

УДК 159.942-057,875:005,336,2
DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.6-1.22>

Г. В. Васильєва

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

ПРОЯВИ АЛЕКСИТИМІЇ У СТРУКТУРІ НАРЦИСТИЧНОЇ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглянуто алекситимію як фактор, що пов'язаний із рівнем нарцистичних проявів особистості. Алекситимія визначається як психологічний феномен, пов'язаний з емоційною сферою людини і який впливає на ризик розвитку не тільки психосоматичних розладів, але й на якість життя в цілому, на рівень самооцінки та якість соціального функціонування. Проведено дослідження поширеності та ступеня вираження алекситимічних проявів у студентів. Проаналізовано зв'язки між рівнем алекситимії та рівнем нарцистичних проявів.

Нарцистичні прояви та нарцистичні труднощі – це так звані захворювання сучасності. Кількість людей, що звертаються за психологічною допомогою та мають нарцистичні риси та труднощі, зростає, що є певним соціальним феноменом. Нарцистичній особистості властиве порушення в структурі своєї ідентичності. Емоційна компетентність виділяється серед багатьох понять, що характеризують процеси та результати розпізнавання та ідентифікації моделей вираження емоцій, емоційних станів та почуттів людини в міжособистісному спілкуванні.

Головною метою цієї роботи є визначення зв'язку та рівня емоційної компетентності та рівня нарцистичних проявів. Автором визначено предметом дослідження алекситимію як один із факторів, що пов'язаний із рівнем проявів нарцистичних рис особистості. Автор розглядає алекситимію як психологічний феномен, який пов'язаний із таким особистісним параметром як емоційна зрілість. Це здатність людини диференціювати власні емоційні реакції, почуття та бути чутливим до емоцій інших людей.

Традиційно алекситимію пов'язують із психосоматичними розладами як фактором ризику їх виникнення. Нарцистична особистість автором розглядається як така особистість, що потребує зовнішнього підтвердження власної цінності. Також вони характеризуються недостатньою інтегрованістю відношення та концепцій інших значущих людей, що призводить до дефіцитарного власного Я, схильності до переживання таких емоцій як сором та заздрість, страх відчуття почуття сорому.

Ключові слова: емоційна компетентність, емоційна незрілість, емоційна сфера, нарцисизм, самооцінка.

Постановка проблеми. Нарцистичні прояви та нарцистичні труднощі є так званою «хворобою» сучасності. Кількість людей, що звертаються за психологічною допомогою та мають нарцистичні риси та труднощі, зростає, що є певним соціальним феноменом. Нарцистична особистість характеризується порушенням у структурі власної ідентичності. Ідентичність автор розглядає як безперервний потік переживань особистістю своєї тотожності. Це динамічне, комплексне, внутрішнє створення образу свого Я, інших людей і світу в цілому. Ідентичність базується на власних уявленнях про себе, свій досвід, впливає та обумовлює взаємини з іншими та залежить від них.

Емоційна компетентність є одним із факторів, що пов'язані з якістю соціального функціонування та формування власної ідентичності. Алекситимія є одним із основних факторів, що характеризують особистісні прояви людей із нарцистичним радикалом. [7] Ще одним критерієм, складником емоційної зрілості є властивості механізмів психологічного захисту. Перевага зрілих або примітив-

них типів захисту буде відбиватися на загальному рівні емоційної зрілості.

Мета статті – проаналізувати наукові теорії стосовно нарцистичної структури особистості та її емоційних властивостей; визначити зв'язок та рівень емоційної компетентності, рівень нарцистичних проявів. Автором було визначено предметом дослідження алекситимію як один із факторів, пов'язаних із рівнем проявів нарцистичних рис особистості.

Виклад основного матеріалу. Автор відокремив алекситимію як фактор, що впливає на всі сфери життя людини та зворотно корелює з якістю життя, з можливістю більш відповідальної та впевненої поведінки. Алекситимія є фактором, що лежить в основі психосоматичної структури особистості. Алекситимію як психологічний феномен, який пов'язаний із таким особистісним параметром як емоційна зрілість. Це здатність людини диференціювати власні емоційні реакції, почуття та бути чутливим до емоцій інших людей. Традиційно алекситимію пов'язують із психосоматич-

тичними розладами як фактором ризику їх виникнення. Нарцистична особистість розглядається автором як така особистість, що потребує зовнішнього підтвердження власної цінності. Також вони характеризуються недостатньою інтегрованістю відношення та концепцій інших значущих людей, що призводить до дефіцитарного власного Я, схильності до переживання таких емоцій як сором та заздрість, а саме страх відчуття почуття сорому.

