

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

Невмержицкая Надежда Сергеевна

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**Особенности психологического консультирования людей среднего
возраста с нарциссическими чертами личности**

Направление 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Магистерская программа: Мастерство психологического консультирования

Допущена к защите
Заведующая кафедрой
к.пс.н., доцент Мосина Н.А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.12.23
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы
к.пс.н., доцент Сафонова М.В.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.12.23
(дата, подпись)

Научный руководитель
к.пс.н., доцент Мосина Н.А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.12.23
(дата, подпись)

Обучающийся
Невмержицкая Н.С.
(фамилия, инициалы)

01.12.23
(дата, подпись)

Красноярск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Реферат.....	3
ВВЕДЕНИЕ.....	10
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМ РАБОТЫ С ЛЮДЬМИ С НАРЦИССИЧЕСКИМИ ЧЕРТАМИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ	18
1.1. Понятие личности в современной отечественной и зарубежной психологии.....	18
1.2. Психологические особенности проявления нарциссических черт личности в среднем возрасте	29
1.3. Специфика работы с людьми с нарциссическими чертами личности в консультировании	41
Выводы по Главе 1.....	51
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО СПЕЦИФИКЕ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА КОНСУЛЬТАНТА С ЛЮДЬМИ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА С НАРЦИССИЧЕСКИМИ ЧЕРТАМИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.....	53
2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента.....	53
2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента.....	72
2.3. Результаты экспериментальной работы и их обсуждение.....	85
Выводы по Главе II.....	98
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	100
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	103
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	110

Реферат

Диссертация на соискание степени магистра по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, направленность «Мастерство психологического консультирования» и теме «Особенности психологического консультирования людей среднего возраста с нарциссическими чертами личности».

Объем – 126 страниц, включая 8 рисунков, 21 таблицу, 4 приложения.
Количество использованных источников – 77.

Цель научного исследования: выявить и описать специфические особенности психологического консультирования людей среднего возраста с нарциссическими чертами личности, разработать и апробировать коррекционную программу, направленную на коррекцию нарциссических черт.

Объект исследования: процесс развития личности с нарциссическими чертами среднего возраста.

Предмет исследования: психологическое консультирование людей среднего возраста, как средство коррекции нарциссических черт личности.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что:

1) люди среднего возраста с нарциссическими чертами личности, имеют свои особенности в рамках компонентов структуры личности (общечеловеческие свойства, социальные черты, индивидуальные черты), характеризующиеся специфическими проявлениями: дефицит эмпатии, манипулятивность в межличностных отношениях, самоуверенное поведение, эгоцентризм;

2) выявление и учет данных специфических черт позволит повысить эффективность психологического консультирования лиц среднего возраста, обратившихся по запросам, связанным с проблемами наличия и проявления нарциссических черт личности.

Теоретико-методологические основания исследования:

– исследования личности в современной отечественной и зарубежной психологии: Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Л. Я. Гальперин, Д. Б.Эльконин; К. Роджерс, Г. Олпорт, Р. Мэй, Ф. Перлз и др.;

– исследования нарциссизма: О.Ф. Кернберг, З. Фрейд, Х. Кохут, Х. Мюррей, О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова, А. Лэнгле.;

– исследования в области психологического консультирования: А.И. Копытин, Н.Д. Линде, Д.Х. Райт.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ психологической, психолого-педагогической и тематической литературы по теме исследования; обобщение практического опыта по работе психологов с людьми с нарциссическими чертами личности.
2. Эмпирические – опрос, тестирование, эксперимент (индивидуальное консультирование).
3. Статистические – качественный и количественный анализ результатов исследования, методы математической обработки данных.

Экспериментальная база исследования: эксперимент проводился посредством личного и дистанционного (скайп) консультирования. По итогам проведенной диагностической работы, было выбрано трое респондентов в возрасте от 36-41 года, в особенной степени отличающихся выраженностью указанных нарциссических черт для проведения дальнейшей индивидуальной консультативной работы, направленной на коррекцию выраженности нарциссических проявлений личности во взаимодействии с окружающими.

Апробация результатов исследования происходила в ходе организации и проведения индивидуальных консультаций на базе кабинета психолога. Всего было проведено 24 индивидуальных консультации.

Теоретическая значимость:

Теоретическая значимость заключается в том, что результаты,

полученные автором в ходе исследования, станут основой для более углубленного изучения возможностей психологического консультирования людей среднего возраста с нарциссическими чертами личности.

Практическая значимость:

Практическая значимость исследования заключается в возможности дальнейшего использования материалов, полученных по итогам проведения экспериментальной работы для более четкого понимания проблемы работы с людьми с нарциссическими чертами личности в процессе консультирования, и проведения дальнейших более углубленных исследований в данной и смежных областях исследования. Прикладное значение исследования состоит в разработке комплексной программы консультативной работы, направленной на коррекцию выраженности нарциссических проявлений личности для улучшения качества взаимодействий с окружающими и возможности ее дальнейшего использования специалистами психологами в практической деятельности.

Структура диссертации: исследование включает в свое содержание введение, две главы, заключение, список источников литературы и приложения.

Во Введении обсуждается актуальность работы, цели и задачи исследования, практическая значимость диссертации, формулируется гипотеза исследования. Кратко представлено содержание диссертации.

В Главе 1 рассмотрено понятие личности в современной отечественной и зарубежной психологии; проанализированы психологические особенности проявления нарциссических черт личности в среднем возрасте; изучена специфика работы с людьми с нарциссическими чертами личности в консультировании.

В Главе 2 представлено экспериментальное исследование по специфике работы психолога консультанта с людьми среднего возраста с нарциссическими чертами личности в процессе психологического

консультирования; раскрыта методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента. Представлено описание организации и проведения формирующего эксперимента; проанализированы результаты формирующего эксперимента, сделаны выводы по итогам проведенной работы.

В Заключении сформулированы основные результаты диссертации. В Приложениях представлены таблицы, содержащие данные по результатам исследования, а также статистические подсчеты.

Abstract

Dissertation for a master's degree in the field of training 44.04.02 Psychological and pedagogical education, focus "Mastery of psychological counseling" and the topic "Features of psychological counseling of middle-aged people with narcissistic personality traits."

Volume – 126 pages, including 8 figures, 21 tables, 4 appendices.

The number of sources used is 77.

The purpose of the scientific research: to identify and describe the specific features of psychological counseling of middle-aged people with narcissistic personality traits, to develop and test a correction program aimed at correcting narcissistic traits.

Object of study: the process of personality development with narcissistic traits in middle age.

Subject of research: psychological counseling of middle-aged people as a means of correcting narcissistic personality traits.

The research hypothesis is the assumption that:

- 1) middle-aged people with narcissistic personality traits have their own characteristics within the components of the personality structure (general human properties, social traits, individual traits), characterized by specific manifestations: empathy deficit, manipulateness in interpersonal relationships, overconfident behavior, egocentrism;
- 2) identifying and taking into account these specific traits will improve the effectiveness of psychological counseling for middle-aged people who have made inquiries related to the problems of the presence and manifestation of narcissistic personality traits.

Theoretical and methodological foundations of the study:

- personality research in modern domestic and foreign psychology: L.S. Vygotsky, A.N. Leontyev, L. Ya. Galperin, D. B. Elkonin; K. Rogers, G. Allport, R. May, F. Perls and others;
- research on narcissism: O.F. Kernberg, Z. Freud, H. Kohut, H. Murray, O.A. Shamshikova, N.M. Klepikova, A. Langle.;
- research in the field of psychological counseling: A.I. Kopytin, N.D. Linde, D.H. Wright.

Research methods:

1. Theoretical – analysis of psychological, psychological-pedagogical and thematic literature on the topic of research; generalization of practical experience in the work of psychologists with people with narcissistic personality traits.
2. Empirical – survey, testing, experiment (individual consultation).
3. Statistical – qualitative and quantitative analysis of research results, methods of mathematical data processing.

Experimental basis of the study: the experiment was carried out through personal and remote (Skype) counseling. Based on the results of the diagnostic work, three respondents aged 36-41 years were selected, particularly distinguished by the severity of these narcissistic traits, for further individual advisory work aimed at correcting the severity of narcissistic personality manifestations in interaction with others.

Testing of the research results took place during the organization and conduct of individual consultations in a psychologist's office. A total of 24 individual consultations were conducted.

The theoretical significance lies in the fact that the results obtained by the author during the study will become the basis for a more in-depth study of the possibilities of psychological counseling for middle-aged people with narcissistic personality traits.

The practical significance of the study lies in the possibility of further using the materials obtained from the experimental work for a clearer understanding of

the problem of working with people with narcissistic personality traits in the counseling process, and conducting further more in-depth research in this and related areas of research. The applied significance of the study is the development of a comprehensive program of advisory work aimed at correcting the severity of narcissistic personality manifestations to improve the quality of interactions with others and the possibility of its further use by psychologists in practice.

Structure of the dissertation: the research includes an introduction, two chapters, a conclusion, a list of references and appendices.

The Introduction discusses the relevance of the work, the goals and objectives of the research, the practical significance of the dissertation, and formulates the research hypothesis. The contents of the dissertation are briefly presented.

Chapter 1 examines the concept of personality in modern domestic and foreign psychology; analyzed the psychological characteristics of the manifestation of narcissistic personality traits in middle age; The specifics of working with people with narcissistic personality traits in counseling have been studied.

Chapter 2 presents an experimental study on the specifics of the work of a consultant psychologist with middle-aged people with narcissistic personality traits in the process of psychological counseling; The methodological organization of the study and discussion of the results of the ascertaining experiment are disclosed. a description of the organization and conduct of the formative experiment is presented; the results of the formative experiment were analyzed, conclusions were drawn based on the results of the work performed.

The Conclusion formulates the main results of the dissertation. The Appendix contains tables containing data on the results of the study, as well as statistical calculations.

ВВЕДЕНИЕ

В наше время неуклонно растет как научный интерес к феномену нарциссизма, так и проникновение этого термина в бытовой язык (чаще всего, в несколько искаженном значении).

Подтверждением роста научного интереса к данному феномену служит, прежде всего, большое количество (за последние 10-15 лет) научных монографий и публикаций на данную тему за рубежом, а также первые публикации статей с упоминаниями о нарциссизме и нарциссических расстройствах в российских изданиях. Вероятно, это обусловлено тем, что многие исследователи отмечают существенный рост нарциссизма и нарциссических расстройств в обществе.

Если в начале XX века типичными пациентами психоаналитика были люди с истерической организацией личности, середина XX века характеризовалась как «шизоидный мир» [42], то современные психологи и психотерапевты говорят о том, что именно проблемы нарциссизма приобретают характер эпидемии [37].

Некоторые западные исследователи [37], считают, что «проблемы нарциссизма не носили такого характера эпидемии, какой они имеют сегодня». В современных исследованиях встречаются мнения о том, что современная культура является «культурой нарциссизма», культурой «соревновательного индивидуализма, поднятого до степени войны со всем и вся, до погони за счастьем, которая заходит в тупик полной озабоченности собой» [28; 56.; 59] А. Лоуэн говорит о том, что в наше время проблемы, вызываемые чувством вины, тревогами и фобиями стали даже менее распространены, чем проблемы, обусловленные нарциссизмом [34].

Вероятно, происходит это оттого, что по мере развития человеческой цивилизации, требования к личности человека становятся все более сложными и разнообразными. Как отмечал К.Г. Юнг, изменения,

происходящие в современном мире, приводят к усилению личностной дезинтеграции, нарушениям идентичности, замене сущности персоной [74]. В наше время человеческая психика поставлена перед необходимостью справляться с нарастающим объемом задач, связанных как с усложнением социальных отношений, так и с увеличивающимся количеством социальных ролей, в которых выступает один и тот же человек. Под воздействием стереотипов и влиянием различных социальных ролей, личность превращается в «конструктор», который стремится к идеалу. Культ совершенства приобретает массовый и лихорадочный характер.

Таким образом, важность и актуальность данной темы состоит в том, что под влиянием всего вышеупомянутого современный человек перестает опираться на какие-то определенные социальные нормы, он готов к изменению своего мировоззрения и стремится к поддержанию привлекательности.

Нарциссическая тенденция становится главным звеном современной культуры, которая подвержена стремительным социальным, экономическим и политическим изменениям. Данное развитие способствует появлению завышенных требований к членам современного общества, это должны быть очень ответственные и исполнительные люди, стремящиеся к совершенству, что приводит к потере настоящего «Я», тем самым, личность утрачивает гармонию и баланс между индивидуальным и социальным развитием.

Действительно, нарциссизм – одна из наиболее актуальных и наиболее сложных проблем современной психологической практики. Также для эффективного психологического консультирования нарциссических личностей чрезвычайно важна точная диагностика. Проблема диагностики нарциссизма и способов оказания психологической помощи нарциссической личности приобретает особую актуальность при подготовке психологов и психотерапевтов, так как за помощью к специалистам обращается все больше клиентов с нарциссической проблематикой.

Вместе с этим, поскольку само понятие «нарциссической личности» во многом строится вокруг искаженного самовосприятия данных личностей, изучение специфичности теорий нарциссических личностей не только расширит наши представления о таком понятии, как личностный нарциссизм в теоретическом плане, но и может стать важным инструментом при психологическом консультировании, психодиагностике и психокоррекционной работе.

Изучение специфики отдельных составляющих структуры нарциссической личности также имело бы большое значение для понимания ряда запросов, с которыми характерно обращаются к психологам личности с нарциссическими чертами (согласно примерам запросов по С.М Джонсону, Н. Мак-Вильямс, О. Кернбергу) [13; 18; 38]: незнание себя, смутное ощущение себя (то есть, образы Я и самовосприятие), высокая уязвимость к критике и долгое переживание обид (оценочный компонент личности, самооценка), тяжелое переживание возрастных кризисов и возрастных изменений (экзистенциальный компонент личности), сложности в объектных отношениях (гендерный компонент личности, отношение к объектным отношениям, отношение и обращение с собственной агрессией).

Учитывая вышеизложенное, актуальным становится изучение имеющейся научной литературы в области теории формирования и развития нарциссических личностей, что могло бы помочь при организации эффективной практической работы с нарциссическими личностями в период среднего возраста в рамках психологического консультирования.

Стоит отметить, что, несмотря на довольно большое количество публикаций на тему нарциссизма, в сфере данной проблематики остается много неизученного. Так, зарубежные исследования, посвященные нарциссизму, принадлежат практически исключительно к психоаналитическому направлению в психологии, и поэтому, во-первых, сосредоточены на элементах и процессах бессознательного, и, во-вторых, их

способы коррекции возможны исключительно в рамках длительного и непрерывного процесса анализа. Во многих же отечественных работах понятие «нарциссизм» часто рассматривается упрощенно и одномерно, приравнивается к бытовому понятию «эгоизм» и «высокомерие». Концентрируясь на самых ярких поведенческих проявлениях, данный подход оставляет вне фокуса внимания весь широкий спектр феноменов и явлений, связанных с неграндиозным аспектом нарциссизма.

Но при всестороннем изучении нарциссической проблематики, как в теоретическом, так и в прикладном плане, следует учитывать, как грандиозную, так и неграндиозную (депрессивную) стороны нарциссизма и внутренние связи между этими сторонами нарциссического самосознания.

Поэтому важным становится изучение специфических особенностей нарциссических личностей через их сознательное самовосприятие, самоотношение и образ себя. Изучение особенностей самовосприятия нарциссической личности, а также внутренних связей между самовосприятием данных личностей и общей картиной их психической жизни представляется важной и своевременной задачей, учитывая рост как личного, так и общественного нарциссизма.

Цель работы: выявить и описать специфические особенности психологического консультирования людей среднего возраста с нарциссическими чертами личности, разработать и апробировать коррекционную программу, направленную на коррекцию нарциссических черт.

Объект исследования: процесс развития личности с нарциссическими чертами среднего возраста.

Предмет исследования: психологическое консультирование людей среднего возраста, как средство коррекции нарциссических черт личности.

Гипотеза исследования заключается в том, что:

1) люди среднего возраста с нарциссическими чертами личности, имеют свои особенности в рамках компонентов структуры личности (общечеловеческие свойства, социальные черты, индивидуальные черты), характеризующиеся специфическими проявлениями: дефицит эмпатии, манипулятивность в межличностных отношениях, сверхуверенное поведение, эгоцентризм;

2) выявление и учет данных специфических черт позволит повысить эффективность психологического консультирования лиц среднего возраста, обратившихся по запросам, связанным с проблемами наличия и проявления нарциссических черт личности.

Исходя из вышесказанного, можно сформулировать ряд задач, направленных на достижение поставленной цели.

Задачи:

1. Проанализировать теории личности, выделить критерии нарциссических черт и уровни их выраженности в структуре личности.

2. Определить психологические особенности личности с нарциссическими чертами в среднем возрасте.

3. Изучить существующие методы и подходы к психологическому консультированию, ориентированные на работу с нарциссическими чертами личности.

4. Разработать и реализовать программу консультативной работы с людьми среднего возраста, имеющими нарциссические черты личности с учетом выявленных в ходе обследования особенностей.

5. Провести контрольное обследование и оценить результаты проделанной работы.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ психологической, психолого-педагогической и тематической литературы по теме исследования;

обобщение практического опыта по работе психологов с людьми с нарциссическими чертами личности.

2. Эмпирические – опрос, тестирование, эксперимент (индивидуальное консультирование).

3. Статистические – качественный и количественный анализ результатов исследования, методы математической обработки данных.

Экспериментальная база исследования: эксперимент проводился посредством личного и дистанционного (скайп) консультирования. В рамках первоначальных диагностических процедур принимали участие 27 человек (8 мужчин, 19 женщин, средний возраст 41 год). Из них, в результате интервьюирования, для последующей работы в рамках данного экспериментального исследования были выделены 7 респондентов (6 женщин и 1 мужчина), в возрасте от 36 до 53 лет, которые проявили признаки принадлежности к нарциссическому типу или признаки нарциссических черт личности. По итогам проведенной диагностической работы, было выбрано трое респондентов, в особенной степени отличающихся выраженностью указанных нарциссических черт для проведения дальнейшей индивидуальной консультативной работы, направленной на коррекцию выраженности нарциссических проявлений личности во взаимодействии с окружающими.

Теоретико-методологические основания исследования:

– исследования личности в современной отечественной и зарубежной психологии: Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Л. Я. Гальперин, Д.Б. Эльконин; К. Роджерс, Г. Олпорт, Р. Мэй, Ф. Перлз и др.;

– исследования нарциссизма: О.Ф. Кернберг, З. Фрейд, Х. Кохут, Х. Мюррей, О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова, А. Лэнгле.;

– исследования в области психологического консультирования: А.И. Копытин, Н.Д. Линде, Д.Х. Райт.

Научная новизна исследования определяется тем, что на основе проведенного анализа научно-методической литературы и результатов эмпирического исследования была разработана авторская программа консультативных сессий с клиентами, обладающими нарциссическими чертами личности, результативность которой определялась уменьшением проявления этих черт личности по выделенным критериям.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что результаты, полученные автором в ходе исследования, станут основой для более углубленного изучения возможностей психологического консультирования людей среднего возраста с нарциссическими чертами личности.

Практическая значимость исследования заключается в возможности дальнейшего использования материалов, полученных по итогам проведения экспериментальной работы для более четкого понимания проблемы работы с людьми с нарциссическими чертами личности в процессе консультирования, и проведения дальнейших более углубленных исследований в данной и смежных областях исследования. Прикладное значение исследования состоит в разработке комплексной программы консультативной работы, направленной на коррекцию выраженности нарциссических проявлений личности для улучшения качества взаимодействий с окружающими и возможности ее дальнейшего использования специалистами психологами в практической деятельности.

Структура диссертации: исследование включает в свое содержание введение, две главы, заключение, список источников литературы и приложения.

Во Введении обсуждается актуальность работы, цели и задачи исследования, практическая значимость диссертации, формулируется гипотеза исследования. Кратко представлено содержание диссертации.

В Главе 1 рассмотрено понятие личности в современной отечественной и зарубежной психологии; проанализированы психологические особенности проявления нарциссических черт личности в среднем возрасте; изучена специфика работы с людьми с нарциссическими чертами личности в консультировании.

В Главе 2 представлено экспериментальное исследование по специфике работы психолога консультанта с людьми среднего возраста с нарциссическими чертами личности в процессе психологического консультирования; раскрыта методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента. Представлено описание организации и проведения формирующего эксперимента; проанализированы результаты формирующего эксперимента, сделаны выводы по итогам проведенной работы.

В Заключении сформулированы основные результаты диссертации.

В Приложениях представлены таблицы, содержащие данные по результатам исследования, а также статистические подсчеты.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМ РАБОТЫ С ЛЮДЬМИ С НАРЦИССИЧЕСКИМИ ЧЕРТАМИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

1.1. Понятие личности в современной отечественной и зарубежной психологии

Понятие «личность» всегда занимало в рамках психологических наук особое место, поскольку именно изучение структуры и особенностей функционирования личности предоставляет фундаментальную основу для ряда наиболее важных и значимых исследований в психологии. Являясь наиболее сложным и многогранным феноменом в психологической науке, понятие «личность» описывает индивидуальные особенности человека, его поведение, мотивацию и взаимодействие с окружающей средой [55], и таким образом выступает одной из ключевых тем в психологии как отечественных, так и зарубежных ученых.

Обратимся к анализу данного понятия посредством обращения к самому определению термина «личность» в современной психологической науке. Согласно современному краткому психологическому словарю, личность – это человек как субъект социальных отношений и сознательной деятельности [58]. Обратимся к определению личности в трактовке известных и заслуженных отечественных исследователей.

Л.И. Божович определяет личность как относительно устойчивую совокупность интраиндивидуальных ее качеств: симптомокомплексы психических свойств, образующих ее индивидуальность, мотивы, направленности [7].

А.Н. Леонтьев определяет личность как особое качество, которое приобретает индивидом в обществе, в совокупности отношений, общественных по своей природе, в которые индивид вовлекается [32].

А.В. Петровский рассматривает личность через включенность индивида в пространство межличностных связей, где взаимоотношения и взаимодействия, возникающие в группе, трактуются как качества и черты личности их участников [50].

Среди зарубежных известных исследователей можем выделить особенно интересные определения данного понятия в трактовке К. Хорни, Г. Олпорта, У. Джемса.

К. Хорни определяла личность как «относительно устойчивый образец повторяющихся межличностных взаимоотношений» [66].

Г. Олпорт определял личность как «присущую индивиду динамическую организацию тех психофизических систем организма, которые определяют специфику его поведения и мышления» [46].

У. Джемс трактовал личность в самом широком смысле, и подразумевает под ней общий итог того, что человек может назвать своим: качества и черты личности; чувства и эмоции (в том числе самооценка); поступки (в том числе забота о самом себе и самосохранение) [11].

Так, на основе имеющихся на сегодняшний день в научном сообществе определений понятия «личность», можем сделать вывод о том, что личность представляет собой субъекта, обладающего совокупностью различных черт, качеств и особенностей, осуществляющего сознательную деятельность, вступающего в различные социальные отношения, в которых личность и раскрывается в качестве члена общества.

Изучение проблемы личности в науке и обществе началось достаточно давно. Условно можно обозначить три периода в данном процессе: философско-литературный, клинический и экспериментальный [31].

Так, еще древние мыслители (Сократ, Аристотель, Спиноза, Юм и др.) поднимали вопросы относительно личности. Данный процесс продолжался вплоть до XIX века. Активно исследовались вопросы нравственности личности, а также особенности социальной природы. Необходимо обратить

внимание на то, что первые подходы к пониманию личности были достаточно объемными по своему содержанию. Подходы включали в себе все то, что имеется у человека, а соответственно то, что считалось личным: психологию, биологию, имущество и т.д. Данный подход отмечался и в достаточно поздние периоды [31].

В первое десятилетие XIX века личность стала исследоваться и врачами-психиатрами (З. Фрейд, А. Адлер, К. Юнг и др.), которые стали вести наблюдения за личностью пациентов при проведении клинических исследований. Помимо этого, психиатры изучали и особенности жизни для того, чтобы понять поведение лица. В клинический период изучения личности о ней было представление как об особом феномене, которому присуща специфика. Со временем было установлено, что особенности присущи большей части людей, а соответственно таковыми не являются [31].

