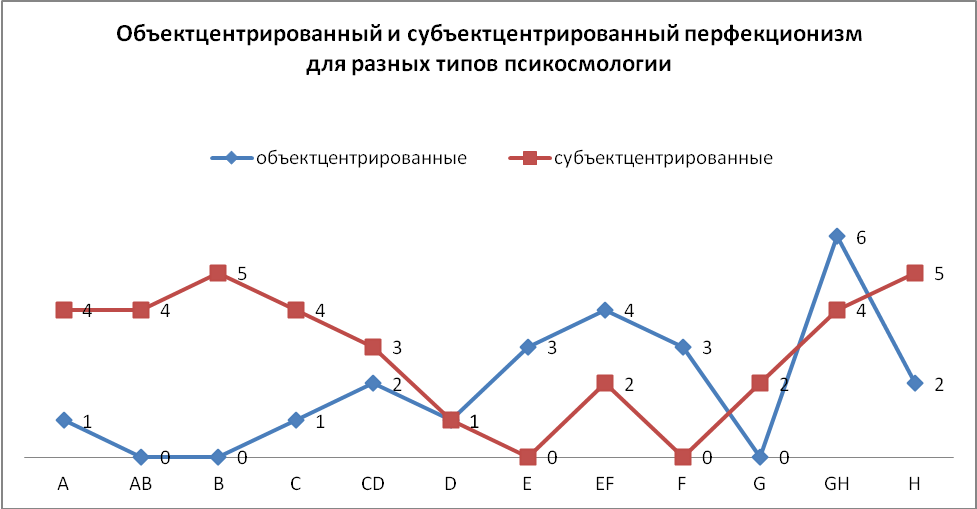
Связь с объектцентрированностью и объектцентрированностью перфекционизма (ориентировка на оценки других и безразличие к тому, что о них думают другие) проверялась в сопоставлении количественного состава представителей объектцентрированного и субъектцентрированного перфекционизма в разных типах.

Для типов с абсолютной (как осознаваемой, так и неосознаваемой переработкой информации) субъектцентрированностью (А, АВ, В) или объектцентрированностью (E, EF, F) этот пункт стал очень диагностичным. Различия статистически значимы.

Для остальных типов (со смешанной центрированностью) вопрос об ориентировке на мнение значимых других оказался недиагностичным. Особенно в этом случае выделяются представители типа GH.

*График 1. Объектцентрированный и субъектцентрированный перфекционизм*

*для разных типов Псикосмологии*



Несмотря на различия в средних оценках практически по всем показателям, статистически значимыми (из-за большого разброса данных) оказались лишь два. Вопрос: «Как Вы оцениваете свой характер?» статистически значимо различается у социально-ориентированных и не ориентирующихся на мнение других (Т=2,53264, р≤0,03). Социально-ориентированные перфекционисты склонны выше оценивать свой характер и считают, что другие высоко оценивают их характер. Вопрос: *«Как окружающие оценивают Ваш характер?»* имеет значимые различия для объектцентрированных и субъектцентрированных (Т=2,68727, р≤0,02).

Для исследования качественных особенностей объект и субъектцентрированных перфекционистов, исследовалось понятие ответственность, то что объект-субъектцентрированные типы вкладывают для себя в это понятие.

*Таблица 3. Сравнение результатов содержания слова «ответственность»*

*для объектцентрированного и субъектцентрированного перфекционизма.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Что вы вкладываете в слово ответственность - выберите то, что вам ближе:* | *объектцентрированные* | *Субъектцентрированные* |
| быть хорошим исполнителем | 1 | 7 |
| быть надежным партнером | 2 | 10 |
| уметь отвечать за свои действия | 20 | 23 |

Различия статистически значимы. И для объектцентрированных перфекционистов и для субъектцентрированных в большей мере ответственность связана с умением отвечать за свои действия, однако пропорция статистически различна. Для субъектцентрированных перфекционистов важно быть надежным партнером и хорошим исполнителем.

