**ОГЛАВЛЕНИЕ:**

|  |  |
| --- | --- |
| Введение | 4 |
| Глава 1. Теоретические аспекты выявления нарциссических ловушек в диагностике и психологическом консультировании | 6 |
| 1.1. Понятие нарциссизма и характерные признаки | 6 |
| 1.2. Виды нарциссических ловушек и формирование нарциссической личности | 10 |
| 1.3. Способы выявления нарциссических ловушек в диагностике и психологическом консультировании | 13 |
| Глава 2. Эмпирическое исследование как метод выявления нарциссических ловушек в диагностике и психологическом консультировании | 18 |
| 2.1. Цель, гипотеза, задачи исследования | 18 |
| 2.2. Методика исследования | 20 |
| 2.3. Результаты исследования | 42 |
| 2.4. Анализ результатов исследования и рекомендации по реализации полученных результатов | 46 |
| Заключение | 49 |
| Список использованной литературы | 51 |
| Приложение А Опросник теста оценки нарциссизма | 54 |

**Введение**

В настоящее время нарциссические тенденции получают все большее распространение в обществе, порождая определенный комплекс доминант, который сегодня воспринимается окружающими как норма. Все отражается на формировании определенного мировоззрения – идеала свободной и независимой индивидуальности.

Одновременно с этим происходит всепоглощающий процесс дискредитации практически всех нравственных и моральных ориентиров, что усиливает процесс безразличия людей к окружающими происходящим событиям.

Проблема исследования связана в первую очередь с необходимостью выделения нарциссизма в пределах психологической нормы в отдельный психологический концепт, обладающий определенными характеристиками. В связи с этим возникает потребность в системном анализе научных познаний о нарциссизме, что позволит классифицировать основные подходы и измерить точные характеристики лиц, относящихся к контингенту психической нормы.

Актуальность выбранной темы подтверждается отсутствием достаточного количества работ в области изучения нарциссизма и нарциссических ловушек.

В качестве гипотезы исследования выступает предположение о том, что под нарциссическими наклонностями индивида скрывается ослабление его личности в результате возрастания зависимости от мнения окружающих, потребности в позитивной оценке, что и является причиной попадания в нарциссическую ловушку.

Целью данной работы является – теоретическое изучение основ и признаков нарциссизма, а так же применение эмпирического метода исследования в целях выявления нарциссической ловушки в диагностике и психологическом консультировании.

Исходя из поставленной цели в работе были решены следующие задачи:

1 – изучены теоретические основы нарциссизма и методов выявления нарциссической ловушки;

2 – выявлена наиболее оптимальная методика выявления нарциссической ловушки в диагностике и психологическом консультировании;

3 – проведен анализ полученных результатов эмпирического исследования наклонностей нарциссизма и причин попадания в нарциссические ловушки.

Объектом исследования в работе являются результаты эмпирического исследования.

Предметом в работе выступают «нарциссические ловушки».

Методологической основой проводимого в работе исследования являются: ведущие принципы психологии - принцип развили, системности, единства теории и практики; основные теоретико-методологические положения концепта нарциссизм З.Фразда, теорий нарциссизма ХКохуга, О.Ф-Кернберга, отдельные положения концепций и теорий нарциссизма в зарубежной психологии; разработки отечественных психологов в области нарциссизма (Е. Т.Сокшова, В. Д. Шадриков, Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева).

**Глава 1. Теоретические аспекты выявления нарциссических ловушек в диагностике и психологическом консультировании**

**1.1. Понятие нарциссизма и характерные признаки**

Сегодня в обществе преобладает повальная мания, при которой человек ориентируется не на свои особенности, желания, цели и так далее, а на представление общества, окружающих о том, каким он должен быть. Индивидуум силится стать тем, кем он не станет никогда, но тщетно пытается снова и снова.

Распространенным явлением в последнее время является наибольшее проявление в людях таких качеств, как: эгоцентризм, внутренняя эмоциональная пустота, а так же склонность к эксплуатации других.

Таких людей часто именую «энергетическими вампирами», в психологии таких тип людей получил название «нарциссы».

Нарциссизм – свойство характера, заключающееся в чрезмерной самовлюбленности и завышенной самооценке, не соответствующей при этом действительности.

Нарциссизм проявляется в характерном интимном поведении. По мнению З. Фрейда, все дети в раннем возрасте переживают сильное чувство самовлюбленности. При правильном и гармоничном воспитании детям это не наносит в дальнейшем вреда.

Причинами нарциссизма являются:

1 – оценка детей родителями в раннем возрасте – при этом добившись минимального успеха ребенок происходит привязка только к хорошей оценке;

2 – недостаток материнской любви в детском возрасте - спустя некоторое время ребенок начинает восполнять недостаток этого чувства, что приводит к чрезмерной самоуверенности;

3 – старание родителей добиться от ребенка успеха уже в раннем возрасте, при этом отвергая его личные качества и способности.

Таким образом, все причины нарциссизма исходят из раннего детства и первопричиной появления его становятся чрезмерная либо недостаточная любовь родителей. [11, c. 163]

В каждом человеке, как правило, могут присутствовать некие черты присущи данному типу. Стоит отметить, что нарциссизм отличается от других типов характера яркой выраженностью таких черт.

Характерными чертами «нарцисса» является присущая ему активность, подпитываемая тревогой, которая в первую очередь связана со страхом отвержения и несоответсвия тем или иным параметрам и устоям общества. Эта активность представляет собой некоторую зависимость, источников которой является ненасыщаемость объектом. [[1]](#footnote-1)

Ненасыщаемость объектом (в роли этого могут выступать деньги, слава, карьера или достижения нарцисса) выступает результатом невозможности остановиться перед этим объектом.

В практике часто встречаются случаи, когда «нарцисс» столкнувшись с препятствием или невозможностью получить от окружающих любовь и признание старается заполнить образовавшуюся пустоту эрзацами, которые дают ему лишь временные ощущения удовлетворения и спокойствия, затем «гонка за предметом активности» повторяется снова.

Кроме того, данному типу людей присуща депрессивная полярность, которой характерны душевные переживания и терзания относительно наполненности всеми полноценными составляющими жизни. Эти переживания обычно являются лишь началом депрессии, с которой «нарциссы» успешно справляются.

Люди с нарциссическими наклонностями на самом деле являются носителями психологической болезни, которая видоизменяет их личностные качества. Такие личности постоянно стремятся к идеалу, исправляя погрешности своего тела при помощи различных методов. Поэтому, как следствие, могут стать «обладателями» анорексии, депрессии и даже наркомании. Люди-нарциссы имеют одну неповторимую особенность – их передняя мозговая извилина слишком активна, поэтому они не могут смотреть на свое поведение со стороны и объективно оценивать окружающих. Такие люди не в состоянии трезво оценивать свое поведение, поэтому и считают, что ведут себя в пределах нормы.

Что же касается понятия «нарциссической ловушки», то здесь существует довольно много мнений и взглядов.

Так, автор работы «Психологическое консультирование и диагностика» Венгер А. называет ловушками «приманки-соблазны на жизненном пути субъекта, отвлекающие его от истинного пути, уводящие от своего подлинного «Я».

Автор Меновщиков В.Ю. в своей работе «Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями» связывает нарциссические ловушки с возникающей у человека потребностью в позитивной оценке. Нарциссические ловушки, по его мнению, проявляются в создании и поддержании человеком своего идеального образа.

Колесникова Г.И. в своих трудах охарактеризовала людей, склонных к нарциссическим ловушкам свойством условной идентичности:

«Я буду нравиться окружающим, если я …»

Вся жизнь такого человека наполнена постоянным сравнением себя и тестированием соответствия, то есть человек постоянно пытается ответить на вопросы:

«Подхожу или не подхожу?»

«Соответствую или не соответствую?»

«Что обо мне скажут?»[[2]](#footnote-2)

Таким образом, можно сформулировать собственное определение нарциссической ловушки:

Нарциссическая ловушка – соблазны на жизненном пути человека, которые проявляются в потребности создания идеального образа перед окружающими, постоянном восхвалении и позитивной оценке.

При этом стоит отметить, что данному типу присуще создание впечатления автономности и свободы от различных предрассудков и мнений. Не смотря на это, это всего лишь образ, которым управляют. [9, 16]

Еще одной характерной особенностью человека, склонного попадать в нарциссические ловушки является активная жизненная позиция, нацеленность на достижения, определенный намеченный результат.

«Я могу сам» - жизненное убеждение «нарцисса». При этом они обладают недостаточной чувствительностью к самому себе, что влечет отчужденную от самого себя продуктивность.

Нарциссическая ловушка для «нарцисса» является неким толчком, вызовом активности и при выходе из нее у человека возникает лень, апатия, возможна депрессия.

Наряду с перечисленными признаками человека, попадающего в «нарциссическую ловушку» ему присущи и здоровые признаки, такие как стремление к успеху, обладание здоровыми амбициями, самодостаточность и т.д.

Многие люди-нарциссы описывают подобное состояние как большую черную дыру внутри себя, которая постоянно требует заполнения. Из-за этого существует вероятность того, что рано или поздно они могут прибегать к алкоголю и наркотикам. Единственное, что может поистине помочь – это чувство настоящей победы. Ради того чтобы ощутить вкус победы, человек с отклонениями готов на все, даже на самые отвратительные поступки.