Згідно з дослідженнями алекситимія у різних формах зустрічається у 5 – 25% умовно здорових людей. Розбіжності в оцінці поширеності пов'язані з використанням різних діагностичних методик виявлення і визначення рівня цього психічного розладу. Достовірних відмінностей за статтю та віком виявлено не було [4, с. 139]. Алекситимія не пов'язана з розумовими здібностями людини і не вважається захворюванням [5, с. 62].

Питання емоційної компетентності є досить актуальним у сучасній психологічній науці. Це обумовлено широким спектром психічних феноменів, що включають різні дослідники в це поняття, та їх впливом на психічну діяльність людини. Емоційна компетентність впливає майже на всі сфери життя, в широкому сенсі обумовлює якість соціальної адаптації людини. Поняття «емоційна компетентність» часто вживають як синонім емоційного інтелекту. Розглянувши більш детально емоційний інтелект, можна побачити, що емоційна компетентність є його суттєвим складником. Досліджуваний автором феномен включає власні структурні компоненти, що розкривають його суть та широкий спектр компетентностей, які можуть стосуватися не лише емоційної сфери [2, с. 56].

Емоційну компетентність виділяють серед багатьох понять, що характеризують процеси та результативність розпізнавання та ідентифікації патернів експресії: вираження перебігу емоцій, емоційних станів та почуттів людини людиною при міжособистісному спілкуванні [3 с. 85]. Емоційну компетентність також відносять до тих якостей особистості, що поліпшують вказане розпізнавання, тим самим здійснюючи вплив на ефективність міжособистісної взаємодії й подальшого спілкування [2, с. 56].

Проблеми, які традиційно озвучуються і є причиною звернення за психологічною допомогою, стосуються зазвичай труднощів у сфері відносин (як із собою, так і з іншими) й суб'єктивно переживаються як емоційні труднощі. Тобто ми маємо справу не з самими труднощами з реального життя людини, а зі ставленням до них, суб'єктивно пережитими певними емоційними реакціями. Емоційна сфера є мішенню психокорекційного, психотерапевтичного та діагностичного впливу.

Особливості та специфіка роботи психолога потребують визначення емоційної компетентності окремо. Так, емоційна компетентність – це

«сукупність знань, умінь і навичок, що дозволяють приймати адекватні рішення і діяти на основі результатів інтелектуальної обробки зовнішньої і внутрішньої емоційної інформації» [3, с. 85]. Таке тлумачення є досить ґрунтовним для забезпечення ефективної міжособистісної взаємодії психолога, адже його емоційна компетентність передбачає сформованість такої сукупності знань, умінь та навичок [2, с. 56].

Згідно з моделлю І.В. Войцях, спираючись на існуючі теорії поняття компетентності, визначають такі структурні компоненти, що входять до емоційної компетентності майбутнього психолога: когнітивний, діяльнісний, особистісний, соціальний, мотиваційний. Когнітивний компонент емоційної компетентності майбутнього психолога передбачає сформованість сукупності науково-теоретичних та науково-практичних знань про емоційну, комунікативну, соціальну діяльність взагалі й відіграє важливу роль у використанні знань, умінь та навичок діяти адекватно в міжособистісній взаємодії, у своїй роботі зокрема.

Розвиток когнітивного компонента в процесі професійної підготовки майбутніх психологів забезпечується вивченням циклу дисциплін практичного та теоретичного спрямування, що вивчаються у вищому навчальному закладі на факультеті психології. Результатом буде сформованість науково-теоретичних знань (фахових, правових, дисциплінарних, гуманітарних); сформованість науково-практичних знань (реальний обсяг знань – ефективність використання набутих знань у своїй практичній діяльності, набуття навичок комунікабельності, соціальної взаємодії, знання, як саме «працюють» емоції, вміння розпізнавати власні та чужі емоційні прояви, застосування знань у нових емоціогенних ситуаціях тощо).

Наступним компонентом емоційної компетентності є діяльнісний. Це сукупність навичок, умінь діяти в міжособистісних стосунках, які актуалізуються в процесі здійснення практичної діяльності психолога й при прийнятті підсумкових рішень. Сформованість діяльнісного компоненту емоційної компетентності майбутніх психологів сприятиме їх мобільності у виконанні професійних функцій, що реалізовуватимуться завдяки комплексу умінь і навичок діяти на основі результатів інтелектуальної обробки зовнішньої та внутрішньої емоційної інформації.