Следующим этапом было исследование понятия «Успех» для объект и субъектцентрированных типов перфекционистов.

Общим для всех является значимость высокой оценки собственных достижений и уважение со стороны семьи и детей. Однако есть различия.

Различия статистически значимы. Для субъектцентрированных более связаны со словом успех такие ценности как - «высокая оценка моих достижений», «дорогие престижные вещи», «успешная карьера».

Методика «Я-подарок» содержит вопросы на взаимоотношения со значимыми другими (мать, отец, партнёр, дети, друзья, соседи). Представлен пример (мать и отец): Центральная часть методики – проективная техника, направленная на создание образов «Я - подарок для мамы», «Я – подарок для папы», «Мама – подарок для меня», «Папа – подарок для меня» и их интерпретация испытуемыми.

Таким образом, качественный анализ образов и их трактовок показал, что представления об образе «Я» и «родитель» содержательно различаются для субъектцентрированны, объектцентрированных и смешанных. При этом, «Я» для родителей – надежды и ожидания для любых типов.

Также тест показал, что многим трудно проходить тестирование в проективной его части, особенно тем, у кого сложились сложные эмоциональные отношения с родителями, и когда в тестировании доходят до того момента, где нужно представить себя и других значимых людей в качестве подарка, то часто образы которые приходят людям в голову, вызывают тревогу и сопротивление продолжать тестирование, поскольку они рушат те рациональные представления о взаимоотношениях со значимыми людьми, которые люди сами себе создали в качестве психологической защиты от разного рода психических травм. Пилотажные результаты исследования показали существование взаимосвязи перфекционизма и нарциссизма, исходя из типов Псикосмологии у испытуемых при анализе результатов всех этапов методики «Я-подарок».

Анализ результатов показал, что типы с концентрацией идеалов в МИРЕ-идеальном, склонны к невротическому перфекционизму. А типы по Псикосмологии у кого концентрация идеалов в «Я-идеальный» - склонны к нарциссическому перфекционизму. Чем более выражена фрустрация «Я»

( нелюбовь к себе, неуважение себя, высокий уровень требовательности по отношению к себе, ответственности к другим, ощущение высоких требований по отношению к себе и отсутствие ответственности по отношению к себе, низкая оценка своей внешности, низкий уровень доверия к людям, нелюбовь и неуважение своих родителей, низкий уровень в пункте «гордость» - и в отношении себя и в отношении своих близких…всё это является предпосылкой для развития деструктивных форм перфекционизма, либо невротического характера - с проявлениями патологий в виде: трудоголизма, прокрастинации, анорексии, булимии, депрессии, эмоционального выгорания. Либо в нарциссических патологиях личности, с нарушением тестирования реальности и адекватности самооценки.

Соответственно, для невротического перфекционизма фрустрация заключается в дефиците безусловной любви со стороны значимых других. И тест «Я-подарок», показывает степень этой фрустрации. Насколько перфекционизм движет человеком в стремлении заслужить безусловную любовь по отношению к себе, через самоуважение и ощущение самоценности. Так же и в отношении нарциссического перфекционизма. Тест показывает зоны травмы «грандиозного Я», и степень потребности, за счет перфекционизма достичь признания со стороны общества, чтобы соответствовать представлениям о себе, как «идеальном», поскольку человек уже живёт с этим ощущением и ему важно получить это же признание и со стороны значимых других. Если этого не происходит, то люди находящиеся в типах Псикосмологии, где наибольшая концентрация идеалов в «Я», начинают наращивать нарциссический панцирь, обесценивая мнение окружающих о себе, как о неидеальном, и поддерживая свою грандиозность раздутой самооценкой и фальшивыми фактами.

И это приводит к нарциссической патологии личности, когда люди которые не смогли добиться Успеха за счет своего труда и перфекционизма, начинают раздувать свою грандиозность присваивая себе символвы Успеха.