Таким образом, основными особенностями и характерными признаками человека, попавшего в «нарциссическую ловушку» являются: чувство опустошенности в душе, зависть и постоянное сравнение со стандартами и идеалами своего окружения, а так же тщеславие, самодостаточность и самовлюбленность.

**1.2. Виды нарциссических ловушек и формирование нарциссической личности**

Основные виды «нарциссических ловушек» представлены на рисунке 1.1.

НАРЦИССИЧЕСКИЕ ЛОВУШКИ

Слава

Деньги

Успех у противоположного пола

Имидж

Достижения

Карьера

Рисунок 1.1. – Виды «нарциссических ловушек» [15, c. 110]

Все перечисленные на рисунке виды «нарциссических ловушек» являются целями для нарцисса, к которым он стремится, не замечая как при этом попадает в ловушку.

Отдельно хотелось бы сказать о еще одной, достаточно изощренной нарциссической ловушке, – ловушке личностного роста. На первый взгляд, мотивы человека, стремящегося к личностному росту, вызывают уважение. Но часто, внимательнее присмотревшись, здесь можно увидеть тот же девиз нарцисса «Быстрее, выше, сильнее». С той лишь разницей, что объектом усовершенствования, апгрейда здесь становится личность человека либо его тело. И здесь, при более глубоком рассмотрении можно обнаружить в качестве мотиватора деятельности нарцисса тревогу, за которой скрывается страх «Меня не любят такого».

Стоит отметить, что вовлечение в «нарциссическую ловушку» предусматривает обязательное наличие второго лица рядом – того, кто будет постоянно восхвалять и поощрять «нарцисса». [[3]](#footnote-3)

В данном случае от второго лица требуется безусловная любовь, то здесь от него необходимо одобрение, подтверждение своего Я. Подтверждение значимости, важности, ценности: «Ты – молодец!» Вся жизнь человека, попавшего в нарциссическую ловушку, посвящена поиску этого одобрения. Не столько сама деятельность, сколько возможность получить за нее похвалу становится здесь смыслом.

Одним из современных примеров навязчивого подтверждения своего идеального Я вторым лицом, окружением является феномен сэлфи – еще одно изобретение нарцисса, пытающегося укрепить свою хрупкую идентичность, нечувствительного к своему реальному Я, неспособного опереться на свой образ Я.

Как следствие этого – навязчивое желание получать отражения-подтверждения от окружения, вне зависимости от степени их референтности и на время «подкормить свое голодное для признания Я».

Итог нарциссической ловушки в том, что человек всю свою жизненную энергию расходует на попытки получения условной любви от окружающих людей и у него не остается энергии на выстраивание контакта с миром своего Я.

В попытках объяснить феномен нарциссизма клиницисты обращаются к причинам и механизмам формирования нарциссической личности. Наибольшее распространение на сегодняшний день получили следующие идеи.[20, c. 254]

Нарциссическая травма. В анамнезе у нарциссических клиентов часто можно обнаружить ранние нарушения близких отношений со значимыми взрослыми или эмоциональное отвержение с их стороны. Личности, имеющие серьезные нарциссические нарушения, не получали достаточной родительской заботы в те периоды, когда они нуждались в поддержке и уходе. Сильнейшая боль, которую испытала нарциссическая личность при отвержении ее истинного self, ведет к использованию защиты в виде отсечения болезненных чувств и эмоций.

Нарциссическое расширение. Если окружение ребенка дает ему понять, что он важен не сам по себе, а из-за выполнения определенной функции, или требует, чтобы он был другим, чем есть в реальности, то настоящие чувства и желания ребенка подавляются из-за страха отвержения. Такой ребенок получает метапослание: «Будь тем, кем я хочу тебя видеть, и я буду тебя любить». Вследствие этого развивается фальшивое компенсаторное self, или «ложное Я» (Д. Винникот), защита которого требует огромных усилий. Важно отметить, что в отношении всех родителей к детям присутствуют как желание реализовать собственный нарциссический проект, так и любовь, понимание, эмпатия. В случае преобладания нарциссического компонента главной задачей ребенка становится выполнение определенных функций и соответствие ожиданиям родителей.

Вторичное нарциссическое нарушение возникает в тех случаях, когда личность вынуждена противостоять жизненным обстоятельствам, ведущим к разрушению идентичности и потере самоуважения

Особенности самоощущений и представлений о себе у людей с нарциссическим диагнозом заключаются в ощущениях пустоты, фальши, стыда, зависти или в полярных переживаниях – самодостаточности, тщеславии, превосходстве. О.Кернберг описывает эти полярности как противоположные состояния в восприятии собственного Я - грандиозное либо ничтожное.

Многие преуспевающие нарциссические личности могут вызывать восхищение и желание соперничать с ними. Однако общим в описании феноменологии нарциссически организованных личностей является патологичность их Я-концепции, проявляющаяся в самообесценивании, слабости и ничтожности. В клинической литературе подчеркиваются стыд, зависть и разочарование в качестве главных эмоций, ассоциированных с нарциссической организацией личности.

**1.3. Способы выявления нарциссических ловушек в диагностике и психологическом консультировании**

Рассмотрим способы выявления нарциссических личностей и ловушек по характерным психологическим особенностям:

1) Чрезмерная до щепетильности требовательность к себе и к другим. Если на Вашем пути встретился нарцисс, будьте готовы к тому, что в первую очередь он подойдёт к Вам со своей оценочной шкалой, сверит Вашу личность с образом своего идеального друга или партнёра и вынесет вердикт о том, достойны ли Вы внимания Его Величества. Скорее всего, нарцисс будет оценивать Вас по неким внешним успехам или качествам (положение в обществе, уровень образования или достатка, внешняя красота, какие бы то ни было таланты или способности, за счёт близости к которым в будущем он сможет подчеркнуть свою исключительность в глазах других людей). Он выбирает друзей, собеседников и партнёров, как удачное зеркало, в котором он смог бы наилучшим образом отразиться. Не как личность, не как человека, а как предмет своего интерьера или гардероба. [18, c. 196]

Люди, с которыми он близко общается, должны быть достаточно хороши для того, чтобы сверкать на их фоне, но в то же время должны находиться в его тени, на вторых ролях и не должны перекрывать его собственное величие. Они должны быть тактичными и хорошими слушителями, чтобы подкреплять его представления о своём грандиозном "я" и не дай бог не свергнуть его с "пьедестала".

2) Идеализация-обесценивание. Если первый этап знакомства был пройден успешно, и нарцисс заинтересовался Вами, следующим шагом с его стороны будет идеализация Вас. Он веером раскроет перед Вами все свои истинные и преувеличенные успехи и достоинства, после чего начнёт идеализировать Вашу персону весьма специфическим образом. Идеализация нарцисса всегда отличается сравнением. Чтобы показать Вам, как Вы хороши для него, он будет сравнивать Вас с другими людьми (на первых порах общения - в Вашу пользу) и всячески подчёркивать исключительность Вашей личности, из-за которой он избрал Вас в качестве объекта своего внимания. Не спешите радоваться и расслабляться, если Вы попали под лучи такой идеализации, т.к. обратной её стороной является обесценивание, которому рано или поздно подвергается каждый, кто сближается с нарциссом. [[4]](#footnote-4)

Нарциссическое обесценивание может выражаться в перечёркивании Ваших ценностей (деятельности, увлечений, идеалов, целей) или подчёркнутой попытке снижения нарциссом их значимости. Находясь рядом с нарциссом и воспринимая его манипуляции всерьёз, можно искренне поверить в то, что с Вашей личностью постоянно что-то "не так" (начиная от внешности и заканчивая душевными качествами). Причины такого обесценивания кроются в крайней нетерпимости нарциссических личностей как к слабостям других людей, так и к межличностным различиям в контакте, т.е. к какому бы то ни было проявлению жизни, свободы и спонтанности в другом человеке. Нарцисс глубоко страдает от переживаемого им чувства собственной ничтожности, компесацией которого является его грандиозное самовозвышение через обесценивание других людей. Обесценивая важное и значимое для Вас, он бессознательно стремится ввергнуть Вас в пучину переживаемой им пустоты, надеясь таким образом избавиться от своего собственного страдания.

3) Поглощённость стремлением к успеху, власти и социальному признанию, сопровождаемая демонстрацией собственного превосходства над другими людьми, грандиозности, исключительности и неуязвимости. Главной темой общения с нарциссами, конечно же, является их собственная "блистательная" персона, говорить о которой они могут бесконечно. Основной целью таких "увлекательных" бесед является поиск нарциссом отражения собственной идентичности, комплиментов и восхищения. Такие люди не переносят какой-либо серьёзной конструктивной критики в свой адрес, несмотря на то, что постоянно критикуют других. Даже самые вежливые и тонкие намёки на слабости нарцисса переносятся им крайне мучительно и болезненно. За собственные "слабости" нарцисс склонен выдавать те черты, развивать которые в себе он считает ниже своего достоинства. [13, c. 87]

Истинные же слабости собственной личности всячески отвергаются нарциссом с помощью взращивания маски безупречности, обратной стороной которой является нестерпимое и скрываемое даже от себя чувство стыда за собственную "плохость". Если Вы "отражаете" нарцисса не так, как он хотел бы, внезапно "отзеркаливаете" ему его недостатки или слабые стороны, будьте готовы к защитной агрессии. Такие люди настолько не переносят в себе беспомощного, жалкого и загнанного ребёнка, что любая критика извне воспринимается ими как крайне болезненный укол, от которого срочно нужно спасаться защитной агрессией или прерыванием контакта. Признать собственную неправоту для нарцисса мучительно больно. Выдвигая к себе высочайшие и строжайшие требования, нарциссическая личность пытается защитить себя от критики других людей, которая переживается ей куда тяжелее собственной.