До начала XX века, указанные два подхода, были единственными в части трактовки личности. Постепенно в начале XX века начались исследования, на основании которых были предприняты попытки проникнуть в сущность данного феномена. В указанный период именно психологи (А.Ф. Лазурский, Г.Ю. Айзенк, Р.Б. Кэттел, Г. Олпорт и др.) стали проявлять повышенный интерес к личности. Начало XX века – это период, когда отмечалось бурное развитие экспериментальных исследований, что в конечном итоге привело к разработке тестовых методик изучения личности [31].

На сегодняшний день существует значительное количество теорий и подходов, которые по-разному раскрывают структуру личности.

С.Л. Рубинштейн в рамках своей философско-психологической концепции один из первых подошел в отечественной психологии к определению содержания структуры личности. Он выделял в психическом облике личности различные сферы: 1) направленность как мотивационно-потребностную систему личности; 2) способности и дарования; 3) характер и

свойства личности. Все эти структуры при всем своем многообразии, различии и противоречивости взаимодействуют друг с другом в конкретной деятельности человека, взаимопроникают друг в друга, и соединяются в реальном единстве личности.

В.Н. Мясищев в рамках психологии отношений выделяет в структуре личности три характеристики функционального развития человека: 1) направленность; 2) уровень развития и динамика; 3) структурный аспект. Структурный аспект раскрывает личность с позиции ее целостности или расщепленности, устойчивости или изменчивости, глубины или поверхности, преобладания или дефицита тех или иных функций [43].

Б.Г. Ананьев, рассматривая личность как субъект общественного поведения, отношений и социально-исторического процесса, представляет структуру личности в виде ряда подструктурных элементов, которые представлены в определенной иерархии: 1) общая элементарная мотивация; 2) психические функции; 3) психические свойства; 4) психические состояния; 5) психические процессы [2].

Известный советский педагог и психолог А.Г. Ковалев, являющийся учеником Б.Г. Ананьева, рассматривал личность в аспекте ее социальных взаимодействий, и отмечал, что в процессе деятельности свойства личности складываются друг с другом определенным образом и образуют сложные структуры. А.Г. Ковалев выделяет в структуре личности четыре главных компонента: 1) темперамент (система природных свойств); 2) направленность (система потребностей, идеалов, интересов); 3) способности (совокупность интеллектуальных, волевых и эмоциональных свойств); 4) характер (система отношений и способов поведения [22]).

К.К. Платонов выдвигает концепцию динамической функциональной структуры личности, согласно которой личность включает в свое содержание следующие подструктуры: 1) содержательные черты личности (направленность личности, ее моральные качества, желания, интересы,

склонности, убеждения); 2) опыт личности (знания, навыки, умения, привычки); 3) индивидуальные особенности отдельных психических процессов (ощущения, восприятия, памяти, мышления); 4) типологические свойства личности (био психическая подструктура, куда может входить истощаемость, возбудимость и пр.).

Так, личность, согласно концепции К.К. Платонова рассматривается как динамическая система, развивающаяся во времени, изменяющая состав входящих в нее компонентов и связей между ними при сохранении основной функции. Первая подструктура (содержательные черты личности) формируется и развивается посредством воспитания; вторая (опыт личности) развивается в процессе обучения; индивидуальные особенности психических процессов формируются и развиваются посредством упражнений; типологические свойства личности корректируются (в случае возможности) путем тренировки [51].

Таким образом, в отечественной психологической науке личность чаще всего рассматривается как результат процесса вызревания генотипических черт под воздействием социальной среды. Структура личности происходит из объективно существующего взаимодействия реального психического феномена, взятого за целое, и его реально существующих подструктур, а также из их всесторонних связей.

Рассмотрение природы возникновения и особенностей развития нарциссических черт личности в трудах отечественных исследователей стали появляться лишь в последние годы, и ранее этот аспект личностного развития не становился объектом для изучения, скорее всего, в силу социально-культурной идеологии, господствующей в обществе. Наиболее точно и подробно нарциссические черты личности были впервые рассмотрены в отечественной психологии такими исследователями как О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова [21; 68], которые выделяли оптимальный уровень нарциссизма (способность личности к наиболее полному

восприятию собственных возможностей, опора на внутриличностные ресурсы, стремление реализовывать свои возможности, спокойно воспринимать совершаемые ошибки, способность получать уроки из опыта и т.д.) и нарциссические состояния (чрезмерное средоточие психической активности субъекта на самом себе, приводящее к деструктивному воздействию личности на себя и на окружающих людей) [67].

Обращаясь к рассмотрению основных теорий, подходов к структуре и содержанию понятия «личность» в зарубежных психологических трудах, можно отметить, что зарубежные исследователи, в рамках изучения данного феномена нередко учитывают в его определении различные культурные и исторические контексты.

Анализ научной литературы по обозначенной проблеме позволил отметить, что в общем виде структура личности раскрывается, в личностных теориях, теориях личностных факторов, а также в топологических теориях. Впервые категория «личностные черты» была предложена Г. Олпортом, где черта рассматривалась в качестве устойчивой характеристики, которая имеет определенную иерархию, проявляется в поведении, что как раз и позволяет сравнить поведенческие проявления среди людей [46].

Согласно Г. Олпорту, структура личности представляет собой динамическую организацию тех психофизических систем в индивиде, которые определяют его характерные для него поведение и мышление. Г. Олпорт различал в структуре личности индивидуальные (личные диспозиции) и общие черты (в теории чаще встречаются как просто «черты»). Реальное различие между ними в том, черты и личные диспозиции реально существуют в человеке, и должны быть определены исходя из непосредственного наблюдения за поведением [46]. Основным недостатком теории черт заключается в том, что личность воспринимается всего лишь как совокупность черт, а не просто как целостность, которой присуща своя индивидуальная структура.

Теории личности в русле гуманистической психологии (К. Роджерс, Г. Олпорт, Р. Мэй, Ф. Перлз и др.) раскрывают личность в качестве психологического образования, которое формируется в ходе жизнедеятельности человека в обществе, где и происходит развитие и получение жизненного опыта [42; 46; 57; 60]. С позиции феноменального подхода К. Роджерса, личность имеет отношение, с одной стороны, к окружающей действительности, а с другой стороны, к самому себе. Категории конгруэнтности (степень тождественности жизненного (феноменального) поля реальной действительности) и самоактуализации (стремление к саморазвитию и самореализации) являются основными звеньями в этой теории [57]. К. Роджерс указывал, что в результате недостаточного уважения и поддержки со стороны окружающих людей в раннем детстве у человека могут формироваться нарциссические черты личности. Именно те люди, которые не получают достаточно положительной оценки и эмоциональной поддержки, в большей степени подвержены развитию нарциссических черт личности [57].

Р. Мэй утверждал, что здоровая и полноценная личность является результатом серьезной внутренней работы по выявлению бессознательной основы существования и его механизмов. Так, в сущности, структуру личности, согласно данному исследователю составляют следующие компоненты: 1) отношения с миром внешних объектов; 2) отношения с другими людьми; 3) отношения с собственной личностью. Так, важным условием развития здоровой личности является полноценное ее присутствие и проявление во всех этих трех аспектах одновременно [41]. Р. Мэй уделял большое внимание проблеме нарциссизма, и считал, что современный человек перестал интересоваться чем-либо, кроме своей собственной персоны, причиной чего считал избыточное распространение идей индивидуализма, независимости, изоляции. Р. Мэй доказывал, что

нарциссические черты характера ведут к симптомам экзистенциального отчаяния (одиночеству, жестокости, жадности и депрессии) [41].

Согласно Ф. Перлзу, личность представляет собой целостное единство ее структурных элементов: 1) организм (тело человека), 2) самость (система контактов организма со средой, интегрирующая в себе все уровни потребностей), 3) зоны осознания: внутренняя (процессы и события, которые происходят в теле), средняя (мысли, фантазии, верования, отношения и другие мыслительные процессы), внешняя (совокупность внешних воздействий окружающей среды, поступающие через сенсорные каналы) [60].

Исходя из представленной структуры, личность представляет собой сложную систему опредмеченных взаимодействий: убеждений, отношений, понимания себя и окружающего мира. Личность самоценна и обладает способностью выбирать свой жизненный путь [49]. Так, здоровое функционирование личности подразумевает динамическое соотношение между восприятием и осознанием индивидом самого себя, других людей и окружающей среды. Вместе с этим, Ф. Перлз уделял внимание в своих трудах вопросам формирования нарциссических черт личности, утверждая, что данный процесс берет свое начало в детстве, когда ребенок испытывает дефицит любви, поддержки и признания со стороны родителей или других значимых лиц. Нарциссические черты формируются, по мнению автора, в результате неполноценности и разрыва между внутренним и внешним миром личности. Это происходит из-за некорректного искажения и переживания информации о себе и других. В целом, формирование и развитие нарциссических черт личности приводит к дефициту здорового самоощущения, вследствие чего возникает чувство неполноценности и низкая самооценка [49].

Одной из распространенных теорий личности в зарубежной психологии является психоаналитическая теория, основателем которой считается Зигмунд Фрейд [64].

Посредством психоанализа З. Фрейду удалось весьма подробно раскрыть особенности поведения человека. Он указывал в своих исследованиях на то, что существуют две потребности, которые как раз и позволяют определить психическую деятельность человека: либидозная и агрессивная. При удовлетворении данных потребностей возникают препятствия, которые как раз и формируют область бессознательного. В ряде случаев им удается прорваться и проявиться в сознании в виде символов. По мнению З. Фрейда, в структуре личности необходимо обозначить три основных компонента: ид (Оно), эго (Я), супер-эго (Сверх - я) [64].

Ид – это основа, где как раз властвуют бессознательные инстинкты, которые были вытеснены. Что касается Эго, то с одной стороны оно следует за бессознательным, а с другой стороны, подчиняется существующим нормативам, устоям, действующим в обществе. Супер-эго является совокупность моральных устоев, сложившихся в обществе, то есть в данном контексте Супер-эго выполняет роль цензора. Соответственно, наблюдается конфликт, поскольку нельзя говорить о совместимости Ид и Супер-эго. Эго постоянно использует защитные механизмы в виде вытеснения и сублимации [64]. З. Фрейд полагал, что существуют специальные механизмы, которые используются в процессе деятельности. Это может быть проекция, перенос, вытеснение и т.д. [64].

Теория личности З. Фрейда имеет свои сложности. Различные компоненты в данной структуре личности находятся в подчинении биологических законов [6].

К.Г. Юнг полагал, что психика человека имеет три уровня, к которым стоит отнести: сознание, личное бессознательное и коллективное бессознательное [73]. Именно коллективному бессознательному отдается

приоритетное значение, так как оно имеет всеобщий характер и оказывает значительное воздействие на личность человека, предопределяет особенности его поведения и т.д. У отдельных людей коллективное бессознательное может проявляться в виде архетипов, которые выражаются в сновидениях, творчестве [73].

В рамках психоаналитической теории личности существуют разные взгляды на причинную природу возникновения нарциссических черт личности. Так, классический психоанализ предполагает, что нарциссизм (как правило, тяжелый) – есть результат фиксации на ранней нарциссической стадии развития (предшествующей объектной любви) и связан с неспособностью любить объект [1; 64; 66].

О. Кернберг, известный представитель психоаналитического направления, разработавший психоаналитическую экспрессивную психотерапию, в русле традиционного психоанализа считает, что здоровый и патологический нарциссизм обусловлен отношением я-либидо с объект-либидо и с внешними объектами, а также конфликтами инстинктов, в которых принимают участие либидо и агрессия [75]. Иными словами, формирование ненормальной любви к «Я» развивается с ненормальной любовью к объектам, что нарциссизм и объектные отношения нельзя отделить друг от друга [18].

Известный психоаналитик и основатель одного из современных направлений в психоанализе (селф-психология) Х. Кохут описывал в своей теории, что у каждого индивида отмечается потребность в организации своей психики в связную конфигурацию. Особая роль в теории и структуре личности данного автора отводится категории «Самость» и потребности в формировании укрепляющих Самость взаимосвязей «Я» с внешним окружением. Такая взаимосвязанность элементов пробуждает и повышает энергетику личности, а также сохраняет структурную связность и

сбалансированность ее элементов. Так, именно в нарциссизме Х. Кохут видел ту самую связывающую Самость, а также основу патологии [28].

В отличие от теории З. Фрейда, Х. Кохут говорит о причине нарциссизма вследствие дефицита в развитии личности. Так, по мнению Х. Кохута, нарциссизм является субъектной частью развития «Я», которая представляет собой отдельную линию развития внутри личности [27].

К здоровому нарциссизму Х. Кохут относит основные проявления положительного представления о себе, своей ценности и самоактуализации личности (способность адекватно оценивать свои возможности, реализовывать потенциал, умение прощать ошибки и использовать во благо предыдущий жизненный опыт). При патологическом нарциссизме индивид испытывает сложности в саморегуляции напряжения, настроения, не имеет стабильной самооценки и устойчивой идентичности, формируется грандиозное Я [28].

Следовательно, согласно психоаналитической теории, в структуре личности выделяются такие компоненты как «Ид», «Эго» и «Супер-эго» которые во взаимодействии обуславливают различные аспекты поведения человека, его мыслей и чувств. Эти компоненты могут также вступать в конфликт, что может приводить к различным проблемам в развитии, в том числе к формированию нарциссических черт личности. В рамках психоаналитической теории существуют разные позиции и взгляды на формирование нарциссических черт личности, согласно которым такое явление может быть обусловлено неудовлетворенностью в отношениях, перекосами в развитии личности. Вместе с этим, все авторы и исследователи сходятся в особом влиянии ранних детских отношений на формирование нарциссических черт личности.

Таким образом, проведенный анализ научной литературы по обозначенной в параграфе проблеме позволяет сделать вывод о том, что как в отечественной, так и в зарубежной психологии личность рассматривается как

сложный психологический феномен, который включает в себя индивидуальные особенности, поведение, мотивацию, эмоции и мышление. В отечественной психологии акцент делается на влиянии социальной среды, общественной деятельности и образования на формирование личности. В зарубежной психологии, напротив, уделяется большее внимание биологическим, генетическим и эволюционным факторам, влияющим на развитие личности. В целом структура личности может быть представлена следующими структурными элементами: 1) общечеловеческие свойства (ощущения, восприятие, мышление, память, эмоции и др.); 2) социальные черты (социальные установки, социальные роли, ценностные ориентации и др.); индивидуальные черты (темперамент, сочетание ролей, самосознание). Рассмотренный материал также позволил сделать вывод о том, что формирование нарциссических черт личности может быть обусловлено несколькими причинами: дефицит или профицит эмоциональной поддержки в отношениях с родителями и окружающими в раннем детстве; травматические события; декларируемые в обществе индивидуалистические ценности или высокая социальная конкуренция.

1.2. Психологические особенности проявления нарциссических черт личности в среднем возрасте

Феномен нарциссизма, формирования и проявления нарциссических черт личности приобретает в современном мире особое значение в связи со своей увеличивающейся распространенностью.

Обратимся первоначально к определению понятия «нарциссизм» в трактовке различных исследователей, уделявших внимание изучению данного феномена.

3. Фрейд определял нарциссизм как эксцессивную любовь к самому себе и беспокойство о собственном «Я». Он рассматривал нарциссизм как

способ самозащиты и компенсации недостатка удовлетворения внутренних желаний [64]. Возникновение нарциссизма З. Фрейд связывал с ранней эгоцентричностью и самолюбием в развитии эго.

А. Адлер описывал нарциссизм как стремление к постоянному признанию, славе и власти, которые маскируют низкую самооценку и компенсируют ощущение неполноценности [1].

Х. Кохут определяет нарциссизм как результат невозможности развития здорового чувства самости. По мнению Х. Кохута, нарциссизм может возникнуть вследствие отсутствия эмоциональной поддержки в детстве [76].

О. Кернберг рассматривал нарциссизм как сочетание чрезмерной любви к себе, завышенной самооценки и нездорового эгоцентризма. Он подчеркивал, что личность с нарциссическими чертами часто испытывает проблемы в отношениях, из-за своей непосредственности и потребности в особенном обращении к себе [20].

Х. Мюррей рассматривал нарциссизм в качестве потребности воспринимать собственные интересы как первостепенные по сравнению с интересами, желаниями и целями других людей [77]. Автор выделяет два основных аспекта в феномене нарциссизма: грандиозность и уязвимость, в контексте которых выявляет их проявление в личности субъекта.

Отечественные исследователи И.И. Андрюшин, Д.Е. Алексеев рассматривают нарциссизм в качестве самостоятельной структуры субъекта, которая направлена на выполнение следующих функций: «филтрат-медиатора, между внутренней и внешней реальностью с целью поддержания равновесия в получении достаточного удовлетворения самим собой и другими людьми; интеграции базовых чувств в целях реализации потребности в самооценке; защитной в целях снижения негативного (неудовлетворенности, действительной и мнимой угроз) эмоционального воздействия внутренней (Ид и Супер-Эго) и внешней реальности» [3, с. 216].

О.А. Шамшикова определяет нарциссизм как «чрезмерную самовлюбленность или самолюбование человека» [68].

А. Лэнгле отмечает, что основной характеристикой нарциссизма выступает недостаточное развитие «Я», его слабость [36]. В связи с тем, что такому человеку нечего ценить в себе самом, его главной особенностью становится необходимость соотнесения себя с внешним образом [36].

На основе проведенного анализа научной литературы, можем обозначить основные причины, которые приводят к формированию нарциссических черт личности: отсутствие адекватного уровня самооценки; наличие гиперопеки или гипоопеки со стороны родителей; пережитая психологическая травма; игнорирование личности ребенка.

Опираясь на данные, полученные в трудах различных исследователей, представляется возможным определение и содержание понятия «нарциссические черты личности».

О.Ф. Кернберг под нарциссическими чертами личности, которые определяются в пределах психической нормы, понимает стабильные, повторяющиеся в однотипных ситуациях особенности поведения, которые при этом не достигают уровня, позволяющего диагностировать нарциссизм как патологию личности [19].

О.Ф. Кернберг утверждал, что люди с нарциссическими чертами отличаются особой структурой личности, которая включает грандиозное чувство самоценности, презрение к другим и зависимость от позитивного зеркалирования от окружающих [20]. В работах О.Ф. Кернберга можно встретить описание следующих нарциссических черт:

- чрезмерное самолюбие (завышенная оценка своих собственных заслуг и качеств; вера в то, что они особые и выдающиеся);
- недостаток эмпатии (трудности с пониманием чувств других людей, фокус на себе и своих собственных нуждах);

– жажда восхищения (стремление к подтверждению и признанию со стороны других людей для поддержания своей чрезмерно положительной самооценки);

– склонность к манипуляциям в межличностных отношениях (использование других для достижения своих целей; потребности и чувства других воспринимаются как инструменты для достижения своих собственных целей) [20].

Х. Кохут рассматривал различные степени проявления нарциссизма: от здорового до патологического. Согласно основным положениям его концепции, в начале жизни грандиозное «Я» развивается как зрелое Эго, и характеризуется самоуважением, амбициями, способностью к переживанию удовольствия. Необходимым условием для этого выступает оптимальное желание слияния с Я-объектом. Если это стремление приобретает хронические черты высокой выраженности, то это приводит к фрагментации личности, а средняя по интенсивности фрустрация задерживает развитие таких структур личности, как грандиозное и идеализируемое «Я» [28].

Х. Кохут, выделял следующие нарциссические черты:

- нарциссическая самооценность;
- повышенная потребность в восхищении и внимании;
- недостаток эмпатии и взаимоотношений;
- идеализация «Я»;
- чувствительность к критике.

Х. Мюррей отмечал, что аспект грандиозности в нарциссизме определяется выраженностью у личности таких нарциссических черт как сосредоточенность психического внимания на себе, высокая степень самолюбования, требования внимания к себе, похвалы, чрезмерная чувствительность к пренебрежению со стороны окружающих, неуважительное отношение к другим людям. Кроме этого, опосредованно нарциссизм проявляется в таких чертах, как амбициозность, властность,

склонность к доминированию, мизантропия. Аспект уязвимости в нарциссизме по Х. Мюррею представлен такими нарциссическими чертами как уязвимость перед критикой (в том числе самокритикой), идеи самоуничижения [77].

О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова опираются в своих трудах на теоретическую модель Т. Миллона, который выделяет ряд следующих нарциссических черт:

- надменный образ «Я» (неадекватное восприятие своих способностей, преувеличение достижений, претенциозная и неоправданная самоуверенность);

- потребительство в межличностных отношениях (манипулятивный стиль взаимодействия с другими людьми, ожидание односторонних обязательств по отношению к себе со стороны окружающих, рассмотрение других людей как средств для достижения своих целей);

- широта взглядов (неограниченная фантазия, предприимчивость, предпочтение неформальных отношений, неприятие объективной реальности);

- беззаботность (невозмутимость и оптимистичность);

- дерзкое, заносчивое поведение (неуважение к правилам и нормам общества, к личным правам других людей) [68].

Кроме этого, опираясь на исследования О.А. Шамшиковой, Н.М. Клепиковой, Т. Миллона можно отметить, что людям с нарциссическим ядром свойственны следующие характеристики: жизнерадостность, богатое воображение, самоуверенность, самонадеянность в ожиданиях поведения по отношению к себе со стороны окружающих [68].

Также А. Лэнгле отмечает такие характерные нарциссические черты помимо вышеупомянутых как завистливость, ревность, соперничество, обусловленные чувством нарцисса, что он постоянно чего-то недополучает [36].

Вместе с этим, у лиц с нарциссическими чертами нередко отмечаются проблемы, связанные с коммуникациями, поскольку в большинстве случаев они склонны относиться к другим людям с презрением, снисхождением; не умеют сопереживать другим людям [59; 69]. Идеализация, а также обесценивание людей для лиц с нарциссическими чертами является средством защиты – это своеобразная проекция нарцисса по отношению к самому себе. Такая проекция характерна только в отношении избранных людей, которые кажутся нарциссам лучше, чем они сами [16].

О.А. Шамшикова выявила, что в межличностных взаимоотношениях лица с нарциссическими чертами зачастую выделяют людей «выше» себя по каким-либо характеристикам, статусу и пр. Такие люди вызывают у лиц с нарциссическими чертами интерес, до тех пор, пока они не найдут причину для их обесценивания. Вместе с этим, у людей с нарциссическими чертами личности могут наблюдаться проблемы, связанные с просьбами о помощи. Они нередко воспринимают обращение к другим людям за помощью в качестве слабости, испытывая чувство непереносимого стыда [69].

Также люди с нарциссическими чертами обладают высокой чувствительностью и в большинстве случаев довольно тяжело переносят критику, что как раз и приводит к резким формам поведения (например, это могут быть крики, насилие, грубость) [56].

В исследованиях ряда ученых (И.И. Андрюшин, Л.Н. Городецкая, С.Е. Соколов, О. А. Шамшикова и др.) так или иначе прослеживается, что у людей с нарциссическими чертами личности достаточно шаткая самооценка и присутствует неуверенность, наблюдается повышенная зависть (например, к материальному благополучию, статусу, известности или свободе) [3; 10; 48; 59; 67].

Обращаясь к проблеме проявления нарциссических черт личности на этапе среднего возраста, необходимо изначально кратко рассмотреть основные характеристики данного возрастного периода.

В периодизации Э. Эриксона, основоположника теории социального развития личности, «средний возраст» соответствует фазе старшего взрослого возраста от 34 до 60 лет, и представляет собой этап переживания личностью неудовлетворенности собственной самореализацией [72].

По мнению Г. Крайг, средний возраст знаменует собой период расцвета семейной жизни, карьеры, творческих способностей, но, в то же время, период, когда человек все чаще задумывается о смерти, испытывает беспокойства о сохранении близких отношений с родными и друзьями, реализации себя, необходимости что-то оставить следующему поколению. Автор рассматривает две модели возраста: модель перехода и кризиса. Модель перехода предполагает планирование перемен в жизни, что обеспечивает плавный переход человека на следующий этап жизненного цикла. Модели кризиса свойственно неожиданное разрушение иллюзий и возникновение болезненной неспособности справиться с негативными последствиями кризиса. Г. Крайг определяет кризис как негативный вариант, а не норму развития, характерную для данного возрастного периода [30].

