



© А. Л. Меньщикова

ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский
государственный педиатрический
медицинский университет»
Минздрава России

Резюме. Эгоцентризм как личностная черта определяется социально-психологическими условиями формирования личности и выполняет стабилизирующие функции в структуре эго-системы. Формирование правильного представления о роли эгоцентризма и значении центрации личности, т.е. суженности сознания на самом себе, собственных переживаниях, является важным этапом повышения социально-психологической компетентности медицинских сотрудников. Преодоление центрации содержания включает формирование навыка координации точки зрения врача с коллегами и пациентами, для расшифровки сути причин заболевания и способов борьбы с ним. Одними из таких механизмов, позволяющими дискретно реализовать обратную связь с пациентами, не нарушая при этом целостности и уникальности личности врача, являются центрация и децентрация сознания субъекта в процессе общения.

Ключевые слова: эгоцентризм; центрация; децентрация; личность врача; рефлексия; эмпатия; идентификация.

РОЛЬ ЭГОЦЕНТРИЗМА В ФОРМИРОВАНИИ ЦЕНТРАЦИИ И ДЕЦЕНТРАЦИИ ЛИЧНОСТИ ВРАЧА

Усовершенствование коммуникативных навыков медицинских сотрудников является особенно актуальным в настоящее время. При этом на первый план выдвигается вопрос о психологической готовности медицинских сотрудников к инновациям, повышению их социально-психологической компетентности, включающей умения и навыки по координации точек зрения по разнообразным вопросам, возникающим в процессе взаимодействия с коллегами и пациентами.

Одними из таких механизмов, позволяющими дискретно реализовать обратную связь с пациентами, не нарушая при этом целостности и уникальности личности врача, являются центрация и децентрация сознания субъекта в процессе общения. Владение ими даёт возможность личности, с одной стороны, оставаться отдельной эго-системой, а, с другой стороны, ощущать единство и целостность, вступая в диалог и взаимодействие с другими людьми. Это требует наличия у общающихся навыков и умений учитывать позицию другого в общении и координации взаимных позиций. Благодаря получаемой в процессе общения обратной связи человек регулирует свое состояние, своё поведение и межличностные отношения. Вместе с механизмом децентрации эти функции реализуются такими личностными образованиями как рефлексия, эмпатия и идентификация.

Положение о том, что эгоцентризм определяется позицией, занимаемой субъектом в системе социально-психологических, прежде всего — межличностных отношений, является тесно связанным с оценкой индивидуальных особенностей личности, её способности к децентрации во время общения с другим человеком. Изменение позиции и следующее за ним изменение вектора эго-направленности создают условия для децентрации, т.е. механизма учёта индивидом многообразных позиций и стратегий поведения других людей, соотношения и координации их точек зрения со своими собственными представлениями. *Децентрация связана с механизмами разотождествления и способностью человека представить себя на месте другого.*

К навыкам координации точек зрения, можно отнести следующие коммуникативные навыки: способность к гибкому переходу от оценки собственного видения ситуации к видению этой же ситуации другим субъектом; способность допускать разнообразие множества индивидуальных точек зрения по одному и тому же вопросу; способность не отождествлять свою точку зрения с точкой зрения другого; умение соотносить свое понимание картины болезни, с пониманием человека, обратившегося к врачу за помощью.

Формирование правильного представления о роли эгоцентризма и значении *центрации личности, т.е. суженности сознания на самом себе, собственных переживаниях*, является важным этапом повышения социально-психологической компетентности медицинских сотрудников. Преодоление центрации содержания предполагает формирование

УДК: 159.9+ 614.253

навыка координации точки зрения врача с коллегами и пациентами, для расшифровки сути причин заболевания и способов борьбы с ним. Этот навык позволит врачу учитывать индивидуальные особенности пациентов, уровень понимания данных им рекомендаций, то, как они интерпретируют обращенные к ним слова. Вполне возможно, что при этом нечто несущественное с точки зрения врача, приобретет для них важное значение, а главное упускается из виду. Требуется новое понимание контакта с пациентами, трезвая оценка степени эгоцентричности восприятия даваемых им рекомендаций. В процессе развития социально-психологической компетентности, включающей умения и навыки по координации точек зрения возможна истинная преобразовательная творческая активность личности врача, выраженная в поиске форм подачи информации в доступной, понятной пациентам форме, позволяющей предвидеть, насколько правильно и адекватно ими будут восприняты, поняты и выполнены предписания врача.

Эффективной координации чаще всего мешают нарушения процессов понимания сообщений, возможностей и намерений других людей, недостаточное умение субъектов кооперироваться, прислушиваться к мнению друг друга, неадекватность психического эго-состояния общающихся и проявлений свойств их личности. К последним можно отнести эгоизм, властность, индивидуализм, стремление настоять на своём, в ходе принятия решений и контроля за их исполнением и многое другое, часто сопутствующее выраженному эгоцентризму.

В логике развития психологической науки исследование проблем эгоцентризма претендует на уменьшение «белых пятен» в понимании особенностей функционирования познавательных процессов, возникновения особых эмоциональных состояний, формирования социально-психологических отношений и качеств личности.

Эгоцентризм — это психологическое явление, которое в обыденном сознании связывается с излишней концентрацией человека на себе и своих проблемах. На самом деле, в норме это одна из составляющих Я-концепции личности. Как отмечает Н. В. Жутикова [1], *нормальный эгоцентризм — это установка на рациональное осмысление себя, своих качеств и проявлений.* Мысль о себе никогда не может быть совершенно свободна от эмоций. Умение критично смотреть на себя со стороны и давать достаточно объективные оценки по известным личностным параметрам не исключает и глубокого дискомфорта от недовольства собой.