4) Отсутствие или выраженное снижение способности к чуткости, проявлению человеческого тепла и сопереживанию. Нарциссы - люди очень холодные и обделённые способностью сочувствовать другим. Главный интерес таких людей вертится вокруг созданного ими идеального образа своего особенного, исключительного "я", его подтверждения и признания. Окружающие интересуют их лишь постольку, поскольку они могут отражать это "я" или выступать в качестве "свиты" нарцисса, его "эхо". Если с Вами случилось нечто серьёзное, что внезапно сделало Вас плохим "эхо" или "мутным зеркалом" для нарцисса, возможно, он и окажет Вам со своего барского плеча какую-то помощь.

Однако в повседневном общении с нарциссом чётко переживается отсутствие интереса к глубинным потребностям души собеседника и пустота контакта нарцисса с другим человеком. Этот контакт наполняется либо нескончаемыми разговорами нарциссической личности о себе, либо внезапно пустеет, становясь выхолощенным, поверхностным и безжизненным. Таким образом, достаточно типичным признаком того, что Вы контактируете с нарциссом, является переживание серой и скучной пустоты рядом с ним вместо тепла, которое обычно возникает между людьми в процессе близкого общения.[[5]](#footnote-5)

Главной трагедией нарцисса является его неспособность любить, т.е. неспособность к подлинному и глубокому интересу к другому человеку без желания его использовать. Причиной этого является болезненная озабоченность нарциссической личности собственной персоной. Вся психическая энергия такого человека обращена на себя и направлена на удовлетворение исключительно собственных нужд, в результате чего для кого-то другого в его душе просто не остаётся места. Кроме того, нарцисс не может принимать себя и другого человека таким, какой он есть, что является необходимым условием здоровой и зрелой любви как к себе, так и к другим. Из-за такого отношения к другим людям нарцисс склонен либо обзаводиться "свитой", которую со временем он перестаёт уважать из-за постоянного обесценивания, либо оставаться в одиночестве из-за разрушаемых им раз за разом отношений. Как правило, до установления или после разрушения отношений нарцисса со значимым для него объектом на первый план выступает его идеализация, тогда как в процессе непосредственного взаимодействия с ним нарциссическая личность всячески обесценивает его, идеализируя кого-то другого.

Таким образом, причины вовлечения человека в «нарциссические ловушки» и возникновение нарциссической личности закладываются еще в детстве и основными виновниками в этом случае выступают родители. Это либо недостаток их внимания к ребенку, либо чрезмерная любовь и восхищение. Человек, с детства окруженный похвалами и восхищениями любым его действиям, не признает чужого мнения, но при этом для него очень важно мнение окружающих. Уже повзрослев, он так же нуждается в постоянном восторгании его действиями, внешностью, достижениям, к которым он стремится всю свою жизнь. Цели и направления стремления нарцисса сменяют друг друга, возникает замкнутый круг под названием «нарциссическая ловушка», наличие которой человек не всегда в состоянии признать. В результате, это становится психологической проблемой и требует диагностики и консультирования.

**Глава 2. Эмпирическое исследование как метод выявления нарциссических ловушек в диагностике и психологическом консультировании**

**2.1. Цель, гипотеза, задачи исследования**

Актуальность проведенного исследования обусловлена тем, что в настоящее время нарциссические тенденции получают все большее распространение в обществе, порождая определенный комплекс доминант, который сегодня воспринимается окружающими как норма. Все отражается на формировании определенного мировоззрения – идеала свободной и независимой индивидуальности.

Одновременно с этим происходит всепоглощающий процесс дискредитации практически всех нравственных и моральных ориентиров, что усиливает процесс безразличия людей к окружающим происходящим событиям.

Не зря, многие ученые называют наше время Эпохой пустоты или Временем нарцисса.

Так же актуальность выбранной темы подтверждается отсутствием достаточного количества работ в области изучения нарциссизма и нарциссических ловушек.

Проблема исследования связана в первую очередь с необходимостью выделения нарциссизма в пределах психологической нормы в отдельный психологический концепт, обладающий определенными характеристиками. В связи с этим возникает потребность в системном анализе научных познаний о нарциссизме, что позволит клссифицировать основные подходы и измерить точные характеристики лиц, относящихся к контингенту психической нормы.

Таким образом, на данный момент в науке существует ряд противоречий относительно нарциссизма: с одной стороны, с течением времени интерес к данному явлению усиливается и все больше возникает потребность в его изучении, систематизации, а с другой стороны - в науке нет точного определения термина «нарциссизма», нет результатов практических исследований, на которые можно было бы опереться в дальнейшем изучении.

В качестве гипотезы исследования выступает предположение о том, что под нарциссическими наклонностями индивида скрывается ослабление его личности в результате возрастания зависимости от мнения окружающих, потребности в позитивной оценке, что и является причиной попадания в нарциссическую ловушку.

Целью эмпирического исследования, проводимого в рамках этой работы выступает определение наиболее оптимального метода выявления нарциссической ловушки в диагностике и психологическом консультировании.

Исходя из поставленной цели и гипотезы данного исследования в работе были решены следующие задачи:

1. проанализировать существующие методы выявления нарциссической ловушки в диагностике и психологическом консультировании;

2. систематизировать существующие в психологической практике инструменты эмпирического исследования с целью выявления нарциссической ловушки;

3. определить индикаторы и критерии нарциссизма;

4. провести опрос исследуемой выборки для эмпирического исследования;

5. анализ полученных в эмпирическом исследовании результатов;

6. разработка наиболее оптимального инструмента эмпирического исследования в целях выявления нарциссической ловушки.

Объектом исследования выступают эмпирические значения выявления нарциссических наклонностей в современной психологии.

Предмет исследования: нарциссические ловушки в диагностике и психологическом консультировании.

Научная новизна исследования состоит в получении эмпирических данных: в подростковом возрасте выражены такие нарциссические черты как вера в собственную уникальность, поглощенность фантазиями. В сравнении с взрослыми наиболее выражены: - нарциссические стратегии лидерства и авторитетности; - нарциссические способы регуляции представления личности о себе, возможная потеря контроля, нарциссический гнев, обесценивание объекта; - для взрослого возраста характерна выраженность таких нарциссических черт как ожидание особою отношения потребность во внимании и восхищении.

Теоретическая значимость исследования состоит в описание различных инструментов эмпирического исследования, выявление наиболее оптимального.

Практическая значимость исследования определяется возможностью использования содержащихся в работе положений и выводы в лекционно-пракгаческой части системы профессиональной подготовки психологов, существенно дополнив спецкурсы дисциплин по психологии личности и психодиагностике.

При проведении эмпирического исследования в работе применялся комплекс инструментов и методов: моделирование, тестирование, опрос, методы математической статистики и др.

**2.2. Методика исследования**

Тест оценки нарциссизма.

Тест оценки нарциссизма представляет собой клинико-психологическую тестовую методику, разработанную F.-W.Deneke и B.Hilgenstock.

Данная методика была адаптирована в 2003 году учеными Залуцкой Н.М., Вукс Н. М, Вида В. Д. на базе НИПНИ им. Бехтерева.

В соответствии с современными представлениями в психологии система выявления нарциссизма является самостоятельной для индивида и важнее для его психического здоровья, нежели система регуляции инстинктивных импульсов.

Нарциссическая регуляция – это поддержание равновесия относительно чувства внутренней стабильности, ценности себя, уверенности в себе, хорошего самочувствия и самовлюбленности – то есть всех чувств в отношении самого себя, которое получило название Self.

Self – это психоаналитическое понятие, содержащее в себе целостность личности, ее единство. Данное понятие часто сравнивают с понятием эго, что совершенно не оправдано. В отличие от эго Self включает в себя осознаваемую сферу, которая является определенным стержневой составляющей личности, включающей помимо этого и другие жизненные компоненты, такие как: способы мышления, адаптации, память и интеллект).

Основным и главным симптомом проявления нарциссизма является нестабильное чувство собственной ценности – чрезмерно завышенное или чрезмерно заниженное (второе крайняя редкость). Для поддержания такого нестабильного чувства человеку необходимо развивать и использовать компенсаторные механизмы, которыми выступают: идеализация, могущество, отрицание, регрессия и т.д.

Исходя из этого Self-система представляет собой организованную систему внутреннего мира человека, центром которой является его собственная личность. Стоит отметить, что все элементы данной системы связаны между собой и поэтому изменение одного элемента непременно приведет к изменениям всей системы.

Такими элементами являются: интернально настроенные душевно-духовные компоненты – осознаваемые и неосознаваемые воспоминания, мысли, поступки, которые каким-то образом связаны с собственной личностью, что является стимулом и средством поддержания процессов регуляции в Self- системе.

В Self-репрезентации заключены все субъективно значимые, зафиксированные в памяти объектные образы, т.е интеракционный объектный опыт.

Особенность данной системы состоит в постоянном изменении, то есть она никогда не находится в состоянии спокойствия или неподвижность, так как именно эта система организует в себе проходящем всю жизнь процессе.