Особливе значення відіграє особистісний компонент як стрижень емоційної компетентності. До нього входить сукупність особистісних та професійно важливих якостей майбутнього психолога, які впливають на результативність здійснення ним професійної діяльності. Соціальний компонент емоційної компетентності майбутніх психологів охоплює емпатію та соціальні навички, соціальний інтелект, соціальну компетентність [2, с. 57].

У сучасних наукових дослідженнях тема нарцистичних порушень є досить поширеною. Але не існує єдиної концепції розуміння нарцистичної особистості, її структури та генезу. Нарцистичний особистісний розлад тільки в 1980 році було включено в DSM-III. У розробку концепції нарцисизму внесли вклад ряд авторів: З. Фрейд, О. Кернберг, Х. Кохут, М. Кляйн та інші. Згідно DSM-IV [7] нарцистичний особистісний розлад діагностується при встановленні п'яти і більше ознак, серед яких виокремлені:

- грандіозне почуття власної значущості;
- залученість у фантазії про необмежені владу й успіх;
- віра у власну унікальність, оцінити яку можуть тільки обрані, особливо обдаровані люди;
- потреба в захопленні;
- відчуття привілейованості;
- експлуатація інших в міжособистісних відносинах;
- відсутність емпатії;
- заздрість до чужих досягнень;
- нахабна поведінка.

Особистість із нарцистичним радикалом характеризується порушенням у структурі ідентичності. У нормі ідентичність постійно змінюється, тобто це динамічне функціональне утворення. Динамічність передбачає можливість змін і розвитку. З іншого боку, як не парадоксально, ще однією умовою здорової ідентичності є статичність, або стабільність. Стабільність дає людині відчуття стійкості Я в часі. Це одна з умов здорової ідентичності – баланс динамічності-статичності. Динамічність-статичність є біполярними модальностями ідентичності. Високий ступінь диференційованості передбачає усвідомлення і виокремлення багатьох сторін або якостей свого Я (чоловік, професіонал, розумний, наполегливий, чесний і так далі). Низький ступінь диференційованості описує полюс дифузності. На когнітивному рівні недиференційована Я-концепція буде проявлятися в тому, що знання людини про себе будуть фрагментарними, уривчастими, суперечливими, на емоційному – в «зараженні» чужими емоціями, відсутності розуміння своїх почуттів і бажань.

Автором було проведено дослідження у студентів-психологів за допомогою Торонтської алекситимічної шкали з метою виявлення здатності до диференціювання емоційних станів, здатності до їх вербалізації. Шкала TAS спрямована на вивчення алекситимії як властивості особистості. Алекситимія – стан, при якому людина відчуває труднощі при розпізнаванні своїх і чужих емоцій, що призводить до проблем у сфері емоційної саморегуляції і в сфері міжособистісних відносин. Більшість дослідників вважають, що емоційний розвиток людини безпосередньо залежить від

навколишнього середовища, і алекситимія має не фізіологічний, а психологічний характер.

Крім емоційних труднощів нечутливості до чужих переживань, алекситимія є основою психосоматичних розладів. У дослідженні взяли участь 48 студентів 3–4 курсів спеціальності «Психологія». Переважно це були дівчата (44), середній вік яких становив 20 років.

У таблиці 1 відображені результати дослідження у відсотковому значенні.

Таблиця 1

Рівень алекситимії

%	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
№	18 37,5%	10 20,8%	20 41,6%

Таким чином, аналіз результатів відображає наступне: незважаючи на відносно тривалу професійну підготовку до 3–4 курсів, яка включає достатній рівень вивчення теоретичного матеріалу, у студентів спостерігається переважно високий рівень алекситимії, який автор розглядає як певну кореляцію з емоційною незрілістю і загальним розривом між теоретичною підготовкою до професійної діяльності та практичною готовністю до її здійснення. Під практичною діяльністю автор розглядає здатність вступати і підтримувати тривалі емоційні стосунки з іншими людьми, залишаючись емпатичними і чутливими.

Наступним етапом дослідження було визначення ступеню проявів нарцистичного радикалу залежно від рівня алекситимічних проявів. Для діагностики нарцистичних проявів було використано методіку NPI-40 (нарцистичний опитувальник особистості).