На биологическом, физическом уровне и в психической деятельности индивида среднего возраста многие исследователи выделяют снижение физиологических, психомоторных и психофизиологических показателей. Ухудшаются зрение, слух, обоняние и вкусовые ощущения человека, отмечается спад физических показателей силы, выносливости, скорости и объема движения [63]. Возрастные изменения, происходящие на уровне психических процессов, касаются разных аспектов. С увеличением возраста поле внимания становится все более узким, снижая концентрацию и распределение внимания. Снижается память, ухудшается психосоматика, снижается качество и содержание мыслительных процессов. Однако происходящие изменения в данный возрастной период не означают остановки развития, поскольку включаются компенсаторные изменения мышления. Некоторые исследования отмечают развитие интеллектуальных

функций человека, проявляющихся в интеграции образно-логического мышления с практическим, делая мышление более гибким [52].

На психологическом уровне некоторые негативные изменения претерпевают эмоциональная сфера, ценностно-смысловая сфера и Я-концепция личности. Исследователи отмечают сниженный фон настроения, отсутствие спонтанной радости, негативизм в отношении событий жизни, повышение общей тревожности и страха за детей и близких, повышение чувства усталости, апатия и потеря интереса к происходящему вокруг [65]. По данным исследования, проведенного Т.С. Труховой, для людей, достигших середины жизни в профессиональной сфере и личностной сфере свойственно испытывать такие чувства как беспомощность, тревога, разочарование в себе, в профессии или месте работы. Вместе с этим, у них зачастую наблюдается отсутствие должного эмоционального отношения к окружающим на работе, почти полное исключение эмоций из сферы профессиональной деятельности. Также наблюдаются тенденции негативной самооценки или обесценивания своих профессиональных успехов, и достижений, негативизм относительно профессиональных возможностей, деформация отношений с окружающими людьми, недостаточная насыщенность переживаемых эмоций [62].

Так, развитие личности в период среднего возраста характеризуется переоценкой жизненных приоритетов, самоидентификацией и созреванием, уверенностью в себе и стабильностью в мыслях и эмоциях, а также адаптацией к новым ролям и физическим изменениям. Эти изменения могут сопровождаться как положительными, так и вызывающими некоторую тревогу или стрессом моментами в жизни. Однако, средний возраст также предоставляет возможность для личностного роста, самоосознания и развития новых навыков и интересов.

В настоящее время отмечается выраженный дефицит исследований, непосредственно посвященных изучению проблемы проявления нарциссических черт личности в среднем возрасте.

Обзор научной литературы, анализ публикаций и исследований, прямо или косвенно посвященных вопросам проявления нарциссических черт в период среднего возраста [8; 24; 35; 39; 46] позволил определить ряд характерных проявлений нарциссических черт в период среднего возраста.

В первую очередь, лица среднего возраста с нарциссическими чертами существенно переоценивают свои собственные возможности, а также имеющиеся таланты, навыки; достаточно часто не умеют признавать свои ошибки, а также некомпетентность по каким-либо вопросам. Такие лица искренне придерживаются мнения о том, что они исключительны, в связи с чем, окружающие должны мириться с их особенностями и проявлять терпимость [24]. Кроме того, у лиц среднего возраста с нарциссическими чертами наблюдаются перепады настроения и самооценки. Самоощущение таких людей находится в зависимости от мнения окружающих лиц: в случае, когда в адрес нарциссов идет похвала, признание, их самооценка начинает граничить с манией величия; если же такое признание отсутствует, то возможно наступление депрессивного состояния. Промежуточное состояние у таких людей наблюдается не часто [8; 24; 48].

Установлено, что лица среднего возраста с достаточно выраженными нарциссическими чертами умело могут манипулировать людьми для того, чтобы достигнуть какой-либо собственной выгоды. Манипуляции могут проявляться как в материальной, так и в моральной сферах. Весьма часто проявляются тиранические и созависимые отношения с людьми, имеющими нарциссические черты личности. Для таких людей характерно преподнесение своего мнения как единственно верного. В случае, если оппонент стремится доказать обратное, возможны вспышки гнева и даже насилия [21; 69].

Вместе с этим, у людей с выраженными нарциссическими чертами довольно часто отсутствует эмпатия, что способствует неспособности выстраивать качественные отношения. Им весьма сложно следовать существующим моральным и этическим нормам, у них отсутствуют внутренние ограничители поведения, которые вытекают из чувственности и гуманности. Зачастую такие люди лишены возможности внимательно слушать собеседника, что приводит к его перебиванию, отсутствию способности сконцентрировать свое внимание на проблемах других лиц [35; 46].

Так, проведенный анализ научной литературы позволяет нам сделать вывод о том, что существуют основные факторы и аспекты, которые могут влиять на проявление нарциссических черт личности в период среднего возраста, среди них семейные отношения (в том числе в родительской семье); социальные факторы ближайшего окружения (особенности воспитания, а также особенности взаимодействия со взрослыми); макросоциальные факторы (особенности материального обеспечения, социальные поощрения, статусы и т.д.).

По результатам ряда исследований (С.А. Новиков, В.Д. Менделевич) для людей с нарциссическими чертами личности характерно саморазрушающее поведение, склонность к разного рода зависимостям. При наличии стресса, потерь такие люди чаще других стремятся заглушить неприятные эмоции более сильными переживаниями, что является для таких людей наиболее приемлемым выходом для решения сложившейся ситуации [39; 46].

Люди с нарциссическими чертами личности склонны разрушать свою жизнь, вместе с этим им свойственно непостоянство желаний, отсутствие усидчивости и настойчивости. Очень часто люди с нарциссическими чертами склонны менять место работы, совершать необдуманные поступки и покупки [35].

Для лиц с нарциссическими чертами нередко характерно преобладание негативных эмоций. Позитивные эмоции и оценки они, как правило, выражают только в отношении самого себя и в отношении «избранных» лиц, которые оцениваются лучше себя самого [15]. В среднем возрасте достаточно часто люди с нарциссическими чертами добиваются своего через скандалы, крик, запугивание, проявляя озлобленность, а также стремление обвинить в своих неудачах, проблемах кого-то другого [40].

В научной литературе также имеется представление о том, что для людей с нарциссическими чертами личности характерно «черно-белое мышление» и они лишены возможности адекватно воспринимать окружающую действительность [9].

Люди с нарциссическими чертами личности полагают, что их могут понять далеко не все люди, а только избранные. Нарциссам весьма проблематично оценивать других реально – отмечается или идеализация, или обесценивание. Все это способствует тому, что окружающие разделяются на бесполезных и тех, кто возвышается в глазах такого человека. На этой почве возникает значительное количество проблем. В случае, когда люди с нарциссическими чертами личности попадают в плохое окружение, они начинают верить в то, что они плохие и им проблематично покинуть такое окружение [68].

Люди с нарциссическими чертами личности нуждаются в тех людях, которые будут подпитывать их своим уважением, одобрением. В случае, если их поведение, поступки не одобряются, то это воспринимается в качестве личной обиды.

В целом, нарциссические черты, присутствуя в структуре личности, могут поддерживать желание добиться успеха, каких-либо достижений, быть успешным в карьере и т.д. Однако на определенных жизненных этапах (а особенно в периоды возрастных кризисов) нарциссические черты могут значительно усиливаться ввиду различных физиологических,

психологических и социальных изменений, что может негативно отразиться на процессе социальной адаптации.

Таким образом, основными нарциссическими чертами выступают: завышенный уровень самооценки, чрезмерная самовлюбленность и самолюбование, ощущение исключительности, которое не отвечает реальности. По данным, имеющимся в научной литературе, нарциссическая часть присутствует у каждой личности, но отличается только уровень выраженности нарциссических черт. В период среднего возраста многие люди могут проявлять более ярко выраженное самолюбие и завышенную оценку своих качеств и достижений. Они могут стремиться к внешнему признанию и похвале, а также искать подтверждение своей значимости. Вместо активного стремления к успеху и признанию на работе или в карьере, люди с нарциссическими чертами личности в среднем возрасте могут начать искать внешнее признание и удовлетворение через семью, детей или другие области жизни. Кроме этого, в связи с происходящими биологическими изменениями в данный возрастной период люди с нарциссическими чертами могут проявлять повышенное внимание к своему внешнему виду и заботиться о нём, так как боятся старения и утраты привлекательности. Люди с нарциссическими чертами личности в период среднего возраста могут уделять особенно высокое внимание к своей персоне и искать подтверждение своей исключительности и достижений через внешние источники. Проявление нарциссических черт личности в среднем возрасте может в значительной степени оказывать негативное влияние на качество межличностных отношений: сильное стремление к самоутверждению и самолюбию может создавать неприятности в межличностных взаимодействиях и вызывать конфликты.

1.3. Специфика работы с людьми с нарциссическими чертами личности в консультировании

Психологическое консультирование выступает на сегодняшний день одним из наиболее эффективных средств разрешения личностных проблем, предоставляя индивидуальную поддержку и помощь клиентам в осознании, исследовании и преодолении своих эмоциональных и психологических трудностей.

Обратимся к рассмотрению различных трактовок понятия «психологическое консультирование».

Так, Р. Кочюнас отмечает, что консультирование представляет собой совокупность процедур, направленных на помощь человеку в разрешении проблем и принятии решений относительно совершенствования личности и межличностных отношений в различных сферах. Вместе с этим, автор отмечает, что консультирование отражает профессиональное отношение квалифицированного консультанта к клиенту, которое обычно представляется как «личность-личность», хотя иногда в нем участвуют более двух человек. Целью консультирования, по мнению Р. Кочюнаса, выступает помощь клиентам в понимании происходящего в их жизненном пространстве и в осмысленном достижении поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера [29].

Г.И. Колесникова дает следующее определение: «Психологическое консультирование – это область практической психологии, цель которой заключается в оказании консультантом психологической помощи клиенту в ходе специально организованной беседы, направленной на осознание клиентом сути проблемы и способов её разрешения» [25].

Р.С. Немов считает консультирование основным видом психологической практики, который преследует главную цель: оказание оперативной помощи клиенту в решении возникших у него проблем [45].

Таким образом, эффективность в консультативной работе во многом достигается благодаря профессионализму специалиста, а также тем условиям, которые он создает в процессе консультации для самораскрытия клиента. В ходе консультирования, специалист обеспечивает безоценочную и конфиденциальную атмосферу, где клиент может исследовать свои мысли, чувства и поведение, развить новые навыки и стратегии, а также обрести новые перспективы и ресурсы для психологического роста и изменений.

Психологическое консультирование лиц с нарциссическими чертами может включать различные подходы, каждый из которых имеет свои плюсы и минусы.

Одними из широко используемых подходов в решении проблем обозначенного характера являются арт-терапия, эмоционально-образная терапия, когнитивно-поведенческий подход, гештальт-терапия.

Арт-терапия (терапия творчеством) является одним из наиболее эффективных способов работы с клиентами любого возраста и с любыми нарушениями, при этом для личности – это способ самораскрытия, самовыражения, развития и гармонизации личности. Творчество приносит нам огромное удовольствие. В творчестве каждый человек получает много возможностей высказаться, выразить свои чувства и эмоции [26].

«Психотерапевтическая энциклопедия» под ред. Б.Д. Карвасарского, определяет арт-терапию, как «использование искусства как терапевтического фактора» [53]. Арт-терапия является простым и эффективным способом психологической помощи, основанным на творчестве и игре. В связи с этим арт-терапия задействует преимущественно средства невербального общения. Символическая коммуникация является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому увидеть конкретную жизненную ситуацию, осознать свои житейские и профессиональные проблемы и найти благодаря этому путь к их решению. Арт-терапия является средством свободного самовыражения и

самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу взаимного доверия в терапевтической группе, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека [23].

Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений [17].

Арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации: раскрытие широкого спектра возможностей человека и утверждение им своего индивидуального и неповторимого способа бытия в мире [23; 26].

Анализируя имеющийся опыт арт-терапевтической работы в консультативной практике, можем выделить ряд возможных методов и способов в работе с лицами, имеющими нарциссические черты личности:

1) художественное самовыражение: предоставление клиенту возможности выразить свои эмоции, мысли и внутренний мир через различные художественные материалы, такие как краски, карандаши, глина и т. д. [26]. Это может помочь клиенту изобразить свои нарциссические черты и изучить их более глубоко;

2) работа с символами и метафорами: создание условий для использования клиентом символов и метафор, с помощью которых он сможет выразить свои нарциссические черты и состояния. Например, клиент может создать коллаж, включающий различные образы и символы, которые представляют его самооценку, властность или стремление к вниманию. Это позволит клиенту глубже понять и осознать свои нарциссические черты и их влияние на его жизнь [27];

3) рефлексия и диалог: побуждать клиента говорить о его творческом процессе и продукте, помогать при этом ему осознать и интерпретировать свои художественные работы, чтобы найти связь между ними и его нарциссическими чертами. После этого провести диалог с клиентом, чтобы обсудить эти взаимосвязи и помочь клиенту искать пути изменения и роста [17].

В связи с рассмотренным материалом можем отметить, что очевидными преимуществами использования арт-терапевтического воздействия в консультативной работе с лицами среднего возраста с нарциссическими чертами личности можно назвать: помощь в выражении клиентом своих эмоций и мыслей, которые могут быть сложными для вербальной коммуникации; предоставление широких возможностей в исследовании и понимании нарциссических черт, в более глубоком анализе и осознании своей личности. Однако, несмотря на это, арт-терапия в консультативной работе может восприниматься лицами среднего возраста с нарциссическими чертами личности как угроза для их самооценки и самовосхваления, также могут возникать сопротивление и несогласие с идеей столь глубокого исследования нарциссических черт, трудности в установлении равноправного и эмпатичного отношения из-за свойственной нарциссизму тенденции к доминированию и контролю.

Эмоционально-образная терапия – это сравнительно новый и актуальный метод психотерапии, позволяющий достичь достаточно значительных и устойчивых результатов в процессе применения его в рамках консультативной практики. Автором данного метода является Н.Д. Линде. Его основная идея заключается в том, что любой симптом или эмоциональное состояние могут быть выражены с помощью зрительного, кинестетического или звукового образа. Последующая внутренняя работа и преобразование этого образа позволяют изменить его исходное состояние в более приемлемое для клиента. Главной целью метода является обнаружение

и избавление от негативного эмоционального заряда, и преобразование его в нейтральный или позитивный. Эта задача достаточно легко и быстро решается в процессе создания клиентом спонтанного образа, соответствующего проблемному состоянию, с последующей его трансформацией. В общем состоянии клиента это проявляется не только улучшением эмоционального фона, но и устранением физического дискомфорта, болей и напряжения [33].

Применение данной терапии возможно при наличии любого рода психологических расстройств, при выраженных эмоциональных и телесных проявлениях. Исключением являются только неизлечимые психические заболевания, клинические случаи.

Эмоционально-образная терапия подразумевает поэтапную реализацию работы:

- 1) клиническая беседа: происходит сбор данных о проблеме, осмысление проблемы, формирование гипотезы о структуре проблемы;
- 2) прояснение симптома: на этом этапе устанавливается, каким образом чувство или состояние выражено телесным действием;
- 3) создание образа: клиенту предлагается представить чувство в виде образа, находящегося в пространстве или перед ним на стуле;
- 4) исследование образа: созданный образ изучается с точки зрения чувственных характеристик (размер, форма, цвет, консистенция и т.д.), отношения к образу и образа к себе, образы могут быть различными, так как обусловлены они индивидуальными особенностями пациента;
- 5) проверка на фиксацию: на данном этапе прослеживается наличие эмоционально-энергетической связи между образом и состоянием человека. Интерпретация образа дается после полной проработки;
- 6) трансформация образа: на этом этапе происходит мысленное общение с образом, передача чувства через образ. На внешнем уровне происходит работа с образом, а на внутреннем – работа над состоянием

клиента. На этом этапе происходят глубокие психоэмоциональные изменения в состоянии.

7) соматизация образа: на данном этапе происходит слияние образа с телом, с частью личности, или установление с образом иных позитивных отношений;

8) ситуативная проверка: консультант предлагает клиенту представить травмирующую ранее ситуацию и проследить за своей реакцией на неё: не появились ли побочные нежелательные эффекты в виде сомнения или дискомфорта от новых ощущений;

9) этап закрепления: клиенту предлагается представить дальнейшую жизнь или дорогу, план действий [33].

Такая поэтапная работа может быть достаточно эффективна в практике преодоления проблем, связанных с наличием нарциссических черт личности. Одним из основных преимуществ использования данного подхода может являться то, что эмоционально-образная терапия предлагает клиентам альтернативные способы выражения своих нарциссических черт и эмоций, что может помочь им найти более здоровые и конструктивные способы взаимодействия с самим собой и с окружающими [28]. Вместе с этим, важно учитывать, что в процессе такой работы клиенты с нарциссическими чертами могут быть склонны преувеличивать свои эмоции и фокусироваться на себе, что может препятствовать развитию более здорового и равновесного самоощущения. Кроме этого, люди с нарциссическими чертами могут быть склонны зависеть от одобрения и подтверждения со стороны терапевта, что может затруднить достижение самостоятельности и автономии.

Когнитивно-поведенческий подход помогает клиенту осознавать и изменять негативные мысли, поведенческие паттерны и привычки, которые могут быть связаны с нарциссическими чертами. Так, например, благодаря КТП можно осуществлять работу с клиентами по идентификации и изменению негативных мыслей [54], связанных с нарциссическими чертами,

такими как завышенная самооценка и потребность в постоянном подтверждении. Это может включать использование когнитивных переоценок, разрушение искаженных убеждений и разработку более здоровых и реалистичных мыслей [54].

Также согласно данному подходу возможно проведение работы над осознанием своих эмоций, их причин и последствий, а также разработка стратегий саморегуляции эмоций [14; 71]. Это может включать упражнения по осознанности, техники дыхательных упражнений и другие техники для управления эмоциями.

В рамках КПТ возможна работа с межличностными отношениями, которая может осуществляться в развитии у клиента навыков эмпатии, установлении эффективной коммуникации и уменьшении эгоцентричности. Для этого нередко используются ролевые игры, тренинги по навыкам социальной коммуникации и тренинги по разрешению конфликтов [4; 5].

Таким образом, плюсами данного подхода в психологическом консультировании может выступать то, что благодаря нему устанавливаются прочные доверительные отношения с клиентом и создается эмоциональная поддержка. Эмпатия и сочувствие присущие данному подходу позволяют клиенту почувствовать, что его проблемы важны и принимаются. Одновременно с этим, минусами данного подхода может являться то, что некоторым клиентам может быть сложно принять изменения и адаптироваться к новым способам мышления и поведения. Кроме того, когнитивно-поведенческий подход может сосредоточиться исключительно на симптомах, упуская из виду более глубокие причины нарциссического поведения.

Гештальт-терапия исходит из того, что восприятие человека организовано всегда как целостное образование (гештальт), включающее фигуру и фон. Фигура – это та часть окружающей среды, которая под действием потребности становится объектом внимания; фон – остальная

среда, окружающая организм (термин, часто применимый к человеку в гештальт-терапии). Терапия заключается в налаживании эффективного существования (то есть приносящего пользу и организму, и среде), при котором не остается «незавершенных гештальтов» – таких травматических ситуаций, которые возникают вследствие неудачи удовлетворения потребности и характеризуются последующим жестким доминированием связанной с ней фигуры [12]. Организм вновь и вновь возвращается к прежней фигуре, вместо того чтобы ее сменить и завершить гештальт иным путем. Гештальт-терапия разработала методы, которые помогают осознать базовую, часто скрытую, потребность (core need) и возможности ее удовлетворения в актуальной ситуации контакта со средой [49].

Гештальт-терапия может быть полезной в консультативной практике с лицами, имеющими нарциссические черты, так как она обеспечивает глубокое и эмоциональное исследование личности, а также помогает клиентам осознать и принять свои внутренние конфликты и проблемы [18]. Вот несколько специфических подходов и техник гештальт-терапии, которые могут быть применимы:

1) осознание внутренних процессов: акцентирование внимания клиента на осознании текущего опыта и внутренних процессов [44]. Такая работа позволит клиенту с нарциссическими чертами стать более осознанным в отношении своих мотиваций, эмоций и мыслей, что может помочь в распознавании деструктивных паттернов и изменении их [20];

2) работа с телесными ощущениями: придание важности телесным ощущениям и физическому выражению эмоций клиента [49]. В работе с нарциссическими чертами, это может помочь клиенту стать более вовлеченным в свое тело и выразить свои эмоции без сдерживания или притворства [18];

3) рабочие эксперименты для помощи клиентам в исследовании новых способов действий и мышления [49]. Это может быть полезно для клиентов с

нарциссическими чертами, чтобы увидеть альтернативные способы взаимодействия с окружающими людьми и разработать более адаптивные стратегии.

Так, очевидными плюсами применения гештальт-терапии в консультативной практике с людьми среднего возраста с нарциссическими чертами выступают: помощь клиентам в осознании своих нарциссических черт и внутренних конфликтов; развитие аутентичности и личной ответственности у клиента. Из возможных минусов применения данного подхода можно отметить то, что люди с нарциссическими чертами могут проявлять сопротивление изменениям в рамках гештальт-терапии и критике, поскольку такой подход направлен на осознание и принятие своих проблем и несовершенств. также в рамках гештальт-терапии существует риск усиления нарциссических черт (таких как эгоизм, недостаток понимания и сочувствия к другим людям) в случае если не находится баланс между самопочитанием и эмпатией к другим.

Таким образом, проведенный анализ научной литературы позволил нам рассмотреть различные подходы, которые можно применять в рамках психологического консультирования с лицами среднего возраста, имеющими нарциссические черты личности: когнитивно-поведенческий подход, гештальт-терапия, арт-терапия, эмоционально-образная терапия. Анализ основных методов и практик в рамках каждого рассмотренного подхода позволил нам отметить его предполагаемые преимущества и недостатки в работе с интересующей нас категорией клиентов. Полагаем, что эффективность практической консультативной работы зависит от индивидуальных особенностей клиента и комбинации различных подходов. На основе проведенного обзора и анализа научно-методической литературы считаем целесообразным использовать в практике психологического консультирования лиц среднего возраста с нарциссическими чертами

личности методы и приемы таких подходов как, арт-терапия, эмоционально-образная терапия, когнитивно-поведенческая терапия.

Выводы по 1 главе

В результате анализа научной литературы по проблеме можно сделать следующие выводы:

1. Личность представляет собой сложный психологический феномен, который включает в себя индивидуальные особенности, поведение, мотивацию, эмоции и мышление.

2. В основу данного исследования примем структуру личности, которая включает в свое содержание следующие компоненты: 1) общечеловеческие свойства (ощущения, восприятие, мышление, память, эмоции и др.); 2) социальные черты (социальные установки, социальные роли, ценностные ориентации и др.); индивидуальные черты (темперамент, сочетание ролей, самосознание).

3. В период среднего возраста у людей среднего возраста могут проявляться различные нарциссические черты, свидетельствующие о высоком эгоцентризме (ярко выраженное самолюбие и завышенная оценка своих качеств и достижений; высокое самомнение и поиск подтверждения своей исключительности и достижений через внешние источники); отсутствии или дефиците эмпатии (неспособность распознавать, понимать и учитывать эмоции и переживания окружающих); нарушения в межличностных отношениях (использование других для усиления социальных позиций, достижения целей; не учитываются интересы и цели окружающих); нарушения поведения (проявление надменного, заносчивого отношения, презрение к окружающим, агрессивные импульсы в скрытой или явной форме)

4. Эффективность практической консультативной работы с лицами среднего возраста, имеющими нарциссические черты личности, зависит от индивидуальных особенностей клиента и комбинации различных подходов. Считаем целесообразным использовать в практике психологического

консультирования лиц среднего возраста с нарциссическими чертами личности методы и приемы таких подходов как арт-терапия, эмоционально-образная терапия, когнитивно-поведенческий подход.

ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО СПЕЦИФИКЕ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА КОНСУЛЬТАНТА С ЛЮДЬМИ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА С НАРЦИССИЧЕСКИМИ ЧЕРТАМИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента

Экспериментальное исследование проводилось посредством проведения индивидуальных консультаций в г. Красноярске. Частично консультации проводились с применением онлайн-технологий.

Исследование проводилось при добровольном согласии участников. Критерием выбора респондентов стало предположительное наличие выраженных нарциссических черт личности после прохождения диагностического интервью. В рамках первоначальных диагностических процедур (диагностическое интервью, беседы) принимали участие 27 человек (8 мужчин, 19 женщин, средний возраст 41 год). Из них, в результате интервьюирования, для последующей работы в рамках данного экспериментального исследования были выделены 7 респондентов (6 женщин и 1 мужчина), в возрасте от 36 до 53 лет, которые проявили признаки принадлежности к нарциссическому типу или признаки нарциссических черт личности.