Кажущиеся постоянными способы переживаний и поведения, которые производят впечатление неизменных состояний, активно включаются в процесс регуляции Self-системы и поддерживаются в соответствии со специфической формой Self-регуляции.

Возможные направления регуляции Self-системы представлены на рисунке 2.1.



Рисунок 2.1. – Направления регуляции Self-системы

Перманентно протекающие процессы регуляции следуют двум вышестоящим мотивационным диаметрально направленным принципам. Данные процессы имеют единую цель, а именно – достижение состояния покоя и равновесия, что наиболее важно в современном мире, наполненным стрессом и постоянным напряжением. Таким образом, одна часть процессов направлена на достижение равновесия, а другие требуют от него удаления, ищут неожиданностей и нового опыта – именно так достигается равновесия, что и является целью регуляции.

 Оба принципа остаются (принимая во внимание временную организацию Self-системы) динамически связанными друг с другом, т.к. соответствующее доминирование одного неотложно приводит к усилению мотивационных сил, следующих противоположному импульсу, стремящихся перенять доминирующие функции и выражающихся в соответствующих потребностях, фантазиях и поведенческих импульсах. Динамическая взаимная игра этих двух антагонистических принципов регулируется двумя способами: они либо сменяют друг друга в руководящей функции и следуют один за другим во времени, либо удается создание компромисса между ними.

Опросник состоит из 163 утверждений, ответы на которые формируются по шкале Ликкерта. В итоге можно получить сведения по 18 шкалам и подсчитать нарциссический коэффициент и общий индекс функционирования Self-системы.

Описание шкал

1. Бессильное Self

Для сильной личности нехарактерно состояние тотальной беспомощности, снижение ощущения своей психической целостности, отсутствие целеполагания, тотально негативная самооценка (даже в транзиторном виде) чувство внутренней пустоты (не связанное с глубокой астенией). Человек с сильной личностью, испытывая интенсивный страх, сохраняет самоорганизацию и саморегуляцию поведения. Реалистическое чувство собственного бессилия для сильной личности в принципе представимо, но оно не должно принимать характер невыносимости. Сильная личность в принципе не обращает против себя физическую агрессию. Ослабление Self-системы по этому параметру может проявляться в ряде аспектов:

1. непосредственное, субъективно воспринимаемое ощущение хрупкости личности;
2. ощущение нахлынувшей массивной неконтролируемой тревоги, чувства одиночества как проявления не боязни социальной неудачи, а невозможности слабой личности использовать социум для своей экзистенциальной защиты;
3. интенсивные депрессивные переживания бессмысленности, бесцельности жизни, малоценности, малодушия, внутренней пустоты, бессилия, бесперспективности, от которых личность не может защититься;
4. деструктивные побуждения с обращением агрессии против себя.

2. Потеря контроля эмоций и побуждений

Сильная личность оптимально сопротивляется потере самоконтроля, состояниям, парализующим её активность. Она имеет широкие возможности контролировать ситуативные колебания своего психического состояния. При ослаблении личности быстрая смена эмоций и представлений характеризует снижение саморегуляции Self-системы, когда меняющиеся формы организации ищут и не могут найти стабилизирующего баланса. Прогрессирование слабости личности по этому параметру грозит утратой адекватного контроля над деструктивными побуждениями, что вместе с нарастающим страхом потери самоконтроля включает обратную связь процесса дестабилизации продуктивного поведения. Максимально негативные ответы по данной субшкале нереалистичны и свидетельствуют о наличии нарциссической патологии. Признаками ее здесь являются: полное отрицание возможности тотальной неудачи, декларирование полного хладнокровия и самообладания в любой экстремальной ситуации, полное отрицание негативной реакции на безвыходную ситуацию.

3. Дереализация/Деперсонализация

Для сильной личности не характерен деперсонализационный оттенок самовосприятия и дереализационный оттенок восприятия окружающей реальности. Появление этих модусов восприятия психодинамически означает включение механизмов защиты ослабленной личности, попытки с помощью диссоциации и отщепления дистанцироваться от угрожающих процессов в самом себе, сохранить когерентность личностной структуры. С помощью этих архаических механизмов индивидуум пытается отрицать, что дестабилизация затрагивает собственную личность и воспринимаемую ей действительность. Дезадаптивность этой защиты обусловлена тем, что деперсонализация и дереализация сами по себе воспринимаются угрожающими, что самоподкрепляющим образом усиливает дестабилизацию.

4. Базисный потенциал надежды

Субшкала отражает не слепое самодовольство или фасадную самоуверенность, а максимальную убежденность сильной личности в потенциале своего выживания, максимальную установку на реализацию своих личностных ресурсов вопреки возможным трудностям, основанную на высоком уровне навыков совладания, поскольку она уже подкреплена положительным жизненным опытом преодоления трудностей. Стержневыми характеристиками максимально сильной личности являются оптимизм, опора на собственные силы в любых ситуациях, причем уровень неблагоприятности ситуации параллелен мобилизации усилий, направленных на самосохранение. Базисный потенциал надежды проявляется в способности вопреки всем трудностям сохранять фундаментальную надежду на изменение положения к лучшему, на возможность преодоления кризиса за счет мобилизации собственных резервов сопротивления и силы. Этому сопутствует базисное ощущение, что собственная личность окажется несокрушимой, а любовь к себе не будет утрачена. Чем менее стабильна Self-система относительно других отдельных ее параметров, тем в большей степени утрачивается полное уверенности в себе положительное ожидание, что личность еще возможно спасти.

5. Незначительное Self

Сильная личность мало зависит от оценки (в том числе негативной) окружающими себя, своей социальной успешности, эффективности в конкретных ситуациях приспособительного поведения. Она не склонна к глобализации и максимизации негативной взаимооценки окружающих, что способствует ее детоксикации в широких пределах. Сильная личность признает, что сказанная глупость может представлять собой недопустимое нарушение общечеловеческих норм социального поведения и в этом случае заслуживать наказания стыдом. Чувство неуверенности может адекватно сопровождать дефицит навыков и знаний или реалистическую оценку собственной скромной внешности в случае возможного соперничества. Однако у сильной личности высокая способность детоксицировать возникающие при этом чувства стыда и неуверенности. Базисная уверенность в себе и высокий уровень социабельности позволяют сильной личности встретить внезапное обращение на себя всеобщего внимания в широком диапазоне самоконтроля. Сильная личность в принципе допускает неудачу и всегда готова произвести ревизию своего проблемно-решающего поведения в связи с этим. Но при этом она максимально возможным образом сохраняет базисную уверенность в себе.

Рост показателей по этому параметру характеризует ослабление организации Self-системы, сопровождаемое мучительными сомнениями в ценности собственной личности. Этому нарушению регуляции чувства собственной ценности сопутствует доминирующее переживание стыда и страха раскрытия окружающими своей малоценности. Индивидуум видит себя отчетливо негативно, но в сравнении с диффузностью самовосприятия это видение конфигурировано и сводится к конкретным вариантам недостаточности. Он не испытывает генерализованной опустошенности, ему в меньшей степени угрожает полное прекращение существования, что означает достижение определенного уровня стабилизации.

Минимальные показатели означают наличие нарциссической патологии. Декларирование полного безразличия к оценке окружающими своей социальной успешности есть защита нарциссической личности от страха быть отвергнутым. За декларацией полного безразличия к внезапно обращенному на себя всеобщему вниманию скрывается страх отрицательной оценки себя. Отрицание возможности неудачи и полное игнорирование реакций окружающих на свое поведение являются проявлением нарциссической фасадности. Другие признаки нарциссической патологии, выявляемой по этому параметру - полное отрицание ощущения неуверенности, адекватно возникающего при дефиците знаний и навыков, отрицание принципиальной болезненности адекватно негативной оценки себя окружающими или самой возможности глупо выглядеть в глазах окружающих, полное отрицание адекватности чувства стыда за себя в определенных ситуациях.

6. Негативное телесное Self

В данном параметре речь идет не об объективной самооценке, а о болезненности восприятия индивидуумом своих возможных дефектов (не «красиво/некрасиво», а «страдаю от этого/не страдаю»). Сильная личность в состоянии принять и полностью детоксицировать реалистическую негативную самооценку. Адекватная реакция сильной личности на объективно имеющиеся физические недостатки – сожаление, а не стыд или чувство вины. Физическое отвращение к себе не характерно для самооценки сильной личности. Она у обоих полов не зависит от восприятия другими своей внешности.

Ослабление данного модуса организации Self-системы проявляется в негативной коннотации собственного тела, которое воспринимается уродливым, отталкивающим, недостойным любви и нежеланным как для самого индивидуума, так и для окружающих. Этот параметр саморегуляции соответствует попытке избежать тотального опустошения и обесценивания личности путем ограничения переживания малоценности, угрожающего всей личности, ее телесным представительством. Это одновременно и архаическая попытка дистанцироваться от негативных компонентов личности. Можно предполагать, что этому сопутствуют неосознаваемые фантазии о том, что если телесный аспект будет отвергнут или спрятан, то другие компоненты личности могут быть спасены.

