

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

**Психологические ресурсы снижения уровня эгоцентризма в условиях
отсутствия референтных друзей**

Научный руководитель – Туниянц Анна Александровна

Нечаева Натали Владимировна

Студент (бакалавр)

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в
г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

E-mail: akvamarin.95@mail.ru

В современном мире возрастает потребность в отстаивании собственного мнения, «сражение за лучшее место под солнцем», возрастает и стресс быть постоянно центрированным на собственных интересах, планах. Всё это способствует возрастанию эгоцентризма. В СМИ постоянно транслируют успешных лидеров, которые в своих достижениях направлены на собственные интересы, при этом принимают активное участие в благотворительных мероприятиях. Порождается противоречивое мнение относительно эгоцентризма. В благоприятной ситуации он воспринимается как эгоистичность. Однако при трудностях люди ждут от одного человека смелости и решимости, за которым можно будет пойти.

Эгоцентризм рассматривался как феномен разных возрастов: Ж.Пиаже рассматривал эгоцентризм в дошкольном возрасте; эгоцентризм подросткового возраста рассматривали Д.Элкинд («личный миф» и «воображаемая аудитория»), Дж. Джибс (моральное созревание и эгоцентризм). Эгоцентризм пожилого возраста на поведенческом уровне проявляется как и подростковый, однако, в глубине своем связан с профессиональными и психологическими кризисами, особенностями изменения конативной сферы. Т.И. Пашукова изучала особенности эгоцентризма в юношеском возрасте. В нашем исследовании мы проводили опрос на респондентах в возрасте ранней и средней зрелости, так на этом возрастном периоде эгоцентризм относительно менее изучен.

Сам эгоцентризм, как и децентрация, берет свое начало не только из развития интеллектуальной сферы ребенка, но и из отношений ребенка к другим людям, особенностям коммуникации. Общение со значимыми людьми отличается от обыденного межличностного взаимодействия глубиной, содержательностью, разноплановостью и эмоциональностью акта передачи сообщения. В условиях же отсутствия референтного друга приводит к общему переживанию одиночества, чувства изоляции и отчуждения от общества. Человек может не осознавать данной ситуации и использовать психологические защитные механизмы. А может и осознавать, признавая себя одиноким.

Мы в нашем исследовании постарались изучить различные подходы к пониманию эгоцентризма, чтобы сформировать более глубокое понимание. Целью нашей работы было изучение ряда личностных особенностей, которые могли бы выступать в роли психологических ресурсов снижения эгоцентризма. В качестве психологических ресурсов работы с эгоцентризмом в нашем исследовании мы рассмотрели рефлексивность, эмпатию, стрессоустойчивость, внутреннюю диалогичность и психологические защиты. Децентрацию мы рассматривали как внутренний механизм, способный запустить снижение эгоцентризма.

В исследовании приняло участие 81 человек - мужчины и женщины в возрасте от 20 до 35 лет, имеющие и не имеющие референтных друзей. В группе людей, не имеющих референтного друга, уровень эгоцентризма коррелировал с общей напряженностью защит ($r=0,559$; $p=0,005$), с проблемным одиночеством ($r=-0,441$; $p=0,021$). Способность же к децентрации в данной группе коррелировала с общей внутренней диалогичностью ($r=0,439$; $p=0,022$), с эмпатией ($r=0,524$; $p=0,005$), с системной рефлексией ($r=0,599$; $p=0,001$), с

дисфорией ($r=-0,452$; $p=0,018$). Также был проведен поиск корреляций по общей группе испытуемых, результаты получились сходными. После проведенного исследования и интерпретации результатов мы предполагаем следующее:

Эгоцентризм и децентрация являются полярными свойствами единого конструкта. Эгоцентризм является комплексным понятием, каждая методика выявляет определенную часть данного конструкта. Децентрация, находясь на противоположном полюсе, входит, возможно, в состав более общего конструкта направленности личности на другого. Мы в нашей работе использовали две шкалы, переименованные нами, выявляющие как эгоцентризм, так и децентрацию. Аспекты, характеризующие эгоцентризм, были: направленность на себя, неспособность учитывать точку зрения другого. Аспекты децентрации: направленность на другого, способность учитывать точку зрения другого.