На этапе констатирующего эксперимента перед нами стояла задача подобрать диагностический материал и описать специфику проявления нарциссических черт личности у группы испытуемых.

На основе проанализированного теоретического материала, представленного в I главе, мы выделили основные критерии изучения нарциссических черт личности в рамках компонентов структуры личности, и в соответствии с ними подобрали определенные диагностические

инструменты, позволяющие выявить уровень выраженности каждого критерия нарциссических черт в структуре личности (таблица 1).

Таблица 1 – Критерии нарциссических черт и уровни их выраженности в структуре личности

Критерий	Методики	Высокий	Средний	Низкий
Дефицит эмпатии	1. Опросник «Нарциссические черты личности» (О. А. Шамшикова, Н.М. Клепикова) 2. Опросник эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов)	Неспособность распознавать и понимать чувства и потребности других людей, нежелание идентифицироваться с другими и оказывать ожидаемые эмоциональную поддержку и помощь	Недостаточно развитая способность в распознавании и понимании чувств и потребностей других людей, время от времени отмечается нежелание ставить себя на место другого человека, который обращается за помощью и оказывать ему ожидаемую эмоциональную поддержку	Эмоциональные непосредственные реакции на поведение других людей, сочувствие им, предугадывание их состояний. Он способен отождествлять себя с человеком, находящимся в затруднительном положении, и оказанию на этой основе сочувствия, сопереживания и действенной помощи.

Продолжение таблицы 1

<p>Манипулятивно сть в межличностных отношениях</p>	<p>1.Опросник «Нарциссическ ие черты личности» (О.А. Шамшикова, Н. М. Клепикова) 2. Шкала манипулятивн ого отношения (Т. Бант)</p>	<p>Отношение к партнеру по взаимодействию как к специфическому средству достижения своих целей, реализации своих интересов и удовлетворении собственных потребностей без учета интересов, воли и желаний другой стороны</p>	<p>Периодическая склонность в социальных взаимодействия х к использованию других для усиления социальных позиций и достижения собственных целей. Также в ситуациях контакта с окружающими периодически прослеживается тенденция не учитывать их интересы и цели</p>	<p>Отношение к партнеру по взаимодействию как к личности, обладающей самоценностью; стремление в социальном взаимодействии учитывать интересы, волю и желания другой стороны</p>
<p>Сверхуверенное поведение</p>	<p>1. Опросник «Нарциссическ ие черты личности» (О.А. Шамшикова, Н. М. Клепикова) 2.Методика «Диагностика межличностны х отношений» (Т. Лири)</p>	<p>Стремление быть над всеми, самовлюбленно сть и расчетливость во взаимоотношен иях с другими; заносчивый, требовательный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, раздражительно й</p>	<p>Прослеживаются эгоистические черты во взаимоотношен иях с окружающими; ориентация на себя, склонность к соперничеству</p>	<p>Уверенный в себе человек, уважительно взаимодействует с окружающими; эпизоды дерзкого и заносчивого поведения во взаимоотношен иях практически не проявляются</p>

Окончание таблицы 1

Эгоцентризм	1.Опросник «Нарциссические черты личности» (О. А. Шамшикова, Н.М. Клепикова) 2.Тест «Диагностика личностного эгоцентризма» (Т. Шустровой (адаптация Т. И. Пашуковой))	Частая конфликтность в виду недостаточного учета, а порой и искажения смыслового содержания сообщения собеседника, что ведет к недопониманию и межличностным проблемам; свойственны попытки использовать других людей для своих целей и интересов, прагматизм (стремление связывать все, с чем индивид встречается в жизни, только со своей пользой).	Тенденция полагать, что собственные интересы, чувства и цели имеют первостепенное значение в любых обстоятельствах; склонность к ожиданию особого отношения к своей персоне	Способность принимать и учитывать мнения, интересы и оценки других людей; умение договариваться; стремление к взаимодействию с другими на равных
-------------	--	---	---	--

Для определения уровня выраженных нарциссических черт личности у людей среднего возраста были использованы следующие диагностические методики:

1. Опросник «Нарциссические черты личности» (О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова).

Цель: оценка нарциссических состояний, характеризующихся совокупностью нарциссических черт, входящих в нарциссическое расстройство личности, но не достигающих уровня, необходимого для диагностики патологического нарциссизма.

2. Опросник эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов).

Цель: определение уровня эмпатических тенденций личности, диагностика выраженности способности к эмпатии как личностной черты.

3. Шкала манипулятивного отношения (Т. Бант).

Цель: диагностика уровня манипулятивного отношения личности к другим людям.

4. Методика «Диагностика межличностных отношений» (Т. Лири)

Цель: диагностика представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также изучение взаимоотношений в малых группах.

5. Тест «Диагностика личностного эгоцентризма Т. Шустровой» (адаптация Т. И. Пашуковой)

Цель: выявление уровня эгоцентризма испытуемых.

Таким образом, подобранный диагностический инструментарий позволяет полноценно диагностировать все выделенные критерии нарциссических черт личности.

Диагностические мероприятия проводились с испытуемыми в индивидуальной форме, в безопасной психологической атмосфере, с предварительной проверкой выполнения всех необходимых диагностических заданий. В случаях, когда это было необходимо, были проведены дополнительные разъясняющие инструкции, также экспериментатор отвечал на все относящиеся к экспериментальному исследованию вопросы испытуемых, которые не нарушали логику и цели диагностических мероприятий.

Полученные в ходе исследования данные были подвергнуты соответствующей процедуре обработки и проанализированы. Ниже представляем обсуждение полученных результатов.

Методика «Нарциссические черты личности» в данном исследовании являлась основной, и позволяла выявить выраженность основных нарциссических черт испытуемых. Результаты, полученные по первой методике, отражены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты испытуемых по методике «Нарциссические черты личности», полученные на этапе констатирующего эксперимента

Имя Ф.	Возраст	Пол	Грандиозное чувство самозначимости	Поглощенность фантазиями	Вера в собственную уникальность	Потребность в постоянном внимании и восхищении	Ожидание особого отношения	Отсутствие эмпатии	Сверхзанятость чувством зависти	Дерзкое, заносчивое поведение	
Елена К.	53	Ж	21	21	18	36	24	16	25	12	
Марина П.	41	ж	49	49	45	49	39	38	40	37	
Елена Б.	49	Ж	34	33	33	31	36	31	35	25	
Светлана Б.	42	Ж	39	39	35	39	29	28	30	27	
Наталья К.	36	Ж	26	30	37	36	43	38	40	40	
Ирина К.	38	Ж	40	39	43	49	47	38	29	47	
Сергей И.	37	М	33	26	35	36	24	35	30	28	
Среднее значение			34,57	33,86	35,14	39,43	34,57	32	28,43	32,71	30,86

Анализируя полученные данные, можем отметить, что у 6 из 7 испытуемых (Марина П., Елена Б., Светлана Б., Наталья К., Ирина К., Сергей И.) хотя бы по одной из изучаемых шкал данного опросника отмечается высокий уровень выраженности. Лишь у Елены К. отмечается средний уровень выраженности по показателям «Потребность в постоянном внимании и восхищении», «Ожидание особого отношения», «Отсутствие эмпатии». По остальным шкалам опросника у данного респондента низкие показатели. Это позволяет нам сделать предварительный вывод о том, что у Елены К. в данной выборке в меньшей степени выражены и проявляются нарциссические черты личности. Вместе с этим, выявлен респондент, который обладает высоким уровнем выраженности по всем изучаемым показателям нарциссических черт – Марина П. Остальные испытуемые выборки обладают высокой выраженностью нарциссических черт от 1 до 6 показателей. Полная таблица представлена в таблице 1 Приложения А.

Анализ средних значений в экспериментальной выборке дает нам общую среднюю картину выраженности нарциссических черт в группе (к высокой степени выраженности были отнесены также пограничные показатели): чаще всего испытуемые характеризуются повышенной потребностью в постоянном внимании и восхищении; ожиданием особого отношения к себе; манипуляциями в межличностных отношениях, отсутствием эмпатии.

Так, испытуемые с повышенной потребностью в постоянном внимании и восхищении на самом деле испытывают внутреннюю обеспокоенность в собственной несостоятельности, пытаются быть всегда в центре внимания, а также стремятся включать в свой ближний круг общения тех, кто восхищается ими.

Высокий уровень выраженности ожидания особого отношения к себе проявляется в убежденности субъекта в том, что он заслуживает особого обращения. При этом нереализованность ожиданий у таких людей будет провоцировать раздражительность при столкновении с любыми даже мелкими препятствиями.

Высокая выраженность манипулятивности в межличностных отношениях отражает склонность использования других для усиления социальных позиций, достижения своих целей. Такие люди, как правило, в ситуациях контакта с окружающими, не учитывают их интересы и цели.

Высокий уровень выраженности по шкале отсутствия эмпатии характеризует испытуемых как неспособных распознавать и понимать чувства и потребности других людей, проявляется в нежелании идентифицироваться с другими, обращающихся за помощью.

Обратимся к анализу результатов, полученных в экспериментальной выборке по итогам проведения опросника эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов), предназначенного в рамках данного исследования для диагностики такого

критерия нарциссических черт как дефицит эмпатии по компоненту общечеловеческих свойств в структуре личности.

Таблица исходных индивидуальных результатов испытуемых по данной методике представлена в таблице 2 Приложения А. Анализ первоначальных полученных данных по методике позволил нам выделить количество испытуемых с разным уровнем эмпатии (рисунок 1).

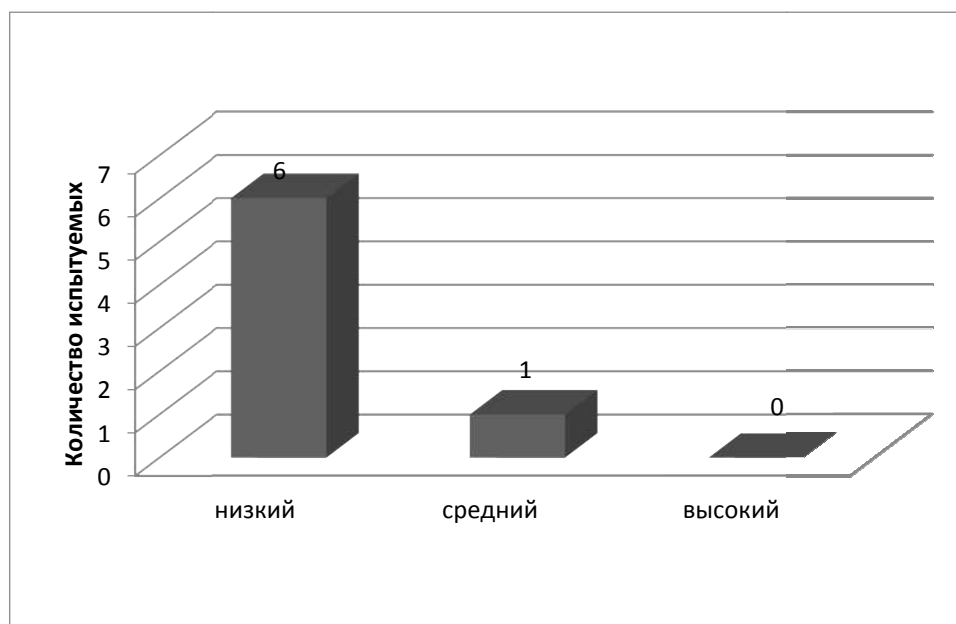


Рисунок 1 – Количество испытуемых экспериментальной выборки с разным уровнем эмпатии на этапе констатирующего эксперимента

По полученным данным мы видим, что 3 испытуемых выборки (Марина П., Наталья К., Ирина К.) отличаются очень низким уровнем эмпатии. Это свидетельствует о том, что данные испытуемые практически не способны проявлять сочувствие окружающим, предугадывать их состояния, отождествлять себя с человеком, находящимся в затруднительном положении.

Вместе с этим, также трое испытуемых выборки (Елена К., Елена Б., Светлана Б.) характеризуются низким уровнем эмпатии, что отличает их как людей, которым довольно затруднительно мысленно становить себя на место

других людей, нуждающихся в помощи, понимать их чувства и потребности, а также оказывать на этой основе действенную помощь.

Лишь один испытуемый выборки (Сергей И.) отличается средним уровнем эмпатии, что характеризует его как человека, способного в некоторых ситуациях проявлять сочувствие и сопереживание, понимать потребности другого человека и оказывать какую-либо действенную помощь. Однако такое поведение характеризует человека не на постоянной основе, оно довольно избирательное.

Испытуемых с высоким и очень высоким уровнем эмпатии в экспериментальной выборке на констатирующем этапе выявлено не было.

Проанализируем результаты испытуемых в экспериментальной выборке, полученные на этапе констатирующего эксперимента по итогам проведения методики «Шкала манипулятивного отношения» (Т. Бант) направленной в рамках данного исследования на изучение такого критерия нарциссических черт как манипулятивность в межличностных отношениях по компоненту социальных черт в структуре личности.

Таблица исходных индивидуальных результатов испытуемых на констатирующем этапе исследования по данной методике представлена в таблице 3 Приложения А. Анализ первоначальных полученных данных по методике «Шкала манипулятивного отношения» (Т. Бант) позволил нам выделить количество испытуемых с разным уровнем манипулятивного отношения к окружающим (рисунок 2).

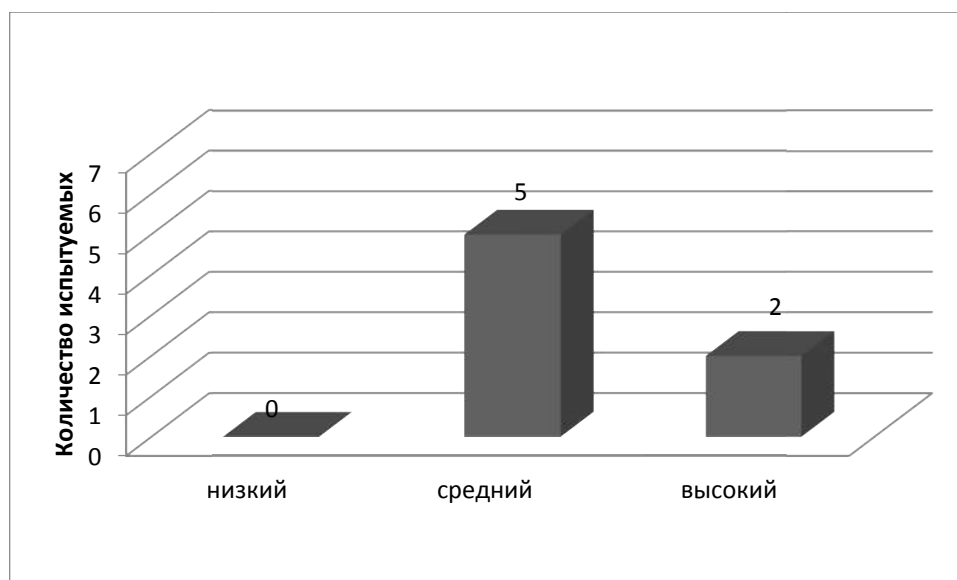


Рисунок 2 – Количество испытуемых экспериментальной выборки с разным уровнем манипулятивного отношения к окружающим на этапе констатирующего эксперимента

Представленные данные позволяют нам увидеть, что 5 испытуемых выборки отличаются средним уровнем проявления манипулятивного отношения к окружающим людям. При этом, согласно полученным количественным данным и прилагаемой схеме интерпретации, у 4 из этих испытуемых (Елена К., Елена Б., Светлана Б., Ирина К.) отмечается тенденция к высокому уровню манипулятивности в отношениях, и лишь у 1 (Сергей И.) отмечается тенденция к низкому уровню манипулятивности в отношениях с другими. Так, испытуемые со средним уровнем манипулятивности с тенденцией к высокому чаще всего характеризуются в определенной степени потребительским отношением к партнерам по взаимодействию и общению, характеризующимся стремлением посредством использования человека достигать собственные, как правило, скрываемые цели, интересы и потребности.

Также у 2 испытуемых выявлен высокий уровень манипулятивности в отношениях (Марина П., Наталья К.), что свидетельствует о том, что данные испытуемые преимущественно относятся к партнеру по взаимодействию и

общению не как к личности, а как к специфическому средству достижения своих целей, реализации собственных интересов и удовлетворения собственных потребностей без учета интересов, воли и желаний партнера по взаимодействию.

Вместе с этим, на этапе констатирующего эксперимента не выявлено испытуемых с низким уровнем манипулятивности в отношениях с окружающими, что в определенной степени подтверждает наличие данного показателя как специфического критерия проявления нарциссических черт личности.

Рассмотрим результаты испытуемых, полученные на этапе констатирующего эксперимента по итогам проведения методики «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, направленной в рамках данного исследования на изучение такого критерия нарциссических черт как сверхуверенное поведение по компоненту социальных черт в структуре личности. С помощью данной методики мы выявляли выраженность у испытуемых склонности к определенному типу межличностных отношений: авторитарный; эгоистичный; агрессивный; подозрительный; подчиняемый; зависимый; дружелюбный; альтруистический.

Таблица исходных индивидуальных результатов испытуемых на констатирующем этапе исследования по данной методике представлена в таблице 4 Приложения А. Анализ первоначальных полученных данных по методике «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири позволил нам определить средний балл выраженности в группе испытуемых по каждому из изучаемых типов межличностных отношений (рисунок 3).

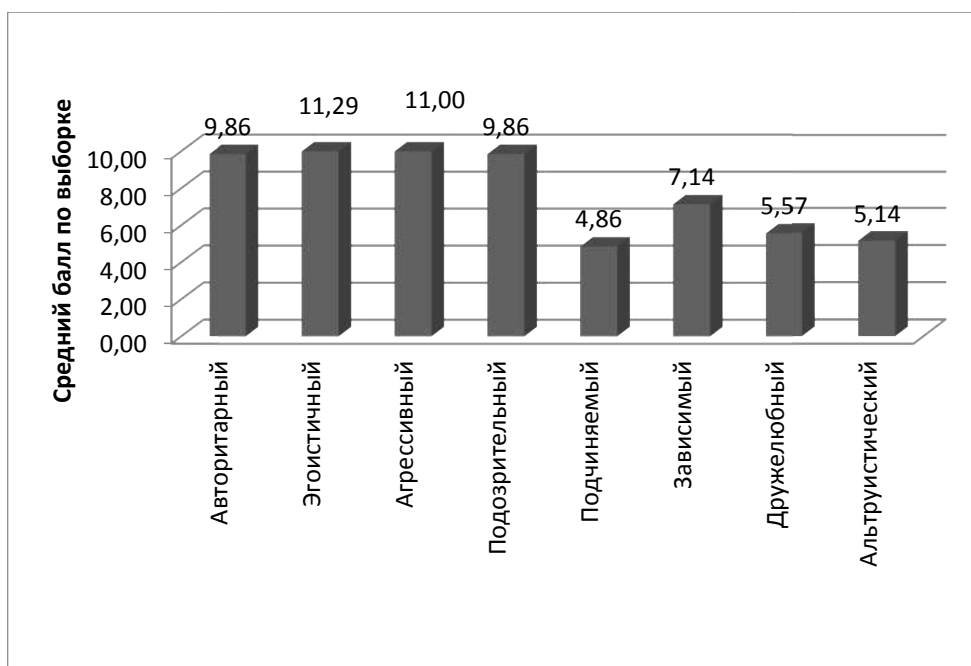


Рисунок 3 – Средние значения в выборке испытуемых относительно выраженности изучаемых типов межличностных отношений на этапе констатирующего эксперимента

Согласно процедуре обработки полученных результатов по данной методике, максимальная оценка каждого типа межличностных отношений составляет 16 баллов, при этом она разделена на четыре степени выраженности отношения, где 0-4 балла – низкая степень выраженности (адаптивное поведение); 5-8 баллов – умеренная степень (адаптивное поведение); 9-12 баллов – высокая степень проявления (экстремальное поведение); 13-16 баллов – экстремальная степень (до патологии поведение).

Так, согласно полученным данным, можем говорить о том, что в выборке испытуемых высокая степень проявления отмечается относительно таких типов межличностного отношения как эгоистический (11,29); агрессивный (11); подозрительный (9,86) и авторитарный (9,86). Перечисленные типы межличностных отношений характеризуются преобладанием неконформных тенденций в поведении и склонностью к конфликтным проявлениям, большей независимостью мнения, упорством в

отстаивании собственной точки зрения, тенденцией к лидерству и доминированию.

Испытуемые с наиболее выраженным эгоистичным типом в межличностных отношениях (Марина П., Наталья К., Ирина К.) характеризуются особой самовлюбленностью, расчетливостью, независимостью, хвастливостью, самодовольством, заносчивостью, склонностью перекладывать трудности на окружающих, и относиться к ним несколько отчужденно.

Испытуемые с наиболее высокой степенью выраженности агрессивного типа в межличностных взаимоотношениях (Марина П., Ирина К.) характеризуются преимущественно жесткостью и враждебностью по отношению к окружающим, резкость и агрессивность у таких испытуемых может доходить до асоциального поведения.

Очень высокая степень выраженности авторитарного типа в межличностных взаимоотношениях выявлена у Натальи К., что характеризует ее как человека с диктаторским, властным, деспотическим характером, стремлением к лидерству во всех видах групповой деятельности; склонностью полагаться исключительно на свое мнение, не принимая советы других. Окружающие, как правило, отмечают такую властность и признают ее.

Очень высокий уровень проявления подозрительности в межличностных отношениях отмечается у Ирины К., что характеризует данного респондента как отчужденного по отношению к враждебному и злобному миру человека, подозрительного, обидчивого, склонного к сомнению во всем, злопамятного.

Рассмотрим результаты, полученные на этапе констатирующего эксперимента по итогам проведения теста «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой (адаптация Т. И. Пашуковой), направленной в рамках данного исследования на изучение такого критерия нарциссических

черт как эгоцентризм по компоненту индивидуальных черт в структуре личности. С помощью данной методики мы выявляли выраженность у испытуемых уровень эгоцентрической направленности личности: очень высокий, высокий, средний, низкий, очень низкий.

Таблица исходных индивидуальных результатов испытуемых на констатирующем этапе исследования по данной методике представлена в таблице 5 Приложения А. Анализ первоначальных полученных данных по тесту «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой (адаптация Т. И. Пашуковой), позволил нам выделить количество испытуемых с разным уровнем эгоцентрической направленности личности (рисунок 4).

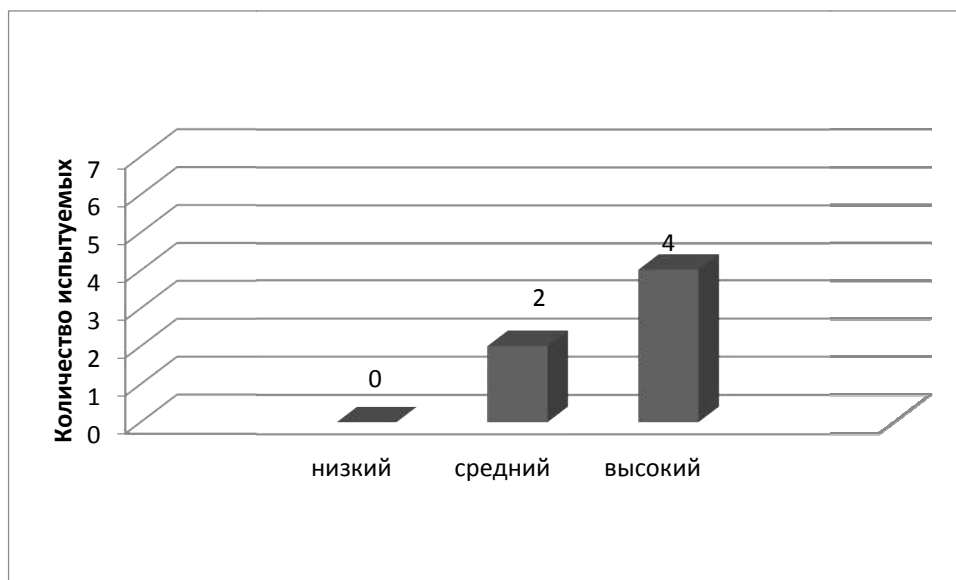


Рисунок 4 – Количество испытуемых экспериментальной выборки с разным уровнем эгоцентрической направленности личности на этапе констатирующего эксперимента

Полученные данные позволяют нам отметить, что наибольшее количество испытуемых (Елена К., Марина П., Светлана Б., Наталья К.) отличаются высоким уровнем эгоцентризма. В 22-27 предложениях из 40 у таких испытуемых отмечается наличие личных местоимений и глаголов, указывающих на их центрированность в жизни на себе, своих личных

интересах и потребностях. Такие испытуемые зачастую характеризуется достаточно высокой конфликтностью, поскольку не склонны учитывать интересы и потребности других в процессе взаимодействия, ставя в центр именно свои желания, стремления и потребности.