7. Социальная изоляция

Сильную личность характеризует высокий потенциал социабельности и минимальное социальное избегание. Она имеет высокие возможности справляться с социально опасными ситуациями, а также детоксицировать возможные при этом неудачи, что позволяет ей быть социально открытой в широких пределах. Базисная уверенность в себе и высокий уровень социабельности позволяют сильной личности достаточно широко раскрывать свои чувства окружающим. Она в принципе не боится барьера социального контакта и умеет его при необходимости установить, но для неё в целом характерны социальная открытость и отсутствие напряженности и фасадности в общении, облегчающие окружающим установление контакта. Сильная личность также эффективна в распознавании той положительной оценки, которую ей дают окружающие.

Ослабление личности по этому параметру проявляется в нарастании социального избегания с целью защиты от нарциссической травматизации. На основном фоне резигнации и недоверчивости социальные отношения представляются разочаровывающими и провоцирующими страх перед общением.

Крайнее завышение силы личности в ответах по этому параметру отражает личностную патологию нарциссического типа. Она проявляется прежде всего в нереалистичной гиперболизации уровня своей социабельности и в признаках искусственной нарциссической фасадности. Это – полное исключение:

* возможности эпизодического замещения социальных интересов какими-либо иными,
* потенциальной опасности, которая может в некоторых ситуациях исходить от скопления людей и того, что ее не удастся нейтрализовать,
* разочарования, приносимого какой-то социальной ситуацией или ее несозвучности себе,
* неудачи в установлении контакта,
* страха самораскрытия (декларирование неуязвимости к отрицательной оценки со стороны),
* необходимости устанавливать адекватную дистанцию в общении,
* своей недостаточной социальной привлекательности.

8. Архаический уход

Сильная личность в большой степени включена в реализацию своих планов как-то преобразующих реальную действительность, хотя и свободна в том, чтобы в каких-то ситуациях никаких планов не строить. Она ориентирована преимущественно на активность, автономный контроль ситуации, чему сопутствует достаточно высокая работоспособность и умение в принципе успешно управлять своим настроением. При этом сильная личность допускает эпизодическое наслаждение покоем, погружением в свой внутренний мир, самосозерцанием.

Ослабление личности по этому параметру отражает неконтролируемое нарастание регрессивных тенденций с фантазиями единения с природой и уходом от межличностных отношений. Регрессия здесь, таким образом, имеет специфическое качество – это поиск объектов, которые, в отличие от разочаровывающих и ненадежных человеческих объектов, были бы постоянно доступными и удовлетворяющими. Психодинамически это – сохраняющаяся с раннего детского периода привязанность к материнскому объекту, угроза потери которой представляет собой экзистенциальную опасность.

Крайнее занижение показателей по этому параметру отражает нарциссическую фасадность, интернальный миф собственной неутомимости как одного из аспектов мнимой безупречности и грандиозности. Признаки этого – отрицание желательности дозированной инфантильной регрессии, декларация постоянства своей целеполагающей активности, постоянно успешного контроля настроения.

9. Грандиозное Self

Сильная личность имеет высокую установку на достижение успеха, свою социальную эффективность. Она имеет достаточно высокую самооценку, оценку своих лидерских качеств, подтвержденную реальной социальной эффективностью и оптимистическую установку на свои природные данные, резервные потенциалы. При этом она реалистически оценивает и безболезненно принимает границы своих способностей и привлекательности, а также возможное превосходство других людей над собой по каким-то параметрам. Снижение показателей по этому параметру означает ослабление личности, снижение веры в себя, в свои возможности добиваться поставленных целей, быть привлекательным для окружающих.

Максимально высокие показатели отражают нарциссическую патологию – грандиозные фантазии своей особой одаренности, неотразимости и превосходства над окружающими. Они служат защите от действительных или мнимых обид, угрожающих стабильности, слаженности личностных параметров и социальной эффективности сэлф-системы. Психодинамически они выполняют еще одну задачу – защиты от потенциальной зависимости от какого-либо объекта или объектов. Признаками этого являются иллюзорные представления о возможности достижения абсолютно любой цели, отрицание существования каких-либо границ своих способностей, социальной эффективности, привлекательности, абсолютизация своих лидерских качеств, за которой стоит неутолимая гиперкомпенсаторная жажда власти.

10. Cтремление к идеальному Self-объекту

Сильная личность минимально зависит от окружающих, в то же время допуская возможность воспользоваться их помощью, получить удовольствие от контакта с ними, не опасаясь в какой-то степени оказаться во власти их обаяния. В силу достаточной удовлетворенности собой ее не гипнотизирует высокое социальное положение другого человека, хотя она в принципе признает значение социального веса, авторитета, примера для подражания.

Повышение показателей по этому параметру отражает снижение удовлетворенности собой с одновременным поиском внешнего идеализируемого объекта, который в фантазиях представляется излучающим силу. Идентификация с ним стимулирует слабую личность, позволяет соучаствовать в его могуществе и блеске, компенсируя таким образом собственный нарциссический дефицит. Самые низкие показатели по этому параметру отражают фасадность нарциссической личности. Признаками ее являются декларирование абсолютной независимости от окружающих, от их обаяния, отрицание возможной необходимости получения помощи от них, значения социального веса, авторитетов, позитивной энергии социальных контактов.

11. Жажда похвал и подтверждения

Положительно оценивая интерес, проявленный к ней, сильная личность в то же время минимально зависит от внимания окружающих. Зависимость от подтверждения принятия себя окружающими у сильной личности не является компульсивной. Повышение показателей по этому параметру отражает ослабление личности с попытками компенсировать его непосредственной социальной гратификацией.

Самые низкие показатели по этому параметру являются признаками нарциссической фасадности. Это – декларация полного отсутствия стремления оказаться иногда в центре внимания, игнорирования внимания к себе, безразличия к похвале окружающих, а также отрицание стимулирующего действия положительной оценки окружающих, нужности такого коммуникативного приема, как зондирование отношения к себе (признак нарциссического страха быть отвергнутым).

12. Нарциссическая ярость

Под воздействием негативных эмоций, связанных с обидой, стыдом, унижением, разочарованием сильная личность мобилизует свою готовность к защите, свои резервы ответной ярости и мести. Эта реакция стабилизирует Self-систему и защищает личность от нарциссического шока и утраты собственной ценности. Однако пробуждающаяся при этом агрессия носит исключительно конструктивный характер с полным контролем поведения, аффекта и побуждений. В силу этого сильная личность мало зависит от принятия себя окружающими, их несправедливой критики. Она эффективно контролирует эмоциональное реагирование на вред, причиняемый окружающими, какую-либо неудачу, разочарование или неполучение гратификации. Она не подчиняет возмездию всю свою жизнь, поскольку это означало бы большую зависимость от окружающих, которую сильная личность не допускает.

По мере ослабления способности личности сопротивляться нарциссическому шоку ответная агрессия все более теряет свою защитную, конструктивную функцию, количественно возрастая и качественно трансформируясь в деструктивную агрессию. Это включает неконтролируемый индивидом порочный круг дестабилизации Self-системы.

Самые низкие показатели по этому параметру являются признаками фасадности при нарциссической патологии личности. Это – декларирование полного безразличия к неудаче, критике со стороны значимых лиц, равнодушия к непризнанию себя, нечувствительности к вреду, причиняемому окружающими. За полным отрицанием возможности разочароваться в ком-либо скрывается нарциссический страх быть отвергнутым.

13. Идеал самодостаточности

Стержневая характеристика сильной личности – ответственность перед самим собой и ориентация прежде всего на собственные усилия в достижении цели. Прежде чем принимать помощь других, сильная личность максимально использует собственные ресурсы. Последовательное решение самостоятельно поставленных задач собственными силами предстает в качестве важного лейтмотива деятельности. Самодостаточность человека с сильной личностью подкреплена ожиданиями высокой результативности, которые он к себе предъявляет и ожиданием успеха. Сильную личность характеризует не только устремленность к поставленной цели, но и способность получать удовольствие от продуктивной работы. В то же время она допускает принятие помощи от окружающих в случае необходимости, возможность в определенных случаях оставления дела незавершенным, без достижения наивысших результатов. Сильный человек уважает автономность других в ходе совместной работы, он ценит дозированный отдых от нее, когда постановка каких-то целей не обязательна и не прикован к ней компульсивно.

Нарциссический дефицит по этому параметру, клинически наблюдаемый в том числе в виде феноменов перфекционизма и трудоголизма, отражает попытки защиты от собственной актуальной или предвосхищаемой недостаточности, а также от возможности оказаться в зависимости от потенциально ненадежного объекта, угрожающей последующим чувством беспомощности.

14. Обесценивание объекта

Для сильной личности не характерны зависть и отсутствие оптимизма. Высокому уровню ее социализации сопутствует минимальная тенденция к обесцениванию окружающих. Принятые в культуре сильной личности моральные нормы стабильно и бесконфликтно интегрированы в ее суперэго, она положительно относится к поиску идеалов. При этом минимизируются значение критики со стороны окружающих и, соответственно, тенденции к ответной агрессии. Признавая окружающих иногда опасными, сильная личность не распространяет эту оценку на всех окружающих и на все ситуации, что позволяет ей позитивно оценивать социальную картину в целом. Сильное Self имеет широкие установки на положительное обращение к себе окружающих, имея в виду «расположить к себе», а не «искать милости у того, от которого зависишь».