Полученные нами результаты позволяют включить характеристики перфекционизма и нарциссизма в общую типологию Псикосмологии.

*Таблица 4 Идеальный образ для типов псикосмологии (по четырем квадрантам) и сопоставление его с образом представлений с позиции влечений «Я» и ожиданий «родителя», (по методике «Я-подарок»)*

|  |  |
| --- | --- |
| **ОБЪЕКТЦЕНТРИРОВАННЫЙ**  **Я нужен миру идеальному (миру платоновских идей), чтобы понять этот мир и показать другим его космичное совершенство**  **(мудрец - Фауст)**  *По результатам методики «Я-подарок».* Ребёнок познаёт мир во всей его полноте и многообразии, ищет путь к себе, пытаясь реализовать себя в любимом деле, достичь профессионального совершенства.  **Ребёнок для родителей** воспринимается как возможности, удобство, статус.  **Родители для ребёнка** воспринимаются как символы умиротворения, красоты, тепла, детства, профессионализма. | **СМЕШАННЫЙ**  **Мне нужен мир идеальный (мир платоновских идей), хранителем которого выступаю Я**  **(хранитель - Христос)**  *По результатам методики «Я-подарок»* Ребенок должен нести свет и красоту окружающим, символизировать смысл развития, должен быть любим окружающими, он ориентирован на социальные нормы, высокие духовные ценности. Находить гармонию с самим собой и окружением.  **Ребенок для родителей** воспринимается как символ игры, заботы и часто социального статуса, загадки.  **Родители для ребенка** воспринимаются как символы красоты, защиты, материального благополучия и духовного развития. |
| **СМЕШАННЫЙ**  **Я ищу и творю себя идеального, так как нужен миру, чтобы изменить его и приблизить его к идеальному**  **(бунтарь - Гамлет)**  *По результатам методики «Я-подарок»* Ребенок находится в творческом поиске своего пути, борется с обстоятельствами и с самим собой, самореализуется в преодолении преград, бросает вызов окружающим.  **Ребенок для родителей** воспринимается как реализация надежд, символ материальных возможностей, ребенок – психотерапевт для родителей, он играет эмоциональными гранями отношений.  **Родители для ребенка** воспринимаются как символы традиций, надежд (часто несбывшихся), обязательств ребенка по отношению к родителям, родители могут быть непредсказуемыми и нести опасность для ребенка. | **СУБЪЕКТЦЕНТРИРОВАННЫЙ**  **Мне нужен мир, в котором Я делаю себя идеальным**  **(герой – Дартаньян)**  *По результатам методики «Я-подарок»* Ребенок должен преодолевать все преграды, ставить и решать сложные задачи, быть интересным для окружающих, совершенствовать себя внешне и внутренне, стать примером и стимулом развития для окружающих.  **Ребенок для родителей** воспринимается как символ игры, любви и заботы и часто надежд и ожиданий, создающих особую интригу для всех.  **Родители для ребенка** воспринимаются как символы близких эмоциональных отношений, родители нуждаются в заботе. Родители задают идеал для ребенка. |

Индивидуальный анализ конкретных случаев позволяет увидеть особенности перфекционизма конкретного человека и его отношений в группе Я-мама-папа сквозь призму общего, типологического и особенного.

В работе даны практические рекомендации психологу-консультанту, который работает с детско-родительскими отношениями и проблемами перфекционизма и нарциссизма с учетом субъектцентрированности и объектцентрированности испытуемого и его родителей.

**ВЫВОДЫ**

1. В установке на стремление к совершенству есть два плана – осознаваемый (мы обозначили его словом «перфекционизм») и неосознаваемый (мы обозначили его словом «нарциссизм»).