Вместе с этим, двое испытуемых выборки (Елена Б., Сергей И.) отличаются средним уровнем эгоцентризма (20 и 17 предложений из 40 соответственно с центрированностью на себе), что проявляется в склонности данных испытуемых также ставить свои интересы и желания на первое место, вместе со способностью иногда учитывать стремления и желания других людей, что делается, зачастую, также из соображений собственных интересов (для того чтобы избежать конфликтов и нарушения отношений, например).

У одного испытуемого выборки (Ирина К.) выявился очень высокий уровень эгоцентризма (29 предложений с личной центрированностью из 40), что свидетельствует о том, что данный респондент чрезвычайно центрирован на себе, своих потребностях и желаниях, максимально не учитывает потребности и желания других, в связи с чем ведем себя крайне эгоистично и заносчиво, что выливается в конфликты с окружающими, постоянные попытки использовать других для удовлетворения собственных интересов.

Испытуемых с низким и очень низким уровнем эгоцентризма в исследуемой выборке на этапе констатирующего эксперимента не выявлено. Это в определенной степени подтверждает, что эгоцентризм является характерной нарциссической чертой личности.

По итогам проведенного обследования для более детального анализа был составлен индивидуальный портрет психологических особенностей проявления нарциссических черт личности на каждого испытуемого, позволяющий выявить схожие и отличительные признаки в проявлении изучаемого феномена.

Елена К. (53 года): средняя степень выраженности дефицита эмпатии; средняя выраженность манипулятивности в межличностных отношениях; средняя склонность к проявлению сверхуверенного поведения (доминирование эгоистического и авторитарного типов в построении межличностных отношений); высокий уровень эгоцентризма. Учитывая эти проявления, можно предположить, что её межличностные отношения могут быть осложнены проблемами в области восприятия и понимания эмоций других, стремлением к контролю и доминированию в отношениях, а также ориентацией на себя и свои собственные потребности. Гипотетически, данная комбинация черт личности может влиять на качество межличностных взаимодействий, создавая некоторые трудности в установлении эмоциональной близости и взаимопонимания. В дополнение, высокий уровень эгоцентризма может влиять на способность Елены К. эмпатически откликаться на потребности и чувства окружающих.

Марина П. (41 год): очень высокий уровень дефицита эмпатии; высокая степень проявления манипулятивности в отношениях; выраженная склонность к проявлению сверхуверенного поведения (доминирование эгоистического, авторитарного и агрессивного типов в построении межличностных отношений); высокий уровень эгоцентризма. Марина П. вероятно испытывает сложности в установлении гармоничных межличностных отношений из-за выраженного дефицита эмпатии, что может приводить к проявлению манипулятивного поведения в отношениях. Ее склонность к доминированию, сверхуверенному поведению и высокий уровень эгоцентризма могут быть связаны с неудовлетворенными эмоциональными потребностями, требующими внимания и удовлетворения. Потенциально, психологическое консультирование может помочь Марине разработать более адаптивные стратегии взаимодействия с окружающими, улучшить понимание своих эмоций и снизить проявление агрессивных форм поведения.

Елена Б. (49 лет): высокий уровень дефицита эмпатии; средняя выраженность манипулятивности в межличностных отношениях; средняя выраженность к проявлению сверхуверенного поведения (доминирование эгоистического, авторитарного и агрессивного типов в построении межличностных отношений); средний уровень проявления эгоцентризма. Мы предполагаем, что её межличностные взаимодействия могут быть ограничены в эмоциональном понимании окружающих, возможно, с использованием манипуляций для достижения целей. Сверхуверенное поведение, хотя и присутствует, не столь ярко выражено, а уровень эгоцентризма оценивается как средний. Мы предполагаем, что Елена Б. может выиграть от развития навыков межличностного взаимодействия, особенно в области эмпатии, для улучшения качества своих отношений.

Светлана Б. (42 года): средняя степень выраженности дефицита эмпатии; средняя выраженность манипулятивности в межличностных отношениях; средняя склонность к проявлению сверхуверенного поведения (доминирование подозрительного, агрессивного и эгоистичного типов построения межличностных отношений); высокий уровень проявления эгоцентризма. Мы можем предположить, что её межличностные взаимодействия могут быть комплексными, она может испытывать трудности в эмоциональном понимании окружающих, возможно, использует манипуляции для достижения своих целей, а сверхуверенное поведение может проявляться в агрессивности и подозрительности. Высокий уровень эгоцентризма также может влиять на её способность адекватно воспринимать и реагировать на потребности других людей. Гипотетически, развитие навыков эмпатии и адаптивных стратегий общения может быть полезным для улучшения её межличностных отношений.

Наталья К. (36 лет): очень высокий уровень дефицита эмпатии; высокая степень выраженности манипулятивности в межличностных отношениях; высокая склонность к проявлению сверхуверенного поведения

(доминирование эгоистичного, авторитарного, агрессивного и подозрительного типов в построении межличностных отношений); высокий уровень эгоцентризма. С учетом очень высоких показаний по всем критериям, возможно предположить, что её межличностные взаимодействия могут быть особенно сложными. Она может испытывать серьезные трудности в эмоциональном восприятии и взаимопонимании окружающих, активно использовать манипуляции для достижения своих целей, а сверхуверенное поведение может проявляться в доминировании и агрессивности в отношениях. Высокий уровень эгоцентризма, вероятно, ограничивает её способность адекватно реагировать на потребности и чувства других людей. Гипотетически, развитие навыков эмпатии и стратегий конструктивного взаимодействия может быть ключевым для улучшения её социальных отношений.

Ирина К. (38 лет): очень высокий уровень дефицита эмпатии; высокая степень выраженности манипулятивности в межличностных отношениях; высокая склонность к проявлению сверхуверенного поведения (доминирование эгоистичного, агрессивного, подозрительного и авторитарного типов в построении межличностных отношений); очень высокий уровень эгоцентризма. Из этого следует, что её социальные взаимодействия могут быть крайне сложными. Гипотетически, она может испытывать серьезные трудности в понимании и чувствовании эмоций окружающих, активно использовать манипуляции для контроля ситуаций, а сверхуверенное поведение может проявляться в агрессивности и подозрительности в отношениях. Очень высокий уровень эгоцентризма вероятно ограничивает её способность воспринимать мир вне своего личного опыта. Гипотетически, развитие навыков эмпатии и стратегий адаптивного взаимодействия может быть ключевым для улучшения её межличностных отношений и разностороннего восприятия окружающего мира.

Сергей И. (37 лет): средняя (с тенденцией к высокой) степень выраженности дефицита эмпатии; средняя (с тенденцией к высокой) выраженность манипулятивности в межличностных отношениях; средняя склонность к проявлению сверхуверенного поведения (доминирование агрессивного и подозрительного типов в построении межличностных отношений); средний уровень эгоцентризма. Учитывая среднюю степень выраженности нарциссических черт, возможно предположить, что его социальные взаимодействия могут быть характеризованы сбалансированным подходом. Возможно, он может обнаруживать некоторые черты дефицита эмпатии и манипулятивности, но они могут не быть ярко выражены. Средняя склонность к сверхуверенному поведению, вероятно, не достигает крайностей, и средний уровень эгоцентризма может предполагать более уравновешенный взгляд на мир. Гипотетически, развитие навыков эмпатии и осознанное управление манипулятивными стратегиями может быть конструктивным направлением для улучшения его межличностных отношений.

Таким образом, по итогам проведенного обследования на этапе констатирующего эксперимента, нам удалось определить психологические особенности личности с нарциссическими чертами в среднем возрасте. Установлено, что люди среднего возраста с нарциссическими чертами личности, имеют свои особенности в рамках компонентов структуры личности (общечеловеческие свойства, социальные черты, индивидуальные черты):

- дефицит эмпатии (высокий уровень): неспособность распознавать и понимать чувства и потребности других людей, нежелание идентифицироваться с другими и оказывать ожидаемую эмоциональную поддержку и помощь;
- манипулятивность в межличностных отношениях (средний и высокий уровень): периодическая склонность в социальных взаимодействиях

к использованию других для усиления социальных позиций и достижения собственных целей. Также в ситуациях контакта с окружающими периодически прослеживается тенденция не учитывать их интересы и цели;

– сверхуверенное поведение (выраженность эгоистичного и агрессивного типа межличностных отношений): стремление быть над всеми, самовлюбленность и расчетливость во взаимоотношениях с другими; заносчивость, требовательность, строгость и резкость в оценке других, непримиримость, склонность во всем обвинять окружающих, раздражительность;

– эгоцентризм (высокий уровень): Частая конфликтность в виду недостаточного учета, а порой и искажения смыслового содержания сообщения собеседника, что ведет к недопониманию и межличностным проблемам; свойственны попытки использовать других людей для своих целей и интересов, прагматизм (стремление связывать все, с чем индивид встречается в жизни, только со своей пользой).

По итогам проведенной диагностической работы, было выбрано трое респондентов, в особенной степени отличающихся выраженностью указанных нарциссических черт (Марина П. (41 год), Наталья К. (36 лет), Ирина К. (38 лет)) для проведения дальнейшей индивидуальной консультативной работы, направленной на коррекцию выраженности нарциссических проявлений личности во взаимодействии с окружающими. Разработанная программа консультативных сессий и порядок ее реализации отражены в следующем параграфе.

2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента

В рамках формирующего эксперимента была разработана и реализована на практике программа консультативной работы с людьми

среднего возраста, имеющими нарциссические черты личности с учетом выявленных в ходе обследования особенностей.

Цель реализации программы консультативной работы – коррекция выраженности нарциссических проявлений личности для улучшения качества жизни и взаимодействий с окружающими.

Основными мишенями консультативной работы будут выступать следующие особенности и проявления испытуемых с нарциссическими чертами личности:

- Дефицит эмпатии
- Манипулятивность в межличностных отношениях
- Сверхуверенное поведение
- Эгоцентризм.

Исходя из этого, были определены следующие задачи программы консультативной работы:

1. Повысить у лиц с нарциссическими чертами уровень проявления эмпатии к окружающим.
2. Сформировать способность воспринимать другого как самоценную личность для выстраивания честных и равных взаимоотношений с окружающими.
3. Сформировать у лиц с нарциссическими чертами оптимальный уровень уверенности в себе.
4. Снизить уровень эгоцентризма у лиц с нарциссическими чертами, посредством формирования способности принимать и учитывать мнения, интересы и оценки других людей; развития умения договариваться с окружающими.

Программа консультативной работы включает в свое содержание тематический план консультативных сессий, который отражает направленность консультативной работы в рамках каждого корректируемого свойства (качества), ее цели, краткое содержание предполагаемой к

проведению работы с указанием техник, методов и приемов работы определенного подхода в психологической работе. Зачастую работа в рамках каждого тематического блока являлась достаточно объемной, и в зависимости от скорости работы клиента, в среднем разбивалась в ходе практической работы на 2 консультативные сессии. Исходя из того, что программа содержит 4 тематических блока направленности консультативной работы, с каждым из 3 респондентов, принявших участие в формирующем эксперименте, было проведено около 8 индивидуальных консультаций. Консультации с каждым клиентом проводились 1 раз в неделю. Так, реализация программы консультативной работы осуществлялась в течение 8 недель (2 месяца). Всего было проведено 24 индивидуальных консультации.

Каждая консультативная сессия имела свою структуру, которая включала:

- 1) обсуждение заявленной проблемы (темы консультативной сессии):
 - просветительская работа по проблеме (сущность, характеристики, особенности проявления);
 - обсуждение особенностей проявления проблемного воздействия обсуждаемого феномена в жизни клиента;
- 2) обращение к эмоциональному опыту проживания клиентом проявления проблемы: анализ, рефлексия, осознание и трансформация эмоционального опыта;
- 3) обретение конструктивного опыта клиентом: развитие новых навыков, умений, их закрепление на поведенческом уровне.

Продолжительность одной консультативной сессии занимала 45-60 минут.

Тематический план реализации программы консультативной работы с кратким содержанием представлены в таблице 3 (полный тематический план представлен в Приложении Б).

Таблица 3 – Тематический план реализации программы консультативной работы с лицами среднего возраста с нарциссическими чертами личности

Тема консультативных сессий: «Эмпатия: сущность, целесообразность и способы развития»	
Цели: 1) сформировать у клиента четкое понимание сущности эмпатии как личностной черты и ее роли в жизни человека; 2) проанализировать вместе с клиентом его внутренний опыт для понимания причин дефицита эмпатии; 3) развивать способность к проявлению эмпатии как социально-коммуникативного навыка	
Используемые подходы	Краткое содержание (методы, приемы, техники, упражнения)
Когнитивно-поведенческая терапия	1) проведение краткой просветительской работы на тему «эмпатия»; 2) анализ внутреннего опыта клиента с целью осознания причин дефицита эмпатии;
Арт-терапия	3) развитие эмпатии как социально-коммуникативного навыка.
Тема консультативных сессий: «Манипулятивность в межличностных отношениях: сущность, особенности, деструктивное влияние на личностное и социальное развитие»	
Цели: 1) дать полноценное представление клиенту о сущности, особенностях и деструктивных последствиях проявления манипулятивного отношения к окружающим; 2) сформировать способность воспринимать другого как самоценную личность; 3) развить способность выстраивать честные и равные взаимоотношения с окружающими	
Когнитивно-поведенческая терапия	1) краткая просветительская лекция о манипулятивном поведении в отношениях с другими людьми;
Эмоционально-образная терапия	2) формирование способности воспринимать другого как самоценную личность;
Когнитивно-поведенческая терапия	3) развитие способности выстраивать честные и равные взаимоотношения с окружающими.
Тема консультативных сессий: «Сверхуверенное поведение: сущность, особенности проявления, деструктивное влияние и оптимизация уровня уверенности в межличностных взаимодействиях»	
Цели: 1) сформировать представления о сущности и особенностях проявления сверхуверенного поведения; 2) способствовать осознанию клиента деструктивных последствий проявления сверхуверенности в собственной жизни; 3) сформировать у лиц с нарциссическими чертами оптимальный уровень уверенности в себе.	
Когнитивно-поведенческая терапия	1) просветительская работа по формированию представлений о сущности и особенностях проявления сверхуверенного поведения; 2) осознание клиентом деструктивных последствий проявления сверхуверенности в собственной жизни;

Окончание таблицы 3

Арт-терапия	3) оценка чувств, мыслей и эмоций клиента, обсуждение всех последствий такого поведения;
Эмоционально-образная терапия	4) формирование оптимального уровня уверенности в себе.
Тема консультативных сессий: «Эгоцентризм в межличностных взаимодействиях»	
Цели: 1) сформировать у клиента представления о сущности и особенностях проявления эгоцентризма в поведении при взаимодействии с окружающими; 2) реализовать процесс осознания клиентом причин проявления эгоцентризма и негативных последствий его проявления 3) снизить уровень эгоцентризма клиента в межличностных взаимодействиях.	
Когнитивно-поведенческая терапия	1) краткая просветительская лекция об эгоцентризме и его проявлении в отношениях с другими людьми;
Арт-терапия	2) осознание клиентом причин проявления эгоцентризма и негативных последствий его проявления;
Когнитивно-поведенческая терапия	3) снижение уровня эгоцентризма клиента благодаря формированию способности принимать и учитывать мнения, интересы и оценки других людей, а также развитию умения договариваться с окружающими.

В процессе проведения индивидуальной консультативной работы с лицами среднего возраста с нарциссическими чертами личности применялись методы, приемы и техники таких подходов как арт-терапия, эмоционально-образная терапия, когнитивно-поведенческая терапия.

Рассмотрим кратко, как реализовывались некоторые техники и упражнения указанных подходов в рамках проводимых тематических консультативных сессий с клиентами.

В рамках проведения консультативных сессий на тему «Эмпатия: сущность, целесообразность и способы развития» основными целями выступали следующие: сформировать у клиента четкое понимание сущности эмпатии как личностной черты и ее роли в жизни человека; проанализировать вместе с клиентом его внутренний опыт для понимания причин дефицита эмпатии; развить способность к проявлению эмпатии как

социально-коммуникативного навыка. Так, в рамках проведения работы в данной консультации после проведения краткой просветительской работы по проблеме и прояснения особенностей проявления дефицита эмпатии в жизни клиента выполнялись некоторые упражнения из когнитивно-поведенческого подхода (упражнение «Саморефлексия», ролевая игра «Смена ролей»), позволяющие лучше понять и осознать проблему дефицита эмпатии. Так, в ходе выполнения упражнения «Саморефлексия», клиенту предлагалось задуматься над своими мыслями, эмоциями и реакциями в различных ситуациях взаимодействия с другими людьми, например: «Какие мысли приходят вам в голову, когда вы видите, что другой человек испытывает трудности или страдает?» В ходе выполнения такой работы, Ирина К., обращаясь к своему опыту, указывала: «Я думаю, что человек просто слаб, если он не может нормально решить свою проблему. В любом случае, это его проблема». В такой формулировке мы видим четкую отстраненность от другого человека, нежелание понять и проявить сочувствие, а также хоть какое-либо участие в том, чтобы как-то помочь или поддержать человека. После этого, были сформулированы ряд вопросов, направленных на проверку достоверности и эффективности такой позиции, которая заключается в таких установках, например: «Не нарушает ли такая ваша позиция Ваших отношений с другими людьми?». Ирина отметила, что, несомненно, такая ее позиция не сближает ее с людьми, вызывает недопонимания и разногласия. Это являлось основным шагом работы над деструктивными установками – признание их деструктивности и неэффективности самим клиентом. В ходе участия в ролевой игре «смена ролей» Ирина К. смогла глубже понять деструктивность своей позиции и приблизиться к пониманию чувств партнера по взаимодействию.

В дальнейшей работе клиенту предлагались техники и упражнения из арт-терапевтического подхода к психокоррекции (упражнение «Письмо себе», упражнение «Рисование эмпатии», техника «Сопереживание через

истории»), которые позволили клиенту еще глубже прочувствовать эмоциональные основания и причины проявления дефицита эмпатии. Так, в ходе выполнения данных упражнений многие клиенты смогли прийти к заключению, что дефицит эмпатии и нежелание понять чувства другого являлись механизмом самовозвышения над другими, а также клиенты пришли к пониманию о том, что они также мало проявляют эмпатии и сочувствия по отношению к себе. В рамках данного тематического блока консультативных сессий мы предложили клиентам освоить технику когнитивно-поведенческой терапии «активное эмпатическое слушание»: в совместной работе с консультантом клиенты учились проявлять вербальные и невербальные признаки эмпатического слушания, проявлять внимание к собеседнику. По завершении консультативных сессий данного тематического блока большинство клиентов отметили явные изменения во внутренней позиции по отношению к себе и другим людям. В качестве домашнего задания клиентам предлагалось отрабатывать на окружающих людях (друзьях, членах семьи) новые навыки проявления эмпатии, и наблюдать за их ответной реакцией на свои действия. На следующей консультации этот опыт обсуждался с клиентами и оценивался в совместной работе с консультантом: клиенты отметили некоторые позитивные изменения в их состоянии и межличностных взаимоотношениях.

В рамках консультативных сессий по теме «Манипулятивность в межличностных отношениях: сущность, особенности, деструктивное влияние на личностное и социальное развитие» реализовывались следующие основные цели: сформировать способность воспринимать другого как самоценную личность; развить способность выстраивать честные и равные взаимоотношения с окружающими. На консультативных сессиях данного тематического блока клиентам удалось проследить проявления своего манипулятивного поведения в отношении окружающих, осознать и принять его, а также постепенно включиться в работу по преодолению

манипулятивных проявлений в межличностных отношениях. На первом этапе проведения консультации применялся когнитивно-поведенческий подход, в рамках которого осуществлялось определение доминирующих установок и убеждений клиента, запускающих механизм манипулятивного поведения.

Особую результативность показала техника эмоционально-образной терапии, применяемая с целью формирования способности воспринимать другого как самоценную личность. В рамках техники «изучение эмоционального образа» клиентам предлагалось обнаружить, изучить и проанализировать их внутренний эмоциональный образ восприятия личности другого человека. Консультант располагался напротив на стуле и предлагал представить на его месте любого человека (создание образа), с которым он обычно вступает во взаимодействие, затем клиенту предлагалось попытаться понять свои чувства, эмоции, первоначально возникающие к человеку как к субъекту коммуникации (исследование образа).

Далее клиенту предлагается прочувствовать наличие эмоционально-энергетической связи между образом личности партнера по взаимодействию и собственным состоянием (проверка на фиксацию), так завершается проработка образа и дополняется его интерпретация.

Затем клиент мысленно обращался к образу личности своего партнера по общению и взаимодействию, передавая ему чувства признания и уважения, что можно выразить также внешними проявлениями (трансформация образа). В ходе такой работы у клиента формировалось понимание, что образ другого – это также и образ себя (соматизация образа), выражая уважение и признание другому, мы также выражаем уважение и признание себе, и тогда наш собеседник дает нам аналогичную реакцию в процессе взаимодействия. На этом этапе происходили глубокие психоэмоциональные изменения в состоянии.

Далее мы предлагали клиенту представить ситуацию взаимодействия с другим человеком и проследить за своей реакцией на неё (этап проверки): не появились ли побочные нежелательные эффекты в виде сомнения или дискомфорта от нового образа восприятия личности другого человека. В завершение такой работы клиенту предлагалось представить дальнейшую жизнь с новым отношением к себе и окружающим, план собственных действий в процессе межличностного взаимодействия (этап закрепления). Клиенты отмечали произошедшие изменения, которые в той или иной степени выражались в смене внутреннего отношения к окружающим, в более конструктивную сторону: клиенты отмечали, что теперь чувствуют, они сами и другие представляют собой личность, которая очень многогранна в своих свойствах, характеристиках и проявлениях.

Далее в рамках когнитивно-поведенческого направления клиентам предлагались: упражнение «Комплимент» (освоение техники вербального «поглаживания»); упражнение «Активное слушание» (освоение более расширенного варианта приемов в рамках осваиваемой ранее техники «эмпатическое слушание» и повторное ее воспроизведение для закрепления навыка); ролевая игра «Взаимно-ориентированная коммуникация» (развитие навыков открытого и честного выражения своих интересов и потребностей; принятия во внимание точки зрения партнера; проявления уважения к интересам и потребностям партнера; поиска компромиссного решения с учетом интересов и потребностей друг друга. По итогам проведения консультативных сессий данного тематического блока, клиенты стали более внимательными, а также более мягкими и уверенными в межличностных коммуникациях, отмечали, что стали более эффективными и успешными в личных и профессиональных отношениях, что означало достижение поставленных целей данного тематического блока.

Индивидуальные консультации по теме «Сверхуверенное поведение: сущность, особенности проявления, деструктивное влияние и оптимизация

уровня уверенности в межличностных взаимодействиях» проводились с целью достижения следующих основных целей: способствовать осознанию клиентом деструктивных последствий проявления сверхуверенности в собственной жизни; сформировать у лиц с нарциссическими чертами оптимальный уровень уверенности в себе. После проведения краткой просветительской работы по вопросам сущности и особенностей проявления сверхуверенного поведения в жизненном пространстве клиента, мы перешли к работе по осознанию клиентом своего эмоционального опыта проявления подобного поведения. Для этого применялись упражнения и техники арт-терапии:

– техника «Коллаж чувств» (создавались образы, дополнялись изображения, всячески иллюстрирующие эмоции и чувства клиента, которые ассоциируются у него со сверхуверенным поведением). Такая техника помогала осознать внутренние причины сверхуверенного поведения и препятствия для проявления адекватного уважительного отношения к собеседнику;

– техника «Состояние в танце» (клиент выбирает движения, которые отражают его эмоциональное состояние и дефицит способности взаимодействовать с окружающими на равных и уважительно). В процессе выполнения техники клиент преобразовывает свой эмоциональный опыт через танец, придумывая и воспроизводя в дальнейшем в танце движения, отражающие адекватный уровень уверенности в себе и уважения к окружающим.