Таблиця 2

Середні значення показників рівня алекситимії та рівня нарцистичних проявів

Методика / рівень	високий	низький
Рівень алекситимії	72,4	54,5
Рівень нарцисизму	17,4	12,88

Висновки. Отримані результати відображають існуючий зв'язок між рівнем алекситимії та рівнем виразності нарцистичних проявів. Так, у групі з високими показниками алекситимії (середні показники 72,4) показники по шкалі нарцисизму склали 17,4, що визначається як середні бали за шкалою (9-22). У групі з низькими показниками алекситимії середній бал склав 54,5, тобто показники нарцистичних проявів нижчі (12,88), але також є в середньому діапазоні.

Результати дослідження відображають високий рівень алекситимії у вибірці студентів-психологів. Можна побачити, що алекситимія за статистикою наявна в 5–25% здорових людей, а отримані авто-

ром результати (41,6%) набагато перевищують середній рівень по вибірці, що підтверджує більш високу частоту особистісних і емоційних девіацій у вибірці студентів-психологів.

Високий та середній рівні алекситимії поєднуються з підвищенням рівня нарцистичних проявів. Також високий рівень алекситимії пов'язаний із загальною напруженістю та корелює переважно з такими захистами як проєкція та регресія, які визначаються як найбільш незрілі. Низький рівень алекситимічних проявів корелює з використанням більш зрілого механізму раціоналізації. Встановлено, що більш високі показники алекситимічних проявів корелюють із підвищенням рівня нарцистичних проявів у структурі особистості. Це пов'язано із загальною емоційною компетентністю, яка у людей з нарцистичним радикалом є більш низькою, та недостатністю загальної диференційованості емоційної сфери.

Література:

1. Шнейдер Л.Б. Личностная, гендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики. Москва : Московский психолого-социальный институт. 2007, 128 с.
2. Войцях І.В. Емоційна компетентність майбутніх психологів як педагогічне явище. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2013. № 1. С. 54–58.
3. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта СПб : «БХВ-Петербург». 2012. 288 с.
4. Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б. Концепция алекситимии. *Социально-психиатрический журнал*. 2003. Т. 13. № 1. С. 121–145.
5. Искусных А.Ю., Попова Л.И. Алекситимия у студентов. Распространенность, причины и последствия. *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологи* : сб. ст. по матер. LXVIII междунар. науч.-практ. конф. № 9(66). Новосибирск : СибАК, 2016. С. 61–65.
6. Мак-Вильямс Н. Психодинамическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. М. : Класс, 1998. 480 с.
7. Малейчук Г.И., Олиферович Н.И. Особенности терапевтической работы с нарциссической травмой. *Журнал практической психологии и психоанализа*. 2009. № 3. Режим доступа: <http://psyjournal.ru/articles/osobennosti-terapevticheskoy-raboty-s-narcissicheskoy-travмой>.

Vasylieva H. V. Alexithymia as a factor related to the level of narcissistic manifestations of personality is considered in the article

Alexithymia is defined as a psychological phenomenon related to the emotional sphere of a person and affecting the risk of developing not only psychosomatic disorders, but also the quality of life in general, the level of self-esteem and the quality of social functioning. The prevalence and the degree of expression of alexithymia manifestations in students were conducted. Relations between the level of alexithymia and the level of narcissistic manifestations are analyzed.

Narcissistic manifestations and narcissistic difficulties are the so-called diseases of the present. The number of people who seek psychological help and have narcissistic traits and difficulties is spreading, which is a certain social phenomenon. Narcissistic personality is characterized by a violation in the structure of one's identity. Emotional competence is distinguished among many concepts that characterize the processes and results of the recognition and identification of the emotions' expression patterns, emotional states and feelings of a person in interpersonal communication.

The main purpose of this study is to determine the emotional competence's connection and levels with the degree of narcissistic manifestations. We identified the subject of alexithymia as one of the factors, which associated with the level of narcissistic personality traits manifestation. We consider alexithymia as a psychological phenomenon that is associated with such a personal parameter as emotional maturity.

It is the ability of a person to differentiate own emotional reactions, feelings, and being sensitive to other people's emotions. We regarded the narcissistic as such a personality that requires external confirmation of one's self-worth. It is also characterized by a lack of attitudes and concepts integration of other significant people, which leads to a deficient "Ego" and tendency to experience shame and envy emotions, namely the fear of feeling ashamed.

Key words: *emotional competence, alexithymia, emotional sphere, narcissism, self-esteem.*