

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ  
ФЕНОМЕНА «APPEARANCE» ПЕРФЕКЦИОНИЗМ

Ильин Г.С.

*В статье определяется необходимость создания конструкта «"appearance" перфекционизм» как социально-психологического феномена, в основе которого лежат перфекционистские тенденции личности касательно своего внешнего облика как интегрального социально-психологического образования. Данный конструкт разрабатывается в качестве типа направленности личности на свой внешний облик. Рассматриваются возможности социально-психологического изучения данного феномена.*

**Ключевые слова:** перфекционизм, внешний облик, направленность личности, социально-психологические особенности личности.

В современном обществе происходит актуализация перфекционистских тенденций личности в отношении многих аспектов ее бытия. Данный феномен связывается с воцарившемся культом успеха и благополучия [13], технологическим бумом с распространением потребительских ценностей [11], с феноменом индивидуализации в современной культуре, культуре нарциссизма [1, 9, 11]. С другой стороны, социо-культурные факторы обуславливают значимость внешнего облика для современного человека, во-первых, определяя его в качестве средства репрезентации жизненного благополучия, удовлетворенности жизнью, успешности и состоятельности, столь ценных в современном обществе, а, во-вторых, отводя ему весомую роль в реализации жизненных планов личности, в частности профессиональных. Так, в подтверждение последнему, имеются указания на то, что в самых разных областях профессиональной деятельности, несвязанных с индустрией красоты и моды, где внешний облик, соответствующий определенным стандартам, является главным «профессиональным качеством», все большую ценность приобретает молодежный вид, а имеющееся давление на рынке труда определяет стремление быть подтянутым и выглядеть здоровым и делает видимые признаки старения неприемлемыми [10]. Внешний облик все в большей степени соотносится с некими «идеальными образцами внешности», которые активно пропагандируются средствами массовой информации, и ассоциированы с определенными стратификационными и гендерно-возрастными характеристиками. Образцы идеальной внешности, транслируемые СМИ, также связаны со здоровым образом обладателей красивой внешности. В соответствии с этим внешний облик современного

человек непременно должен служить отражением ведения данного образа жизни. В результате всего этого к внешнему облику человека в современном обществе предъявляются все большие требования в определенном направлении: внешний облик должен быть красивым, привлекательным (для противоположного пола), ухоженным, сексуальным, здоровым; компоненты входящие в его структуру, например лицо, помимо этого, – выразительным; тело – подтянутым, хорошо сложенным; оформление внешнего облика – интересным, приятным, эффективным и т.п. Соответствие внешнего облика человека данным социальным ожиданиям в отношении его внешнего облика, а также самооценивание своего внешнего облика в направлении приписывания ему таких характеристик, как «красивый», «привлекательный», «здоровый», «ухоженный», «сексуальный» в противовес «некрасивому», «непривлекательному», «нездоровому», «неухоженному», «несексуальному» и т.д. становится свидетельством его социальной адаптированности в современном мире. Все это указывает на распространенность стремлений «улучшать» свой внешний облик, приближать его к наличествующим образцам красивого/привлекательного внешнего облика, в связи, с чем именно он становится объектом перфекционистских устремлений личности, что определяет актуальность исследования перфекционизма относительно внешнего облика человека.

В последнее время появились работы, посвященные изучению взаимосвязи перфекционизма и аффективно-когнитивных переменных, касающихся телесности человека, таких как особенности восприятия «границ образа тела» (В.В. Травова, 2008), удовлетворенность образом тела (И.Г. Малкина-

Пых, 2010), и отдельными его параметрами: мускулатурой, полнотой, ростом (Debbie L. Grammas, Jonathan P. Schwartz, 2009). Также перфекционизм изучается в контексте выявления определенных личностных психологических черт у людей, прибегающих к различного рода телесным практикам, причем в большинстве исследований фиксируется дезадаптивный характер данных особенностей: имеются указания на перфекционистские тенденции личности в связи с изучением факторов риска расстройств личностной дезадаптации у пациентов эстетической хирургии с погранично-нарциссическим синдромом (Л.Т. Баранская, 2008, 2010), определена роль перфекционизма в дисфункциональной системе особенностей самосознания аутодеструктивной личности у больных нервной анорексией (П.В. Цыганкова, 2010), выявлено соотношение феноменов патологического и нормального перфекционизма и сопутствующих им синдромов психологических черт: аффективно-когнитивных особенностей личности, стиля саморегуляции и межличностной коммуникации у профессиональных и непрофессиональных спортсменов (В.В. Травова, 2008). Имеются работы, которые посвящены изучению перфекционизма как фактора формирования неадаптивного (зависимого, компульсивного) поведения в отношении телесных практик: зависимости от тренировок (*exercise dependence*) (Howard K. Hall, Andrew P. Hill с соавт., 2009); эскалации таких видов пищевого поведения, как диета и пищевые кутежи (*binge eating*) (Angela S. Cain, Anna M. Bardone-Cone с соавт., 2008) и др.