Внутренняя диалогичность личности положительно связана и с аспектами эгоцентризма, и с аспектами децентрации. Поэтому мы подразумеваем, что внутренняя диалогичность не является внешним по отношению к эгоцентризму психологическим ресурсом. Внутренняя диалогичность, с нашей точки зрения, является общим конструктом, определяющим сознание и влияющим на остальные механизмы. Истоки диалогичности лежат, возможно, в процессе социализации и общения личности. Эта структура сознания формируется в течение жизни и проявляется в особенностях когнитивной и коммуникативной сфере личности. Диалогическая структура сознания может влиять на формирование рефлексии. Вместе они, видимо, образуют когнитивную сложность личности, ее расположенность к рассуждениям и моделированию ситуаций. Сам конструкт когнитивной сложности связан с работой глубинных защитных механизмов. Вытеснение, как механизм блокирования собственных побуждений и желаний, не создает благоприятной обстановки для формирования рефлексивности и децентрации. Этот механизм не позволяет человеку адекватно воспринимать собственные стремления и мысли, отправляя их в бессознательное. Отрицание в свою очередь может оказать позитивное влияние на формирование рефлексии и децентрации, так как позволяет личности сохранить внутреннюю гармонию и избежать внутренней конфликтности из-за игнорирования фрустрирующих компонентов реальности. Интеллектуализация, как защита, также положительно влияет на общую диалогичность личности, и децентрации, в целом. Данный способ преодоления стресса через уход в абстракцию и рассуждение.

Диалогическая структура является своеобразной базой, на которой формируется эгоцентризм и децентрация. Остальные личностные особенности можно рассматривать в качестве ресурса снижения. Для снижения уровня эгоцентризма необходимо снизить уровень квазирефлексии, которая не позволяет объективно подходить к рассмотрению ситуации. Частоту использования психологических защит также необходимо снижать. Системную рефлексию и эмпатическую заботу, сопереживание Другому стоит, в свою очередь, развивать.

Полученные нами сведения о внутренних ресурсах снижения уровня эгоцентризма подтверждают как уже применяемые на практике в тренинговой системе знания, так и обращают внимание на силу психологических защит. Сведения о влиянии напряженности и частоте применения психологических защит могут быть полезны в практике консультативной психологии.

Понимание эгоцентризма как комплексного конструкта, невозможного измерить одной методикой, и ограничения в методическом инструментарии на данную тему, показывают актуальность и важность разработки методик на измерение выраженности отдельных аспектов эгоцентризма, которые можно было бы применять комплексно. Особого внимания

требует разработка методик измерения эгоцентризма у людей взрослого возраста.

Источники и литература

- 1) Бахтин М. М. Вопросы литературы и эстетики. М., 1975.
- 2) Бахтин М. М. Автор и герой в эстетической деятельности. М., 1979.
- 3) Белинская Е.П. Динамика представлений человека о себе: история изучения и современное состояние проблемы // ВВ: Психология и психотехника. — 2013. - № 4. - С.1-51.
- 4) Куликов Д.К., Эгоцентризм: критические исследования феномена, обзор статей специального выпуска журнала NewIdeasinPsychology. Vol. 29, Issue 3, December 2011.
- 5) Пашукова Т. И. Эгоцентризм, основные психологические характеристики, закономерности и механизмы формирования и коррекции ;дис. ... д-ра психол. наук / Т. И. Пашукова. — Киев, 2002.
- 6) Тинигина А. А., Анализ теоретических концепций и основных подходов к проблеме исследования подросткового эгоцентризма
- 7) Тинигина А.А., Современные исследования эгоцентризма в контексте социального восприятия и общения, Социальная психология и общество. № 1/2013