В рамках эмоционально-образной терапии клиентам предлагалась поэтапная работа с образом сверхуверенного поведения: сначала клиент представлял свое сверхуверенное поведение в виде какого-либо образа (создание образа), подробно изучал его, описывал свои эмоции и чувства, которые возникают при взаимодействии с образом (исследование образа). Далее клиенту предлагалось прочувствовать, как этот образ связан с ним,

какие у них отношения и для чего он нужен клиенту (от чего защищает, чему служит) (фиксация образа). Двое клиентов (Наталья К., Марина П.) на данном этапе отметили, что сверхуверенность выступает для них некоей защитной реакцией, или способом обозначить свою значимость для других. Далее клиенту предлагалось мысленно повзаимодействовать, пообщаться с образом, передать свои актуальные чувства через образ. После этого образ сверхуверенности преобразовался в новый, более совершенный образ (превращение сверхуверенности в уверенность). На этом этапе у клиентов происходили глубокие психоэмоциональные изменения в состоянии (трансформация образа).

Далее клиенту предлагалось принять данный образ внутрь себя (так происходил процесс некоторого слияния образа с телом, с частью личности) (соматизация образа). Далее мы предлагали клиенту представить ситуацию, в которой ранее сверхуверенное поведение проявлялось само, включалось как защитная реакция и проследить, какие сейчас состояния и ощущения возникают, когда образ трансформировался: не появились ли побочные нежелательные эффекты в виде сомнения или дискомфорта от новых ощущений (ситуативная проверка). Клиенты отмечали легкий дискомфорт, однако единогласно признавали, что в целом трансформация дала некий ресурс. В завершение работы клиенту предлагалось представить как он себя будет чувствовать и проявлять ныне, с новым внутренним образом оптимальной уверенности в себе (этап закрепления). Все трое клиентов в работе живо делились своими новыми ощущениями и представлениями о том, как теперь их взаимодействие с людьми будет иметь более спокойные и приятные тона, хоть и отмечались некоторые сомнения и неуверенность в новой позиции. Мы дали клиентам в качестве домашнего задания отрабатывать в своих повседневных коммуникациях новую позицию.

В рамках консультативных сессий по теме «Эгоцентризм в межличностных взаимодействиях» достигались следующие основные цели:

реализовать процесс осознания клиентом причин проявления эгоцентризма и негативных последствий его проявления; снизить уровень эгоцентризма клиента в межличностных взаимодействиях.

Для осознания клиентом причин проявления эгоцентризма и негативных последствий использовалось арт-терапевтическое упражнение «Маска эгоцентризма» (клиент из имеющихся различных подготовленных заранее подручных материалов для творчества создавал маску, которая символизирует его эгоцентризм. По результатам создания маски, клиент рассказывал об истории своей маски и воплощенных в ней символах, что позволяло ему глубже осознать причины своего эгоцентризма через метафоры и символы созданного образа).

Для снижения уровня проявления эгоцентризма клиента благодаря формированию способности принимать и учитывать мнения, интересы и оценки других в работе применялась техника когнитивно-поведенческой терапии «Глубокое дыхание» (позволяла развить навык особого дыхания для того, чтобы снять напряжение и риск неконструктивного выражения надвигающихся негативных эмоций); техника эмоционально-образной терапии «Эмоциональный мост» (развивала навык находить эмоциональную связь и понимать переживания других людей во время общения с ними).

В ходе упражнения когнитивно-поведенческой терапии «Конструктивная дискуссия» в работе с клиентом развивались умения и навыки ведения конструктивной дискуссии: умение выслушивать мнение и точку зрения партнера, умение соглашаться с отдельными аргументами, навык спокойного и достойного аргументирования своего видения; умение вести и поддерживать конструктивное обсуждение вопроса с учетом двух имеющихся позиций. В процессе такого упражнения клиенты не только овладевали важнейшими навыками межличностного взаимодействия, но осознавали продуктивность способности выслушать позицию другого, для выработки альтернативной и более эффективной точки зрения на вопрос.

Результатом преодоления эгоцентрической позиции клиентов являлось демонстрация от клиентов в ходе работы умения выслушивать, признавать конструктивность не только своей, но и чужой позиции, способность переводить спор в конструктивную дискуссию, умение в совместном обсуждении искать эффективное решение вопроса или ситуации.

Таким образом, в ходе реализации программы консультативной работы, направленной на коррекцию выраженности нарциссических проявлений личности для улучшения качества взаимодействий с окружающими, решались следующие задачи: повышение у лиц с нарциссическими чертами уровня проявления эмпатии к окружающим; формирование у клиентов способности воспринимать другого как самоценную личность; формирование у лиц с нарциссическими чертами оптимального уровня уверенности в себе; снижение уровня эгоцентризма у лиц с нарциссическими чертами.

В ходе участия в консультативной работе участники формирующего эксперимента демонстрировали определенный уровень включенности в работу, способность к анализу, самораскрытию, осознанию внутренних причин проявления у себя нарциссических черт личности. Применение в консультативной психологической работе интегративного подхода с применением различных упражнений, приемов и техник из арт-терапии, а также когнитивно-поведенческой и эмоционально-образной терапии давали достаточно хорошие результаты в процессе работы. Для доказательства эффективности проведенной работы было проведено повторное диагностическое исследование лиц, принимавших участие в формирующей работе. Результаты повторно проведенного исследования представлены в следующем параграфе исследования.

2.3. Результаты экспериментальной работы и их обсуждение

В целях оценки эффективности проведенной консультативной работы, в рамках контрольного этапа исследования было проведено повторное психодиагностическое обследование испытуемых, принявших участие в формирующем этапе. Испытуемые прошли повторное диагностическое обследование, аналогичное по содержанию, проводимому на констатирующем этапе. В таблице 6 Приложение В представлены данные испытуемых, принявших участие в консультативной работе, полученные по результатам проведения опросника «Нарциссические черты личности» (О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова) на этапе констатирующего и контрольного эксперимента.

Анализируя полученные данные, мы вычислили по каждому показателю степень произошедших изменений (разница между показателем на констатирующем этапе и показателем на контрольном этапе), и посчитали среднюю степень произошедших изменений (среднее значение всех разниц по каждому показателю в группе испытуемых), округлив значение до целых. Так, можем отметить, что наиболее выраженные изменения произошли у испытуемых по показателям «Манипуляции в межличностных отношениях» (19); «Ожидание особого отношения» (17); «Потребность в постоянном внимании и восхищении» (16). Это говорит о том, что испытуемые после участия в консультативных сессиях стали более внимательнее, уважительнее к другим в плане учета их интересов и целей, стали реже прибегать к использованию других для усиления социальных позиций и достижения собственных целей. Кроме этого, у испытуемых заметно снизилась субъективная уверенность в заслуженности особого обращения к своей персоне, они стали более адекватнее оценивать себя, перестали держаться столь надменно во взаимодействиях с окружающими. Также у испытуемых снизилась внутренняя обеспокоенность собственной возможной

несостоятельностью, которая выражалась в частых попытках быть всегда в центре внимания, являться объектом восхищения окружающих. Полученные данные косвенно свидетельствуют о том, что у испытуемых снизился уровень эгоцентризма и дефицита эмпатии (хотя изменения по шкале изучающей отсутствие эмпатии не такие выраженные – 13 средних единиц).

Обратимся к сравнительному анализу результатов испытуемых, с которым можно ознакомиться в таблице 2 Приложения В, полученные на этапе констатирующего и контрольного этапа по итогам проведения опросника эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов). На рисунке 5 представлены количественные результаты, отражающие уровень эмпатии испытуемых, принявших участие в консультативной работе, до формирующего воздействия и после его проведения.

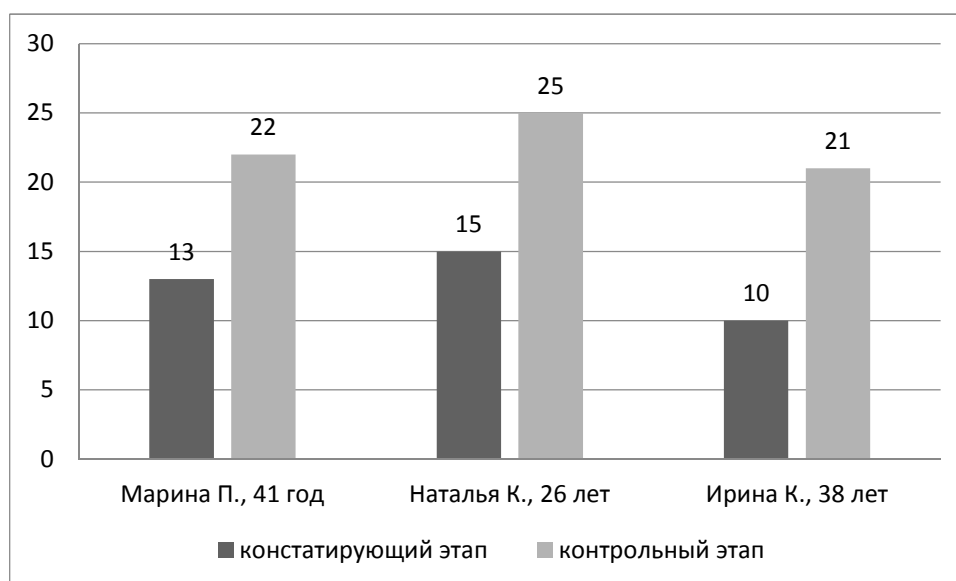


Рисунок 5 – Результаты, отражающие уровень эмпатии испытуемых, принявших участие в консультативной работе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента (в баллах)

Анализируя представленные данные, и переводя их в уровневые показатели, можем отметить, что у всех представленных испытуемых на

этапе констатирующего эксперимента отмечался очень низкий уровень эмпатии, в то время как на этапе контрольного эксперимента уровень эмпатии у всех респондентов повысился до среднего. Это свидетельствует о том, что после участия в консультативной работе, у лиц среднего возраста с нарциссическими чертами личности значительно повысилась способность проявлять эмпатию, которая выражается в умении сопереживать и сочувствовать другому. Так, можно отметить, что после участия в консультативной работе, испытуемые стали успешнее и уместнее проявлять эмоциональные, непосредственные реакции на поведение других людей, сочувствуя им, предугадывая их состояния. Испытуемым стало легче идентифицировать (отождествлять) себя с человеком, находящимся в затруднительном положении, стали более способны мысленно поставить себя на место такого человека и оказывать на этой основе действенную помощь.

С целью выявления достоверности произошедших изменений был проведен статистический анализ данных при помощи U-критерия Манна-Уитни (таблица 2 Приложения Г). В результате вычислений было получено значение $U_{Эмп} = 0$, которое находится в зоне значимости, в результате чего принимается гипотеза H_1 о статистической значимости различий в сравниваемых выборках. Это указывает на то, что уровень эмпатии испытуемых после участия в консультативной работе достоверно повысился. Таким образом, произошедшие изменения в выборке по критерию дефицита эмпатии достоверно значимые: после участия в консультативной работе уровень эмпатии испытуемых повысился, а значит критерий «дефицит эмпатии» значимо снизился.

Проанализируем данные, полученные среди испытуемых, принявших участие в консультативной работе на этапе контрольного эксперимента, по методике «Шкала манипулятивного отношения» (Т. Бант), ознакомиться с этими данными можно в таблице 3 Приложения В. Сравним их с данными, полученными на этапе контрольного эксперимента (рисунок 6).

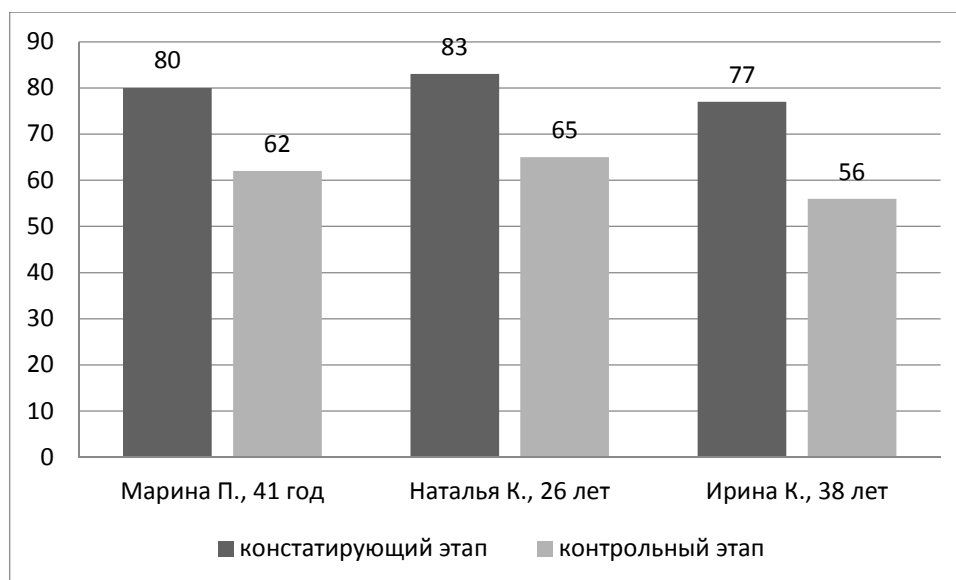


Рисунок 6 – Результаты, отражающие уровень манипулятивности в отношениях испытуемых, принявших участие в консультативной работе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента (в баллах)

Анализ представленных данных позволяет увидеть, что у всех из представленных испытуемых на контрольном этапе отмечается снижение уровня манипулятивности в отношениях. Переводя полученные данные в уровневые показатели, можем отметить, что на констатирующем этапе исследования у двоих испытуемых (Марина П., Наталья К.) отмечался высокий уровень манипулятивности в отношениях; у Ирины К. отмечался средний уровень манипулятивности с тенденцией к высокому. В то же время на контрольном этапе исследования у Марины П. и Натальи К. отмечается снижение уровня манипулятивности до среднего, с тенденцией к высокому, в то время как у Ирины К. уровень манипулятивности стал средним с тенденцией к низкому. Полученные данные, подтверждают произошедшие изменения у испытуемых по такому критерию нарциссических черт личности, как манипулятивность в межличностных отношениях. После участия в консультативной работе, респонденты действительно стали способны относиться к партнеру по общению и взаимодействию как к самооценной личности, в большей степени, чем ранее, признавать и уважать

его интересы и потребности. Это указывает на эффективность проведенной консультативной работы с лицами среднего возраста с нарциссическими чертами личности.

С целью выявления достоверности произошедших изменений был проведен статистический анализ данных при помощи U-критерия Манна-Уитни (таблица 3 Приложения Г). В результате вычислений было получено значение $U_{Эмп} = 0$, которое находится в зоне значимости, в результате чего принимается гипотеза H_1 о статистической значимости различий в сравниваемых выборках. Это доказывает эффективность проведенной работы в отношении снижения манипулятивности в отношениях у испытуемых после их участия в формирующей работе.

Обратимся к рассмотрению результатов, полученных на контрольном этапе по итогам проведения методики «Диагностика межличностных отношений» (Т. Лири), с которыми можно ознакомиться в таблице 4 Приложения В. Сравним их с результатами, полученными на этапе констатирующего эксперимента респондентами, участвующими в формирующем эксперименте. Для этого мы вычислили средний балл выраженности по всем изучаемым типам межличностных отношений среди испытуемых, принимавших участие в консультативной работе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента (рисунок 7).

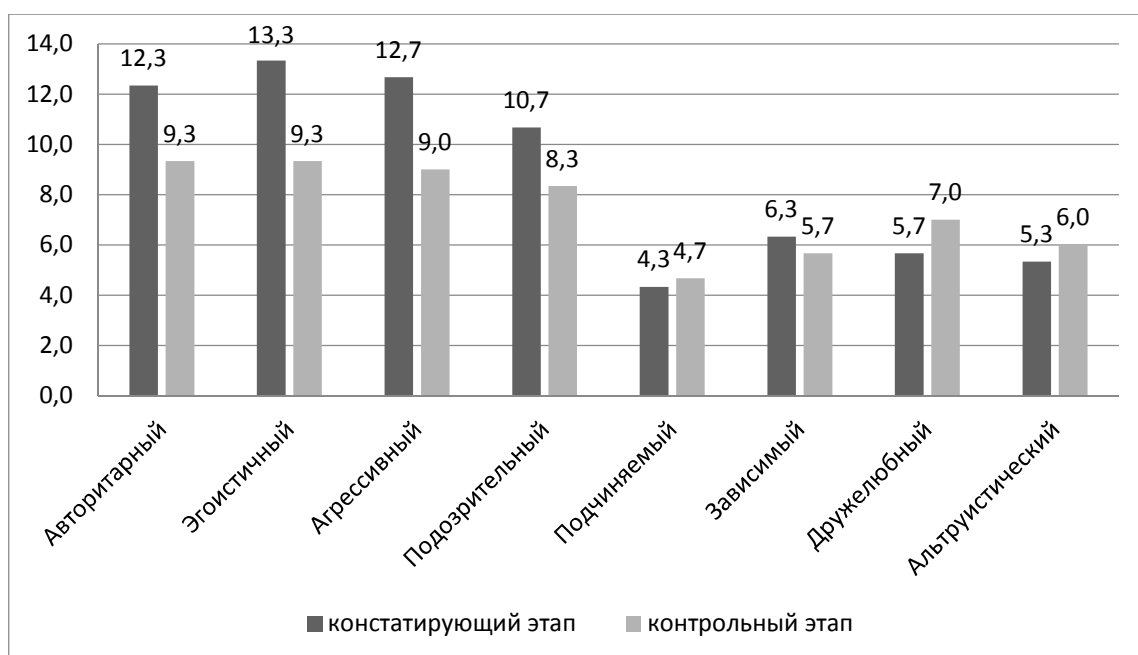


Рисунок 7 – Средние значения выраженности типов межличностных отношений испытуемых, принявших участие в формирующей работе, по итогам проведения методики Т. Лири на этапе констатирующего и контрольного эксперимента (в баллах)

Анализируя представленные данные, можем отметить, что среди испытуемых, принявших участие в исследовании, после проведения с ними психологической консультативной работы на этапе контрольного эксперимента отмечается значительное снижение выраженности по таким типам построения межличностных отношений как «эгоистичный», «агрессивный» и «авторитарный». Также можем видеть некоторое снижение выраженности по подозрительному типу построения межличностных отношений, с одновременным небольшим повышением таких типов как «дружелюбный», «альтруистический», и незначительным повышением по типам «зависимый» и «подчиняемый». Полученные данные свидетельствуют о том, что после участия в психологической консультативной работе лица среднего возраста с нарциссическими чертами личности стали в меньшей степени проявлять некоторое высокомерие, самовлюбленность и отстраненность от других людей; в их поведении стали гораздо в меньшей

степени проявляться авторитарность, диктаторство, властность, деспотичность, агрессивность, жесткость и враждебность по отношению к окружающим. Такие данные указывают на то, что в процессе консультативной работы с респондентами, нам удалось снизить проявления сверхуверенного поведения, и лица среднего возраста с нарциссическими чертами личности в большей степени приблизились к внутреннему состоянию умеренно уверенного в себе человека, который более уважительно взаимодействует с окружающими. Полученные данные на этапе контрольного эксперимента подтверждают эффективность проведенной консультативной психологической работы с испытуемыми.

С целью выявления достоверности произошедших изменений был проведен статистический анализ данных при помощи U-критерия Манна-Уитни (таблица 4 Приложения Г). Согласно полученным данным, выявились достоверные различия в показателях по таким типам межличностных отношений испытуемых как авторитарный, эгоистичный и агрессивный. Это доказывает, что у испытуемых после участия в психологическом консультировании достоверно снизилась выраженность проявления авторитарности, эгоистичности и агрессивности в поведении, что отражает также изменения по критерию «сверхуверенное поведение»: испытуемые стали более стабильными, способными взаимодействовать на равных и учитывать интересы других людей при взаимодействии.

Проанализируем результаты испытуемых, принявших участие в формирующей работе, полученные по итогам проведения теста «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой (адаптация Т. И. Пашуковой), с которой можно ознакомиться в таблице 5 Приложения В. И сравним результаты на этапе констатирующего и контрольного эксперимента (рисунок 8).

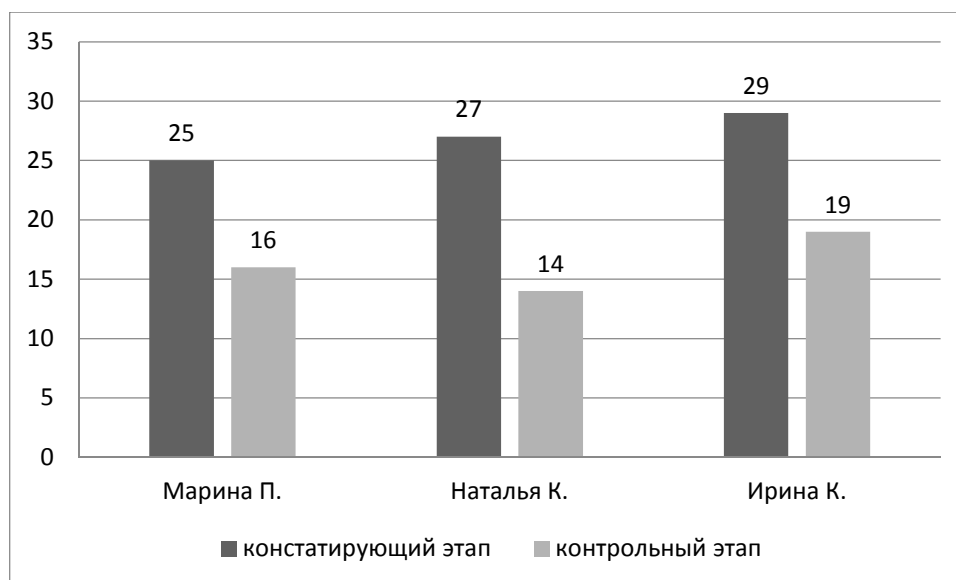


Рисунок 8 – Результаты, отражающие уровень эгоцентризма испытуемых, принявших участие в консультативной работе на этапе констатирующего и контрольного эксперимента (в баллах)

Можем видеть, что на этапе контрольного эксперимента у всех испытуемых значительно снизился показатель индекса эгоцентризма. Так, анализ представленных данных позволил отметить, что полученные результаты в уровневых показателях отражают, что на этапе констатирующего эксперимента Марина П. и Наталья К. отличались высоким уровнем эгоцентризма, а у Ирины К. выявлен очень высокий уровень по индексу эгоцентризма. После проведения формирующих мероприятий, на этапе контрольного эксперимента было определено, что эгоцентризм всех испытуемых снизился до среднего уровня. Это свидетельствует о том, что испытуемые после участия в психологической консультативной работе стали способны в большей степени, чем раньше учитывать интересы и мнения партнеров по общению, что повлияло также на снижение проявлений их конфликтности, связанной с недостаточным учетом мнения партнера по взаимодействию. Испытуемые стали в большей степени способны центрироваться не только на своих потребностях, но и учитывать потребности, желания и интересы других окружающих людей. Полученные

результаты доказывают эффективность проведенной работы с респондентами, в части снижения проявления такого критерия нарциссических черт личности, как эгоцентризм.

С целью выявления достоверности произошедших изменений был проведен статистический анализ данных при помощи U-критерия Манна-Уитни (таблица 5 Приложения Г). В результате вычислений было получено значение $U_{Эмп} = 0$, которое находится в зоне значимости, в результате чего принимается гипотеза H_1 о статистической значимости различий в сравниваемых выборках. Это доказывает эффективность проведенной работы в отношении снижения индекса эгоцентризма у испытуемых после их участия в формирующей работе.

Для более детального анализа произошедших изменений у каждого респондента, принявшего участие в работе формирующего этапа исследования (индивидуального консультирования), в таблице 7 Приложения В, представлена степень выраженности по каждому изучаемому критерию нарциссических черт до проведения формирующей работы и после участия испытуемых в индивидуальном консультировании.