Шкала перфекционизма (сознательного стремления к идеалу, под влиянием родительских и социальных установок) имеет два полюса: субъектцентрированность - направленность на «Я ИДЕАЛЬНЫЙ»: потребность совершенствовать Я и мир вокруг себя, включая собственное тело, и всё, что имеет отношение к эстетическому и телесному удовлетворению и внешнему комфорту; и объектцентрированность, направленность на «МИР ИДЕАЛЬНЫЙ» - всё, что имеет отношение к познанию устройства мира, возможности органично вписать Я в закономерности социума. Шкала нарциссизма (неосознаваемого стремления к идеалу) также имеет два вектора: «МИР ИДЕАЛЬНЫЙ» и «Я ИДЕАЛЬНЫЙ» - где концентрируются ЭГО идеалы.

1. Стремление к совершенству может иметь гармоничную форму, но может быть и дисгармоничным – гипертрофированным или явно низким. Люди (в целом) склонны оценивать себя скорее умеренными перфекционистами (средняя оценка 5,8 по десятибалльной шкале). Однако существует достаточно большое количество антиперфекционистов («пофигистов») и суперперфекционистов, которые можно описывать как особые типы людей.
2. Каждый тип псикосмологии в норме имеет показатели стремления к совершенству близкие центральной тенденции (5,8 баллов по десятибалльной шкале). Тип (субъектцентрированность или объектцентрированность) задает качественное своеобразие как сознательному, так и неосознаваемому стремлению к совершенству (идеалу).
3. Люди с субъектцентрированной установкой ориентированы на мнение окружающих, для них важно быть хорошим в глазах значимых людей, успех для них связан с дорогими престижными вещами, успешной карьерой. Для субъектцентрированных перфекционистов важно быть надежным партнером и хорошим исполнителем. Они склонны выше оценивать свой характер и считают, что другие высоко оценивают их характер.
4. Количественный анализ показал отсутствие значимых различий в оценках отношений «Я» и родители для субъектцентрированных и объектцентрированных.
5. Для субъектцентрированных ребёнок для родителей воспринимается как символ игры, любви и заботы и часто надежд и ожиданий, создающих особую интригу для всех, родители воспринимаются как символы близких эмоциональных отношений, они нуждаются в заботе и задают идеал для ребенка. Для объектцентрированных ребёнок для родителей воспринимается как возможности, удобство, статус, родители воспринимаются как символы умиротворения, красоты, тепла, детства.
6. Образы «Я - подарок для мамы и папы», «Мама – подарок для меня», «Папа – подарок для меня» позволяют увидеть проблемы взаимоотношений в семье.

**Результаты исследования представлены в публикациях:**

***Монографии:***

1. Сабра Л.А. (с соавторами) Человек в системе «Я-Тело-Душа-Мир». М., Институт психологии РАН, 2019, -240 с., с илл. ( принята к публикации)
2. Сабра Л.А. Перфекционизм и нарциссизм: структура и генезис. М., Центр развития человека, 2018, - 170 с.

***Статьи в журналах и сборниках:***

1. Нагибина Н.Л., Сабра Л.А. Идеальный образ Я и идеальный образ мира субъекта познания и общения на примере модели перфекционизма // Проблемы социальной и экономической психологии: итоги и перспективы исследований. Материалы юбилейной научной конференции. ИПРАН, 2018 (принята к публикации)
2. Сабра Л.А. Перфекционизм – за, и против // «Человек, Искусство. Вселенная», М., Центр развития человека, 2015, с. 83-93
3. Сабра Л.А. Анализ качественных характеристик перфекционизма и нарциссизма влияющих на формирование идеал-представлений, на примере сказки Золушка» // «Человек, Искусство. Вселенная», М., Центр развития человека, 2017, с.191-200
4. Сабра Л.А Роль и значение подарка в объектных отношениях / [Перспективы психологической науки и практики: сборник статей Международной научно-практической конференции. РГУ им. А. Н. Косыгина, 16 июня 2017 г](https://istina.msu.ru/collections/77495040/), Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство) г. Москва, с. 112-116