Ослабление личности по этому параметру проявляется в нарастающей тенденции к очернению, обесцениванию окружающих, восприятию их опасными, разочаровывающими. Психодинамически за этим стоит защита от потенциального нарциссического шока – быть разочарованным, обиженным, униженным или отвергнутым любимым и желанным объектом, от которого ожидается эмоциональное тепло, забота, помощь. Искусственное субъективное снижение значимости такого объекта снижает зависимость слабой личности от него и анестезирует фантазируемую или реальную нарциссическую обиду. Данный защитный механизм субъективно артикулируется следующим образом: «этот человек не может меня обидеть, унизить, разочаровать или пристыдить, потому что он не имеет для меня никакого значения, он вообще не стоит того, чтобы от него чего-то ждать». Здесь очень легко возникают проекции собственных негативных характеристик и деструктивных тенденций на обесцениваемый объект, дополняющие защиту от нарциссического шока («это не я достоин презрения и агрессивен, а другие»). Как только объект зафиксирован в этой девальвирующей позиции, собственные агрессивные тенденции перестают быть социально нелегитимными и становятся позволительными и оправданными. Тем самым замыкается порочный круг, заставляющий индивида вновь и вновь воспроизводить разочаровывающие объекты и затем защищаться от них. Стратегия обесценивания является формой совладания с нарциссическими фрустрациями раннего детства, когда идеализируемый объект должен был быть «хорошим», но таковым объективно или субъективно не оказался.

Самые низкие показатели по этому параметру отражают нарциссическую личностную патологию. Это – полное отрицание возможного положительного участия окружающих в своей жизни (фасадная независимость от окружающих), возможной незаслуженности похвалы (чрезмерная зависимость от нарциссической гратификации), возможной опасности объектов (нарциссическая грандиозность), гиперболизация морального императива и идеализируемых объектов, установка на то, чтобы расположить к себе абсолютно всех окружающих (защита от собственного обесценивания), идеализация критикующих объектов («меня могут критиковать только совершенно безупречные люди»).

15. Идеал ценностей

Сильная личность гордится ценностными масштабами, представляющими основы, на которых строится ее жизнь. Эти принципы достаточно высоки, они широко и гибко интегрированы в социальный контекст – сильная личность исходит из того, что большинство людей не считают свою жизнь бессмысленной, как бы их идеалы при этом ни формулировались. Сильная личность свободна и независима в выборе и возможной смене внутренних ориентиров. Допуская и признавая существование внешних идеалов, сильная личность в состоянии самостоятельно сформулировать принципы своего существования на каждый данный момент.

Ослабление личности проявляется в снижении уверенности в том, что жизненные ориентиры избраны верно и могут служить опорой в трудных ситуациях, а также в том, что человек может вполне положиться на себя в нахождении и пересмотре жизненных ценностей. Максимальные показатели по этому параметру отражают нарциссическую личностную патологию – признание себя моральным совершенством, перфекционизм и гиперболизацию своих моральных ценностей, жесткое навязывание их окружающим, исключение отсутствия ригидных моральных ориентиров в каждый данный момент, максимальную зависимость от общепринятых убеждений (страх потери идеализируемого Self-объекта). Психодинамически этот модус регуляции Self-системы означает защиту от возможных нарциссических повреждений путем искусственного завышения представлений о собственном моральном совершенстве, о своем превосходстве в этом отношении над большинством окружающих. Он позволяет также нарциссически уязвленной личности канализировать сброс возникающих агрессивных импульсов во внешне социально приемлемой форме моральных упреков в адрес объекта.

16. Симбиотическая защита Self

Допуская возможность делиться своими чувствами с окружающими, сильная личность мало зависит от них в этом отношении. Сильная личность не допускает полной психологической зависимости от значимых лиц окружения, от чужого, пусть авторитетного мнения. Автономность в этом отношении делает сильную личность способной сказать «нет» в широких пределах. Она имеет высокие возможности не драматизировать несоблюдение верности со стороны значимого объекта, находя при этом опору в самом себе. Снижение силы личности по этому параметру заметно в появляющейся тенденции искать «хороший» Self-объект, который был бы психологической копией себя и подкреплял бы реальность существования слабой личности полным соответствием установок, мнений и системы ценностей. Это исключает возможные разногласия и мешает возникающим в результате нарциссического повреждения агрессивным импульсам прорваться в отношения с таким объектом и испортить их. Так возникает защитная фантазия бесконечно стабильных отношений, гарантированных от разочарования и утраты и дающих надежную опору в минуту собственной слабости. Она включает защиту от одиночества, беспомощности и отчаяния. Фантазируемое слияние с Self-объектным дубликатом имеет целью компенсацию структурных дефектов слабой личности.

Минимальные показатели по этому параметру являются признаками нарциссического расстройства личности. Это – полный отказ от эмоциональной раскрытости в общении с близкими, полное отрицание важности значимых межличностных отношений, возможной нужности другого человека (опасение нарциссического повреждения). Полное отрицание необходимости прислушаться к чужому мнению, готовности идти на уступки значимым лицам окружения представляет собой дефект социабельности, связанный с фасадностью и эгоизмом нарциссической личности. Проявлением нарциссической фасадной грандиозности является декларируемое полное безразличие к измене близких.

17. Ипохондрическая защита от тревоги

Сильная личность признает возможность появления тяжелого заболевания. На это, так же как и на эпизодические сигналы организма о недомогании она реагирует адекватной тревогой. Но озабоченность перспективой заболевания и фиксация на признаках недомогания у нее минимальна.

Ослабление личности по этому параметру проявляется в повышении озабоченности своим состоянием здоровья без реалистичных к тому оснований. Психодинамически ипохондризация представляет собой реакцию индивида на угрозу фрагментации Self с деструкцией его саморегулирующих функций. Это попытка объяснить диффузную угрозу субъективно понятным образом. Свободно плавающая тревога при этом ограничивается, сужаясь до определенного круга представлений, а ощущение субъективной действительности и чувство собственного существования обостряются, что способствует стабилизации Self-системы на сниженном уровне. Угроза направляется теперь не на всю целостность личности, а на отдельные компоненты телесного Self, от которых личность может дистанцироваться как от объекта, делегируя ответственность за состояние этих компонентов помогающему врачу. При этом мобилизуются фантазии спасения и социальная поддержка окружающих. Объектное отношение к собственному телу способствует перемещению реальных межличностных конфликтов в плоскость отношений со своим организмом, который может также стать заменой какого-то значимого объекта, который личность утратила или боится потерять. Фиксация внимания на телесных представительствах Self может использоваться и для совладания с собственными агрессивными импульсами, которые проецируются не вовне, как при бредовых психозах, а в соматическую сферу.

Признаками нарциссической личностной патологии по этому параметру являются полное вытеснение эпизодических сигналов организма о недомогании, а также возможности появления тяжелого заболевания и последующей смерти.

18. Нарциссическая выгода от болезни

Сильная личность реалистически допускает возможность ограничения своей результативности каким-либо серьезным заболеванием или недостаточностью физических данных, однако она ориентирована на максимальную компенсацию действия этих негативных факторов. При оценке этого параметра следует делать поправку на случаи, в которых заболевание или инвалидность действительно несовместимы с реализацией жизненных планов. От чисто ипохондрического параметра шкалы 17 этот отличается акцентом на фантазию: «я, собственно, сам здоров и продуктивен, это мое тело отказывает». Тем самым индивид избегает конфронтации с неуспешностью, которая затрагивает личность в целом, возлагая ответственность за это лишь на телесное представительство Self, которое и в этом случае объектно дистанцируется.

Признаком нарциссической личностной патологии является полное отрицание возможного ограничения собственной результативности заболеванием или физическим дефектом.

19. Индекс функционирования Self-системы

Оценка индекса функционирования Self-системы отражает эффективность механизмов, регулирующих ее деятельность, и является сводным количественным показателем силы личности.

20. Нарциссический коэффициент

Нарциссический коэффициент представляет собой количественное выражение числа "крайних" ответов на ряд вопросов. Его повышенное значение может свидетельствовать значительной выраженности личностной нарциссической патологии.

Таблица 2.1. – Интерпретация утверждений

|  |  |
| --- | --- |
| Шкала | Норма утверждений |
| Бессильное Self | 14, 15, 27, 34, 41, 42, 43, 52, 53, 56, 67, 81, 87, 101, 149 |
| Потеря контроля эмоций и побуждений | 39, 105, 118, 130, 140 |
| Дереализация/Деперсонализация | 19, 37, 55, 69, 127, 159 |
| Базисный потенциал надежды | 21, 36, 51, 63, 77, 91, 95, 99, 126, 135 |
| Незначительное Self | 8, 9, 76, 78, 110, 112, 114, 116, 124, 148 |
| Негативное телесное Self | 17, 23, 38, 61, 70, 72, 75, 94, 113, 115 |
| Социальная изоляция | 10, 20, 35, 49, 62, 73, 92, 111, 123, 155 |
| Архаический уход | 2, 12, 24, 40, 54, 97, 103, 128, 129, 138 |
| Грандиозное Self | 25, 44, 47, 50, 65, 80, 85, 153, 156, 161 |
| Стремление к идеальному Self-объекту | 6, 7, 33, 48, 60, 89, 109, 121, 132, 152 |
| Жажда похвал и подтверждения | 4, 18, 29, 45, 57, 68, 84, 107, 131, 141 |
| Нарциссическая ярость | 66, 96, 102, 120, 133, 134, 139, 145, 151, 154 |
| Идеал самодостаточности | 13, 22, 28, 74, 82, 93, 100, 106, 125, 137 |
| Обесценивание объекта | 16, 32, 58, 71, 90, 142, 144, 147, 150, 160 |
| Идеал ценностей | 30, 46, 59, 86, 119, 122, 143 |
| Симбиотическая защита Self | 3, 5, 26, 64, 104, 108, 117, 136, 146, 162 |
| Ипохондрическая защита от тревоги | 1, 11, 31, 79, 151 |
| Нарциссическая выгода от болезни | 83, 88, 98, 158, 163 |

Математическая модель подсчёта результатов

Вычисление показателя по основным 18 шкалам производится суммированием результатов ответов на все утверждения, входящие в эти шкалы

Для определения нарциссического коэффициента испытуемого необходимо подсчитать количество пунктов, отмеченных в шаблоне значком\*, показатели которых у испытуемых ниже 2 (равно 1 единице), и количество пунктов, отмеченных значком +, показатели которых у испытуемых выше 4 (равно пяти).