Практически во всех выше обозначенных исследованиях имеет место изучение перфекционизма как личностной черты [7, 19, 21], либо как определенной стратегии самопрезентации [15], в основании которых перфекционистские тенденции не были непосредственно ориентированы на собственный внешний облик, за исключением исследования Angela S. Cain с соавт. [17], в котором, наряду с перфекционизмом в области межличностных отношений и академической успеваемости, изучалась взаимосвязь между уровнем перфекционизма, стресса и самоофективностью касательно веса/формы тела и эскалации диеты и компульсивного переедания. Специальному исследованию перфекционизма, ориентированного на собственную внешность, посвящены две следующие работы. Отечественная работа А.Б. Холмогоровой, А.А. Даденко [14], в которой изучалась взаимосвязь между физическим перфекционизмом (как системы личностных представлений и установок, связанных со своим внешним видом, прежде всего с весом и фигурой; для чего характерна повышенная озабоченность своим внешним видом и стремление к соответствию высоким стандартам тела, к достижению наилучших результатов в борьбе

за идеальную фигуру) и выраженностью симптомов тревоги и депрессии у юношей и девушек, систематически занимающихся бодибилдингом и фитнесом соответственно. И англоязычная работа К. Srivastova [13], в рамках которой с помощью специально разработанной шкалы (*the Appearance Perfectionism Scale (APPS)*) исследовался перфекционизм относительно своего внешнего облика, как возможный фактор мотивации прибегнуть к косметической хирургии с выявлением его взаимосвязи с такими параметрами как осознанность внешнего облика и физического Я, степень позитивной/негативной оценки своего внешнего облика, уровень удовлетворенности телом, самооценка в различных областях, в том числе зависимость самооценки от внешнего облика, негативные и позитивные переживания, свойственные индивиду и удовлетворенность собственной жизнью и др.

Другим ограничением работ (за исключением последней) является то, что в них научный интерес сфокусирован, прежде всего, на устойчивом компоненте в структуре внешнего облика и отдельных его параметров: на теле и его конституциональных особенностях. Помимо этого выше обозначенные работы посвящены изучению таких аспектов отношения к своей внешности, как удовлетворенность ею, оценка образа тела и др.; в них не рассматривается содержательная самооценка собственного внешнего облика, оценка социально-стратификационных параметров своего внешнего облика, степень его принятия и др. Также малоизученными остаются социально-психологические особенности общения лиц, перфекционистски относящихся к своему внешнему облику.

В соответствии с выявленными ограничениями встает задача теоретической разработки конструкта *appearance-перфекционизм*, как социально-психологического феномена, в основе которого лежат перфекционистские тенденции личности касательно собственного внешнего облика как интегрального социально-психологического образования. Для этого, прежде всего, необходимо обратиться к самому понятию «перфекционизм»

В самом общем виде перфекционизм определяется как стремление к совершенству [3, 16, 18]. В литературе имеются указания на то, что в настоящее время ни одно определение перфекционизма не является общепринятым [16] и что разные исследователи используют различные операциональные определения, для того, чтобы описать перфекционизм [18]. Однако развитие представлений о перфекционизме привело к концептуализации его в качестве многомерного конструкта, который имеет сложную психологическую структуру и ядром которого является такой параметр как «высокие личные стандарты», с чем в настоящее время согласны большинство исследователей.

Остановимся подробнее на канадской модели перфекционизма, разрабатываемой П. Хьюттом и Г. Флиттом [20], в рамках которой разработан опросник «Многомерная шкала перфекционизма», получивший достаточно широкое распространение в зарубежных и отечественных исследованиях перфекционизма как личностной черты. Данный опросник прошел стандартизацию, проверку надежности, валидности на российской выборке [3] и нет значительных ограничений для его использования.