Анализируя представленные в таблице результаты, можем отметить, что у всех испытуемых после участия в формирующей работе отмечается снижение дефицита эмпатии с очень высокого до среднего, что указывает на то, что клиенты в процессе работы стали способны лучше понимать и учитывать эмоции окружающих людей, проявлять определенную долю сопереживания.

Манипулятивность в отношениях также снизилась с высокой до средней: теперь испытуемые гораздо в меньшей степени склонны добиваться своих целей и удовлетворять свои интересы за счет других людей, понимая, что у них также существуют свои потребности и желания.

Высокий уровень сверхуверенного поведения испытуемых снизился до среднего, что свидетельствует о снижении надменного, заносчивого

отношения к окружающим, а также по отзывам и рассуждениям самих клиентов, агрессивные импульсы в скрытой форме по отношению к другим людям стали проявляться в их поведении все реже.

Вместе с этим, несмотря на то, что у респондентов по-прежнему отмечается доминирование эгоистического типа построения межличностных отношений, выраженность его и многих других доминирующих типов взаимодействия после участия в индивидуальном консультировании, снизилась. Так, у Марины П. после участия в формирующей работе проявился подозрительный тип межличностного взаимодействия, что по наблюдениям и отзывам самой клиентки может быть связано с тем, что в процессе работы сформировалась склонность к саморефлексии и более глубокому анализу внешних проявлений других людей. Теперь Марина стала менее эгоистичной и агрессивной, но присутствие авторитарности в сочетании с рефлексией образовали почву для выстраивания подозрительного стиля взаимодействия с окружающими.

У Натальи К. же наоборот, после участия в работе перестал быть доминирующим подозрительный, а также агрессивный типы межличностного взаимодействия. По-прежнему остался в числе доминирующих эгоистический и авторитарный, однако их выраженность заметно снизилась. В процессе индивидуального консультирования Наталья К. довольно старательно работала над своим образом «Я» через техники осознания и принятия эмоций и состояний и смогла в определенной степени оптимизировать и стабилизировать уровень уверенности в себе.

У Ирины К. на контрольном этапе перестал выражено проявляться авторитарный тип взаимодействия с окружающими: в процессе работы у клиента формировался более демократичный стиль взаимодействия с окружающими, что и прослеживалось в рамках проводимой работы, когда Ирина К. все больше при выполнении упражнений на коммуникацию и взаимодействие стремилась к установлению контакта «на равных», и

отмечала, что оказывается, несколько «уступая» своему партнеру по взаимодействию она не проигрывает, как думала раньше, а наоборот выигрывает, и чувствует себя лучше.

Кроме этого, у испытуемых снизился уровень эгоцентризма с высокого (Марина П., Наталья К.) и очень высокого (у Ирины К.) до среднего, что свидетельствует о том, что испытуемые стали в большей степени признавать другие точки зрения, кроме своей собственной, в большей степени понимать и признавать желания и потребности других людей. В отношении эгоцентризма также стоит отметить, что у испытуемых снизилось выраженность по таким показателям как «грандиозное чувство самозначимости» (у Марины П. с высокого до среднего, у Ирины К. со среднего до низкого; у Натальи К. остался низкий уровень, немного снизился сам показатель); «потребность в постоянном внимании и восхищении» (у Марины П. и Ирины К. с высокого до среднего уровня; у Натальи К. остался низкий уровень, немного снизился сам показатель); «ожидание особого отношения» (у всех испытуемых с высокого уровня до среднего). Изменение данных показателей подтверждает факт о том, что после участия в консультативной работе у испытуемых снизился эгоцентризм в различных его симптомах и проявлениях.

Для доказательства достоверности произошедших изменений, был проведен статистический анализ полученных данных, посредством сравнения результатов испытуемых на констатирующем и контрольном этапе при помощи U-критерия Манна-Уитни. Результаты статистического сравнения представлены в таблицах 1 – 5 приложения Г.

Так, проведенный статистический анализ данных, полученных по методике «Нарциссические черты личности» позволяет нам сделать вывод о достоверности произошедших изменений у испытуемых после их участия в консультировании по всем выделенным нами критериям. Достоверно снизились показатели отсутствия эмпатии (критерий дефицита эмпатии),

показатели «вера в собственную уникальность», «потребность в постоянном внимании и восхищении», «ожидание особого отношения» (критерий эгоцентризма), «манипуляции в межличностных отношениях» (одноименный критерий), «дерзкое, заносчивое поведение» (критерий сверхуверенного поведения). Статистическое сравнение результатов, полученных по итогам проведения опросника эмоциональной эмпатии, EETS на этапе констатирующего и контрольного этапов позволило отметить, что уровень эмпатии испытуемых после участия в консультативной работе достоверно повысился. Таким образом, после участия в консультативной работе уровень эмпатии испытуемых повысился, а значит критерий «дефицит эмпатии» значительно снизился.

Также выявились достоверные различия в показателях по таким типам межличностных отношений испытуемых как авторитарный, эгоистичный и агрессивный. Это доказывает, что у испытуемых после участия в психологическом консультировании достоверно снизилась выраженность проявления авторитарности, эгоистичности и агрессивности в поведении, что отражает также изменения по критерию «сверхуверенное поведение»: испытуемые стали более стабильными, способными взаимодействовать на равных и учитывать интересы других людей при взаимодействии.

Статистический анализ данных, полученных по тесту «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой показал, что выявлены достоверные различия у испытуемых в показателях эгоцентризма до формирующей работы и после. Это доказывает эффективность проведенной работы в отношении снижения индекса эгоцентризма у испытуемых после их участия в формирующей работе.

Таким образом, результаты повторного диагностического обследования испытуемых, принявших участие в исследовании, свидетельствуют об эффективности реализации разработанной программы консультативной работы с людьми среднего возраста, имеющими нарциссические черты

личности, которая была выстроена с учетом выявленных в ходе обследования психологических особенностей лиц данной категории. Достоверно снизились проявления нарциссических черт у испытуемых по всем изучаемым критериям: дефицит эмпатии, манипулятивность в межличностных отношениях, самоуверенное поведение, эгоцентризм.

Выводы по 2 главе

В результате анализа проведенной экспериментальной работы мы можем сделать следующие выводы:

1. Основными критериями нарциссических черт личности в рамках данного исследования были выделены следующие: дефицит эмпатии; манипулятивность в межличностных отношениях; сверхуверенное поведение; эгоцентризм. На каждый выделенный критерий нарциссических черт личности был подобран диагностический инструментарий, позволяющий в достаточной степени его изучить. Определено описание уровней выраженности (высокий, средний, низкий) относительно каждого критерия нарциссических черт личности.

2. По итогам проведения констатирующего этапа исследования определена специфика проявления нарциссических черт у лиц среднего возраста, принявших участие в исследовании:

- дефицит эмпатии: неспособность распознавать и понимать чувства и потребности других людей, нежелание идентифицироваться с другими, обращающихся за помощью;

- повышенная потребность в постоянном внимании и восхищении, высокий уровень эгоцентризма, проявляющийся в попытках быть всегда в центре внимания, в стремлении включать в свой ближний круг общения тех, кто восхищается ими, в ожидании особого отношения (убежденность в заслуженном особом обращении окружающих по отношению к себе);

- высокая склонность к манипулятивности в межличностных отношениях: стремление к использованию других для усиления социальных позиций, достижения своих целей (в ситуациях контакта с окружающими, не учитывают их интересы и цели);

- высокая выраженность к выстраиванию отношений с окружающими по эгоистическому, агрессивному и авторитарному типу, что

отражает склонность к проявлению надменности, агрессивности, жесткости, самоуверенности в межличностных отношениях.

3. С учетом выявленных психологических особенностей лиц среднего возраста с нарциссическими чертами личности (дефицит эмпатии, манипулятивность в межличностных отношениях, самоуверенное поведение, эгоцентризм), была разработана программа консультативной работы с данной категорией лиц по соответствующим тематическим блокам, направленным на преодоление и коррекцию выявленных проблемных черт и проявлений. Программа консультативной работы была выстроена с позиций интегративного подхода, включающего в свое содержание методы, техники и упражнения арт-терапии, эмоционально-образной и когнитивно-поведенческой терапии.

4. Результаты проведенного повторного диагностического исследования подтвердили, что после участия испытуемых в формирующей работе заметно снизились негативные проявления нарциссических черт личности: возросла способность к проявлению эмпатии, снизилась склонность к манипулятивности в межличностных отношениях, проявления самоуверенного поведения и эгоцентризма.

Статистическое сравнение полученных результатов на этапе констатирующего и контрольного эксперимента при помощи U-критерия Манна-Уитни позволило сделать вывод о достоверности произошедших изменений у испытуемых в проявлении нарциссических черт по всем изучаемым критериям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе исследования, посвященного изучению особенностей психологического консультирования людей среднего возраста с нарциссическими чертами личности, последовательно решался ряд поставленных исследовательских задач.

Проанализирована научная литература по вопросам изучения отечественными и зарубежными исследователями феномена личности. По итогам проведенного анализа было установлено, что личность представляет собой сложный психологический феномен, который включает в себя индивидуальные особенности, поведение, мотивацию, эмоции и мышление. В основу данного исследования легла структура личности, которая включает в свое содержание следующие компоненты: 1) общечеловеческие свойства (ощущения, восприятие, мышление, память, эмоции и др.); 2) социальные черты (социальные установки, социальные роли, ценностные ориентации и др.); индивидуальные черты (темперамент, сочетание ролей, самосознание). Также на основе проведенного анализа были выделены критерии нарциссических черт (дефицит эмпатии; манипулятивность в межличностных отношениях; свехуверенное поведение; эгоцентризм) каждый из которых нашел свое соответствие с компонентом принятой структуры личности.

Проведен обзор научной литературы по проблеме психологического консультирования, как средства коррекции в работе с людьми с нарциссическими чертами личности и сделан вывод о том, что эффективность практической консультативной работы с лицами данной категории, зависит от индивидуальных особенностей клиента и комбинации различных подходов. По итогам проведенного анализа научной литературы, было установлено, что целесообразным является использование в практике психологического консультирования лиц среднего возраста с

нарциссическими чертами личности интегративного подхода, включающего в себя использование методов и приемов арт-терапии, эмоционально-образной терапии, когнитивно-поведенческой терапии.

В рамках экспериментального исследования определены следующие психологические особенности личности с нарциссическими чертами в среднем возрасте:

- дефицит эмпатии: неспособность распознавать и понимать чувства и потребности других людей, нежелание идентифицироваться с другими, обращающихся за помощью;

- повышенная потребность в постоянном внимании и восхищении, высокий уровень эгоцентризма, проявляющийся в попытках быть всегда в центре внимания, в стремлении включать в свой ближний круг общения тех, кто восхищается ими, в ожидании особого отношения (убежденность в заслуженном особом обращении окружающих по отношению к себе);

- высокая склонность к манипулятивности в межличностных отношениях: стремление к использованию других для усиления социальных позиций, достижения своих целей (в ситуациях контакта с окружающими, не учитывают их интересы и цели);

- высокая выраженность к выстраиванию отношений с окружающими по эгоистическому, агрессивному и авторитарному типу, что отражает склонность к проявлению надменности, агрессивности, жесткости, самоуверенности в межличностных отношениях.

С учетом полученных результатов исследования разработана и реализована на практике программа консультативной работы с людьми среднего возраста, имеющими нарциссические черты личности, организованная в русле интегративного подхода, включающего элементы арт-терапии, эмоционально-образной терапии, когнитивно-поведенческой терапии.

В целях оценки эффективности проведенной формирующей работы, было организовано и проведено контрольное обследование испытуемых, принявших участие в реализации программы консультативной работы. По итогам проведения контрольного этапа исследования было установлено, что после участия испытуемых в формирующей работе заметно снизились негативные проявления нарциссических черт личности: возросла способность к проявлению эмпатии, снизилась склонность к манипулятивности в межличностных отношениях, проявления сверхуверенного поведения и эгоцентризма.

Результаты проведенного статистического анализа данных позволили подтвердить достоверность произошедших изменений в проявлении нарциссических черт испытуемых относительно всех изучаемых критериев.

Таким образом, по итогам проведенной работы и на основе полученных результатов исследования можем сделать вывод о том, что цель исследования достигнута, а выдвинутая гипотеза полностью подтвердилась.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адлер А. Наука о характерах: понять природу человека. М.: Академический проект, 2015. 242 с.
2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2002. 288 с.
3. Андрюшин И.И., Алексеев Д.Е. Нарциссизм и когнитивная сфера личности в системе отношений к себе и другому // Мир психологии. 2011. № 3. С. 211–216.
4. Бандура А. Теория социального научения. СПб.: Евразия, 2000. 318 с.
5. Бек А., Эмери Г. Тревожные расстройства и фобии: когнитивный подход. М.: Диалектика, 2020. 432 с.
6. Блум Д. Психоаналитические теории личности. М.: Культура: Акад. Проект, 2009. 222 с.
7. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности: избр. психол. тр. М.: Воронеж: Ин-т практ. психологии, 1995. 348 с.
8. Бочаров В. В., Васильева А. В., Сарайкин Д. М. Нарциссические компоненты мотивации как патохарактерологическая основа декомпенсации личности // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2010. № 1. С. 81–90.
9. Глебова А.В. Травматическое прошлое России как источник созависимых отношений в семьях // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2020. № 4. С. 54-60.
10. Городецкая Л.Н. Проблема нарциссизма как личностного феномена. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2015. С. 34–37.
11. Джемс У. Психология. М.: Педагогика, 1991. 367 с.
12. Джойс Ф. Гештальт-терапия шаг за шагом: навыки в гештальт-терапии. М.: Ин-т общегуманитарных исслед., 2010. 349 с.
13. Джонсон, Стивен М. Психотерапия характера. М.: Центр психол. культуры, 2001. 355 с.

14. Диджузеппе Р. Рационально-эмотивно-поведенческая терапия/ Диджузеппе Р., Уинди Драйден У., Бакс У.; Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии. СПб: Питер, 2022. 477 с.
15. Ениколопов С.Н., Кузнецова Ю.М., Чудова Н.В. Агрессивность и неспособность понимать чужие эмоции // Психологическая наука и образование. 2013. Том 18, № 4. С. 97–102.
16. Ермолова Е. О., Тютюникова Н. В. «Психопатология» повседневной жизни: к вопросу о нарциссизме и классификации нарциссических черт личности // Профессиональное образование в современном мире. 2021. Т. 11, № 2. С. 231–242.
17. Каяшева О.И. Арт-терапия: теория и основные методы в психологической практике. СПб: НИЦ АРТ, 2015. 451 с.
18. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства. Стратегии психотерапии. М.: Независимая фирма «Класс», 2000. 464 с.
19. Кернберг, О.Ф. Агрессия при расстройствах личности и перверсиях. М.: Класс, 2018. 366 с.
20. Кернберг, О.Ф. Отношения любви: норма и патология. М.: Класс, 2018. 338 с.
21. Клепикова Н.М., Шамшикова О.А. Динамика оптимального нарциссизма и нарциссических состояний личности // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 3. С. 195–200.
22. Ковалев А.Г. Личность воспитывает себя. М.: Политиздат, 1983. 256 с.
23. Козлов В.В. Основы интегративной арт-терапии: теория и практика: монография. Челябинск: Б-ка А. Миллера, 2021. 279 с.
24. Колесникова В. И., Лю Е. И. Архетипическая динамика зависимого нарциссического паттерна характера // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2017. Том 3, № 2. С. 48–59.

25. Колесникова Г.И. Психологическое консультирование. Ростов: Феникс, 2004. 283 с.
26. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб: Питер, 2002. 366 с.
27. Кохут Х. Психоаналитическое лечение нарциссических расстройств личности: опыт систематического подхода. М.: «Когито-Центр», 2000. 488 с.
28. Кохут Х. Анализ самости: Системный подход к лечению нарциссических нарушений личности. М.: «Когито-Центр», 2003. 308 с.
29. Кочюнас Р., Матулявичене В. Основы психологического консультирования. М.: «Академический проект», 1999. 240с.
30. Крайг Г. Психология развития. СПб: Питер, 2021. 939 с.
31. Курпатов А.В. Развитие личности: психология и психотерапия: монография. М.: ОЛМА Медиагруп, 2007. 444 с.
32. Леонтьев А.Н. Алексей Николаевич Леонтьев. Деятельность, сознание, личность. М.: Смысл, 2005. 431 с.
33. Линде Н.Д. Эмоционально-образная терапия в работе с психосоматическими проблемами. М.: Генезис, 2020. 324 с.
34. Лоуэн А. Физическая динамика структуры характера. М.: Корвет, 2016. 316 с.
35. Лутова Н.Б., Макаревич О.В., Вид В.Д., Новикова К.Е. Внутренняя стигма и нарциссическая регуляция больных эндогенными психозами // Российский психологический журнал. 2021. № 3. С. 18–31.
36. Лэнгле А. Грандиозное одиночество. Нарциссизм как антропологическо-экзистенциальный феномен // Московский психотерапевтический журнал. 2002. № 2. С. 34–58.
37. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: понимание структуры личности в клиническом процессе. М.: Класс, 2015. 592 с.

38. Мак-Вильямс, Н. Формулирование психоаналитического случая. М.: Класс, 2015. 322 с.
39. Менделевич В.Д., Атаманов А.А. Анксиопатия и деморализация как специфические механизмы психологической защиты в рамках генерализованного тревожного и панического расстройств и их психопрофилактика // Практическая медицина. 2012. № 2. С. 109–113.
40. Мухина В.С., Хвостов А.А. Отчуждение от себя: тщеславие и гордость, порождающие зависть и ненависть к ближнему // Развитие личности. 2011. № 2. С. 26–67.
41. Мэй Р.Р. Искусство психологического консультирования. М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. 252 с.
42. Мэй Р.Р. Человек в поисках себя. М: Ин-т общегуманитарных исслед., 2014. 223 с.
43. Мясищев В.Н. Психология отношений: избранные психологические труды. М.: Изд-во Московского психолого-социального ин-та, 2011. 398 с.
44. Немиринский О.В. Современная гештальт-терапия. М.: МИГТиК: ИОИ, 2020. 312 с.
45. Немов Р.С. Психологическое консультирование. М.: ВЛАДОС: ИМПЭ им. А.С. Грибоедова, 2003. 526 с.
46. Новиков С.А., Шустов Д.И.. Результаты психотерапии алкогольной зависимости у пациентов с различной личностной предрасположенностью // Практическая медицина. 2013. № 1. С. 171–175.
47. Олпорт Г. Становление личности. М.: Смысл, 2002. 461 с.
48. Патласова В. С. Особенности самооценки нарциссической личности // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2021. № 1. С. 80–90.
49. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2004. 384 с.

50. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. М.: Политиздат, 1982. 255 с.
51. Платонов К.К. Психология. М.: Высш. школа, 1977. 247 с.
52. Психологическая энциклопедия / под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. СПб.: Питер, 2006. 1096 с.
53. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б. Д. Карвасарского. СПб.: Питер, 2006. 943 с.
54. Райт Д.Х. Когнитивно-поведенческая терапия: основные принципы. М.: Диалектика, 2022. 384 с.
55. Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. 479 с.
56. Ребро О. В. Нарциссические черты и социальная тревога у юношей и девушек, занимающихся в секциях «Дома детского творчества» и не занимающихся в них // Научные и практические тенденции современности: психология, дизайн, философия, экономика, право. 2019. С. 137–141.
57. Роджерс К. Р. Консультирование и психотерапия: новейшие подходы в области практической работы. М.: Психотерапия, 2006. 507 с.
58. Свенцицкий А.Л. Краткий психологический словарь. М.: Проспект, 2017. 512 с.
59. Соколов С.Е., Шамшикова О.А. Общество перемен: культура нарциссизма // Социокультурные проблемы современной молодежи. Новосибирск: НГПУ, 2007. С. 159–167.
60. Теория гештальт-терапии / под ред. Перлз Ф. М.: Ин-т общегуманитар. исслед., 2001. 377 с.
61. Трошина А. Понятия «нарциссическая личность» и «нарциссические черты личности» в рамках психической нормы // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований. 2020. С. 1229–1231.

62. Трухова Т. С. Эмоциональное выгорание в период кризиса среднего возраста //Философия здоровья: интегральный подход. Межвузовский сб. науч. трудов. Иркутск. 2019. С. 78–86.
63. Фоминова А. Н. Психологические ресурсы человека: возрастной аспект. Монография. М.: Прометей, 2021. 294 с.
64. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции. СПб.: Азбука-классика, 2005. 478 с.
65. Холлис Д. Обретение смысла во второй половине жизни: Как наконец стать по настоящему взрослым. М.: Когито-Центр, 2017. 334 с.
66. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. СПб.: Издательский дом «Питер», 2019. 486 с.
67. Шамшикова Е.А. Нарциссические корреляты психологического пространства личности: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01. Новосибирск, 2010. 24 с.
68. Шамшикова О.А., Клепикова Н.М. Психология нарциссизма: операционализация и верификация феномена. Новосибирск: НГПУ, 2013. 296 с.
69. Шамшикова О.А. О самопредставлении, самооценке и нарциссической регуляции личности // Ежегодник РПО. Материалы IV Всероссийского съезда РПО. Ростов-на-Дону, 2007.
70. Шевелева Н.П., Савкина Н.Г. Нарциссическая акцентуация характера современных студентов, факторы, последствия и профилактики // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. № 5. С. 126–130.
71. Эллис А. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии. СПб.: Речь, 2002. 345 с.
72. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Флинта, 2006. 342 с.
73. Юнг К.Г. Подход к бессознательному. Архетип и символ. М.: Ренессанс, 1991. 304 с.
74. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. СПб.: Питер, 2002. 352 с.