В основу вычисления индекса функционирования Self-системы положена математическая модель нахождения расстояния между точками в многомерном пространстве, в соответствии с которой определение ИФСС производится по следующей формуле:

Вычисляется разность между результатом респондента d1 и значением для идеально сильного эго (см. таблицу): d2. Эта разница возводится в квадрат.

Операция повторяется для всех членов двух рядов (в данном случае - ста шестидесяти трёх). Полученные квадраты суммируются. Из полученной суммы извлекается квадратный корень.

В итоге получается следующая формула:

ρ=√∑(d1−d2)2

Система оценки индекса функционирования Self-системы предназначена для измерения степени силы личности у различных контингентов взрослого населения: здоровых лиц, а также и у больных неврозами, расстройствами личности, психосоматическими заболеваниями, у пациентов, страдающих психозами (вне острой стадии). Методика может применяться для оценки динамики психотерапии, при проведении профессионального отбора.

Противопоказаниями к применению метода служат наличие острой психотической или выраженной депрессивной симптоматики, расстройств сознания и выраженных нарушений памяти, а также низкий уровень интеллектуального развития у испытуемых.

Нарциссические расстройства создают основу для развития многих психологических проблем. Более выраженные дефекты функционирования системы нарциссической регуляции приводят к возникновению психических расстройств. При этом могут развиваться нозологические формы, для которых проблематика собственной ценности является центральной (нарциссическое расстройство личности по DSM-IV). Вместе с тем, нарциссические расстройства могут быть амальгамированы в другие типы личностных расстройств, что придает последним качественное своеобразие, требующее учета при проведении терапии. Все это делает изучение нарциссической проблематики несомненно перспективным и актуальным не только с теоретической, но и с практической точек зрения.

Инструкция.

Пожалуйста, прочитайте приведённые ниже утверждения и выразите степень своего согласия с каждым из них, поставив галочку в соответствующем столбике таблицы. Обратите внимание, что цифра "1" означает "Совершенно неверно", "2" - "Преимущественно неверно", "3" - "Отчасти верно", "4" - "Преимущественно верно", а "5" - "Совершенно верно".

Перечень утверждений приведен в приложении А.

**2.3. Результаты исследования**

Исследуемая выборка составила 326 человек различного пола, возраста, социального положения.

Результаты проведенных опросов приведены в таблице 2.2.

Таблица 2.2. – Результаты проведенного тестирования

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер утверждения | Количество утверждений | Номер утверждения | Количество утверждений | Номер утверждения | Количество утверждений | Номер утверждения | Количество утверждений |
| 1 | ***22*** | 41 | ***62*** | 82 | ***25*** | 123 | ***18*** |
| 2 | ***18*** | 42 | ***58*** | 53 | ***29*** | 124 | ***17*** |
| 3 | ***96*** | 43 | ***74*** | 84 | ***32*** | 125 | ***25*** |
| 4 | ***87*** | 44 | ***52*** | 85 | ***37*** | 126 | ***27*** |
| 5 | ***66*** | 45 | ***36*** | 86 | ***41*** | 127 | ***39*** |
| 6 | ***54*** | 46 | ***27*** | 87 | ***28*** | 128 | ***46*** |
| 7 | ***38*** | 47 | ***29*** | 88 | ***24*** | 129 | ***51*** |
| 8 | ***74*** | 48 | ***32*** | 89 | ***23*** | 130 | ***53*** |
| 9 | ***68*** | 49 | ***36*** | 90 | ***32*** | 131 | ***74*** |
| 10 | ***45*** | 50 | ***49*** | 91 | ***33*** | 132 | ***68*** |
| 11 | ***46*** | 51 | ***45*** | 92 | ***41*** | 133 | ***52*** |
| 12 | ***63*** | 52 | ***52*** | 93 | ***63*** | 134 | ***64*** |
| 13 | ***65*** | 53 | ***57*** | 94 | ***54*** | 135 | ***47*** |
| 14 | ***78*** | 54 | ***63*** | 95 | ***28*** | 136 | ***13*** |
| 15 | ***61*** | 55 | ***41*** | 96 | ***19*** | 137 | ***10*** |
| 16 | ***39*** | 56 | ***40*** | 97 | ***16*** | 138 | ***65*** |
| 17 | ***45*** | 57 | ***21*** | 98 | ***33*** | 139 | ***45*** |
| 18 | ***28*** | 58 | ***10*** | 99 | ***34*** | 140 | ***16*** |
| 19 | ***36*** | 59 | ***69*** | 100 | ***41*** | 141 | ***32*** |
| 20 | ***54*** | 60 | ***23*** | 101 | ***56*** | 142 | ***30*** |
| 21 | ***14*** | 61 | ***40*** | 102 | ***41*** | 143 | ***38*** |
| 22 | ***26*** | 62 | ***38*** | 103 | ***52*** | 144 | ***45*** |
| 23 | ***32*** | 63 | ***65*** | 104 | ***56*** | 145 | ***26*** |
| 24 | ***44*** | 64 | ***74*** | 105 | ***54*** | 146 | ***18*** |
| 25 | ***34*** | 65 | ***54*** | 106 | ***47*** | 147 | ***34*** |
| 26 | ***19*** | 66 | ***65*** | 107 | ***32*** | 148 | ***29*** |
| 27 | ***23*** | 67 | ***58*** | 108 | ***30*** | 149 | ***17*** |
| 28 | ***48*** | 68 | ***47*** | 109 | ***16*** | 150 | ***31*** |
| 29 | ***52*** | 69 | ***41*** | 110 | ***20*** | 151 | ***10*** |
| 30 | ***63*** | 70 | ***63*** | 111 | ***48*** | 152 | ***42*** |
| 31 | ***58*** | 71 | ***18*** | 112 | ***33*** | 153 | ***52*** |
| 32 | ***47*** | 72 | ***47*** | 113 | ***34*** | 154 | ***50*** |
| 33 | ***65*** | 73 | ***22*** | 114 | ***56*** | 155 | ***43*** |
| 34 | ***32*** | 74 | ***29*** | 115 | ***39*** | 156 | ***41*** |
| 35 | ***27*** | 75 | ***24*** | 116 | ***41*** | 157 | ***38*** |
| 36 | ***26*** | 76 | ***28*** | 117 | ***44*** | 158 | ***19*** |
| 37 | ***15*** | 77 | ***32*** | 118 | ***49*** | 159 | ***17*** |
| 38 | ***9*** | 78 | ***33*** | 119 | ***32*** | 160 | ***28*** |
| 39 | ***63*** | 79 | ***19*** | 120 | ***19*** | 161 | ***34*** |
| 40 | ***47*** | 80 | ***37*** | 121 | ***14*** | 162 | ***16*** |
|  - | **-** | 81 | ***41*** | 122 | ***40*** | 163 | ***25*** |

После обработки результатов были построены таблицы и диаграммы в соответствии со шкалой, приведенной в пункте 2.2.

Рисунок 2.2. – Результаты исследования по шкале

Как показывает данная диаграмма, наибольшее количество человек, ответивших максимальным выбором ответа на убеждение «Жажда похвал и подтверждения» - 45 человек, наименьшее количество крайне положительных ответов было зафиксировано на шкале «Дереализация/Деперсонализация» - 6 человек.

Результаты проведенного исследования по шкале, приведенные в процентном соотношении представлены на рисунке 2.3.

Рисунок 2.3. – Структура результатов по шкале, %

Данные процентной диаграммы подтверждают вывод сделанный ранее. 13% опрошенных – относятся к категории нарциссизма «Жажда похвал и подтверждения» - это люди, которым наиболее важно именно положительное мнение окружающих, безоговорочное одобрение со стороны третьих лиц.

Наименьший же процент приходится на людей, относящихся к категории «Потеря контроля эмоций и побуждений» и «Дереализация/Деперсонализация» - по 2%.

Теперь проанализируем подробно наиболее распространенные результаты исследования – категория «Жажда похвал и подтверждения» по полу и возрасту.

Рисунок 2.4. – Результаты исследования, сгруппированные по полу

Данные приведенного графика свидетельствуют о том, что среди нарциссов, для которых похвала со стороны окружения является первоочередной целью, наибольшее количество мужчин – 27 человек. Женщин же – всего 18 опрашиваемых, при условии, что в опросе участвовало равное количество мужчин и женщин.