П. Хьютт и Г. Флитт понимают перфекционизм как «личностный конструкт, характеризующийся стремлением к безупречности и постановкой высоких стандартов» [20, р. 22]. Этот конструкт отражает взаимодействие когнитивных, эмоциональных, мотивационных и поведенческих факторов и процессов. В структуре конструкта авторами выделяются три составляющие: перфекционизм, ориентированный на себя, (завышенные, нереалистические требования, предъявляемые по отношению к себе самому, усиленное исследование себя, строгая самокритика); перфекционизм, ориентированный на других (предполагает наличие чрезвычайно высоких стандартов, установленных человеком для других людей, требовательность по отношению к ним, нетерпимость, нежелание прощать ошибки, несовершенства) и социально-предписанный перфекционизм (убеждение субъекта в том, что к нему окружающие предъявляют чрезмерно высокие требования, которым необходимо соответствовать, чтобы заслужить одобрение и принятие, избежать негативной оценки) [2, 3, 16, 20]. В социально-психологическом смысле конструкт перфекционизма может быть понят как определенного типа направленность личности, заключающаяся в совокупности устойчивых мотивов, убеждений и установок, связанных с необходимостью в отношении себя и других быть совершенным. В случае с «appearance» перфекционизмом объектом данной направленности выступает внешний облик человека. Обратимся к трактовке внешнего облика в социальной психологии.

Внешний облик представляет собой динамическую, вариабельную, конструируемую совокупность трех взаимосвязанных подсистем: статических, среднединамических и динамических компонентов [5]. Внешний облик человека выступает в роли посредника в ситуациях социального общения с другими людьми: он представляет собой конструкт Я-для-другого, функционирующий в ситуации общения в связи с необходимостью представлять себя другому, конструировать себя для него. На этой основе формируется определенное впечатление у партнера по общению о субъекте, его отношении к субъекту [5]. Важной функцией внешнего облика является формирование социально-психологического образа

человека, его гендерной, возрастной идентичности, указание на социально-стратификационные характеристики индивида [4]. Помимо этого, собственный внешний облик выступает объектом познания самим индивидом, и данный процесс сопровождается эмоционально-оценочным отношением к своему внешнему облику (в том числе к отраженному внешнему облику). Внешний облик занимает определенное место в ценностно-смысловой картине мира человека [4], что отражается в степени значимости внешнего облика в структуре отношений личности.

Таким образом, под appearance-перфекционизмом как социально-психологическим феноменом следует понимать определенного типа направленность личности на собственный внешний облик как интегральное образование, которая заключается в совокупности устойчивых мотивов, убеждений и установок, связанных с необходимостью выглядеть совершенно (идеально) и характеризуется значимостью своего внешнего облика в структуре отношений личности и определенной самооценкой собственного внешнего облика.

Исходя из этого, исследование «appearance» перфекционизма предполагает обращение к проблеме оценочно-содержательной интерпретации своего тела и оформления своего внешнего облика, становится возможным изучение таких социально-психологических особенностей отношения к собственному внешнему облику, как оценка его соответствия гендерно-возрастным и статусно-ролевым конструктам, степень принятия своего отраженного внешнего облика и общая удовлетворенность им, отдельные параметры значимости внешнего облика в структуре отношений личности у людей с различным уровнем «appearance» перфекционизма.

С другой стороны, особый интерес вызывают социально-психологические особенности лиц, перфекционистски относящихся к своему внешнему облику.

Выраженность appearance-перфекционизма может определяться определенной системой отношений личности. На это указывает положение о том, что отношение к своему внешнему облику и его формирование и система отношений личности к себе и другому, особенности осмысления себя в жизненном пространстве взаимосвязаны [4]. Кроме того существование отношений определенной модальности к себе и другому у лиц с перфекционистскими тенденциями подтверждается конкретными эмпирическими исследованиями. Так, в отдельных исследованиях [1, 2, 11, 12] обнаружена склонность перфекционистов к высокомерию, холодности, манипулированию, требовательности, враждебности, доминированию, к контролю в отношениях с другими, к конкурентным отношениям и др. Исходя из идеи о том, что система отношений личности находит свое проявление в общении, составляя его ядро,

содержательную сторону общения: «В общении выражаются отношения человека с их различной активностью, избирательностью, положительным или отрицательным характером» [8, с. 71]; «Общение есть актуализация отношений» [6, с. 31] можно заключить, что знак, модальность отношений личности указывают на социально-психологические параметры взаимодействия данной личности в общении.