75. Янсон Д.В. Практический психоаналитический опыт Кохута и Кернберга: феномен нарциссизма // Методология современной психологии. 2022. № 15. С.339–351.
76. Kohut H. The psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders // Psychoanalytic Study of the Child.1968. № 23. P.86–113.
77. Murray H.A. Toward a classification of interaction // Toward a general theory of action. Cambridge, 1951. P. 215

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 1 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения опросника «Нарциссические черты личности» (О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова) на этапе констатирующего эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Грандиозное чувство	Поглощенность фантазиями	Вера в собственную уникальность	Потребность в постоянном	Ожидание особого отношения	Манипуляции в	Отсутствие эмпатии	Сверхзанятость чувством зависти	Дерзкое, заносчивое
Елена К	53	Ж	21	21	18	36	24	16	16	25	12
Марина П	41	Ж	49	49	45	49	39	38	35	40	37
Елена Б	49	Ж	34	33	33	31	36	31	32	35	25
Светлана Б	42	Ж	39	39	35	39	29	28	25	30	27
Наталья К	36	Ж	26	30	37	36	43	38	29	40	40
Ирина К	38	Ж	40	39	43	49	47	38	32	29	47
Сергей И	37	М	33	26	35	36	24	35	30	30	28
Среднее значение			34.57	33.86	35.14	39.43	34.57	32	28.43	32.71	30.86

Таблица 2 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения опросника эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов) на этапе констатирующего эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Баллы	Уровень эмпатии
Елена К.	53	Ж	18	низкий
Марина П.	41	Ж	13	низкий
Елена Б.	49	Ж	20	низкий
Светлана Б.	42	Ж	22	низкий
Наталья К.	36	Ж	15	низкий
Ирина К.	38	Ж	10	низкий
Сергей И.	37	М	17	средний
Среднее значение			16.43	

Таблица 3 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения методики «Шкала манипулятивного отношения» (Т. Бант) на этапе констатирующего эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Баллы	Уровень манипулятивного отношения
Елена К.	53	Ж	68	средний
Марина П.	41	Ж	80	высокий
Елена Б.	49	Ж	69	средний
Светлана Б.	42	Ж	72	средний
Наталья К.	36	Ж	83	высокий
Ирина К.	38	Ж	77	средний
Сергей И.	37	М	56	средний
Среднее значение			72.14	

Таблица 4 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения методики «Диагностика межличностных отношений» (Т. Лири) на этапе констатирующего эксперимента

Имя Ф. испытуемого	Возраст	Пол	Типы межличностных отношений							
			Авторитарный	Эгоистичный	Агрессивный	Подозрительный	Подчиняемый	Зависимый	Дружеский	Альтруистический
Елена К.	53	Ж	10	12	11	7	6	9	5	5
Марина П.	41	Ж	12	13	13	9	5	8	6	6
Елена Б.	49	Ж	9	10	9	10	7	10	6	4
Светлана Б.	42	Ж	7	9	10	11	5	6	7	6
Наталья К.	36	Ж	13	14	12	10	3	5	5	7
Ирина К.	38	Ж	12	13	13	13	5	6	6	3
Сергей И.	37	М	6	8	9	9	3	6	4	5
Среднее значение			9.86	11.29	11.00	9.86	4.86	7.14	5.57	5.14

Таблица 5 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения теста «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой (адаптация Т.И. Пашуковой) на этапе констатирующего эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Индекс эгоцентризма	Уровень эгоцентризма
Елена К.	53	Ж	22	высокий
Марина П.	41	Ж	25	высокий
Елена Б.	49	Ж	20	средний
Светлана Б.	42	Ж	23	высокий
Наталья К.	36	Ж	27	высокий
Ирина К.	38	Ж	29	высокий
Сергей И.	37	М	17	средний
Среднее значение			23.29	

Таблица 1 – Тематический план реализации программы консультативной работы с лицами среднего возраста с нарциссическими чертами личности

Тема консультативных сессий: «Эмпатия: сущность, целесообразность и способы развития»	
<p>Цели:</p> <p>1) сформировать у клиента четкое понимание сущности эмпатии как личностной черты и ее роли в жизни человека;</p> <p>2) проанализировать вместе с клиентом его внутренний опыт для понимания причин дефицита эмпатии;</p> <p>3) развивать способность к проявлению эмпатии как социально-коммуникативного навыка</p>	
Используемые подходы	Краткое содержание (методы, приемы, техники, упражнения)
Когнитивно-поведенческая терапия	<p>1) проведение краткой просветительской работы на тему «эмпатия»:</p> <ul style="list-style-type: none"> – дать определение (информирование), – рассмотреть сущностные характеристики феномена с использованием жизненных примеров (информирование, совместный анализ, рефлексия жизненного опыта); – обсудить вместе с клиентом роль эмпатии в личной и социальной жизни человека, определить специфику проявления дефицита эмпатии в жизни клиента (информирование, активное слушание, рефлексия, поощрение самоанализа клиента).
	<p>2) анализ внутреннего опыта клиента с целью осознания причин дефицита эмпатии:</p> <ul style="list-style-type: none"> – упражнение «Саморефлексия»: клиенту предлагается задуматься над своими мыслями, эмоциями и реакциями в различных ситуациях взаимодействия с другими людьми, задавая ему вопросы, помогающие проанализировать его эмоциональные реакции, произвольные мысли и их связь с отсутствием эмпатии. – ролевая игра «смена ролей»: клиенту предлагается сыграть роль другого человека, например, друга, коллеги или члена семьи, к которому он обычно проявляет мало эмпатии. Разыгрываются подходящие ситуации их взаимодействия, при этом клиенту нужно вжиться в роль своего партнера по взаимодействию, описывая его мысли, эмоции и мотивы. После этого клиенту предлагается оценить свое отношение к этому человеку и попытаться прочувствовать, как его произвольные реакции могут влиять на взаимоотношения.

Продолжение таблицы 1

<p>Арт-терапия</p>	<p>– упражнение «Письмо себе»: клиенту предлагается написать письмо себе, где он откроется относительно своего дефицита эмпатии. Пусть он описывает, почему дефицит эмпатии присутствует в его жизни, как это влияет на его отношения с другими и с собой. Это упражнение может способствовать большей саморефлексии и осознанности в вопросе дефицита эмпатии и его проявлении в жизни клиента.</p> <p>3) развитие эмпатии как социально-коммуникативного навыка</p> <p>– упражнение «Рисование эмпатии»: клиенту предлагается нарисовать свои эмоции, связанные с эмпатией. Ему необходимо представить разные ситуации, где он чувствовал дефицит собственной эмпатии, или хотел ее проявить, но по каким-то причинам не мог. После завершения рисунка, клиенту предлагается описать свои чувства, эмоции и переживания, отраженные в рисунке, рассказать свою историю эмоционального отношения к проявлению эмпатии в адрес других людей. Это может помочь клиенту осознать свои эмоциональные реакции и их влияние на их эмпатические навыки.</p> <p>– техника «Сопереживание через истории»: клиенту предлагается несколько историй о людях с разными жизненными обстоятельствами, чтобы приобщиться к их эмоциям и переживаниям. Клиенту предлагается представить себя в роли персонажа истории и описать его эмоции, переживания и потребности. Это поможет развить способность понимать чужие чувства и мысли.</p>
<p>Когнитивно-поведенческая терапия</p>	<p>– техника «активное эмпатическое слушание»: клиенту предлагается развивать эмпатические реакции. Вместо того, чтобы сразу же предлагать решения или советы, практикуется эмпатическая реакция, просто фокусируясь на другом человеке и его высказываниях, слушая и подтверждая его эмоции и переживания другого человека, стараясь понять его точку зрения и эмоции, повторяя своими словами его мысли, чтобы подтвердить свое понимание.</p> <p>Домашнее задание: Клиенту предлагается отрабатывать на окружающих людях (друзьях, членах семьи) новые навыки проявления эмпатии, и наблюдать за их ответной реакцией на свои действия. На следующей консультации этот опыт будет обсуждаться и оцениваться в совместной работе с консультантом.</p>
<p>Тема консультативных сессий: «Манипулятивность в межличностных отношениях: сущность, особенности, деструктивное влияние на личностное и социальное развитие»</p>	
<p>Цели:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) дать полноценное представление клиенту о сущности, особенностях и деструктивных последствиях проявления манипулятивного отношения к окружающим; 2) сформировать способность воспринимать другого как самоценную личность; 3) развить способность выстраивать честные и равные взаимоотношения с окружающими 	

Продолжение таблицы 1

<p>Когнитивно-поведенческая терапия</p>	<p>1) краткая просветительская лекция о манипулятивном поведении в отношениях с другими людьми: – определение манипулятивного поведения в рамках межличностных отношений; – приведение примеров проявления манипулятивного поведения в отношениях с окружающими в разных сферах жизни (в семье, на работе, в дружеских взаимоотношениях); – совместное обсуждение с клиентом влияния манипулятивного поведения на качество личной и социальной жизни человека (определение его установок и убеждений, запускающих механизм манипулятивного поведения)</p>
<p>Эмоционально-образная терапия</p>	<p>2) формирование способности воспринимать другого как самоценную личность: Техника «изучение эмоционального образа»: поэтапная работа с клиента с эмоциональным образом эмоциональный образ восприятия личности другого человека: 1) создание образа; 2) исследование образа; 3) проверка на фиксацию; 4) трансформация образа; 5) соматизация образа; 6) этап проверки; 7) этап закрепления.</p>

Продолжение таблицы 1

<p>Когнитивно-поведенческая терапия</p>	<p>3) развитие способности выстраивать честные и равные взаимоотношения с окружающими:</p> <ul style="list-style-type: none"> – упражнение «Комплимент»: консультант предварительно рассказывает, что комплимент представляет собой вербальное «поглаживание», и делает комплимент клиенту, обращаясь к нему по имени, и отмечая то, что ему нравится и симпатично во внешнем виде или в поведении клиента. После этого, консультант приглашает сделать комплимент ему, или в его лице любому другому воображаемому собеседнику. Затем консультант и клиент обмениваются обратной связью, отмечая, было ли им приятно услышать сказанное в их адрес и почему. – упражнение «Активное слушание»: консультант предлагает клиенту освоить технику активного слушания. Для этого первоначально он предлагает клиенту рассказать ему краткую историю и наблюдать за поведением и реакциями консультанта. После этого, клиенту предлагается рассказать о своих ощущениях, рассказываются основные аспекты техники (демонстрировать внимание и уважение к собеседнику: одобряющий взгляд в глаза, внимательное слушание содержания истории, невербальная поддержка в форме киваний, располагающей позы, уместной в контексте повествования улыбки или сочувствия, поддерживающие фразы «я понимаю, о чем ты говоришь», «мне близки твои чувства» и пр.). После этого консультанту и клиенту предлагается поменяться ролями: теперь консультант рассказывает краткую историю, а клиент учиться его внимательно и активно слушать. После упражнения клиент и консультант обмениваются обратной связью. – ролевая игра «Взаимно-ориентированная коммуникация»: консультант и клиент выступают в роли партнеров, которым необходимо решить какое-либо ролевое задание, в котором нужно обсудить и найти компромиссное решение.
<p>Тема консультативных сессий: «Сверхуверенное поведение: сущность, особенности проявления, деструктивное влияние и оптимизация уровня уверенности в межличностных взаимодействиях»</p>	
<p>Цели:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) сформировать представления о сущности и особенностях проявления сверхуверенного поведения; 2) способствовать осознанию клиента деструктивных последствий проявления сверхуверенности в собственной жизни; 3) сформировать у лиц с нарциссическими чертами оптимальный уровень уверенности в себе. 	

Продолжение таблицы 1

Когнитивно-поведенческая терапия	<p>1) просветительская работа по формированию представлений о сущности и особенностях проявления сверхуверенного поведения: – дать определение сверхуверенного поведения, – рассмотреть сущностные характеристики феномена сверхуверенного поведения с использованием жизненных примеров;</p> <p>2) осознание клиентом деструктивных последствий проявления сверхуверенности в собственной жизни: – обсуждение вместе с клиентом ситуаций из жизни, в которых проявлялось сверхуверенное поведение;</p>
Арт-терапия	<p>– оценка чувств, мыслей и эмоций клиента, обсуждение всех последствий такого поведения:</p> <p>Техника «Коллаж чувств»: клиенту предлагается создать коллаж, используя вырезки из журналов, газет, а также возможность рисовать образы, дополнять изображения, всячески иллюстрировать свои эмоции и чувства, которые ассоциируются со сверхуверенным поведением. Клиенту предлагается выбирать именно те изображения и создавать именно те образы, которые вызывают у них чувства и отражают внутренние причины сверхуверенного поведения и препятствия для проявления адекватного уважительного отношения к собеседнику. После завершения коллажа клиенту предлагается рассказать историю о каждом изображении и его значении для него, связать изображенный эмоциональный опыт с опытом и примерами из реальной жизни. Это запускает работу по осознанию причин проявления сверхуверенного поведения.</p> <p>Техника «Состояние в танце»: клиенту предлагается через танцевальные движения воспроизвести свое состояние сверхуверенности во взаимодействии. Это позволяет проследить эмоциональные проявления в визуальной форме. В рамках выполнения техники клиент выбирает движения, которые отражают его эмоциональное состояние и дефицит способности взаимодействовать с окружающими на равных и уважительно. После этого клиенту предлагается придумать и воспроизвести в танце движения, отражающие адекватный уровень уверенности в себе и уважения к окружающим. Это поможет еще глубже понять причины сверхуверенности и свои защиты, а также приблизиться к пониманию того, что изменения внутренней позиции внесет внести в свой эмпатический опыт.</p>
Эмоционально-образная терапия	<p>3) формирование оптимального уровня уверенности в себе:</p> <p>Техника «трансформация образа»: клиенту предлагается провести поэтапную работу с образом сверхуверенного поведения и трансформировать его в более конструктивный образ уверенного поведения по схеме ЭОТ: 1) создание образа, 2) исследование образа; 3) проверка на фиксацию; 4) трансформация образа; 5) соматизация образа, 6) этап проверки; 7) этап закрепления.</p>

Продолжение таблицы 1

Тема консультативных сессий: «Эгоцентризм в межличностных взаимодействиях»	
Цели: 1) сформировать у клиента представления о сущности и особенностях проявления эгоцентризма в поведении при взаимодействии с окружающими; 2) реализовать процесс осознания клиентом причин проявления эгоцентризма и негативных последствий его проявления 3) снизить уровень эгоцентризма клиента в межличностных взаимодействиях.	
Когнитивно-поведенческая терапия	1) краткая просветительская лекция об эгоцентризме и его проявлении в отношениях с другими людьми: – определение эгоцентризма; – обсуждение с клиентом примеров проявления эгоцентризма в отношениях с окружающими в разных сферах жизни (в семье, на работе, в дружеских взаимоотношениях); – совместное рассуждение с клиентом о возможном влиянии эгоцентризма на качество личной и социальной жизни человека (определение его установок и убеждений, запускающих механизм эгоцентричного поведения)
Арт-терапия	2) осознание клиентом причин проявления эгоцентризма и негативных последствий его проявления: Упражнение «Маска эгоцентризма»: клиенту предлагается создать маску, которая символизирует его эгоцентризм. Для создания маски предлагается использовать разные материалы, с помощью которых, как он чувствует, наиболее точно возможно воссоздать образ эгоцентризма, а также внутренних причин его появления и проявления. После того, как маска готова, клиента следует попросить рассказать историю о маске – что она символизирует, какие эмоции она вызывает и какие изменения он хотел бы внести. В процессе рассказа и беседы с консультантом, клиент способен глубже осознать причины своего эгоцентризма через метафоры и символы созданного образа.
Когнитивно-поведенческая терапия	3) снижение уровня эгоцентризма клиента благодаря формированию способности принимать и учитывать мнения, интересы и оценки других людей, а также развитию умения договариваться с окружающими: – техника «Глубокое дыхание»: клиенту предлагается освоить данную технику для снятия эмоционального напряжения в моменте, когда хочется вступить в спор, выразить агрессию или гнев в неконструктивной форме. В начале необходимо сделать несколько глубоких вдохов через нос, задерживая дыхание на несколько секунд, а затем медленно выдохнуть. Повторить это нужно несколько раз. Это поможет клиенту успокоиться и открыться для восприятия других точек зрения и настроиться на восприятие и понимание мнений и интересов других людей.

Окончание таблицы 1

<p>Эмоционально-образная терапия</p>	<p>– техника «Эмоциональный мост»: клиенту предлагается освоить данную технику для того, чтобы во время общения с другими людьми находить эмоциональную связь и понимать их переживания. Клиенту предлагается представить себя на месте собеседника, рассказывающего какую либо историю, или аргументирующего какую-либо точку зрения (эту роль может взять на себя психолог-консультант), во время этого, клиенту необходимо задать себе вопросы, которые помогут ему лучше понять собеседника, например, «Какие чувства он может испытывать в данной ситуации?» или «Как бы я себя чувствовал, находясь в его ситуации? Почему?». В эти моменты клиенту предлагается дополнительно представлять, как между ним и его собеседником образуется некий мост, благодаря которому происходит взаимопонимание. Это позволит развить эмпатию и лучше учитывать мнения и интересы других людей. После выполнения упражнения происходит его обсуждение и рефлексия с психологом.</p>
<p>Когнитивно-поведенческая терапия</p>	<p>– упражнение «Конструктивная дискуссия»: клиенту предлагается по какому либо выбранному вопросу, четко расписать свою позицию и аргументы в пользу подтверждения своей точки зрения. Консультант, внимательно изучив точку зрения клиента, вырабатывает позицию, отличную от позиции клиента и приглашает клиента к конструктивной дискуссии, где каждый не агрессивно отстаивает свое мнение и позицию, а выслушивает, отчасти соглашается, аргументирует свое видение и приглашает к конструктивному обсуждению вопроса с учетом двух имеющихся позиций. В процессе такого упражнения клиент может осознать продуктивность способности выслушать позицию другого, для выработки альтернативной и более эффективной точки зрения на вопрос. Он учится выслушивать, признавать конструктивность своей и чужой позиции, переводить спор в конструктивную дискуссию, результатом которой может являться эффективное решение или расширение собственного кругозора.</p>

Результаты контрольного эксперимента

Таблица 1 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения опросника «Нарциссические черты личности» (О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова) на этапе контрольного эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Грандиозное чувство	Поглощенность фантазиями	Вера в собственную уникальность	Потребность в постоянном	Ожидание особого отношения	Манипуляции в межличностных	Отсутствие эмпатии	Сверхзанятость чувством зависти	Дерзкое, заносчивое
Марина П	41	Ж	33	28	30	29	22	17	17	27	22
Наталья К	36	Ж	23	22	27	25	25	19	19	29	27
Ирина К	38	Ж	30	26	29	31	30	22	22	15	29
Среднее значение			28.67	25.33	28.67	28.33	25.67	19.33	19.33	23.67	26.00

Таблица 2 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения опросника эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов) на этапе контрольного эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Баллы	Уровень эмпатии
Марина П.	41	Ж	22	средний
Наталья К.	36	Ж	25	средний
Ирина К.	38	Ж	21	средний
Среднее значение			22.66	

Таблица 3 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения методики «Шкала манипулятивного отношения» (Т. Бант) на этапе контрольного эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Баллы	Уровень манипулятивного отношения
Марина П.	41	Ж	62	средний
Наталья К.	36	Ж	65	средний
Ирина К.	38	Ж	56	средний
Среднее значение			61	

Таблица 4 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения методики «Диагностика межличностных отношений» (Т. Лири) на этапе контрольного эксперимента

Имя Ф. испытуемого	Типы межличностных отношений							
	Авторитарный	Эгоистичный	Агрессивный	Подозрительный	Подчиняемый	Зависимый	Дружелюбный	Альтруистический
Марина П.	11	9	10	9	5	7	8	7
Наталья К.	9	10	8	7	4	5	6	6
Ирина К.	8	9	9	9	5	5	7	5
Среднее значение	9.33	9.33	9	8.33	4.66	5.66	7	6

Таблица 5 – Индивидуальные результаты испытуемых по итогам проведения теста «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой (адаптация Т. И. Пашуковой) на этапе контрольного эксперимента

Имя Ф	Возраст	Пол	Индекс эгоцентризма	Уровень эгоцентризма
Марина П.	41	Ж	16	средний
Наталья К.	36	Ж	14	средний
Ирина К.	38	Ж	19	средний

Таблица 6 – Результаты испытуемых, принявших участие в консультативной работе, полученные по итогам проведения опросника «Нарциссические черты личности» (О.А. Шамшикова, Н.М. Клепикова)

Шкалы опросника НЧЛ		Грандиозное чувство самозначимости	Поглощенность фантазиями	Вера в собственную уникальность	Потребность в постоянном внимании и восхищении	Ожидание особого отношения	Манипуляциив межличностных отношениях	Отсутствиэмпатии	Сверхзанятость чувством зависти	Дерзкое, заносчивое поведение
Испытуемый, этап исследования										
Марина П., 41 год	констатирующий этап	49 (высокий)	49 (высокий)	45 (высокий)	49 (высокий)	39 (высокий)	38 (высокий)	35 (высокий)	40 (высокий)	37 (высокий)
	контрольный этап	33 (средний)	28 (средний)	30 (средний)	29 (средний)	22 (средний)	17 (низкий)	17 (средний)	27 (средний)	22 (средний)
Наталья К., 36 лет	констатирующий этап	26 (низкий)	30 (средний)	37 (средний)	36 (средний)	43 (высокий)	38 (высокий)	29 (высокий)	40 (высокий)	40 (высокий)
	контрольный этап	23 (низкий)	22 (низкий)	27 (низкий)	25 (низкий)	25 (средний)	19 (средний)	19 (средний)	29 (средний)	27 (средний)
Ирина К., 38 лет	констатирующий этап	40 (средний)	39 (средний)	43 (высокий)	49 (высокий)	47 (высокий)	38 (высокий)	32 (высокий)	29 (средний)	47 (высокий)
	контрольный этап	30 (низкий)	26 (средний)	29 (средний)	31 (средний)	30 (средний)	22 (средний)	22 (средний)	15 (низкий)	29 (средний)
Средняя степень произошедших изменений (в баллах)		10	14	13	16	17	19	13	13	10

Таблица 7 – выраженность нарциссических черт личности испытуемых на этапе констатирующего эксперимента и после участия в индивидуальных психологических консультациях

Испытуемый	Критерии нарциссических черт личности							
	Дефицит эмпатии		Манипулятивность в межличностных отношениях		Сверхуверенное поведение		Эгоцентризм	
	до	после	до	после	до	после	до	после
Марина П. (41 год)	высокий	средний	высокая	средняя	высокий уровень (эгоистический, авторитарный и агрессивный типы взаимодействия)	средний уровень (авторитарный, агрессивный, эгоистический, подозрительный типы взаимодействия)	высокий	средний
Наталья К. (36 лет)	высокий	средний	высокая	средняя	высокий уровень (эгоистический, авторитарный и агрессивный и подозрительный типы взаимодействия)	средний уровень (эгоистический, авторитарный типы взаимодействия)	высокий	средний
Ирина К. (38 лет)	высокий	средний	высокая	средняя	высокий уровень (эгоистический, агрессивный, подозрительный и авторитарный типы взаимодействия)	средний уровень (эгоистический, агрессивный, подозрительный типы взаимодействия)	высокий	средний

Результаты статистического сравнения данных, полученных испытуемыми на этапе констатирующего и контрольного эксперимента

Таблица 1 – Результаты статистического сравнения (U-критерий Манна-Уитни) данных испытуемых, полученных по методике «Нарциссические черты личности» (О. А. Шамшикова, Н. М. Клепикова)

Средние значения / результаты статистического сравнения	Грандиозное чувство самозначимости	Поглощенность фантазиями	Вера в собственную уникальность	Потребность в постоянном внимании и восхищении	Ожидание особого отношения	Манипуляции в межличностных отношениях	Отсутствие эмпатии	Сверхзанятость чувством зависти	Дерзкое, заносчивое поведение
Констатирующий этап	38.3	39.3	41.7	44.7	43.0	38.0	32.0	36.3	41.3
Контрольный этап	28.7	25.3	28.7	28.3	25.7	19.3	19.3	23.7	26.0
UЭмп	2	0	0	0	0	0	0	0.5	0
p	нет	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	нет	0.01

Таблица 2 – Результаты статистического сравнения (U-критерий Манна-Уитни) данных испытуемых, полученных по опроснику эмоциональной эмпатии, EETS (А. Мехрабиан, М. Эпштейн, адаптация Ю.М. Орлов, Ю.Н. Емельянов)

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	13	2	22	5
2	15	3	25	6
3	10	1	21	4
Суммы:		6		15

Результат: $U_{Эмп} = 0$. Критические значения: $U_{Кр}$ ($p \leq 0.01$) отсутствует; $U_{Кр}$ ($p \leq 0.05$) = 0. Полученное эмпирическое значение $U_{Эмп}(0)$ находится в зоне значимости, принимается гипотеза H_1 о статистической значимости различий в сравниваемых выборках.

Таблица 3 – Результаты статистического сравнения (U-критерий Манна-Уитни) данных испытуемых, полученных по методике «Шкала манипулятивного отношения» (Т. Бант)

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	80	5	62	2
2	83	6	65	3
3	77	4	56	1
Суммы:		15		6

Результат: $U_{Эмп} = 0$ Критические значения: $U_{Кр} (p \leq 0.01)$ отсутствует; $U_{Кр} (p \leq 0.05) = 0$. Полученное эмпирическое значение $U_{Эмп}(0)$ находится в зоне значимости, принимается гипотеза H_1 о статистической значимости различий в сравниваемых выборках.

Таблица 4 – Результаты статистического сравнения (U-критерий Манна-Уитни) данных испытуемых, полученных по методике «Диагностика межличностных отношений» (Т. Лири)

Средние значения / результаты статистического сравнения	Типы межличностных отношений							
	Авторитарный	Эгоистичный	Агрессивный	Подозрительный	Подчиняемый	Зависимый	Дружелюбный	Альтруистический
Констатирующий этап	12.3	13.3	12.7	10.7	4.3	6.3	5.7	5.3
Контрольный этап	9.3	9.3	9.0	8.3	4.7	5.7	7.0	6.0
$U_{Эмп}$	0	0	0	1	4	3	1	4
p	0.01	0.01	0.01	нет	нет	нет	нет	нет

Таблица 5 – Результаты статистического сравнения (U-критерий Манна-Уитни) данных испытуемых, полученных по тесту «Диагностика личностного эгоцентризма» Т. Шустровой (адаптация Т. И. Пашуковой)

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	25	4	16	2
2	27	5	14	1
3	29	6	19	3
Суммы:		15		6

Результат: $U_{Эмп} = 0$ Критические значения: $U_{Кр} (p \leq 0.01)$ отсутствует; $U_{Кр} (p \leq 0.05) = 0$. Полученное эмпирическое значение $U_{Эмп}(0)$ находится в зоне

значимости, принимается гипотеза H_1 о статистической значимости различий в сравниваемых выборках.