Рисунок 2.5. – Результаты исследования, сгруппированные по возрасту

Данные графика показывают, что наибольшее число людей, нуждавшихся в похвале и положительном мнении окружающих – опрашиваемые из возрастной группы – от 18 до 25 лет – 18 человек. Практика показывает, что при анализе возрастных групп первое место среди людей, обладающих нарциссическими наклонностями занимают дети. В данном случае в опросе участвовало всего 36 детей – в возрасте от 14 лет.

**2.4. Анализ результатов исследования и рекомендации по реализации полученных результатов**

Представленные в пункте 2.3. данные показали, что среди опрашиваемых наибольшее количество людей относится к категории нарциссов, которым необходимо внимание со стороны окружающих и их положительная оценка всех их действий и поступков.

Из этого следует вывод, что в настоящее время нарциссизм является довольно распространенным явлением о чем и было заявлено ранее при выдвижении гипотезы, но при этом нарциссизм у этой категории людей возникает и подпитывается благодаря мнению окружающих и постоянной похвале.

Увеличение данного параметра в шкале так же свидетельствует о том, что у данной группы людей происходит ослабление личности, что он пытается компенсировать за счет непосредственной социальной гратификации, то есть это не что иное, как способ самоутвердиться.

Преобладание людей именно этой категории среди опрашиваемых отнюдь не является самым негативным результатом данного исследования.

Про такого человека можно сказать «Здесь еще не все потеряно». Ведь если человек ставит своей целью найти поддержку в обществе, и делает все для того чтобы для всех быть хорошим – еще не самый плохой результат как для самого индивида, так и для его окружения.

Снижение данного параметра было бы гораздо хуже и говорило о том, что у людей отсутствует какой-либо стимул для саморазвития и стремления к лучшему.

Так же результаты анализа показали, что наибольшее количество опрошенных, подходящих под данный параметр это мужчины. Эти данные подтверждают многие результаты практических исследований.

Для мужского психотипа характерно постоянное присутствие потребности в поддержке и похвале. Для него это скорее способ самоутверждения нежели стимулирования.

Так же данный параметр свойственен детям. В детстве человек получает поддержку от родителей, которые восхваляют его за всего его действия и даже иногда шалости. Чаще всего развитие нарциссизма именно в этом направлении у взрослого человека уходит своей первопричиной именно в детство, где он всегда и во всем был лучшим.

Рекомендациями по устранению нарциссических наклонностей в характере человека являются несколько шагов самого человека:

1 – осознание - «В моей жизни что-то пошло не так» - данная стадия является самой сложной, так как прийти к этому заключению должен сам индивид;

2 – эксперимент, действие – «Нужно что-то менять в своей жизни!» попытка изменить даже самые незначительные мелочи в своем образе жизни;

Для этого не всегда обязательно делать кардинальные изменения в своей жизни. Иногда это возможно сделать в тех рамках, в том формате, который есть. И, конечно же, гораздо эффективнее это делать с помощью психотерапевта.

Таким образом, по моему мнению наиболее полным и эффективным методом эмпирического исследования «нарциссических ловушек» является тестирование используя Sеlf-систему, содержащую опросник из 163 вопросов.

В нашем исследовании тестирование прошло 326 человек. Результаты проведенного исследования показали подтверждение гипотезы о распространении нарциссизма среди общества. Так же подтвердились и убеждение в том, что наиболее часто в настоящее время проявление нарциссизма, основанного на мнении окружающих, то есть нарциссу присущи такие черты как ослабевание личности и зависимость о чужого мнения.

**Заключение**

Таким образом, исходя из проделанной работы можно сделать следующие выводы.

На данный момент в окружающем нас обществе обществе преобладает повальная мания, при которой человек ориентируется не на свои особенности, желания, цели и так далее, а на представление общества, окружающих о том, каким он должен быть. Индивидуум силится стать тем, кем он не станет никогда, но тщетно пытается снова и снова.

Причины вовлечения человека в «нарциссические ловушки» и возникновение нарциссической личности закладываются еще в детстве и основными виновниками в этом случае выступают родители. Это либо недостаток их внимания к ребенку, либо чрезмерная любовь и восхищение. Человек, с детства окруженный похвалами и восхищениями любым его действиям, не признает чужого мнения, но при этом для него очень важно мнение окружающих. Уже повзрослев, он так же нуждается в постоянном восторге его действиями, внешностью, достижениям, к которым он стремится всю свою жизнь. Цели и направления стремления нарцисса сменяют друг друга, возникает замкнутый круг под названием «нарциссическая ловушка», наличие которой человек не всегда в состоянии признать. В результате, это становится психологической проблемой и требует диагностики и консультирования.

В рамках проводимого исследования были опрошены 326 человек различных поло-возрастных групп.

Результаты проведенного анализа показали, что в настоящее время нарциссизм является довольно распространенным явлением, но при этом нарциссизм у этой категории людей возникает по причине зависимости от мнения окружающих и потребности в постоянной похвале. В данную категорию людей, обладающих нарциссическими наклонностями попали 45 – это 13% из общей совокупности опрашиваемых. Стоит отметить, что наибольшую долю среди этих людей заняли мужчины.

В итоге можно сделать вывод, что увеличение именно этого параметра в шкале Self – системы так же свидетельствует о том, что у данной группы людей происходит ослабление личности, что он пытается компенсировать за счет непосредственной социальной гратификации.

Главным этапом на пути избавления от данных наклонностей является осознание самого индивида того, что в его жизни цель добиться исключительно положительного мнения окружающих стала первоочередной. Человек должен осознать степень своей зависимости от мнения окружающих и насколько это влияет на его психическое здоровье.

**Список использованной литературы**

1. Алмазов Б.Н. Психолого-педагогические основания реабилитации социально-дезадаптированных подростков: Диссертация в виде научного доклада на соискание ученой степени доктора педагогических наук. - Екатеринбург, 2007.
2. Альберт Ю.В. Библиографическая ссылка: Справочник / Отв. ред. И.Я. Госин. - Киев: Наук.думка, 1983.
3. Бадхен А.А., Родина А.М. Мастерство психологического консультирования. Изд-во: Речь. 2006.
4. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. Част Изд-во: Генезис. 2007.
5. Венгер Александр. Психологическое консультирование и диагностика:Практическое руководство. Часть 1. Изд-во: Генезис. 2007.
6. Галустова О.В. Психологическое консультирование. Конспект лекций. Изд-во: А-Приор. 2007.
7. Горьковая И.А. Влияние семьи на формирование делинквентности у подростков // Психологический журнал. - 2005. - № 2. - С.57-65.
8. Евтюшкин Владимир. Семь вечных духовных практик. Психологическое консультирование. Изд-во: АСТ, Сова. 2007.
9. Елизаров А.Н. Психологическое консультирование семьи. Учебное пособие Изд-во: Ось-89. 2005.
10. Колесникова Г.И. Психологические виды помощи: психопрофилактика, психокоррекция, консультирование. Изд-во: Феникс. 2006.
11. Колесникова Галина, Стародубцев Сергей. Основы психологического консультирования: Учебное пособие. Изд-во: МарТ, Ростов-на-Дону. 2006.
12. Корнилова Т.В., Чигринова И.А. Стадии индивидуальной морали и принятие неопределенности в регуляции личностных выборов // Психологическийжурнал. 2012. Т. 33. № 2. С. 69–87.
13. Корнилова Т.В., Чумакова М.А., Корнилов С.А., Новикова М.А. Психология неопределенности: единство интеллектуально-личностного потенциала человека. М.: Смысл, 2010.
14. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. Изд-во: Академический проект. 2005.
15. Куликов Л.В. Психологическое исследование: Методические рекомендации по проведению. - СПб.: Речь, 2001.
16. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании. Изд-во: КСП+.2002.
17. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями. Изд-во: Смысл. 2005.
18. Немов Р.С. Психологическое консультирование. Изд-во: Владос. 2003.
19. Олифирович Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика. Изд-во: Тесей. 2005.
20. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование. Учебное пособие, Изд-во: Питер Принт, 2006.
21. Петрушин С.В. Мастерская психологического консультирования: Речь. 2006.
22. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии. Под редакцией М.К. Тутушкиной. Изд-во: Дидактика Плюс. 2006.
23. Посысоева Н.Н. Основы психологии семьи и семейного консультирования. - М., 2004. - 243 с.
24. Райгородский Д.Я. Психотерапия семейных отношений. Учебное пособие по психологическому консультированию. Изд-во: Бахрах: Самара. 2004.
25. Румянцева Т.А. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре: Уч.пос. Изд-во: Речь. 2006.
26. Соломин И.Л. Современные методы психологической экспресс- диагностики и профессионального консультирования. Изд-во: Речь. 2006.
27. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. Изд-во: Академия. 2006 Клепикова Н.М. нарциссизма в пределах психической нормы: Авто-реф. дисс. … канд. психол. наук. Хабаровск, 2011.
1. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. Изд-во: Академический проект. 2005. [↑](#footnote-ref-1)
2. Колесникова Г.И. Психологические виды помощи: психопрофилактика, психокоррекция, консультирование. Изд-во: Феникс. 2006. [↑](#footnote-ref-2)
3. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании. Изд-во: КСП+.2002. [↑](#footnote-ref-3)
4. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии. Под редакцией М.К. Тутушкиной. Изд-во: Дидактика Плюс. 2006. [↑](#footnote-ref-4)
5. Соломин И.Л. Современные методы психологической экспресс- диагностики и профессионального консультирования. Изд-во: Речь. 2006. [↑](#footnote-ref-5)