Исходя из выше изложенных положений цель исследования – провести сравнительное изучение социально-психологических характеристик общения и отношения к своему внешнему облику у лиц, отличающихся выраженностью «арреагансе» перфекционизма.

Гипотеза исследования: субъекты с различной степенью «арреагансе» перфекционизма могут отличаться социально-психологическими характеристиками отношения к своему внешнему облику и социально-психологическими параметрами общения.

Для уточнения выдвинутой гипотезы планируется проведение пилотажного эмпирического исследования.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Баранская Л.Т. Факторы риска расстройств личностной адаптации у пациентов эстетической хирургии: автореф. дис. ... доктора псих. наук. – М., 2010. – 44 с.
2. Гаранян Н.Г. Психологические модели перфекционизма // Вопросы психологии. – 2009. – № 5. – С. 74–83.
3. Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма П. Хьюитта и Г. Флетта» // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 6. – С. 73–89.
4. Лабунская В.А. Не язык тела, а язык души! Психология невербального выражения личности. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 344 с.
5. Лабунская В.А. Экспрессия человека: общение и межличностное познание. – Ростов-н/Д: Феникс, 1999. – 608 с.
6. Леонтьев А.А. Психология общения. – Тарту, 1974; М.: Смысл, 1997.
7. Малкина-Пых И.Г. Перфекционизм и удовлетворенность образом тела в структуре личности пациентов с нарушениями пищевого поведения и алиментарным ожирением // Экология человека. – 2010. – № 1. – С. 2–27.
8. Мясищев В.Н. Психология отношений: избранные психологические труды. – М., 1995.
9. Парамонова В.В. Феномен телесного перфекционизма как социокультурная патология // Культурно-историческая психология. – 2009. – № 3. – С. 34–41.
10. Рамси Н., Харкорт Д. Психология внешности / пер. с англ. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.
11. Соколова Е.Т. Нарциссизм как клинический и социо-культурный феномен // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – С. 67–81.
12. Травова В.В. Соотношение нормальных и патологических перфекционистских тенденций. Предварительные размышления // Материалы научно-практических конгрессов IV Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». Том 2. Раздел «Здоровье нации и образование». – М., 2008. – С. 289–290.
13. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Культура, Эмоции и Психическое здоровье // Вопросы психологии. – 1999. – № 2. – С. 61–74.
14. Холмогорова А.Б., Дадеко А.А. Физический перфекционизм как фактор расстройств аффективного спектра в современной культуре // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2010. – № 3. URL: <http://medpsy.ru> (25.11.2010).
15. Цыганкова П.В. Взаимосвязь перфекционизма с особенностями самосознания при аутодеструктивном поведении // Вестник МГОУ. Серия: «Психологические науки». – 2010. – № 2. – М.: Изд-во МГОУ. – С. 28–32.
16. Ясная В.А., Ениколопов С.Н. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы // Вопросы психологии. – 2007. – № 4. – С. 157–168.
17. Cain A.S., Bardone-Cone A.M., Abramson L.Y., Vohs K.D., Joiner T.E. Refining the Relationship of Perfectionism, Self-Efficacy, and Stress to Dieting and Binge Eating: Examining the Appearance, Interpersonal, and Academic Domains // International Journal of Eating Disorders. – 2008. – № 41. – P. 713–721.
18. Canter D.E. Self-Appraisals, Perfectionism, and Academics in College Undergraduates: Thesis of PhD. – Virginia: Commonwealth University, 2008.
19. Grammas D.L., Schwartz J.P. Internalization of messages from society and perfectionism as predictors of male body image // Body Image. – 2009. – № 6. – P. 31–36.
20. Hewitt P.L., & Flett G.L. Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology // Journal of Personality and Social Psychology. – 2001. – № 5. – P. 21–39.
21. Hall H.K., Hill A.P., Appleton P.R., Kozub S.A. The mediating influence of unconditional self-acceptance and labile self-esteem on the relationship between multidimensional perfectionism and exercise dependence // Psychology of Sport and Exercise. – 2009. – № 10. – P. 35–44.
22. Srivastava K. Conceptualization and Development of the Appearance Perfectionism Scale: Preliminary Evidence for Validity and Utility in a College Student Population: Thesis of BS in Psychology. – Michigan, 2009.