И все же, несмотря на участие эмоций, в «нормальном» эгоцентризме преобладает сознательная установка на «деловое», рациональное осмысле-

ние себя, своих качеств, их проявлений, поступков, действий, поведения, отношений, своей сущности. В нем соединяются взгляд внутрь себя, со взглядом на себя со стороны, через оценки, которые дают твоему «Я» окружающие люди. И «взгляд» этот достаточно произволен, т.е. он «включается» и «выключается» по желанию человека. В нем нет хронической, болезненной навязчивости, застревания. Эгоцентризм повышается в трудных для личности ситуациях, которыми являются условия ситуации ухудшения здоровья, связанные с излишней концентрацией на своих соматических ощущениях, ситуациях конфликта с другими людьми, смены социального статуса, условия изменений общественной жизни, когда требуется трансформация ценностных ориентаций и смыслов жизнедеятельности.

Одной из характерных черт большинства исследований эгоцентризма является его негативная морально-нравственная оценка, но каждая личностная особенность, в определенном диапазоне, является неотъемлемой составляющей структуры личности, способствующей достижению оптимального уровня приспособления человека к условиям его существования. Поэтому важно не только показать дестабилизирующую роль эгоцентрических состояний и свойств личности в коммуникативном процессе, но и рассмотреть функции эгоцентризма в эго-стабилизации и утверждении позиции личности в системе её отношений с другими людьми. Следует учитывать границу в развитии эгоцентризма, при переходе которой требуется психологическая коррекция для преодоления эгоцентрических состояний.

Эгоцентризм как личностная черта определяется социально-психологическими условиями формирования личности и выполняет стабилизирующие функции в структуре эго-системы. Но в условиях внутренней эго-нестабильности системы личности эгоцентризм должен неизбежно усиливаться, это может повлечь за собой изменения социального контекста жизнедеятельности, привести к осложнениям в отношениях человека с другими людьми, к конфликтным ситуациям.

Т. И. Пашуковой [2] предложена концепция балансного механизма центрации–децентрации личности, несущая в себе объяснительные возможности эгоцентрической феноменологии, возникающей вследствие неблагоприятных условий общения, а также их последствий проявляющихся в межличностных отношениях. Теоретически доказано и практически подтверждено то, что существуют возможности снижения эгоцентрического напряжения в состоянии личности. Приемы и способы, применяемые в практиках духовного самосо-

вершенствования, позволяют преодолеть действие механизмов эгоцентрической защиты личности и снизить эгоцентризм в эмоциональной и познавательной сферах.

В процессе взаимодействия с пациентами медицинским сотрудникам важно учитывать проявления эгоцентрического состояния и эгоцентрических свойств личности пациентов в коммуникативных процессах, в особенностях конструирования и передаче им сообщений для того, чтобы сделать их максимально доступными для пациентов. Особое место при этом отводится механизму децентрации, как важному механизму переключения внимания с собственной позиции понимания вопроса, к возможностям понимания того человека, к которому направлено сообщение. Кроме того, следует учитывать субъективную предрасположенность пациентов по-своему интерпретировать информацию, проявляющуюся в эгоцентрических интерпретациях текстов (как устных, так и письменных) направленных к ним.

В работе подростковых врачей особое значение имеют профилактика и коррекция эгоцентризма в подростковом и юношеском возрасте. Следует учитывать условия и причины возникновения эгоцентризма, препятствующие личностному росту и самосовершенствованию человека в этом возрасте. Способствовать снижению эгоцентризма и преодоления эгоцентрических состояний подростков можно посредством тренировки механизмов последовательных центраций, децентраций, формированию социально-психологического уровня рефлексии, идентификации и росту эмпатии. Адекватные психологические воздействия для профилактики и психокоррекции эгоцентризма при смене ценностных ориентаций и решений проблемы смысла жизни подростками позволят сформировать рекомендации к построению стратегии вывода личности из состояния острого эгоцентризма [3].

При организации тренингов, следует отметить их избирательное влияние на уровень эгоцентризма личности, выявлены усиление эгоцентризма у участников социально-психологических тренингов и феномен снижения эгоцентризма у участников тренингов психической саморегуляции.

ЭГОЦЕНТРИЗМ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СВОЙСТВО ЛИЧНОСТИ.

На основе обобщения материалов многочисленных исследований Т. И. Пашуковой были выделены два подхода к изучению эгоцентризма: интраперсональный и интерперсональный. Первый из них в большей мере характерен для общей психологии, а второй — для социальной [2].

В контексте социально-психологического подхода эгоцентризм рассматривается с точки зрения его функций в коммуникативном процессе передачи и расшифровки смысла сообщений, в процессе общения, обращения и взаимодействий человека с другими людьми. Эгоцентризм неоднозначно связывается с понятием позиции. Понятия «позиция» и «направленность» личности дают возможность описывать разные по объёму и содержанию феномены эгоцентризма. В содержательном плане феноменология эгоцентризма определяется тем содержанием, на котором человек фиксируется: на своих мыслях, представлениях, точке зрения или переживаниях, состояниях, статусе или отношении к себе людей, оценках событий или на ещё чем-то другом.

Эгоцентрические интерпретации в процессе социального познания и взаимодействия рассматриваются как нежелательное явление, поскольку они ведут к ошибкам взаимопонимания и негативно сказываются на результатах совместной деятельности. Эгоцентризм субъективной интерпретации замедляет или блокирует процесс формирования социальной и социально-психологической компетентности личности, он проявляется в субъективном понимании индивидом событий или в субъективном отношении к ним, в отсутствии соотношения своего понимания ситуации со взглядами других на это же событие или явление.

По мнению Л. Росса и Э. Уорда, понимание социальных событий обычным человеком опирается на три убеждения, касающиеся отношений между собственным субъективным опытом человека и природой породивших этот опыт явлений. Эти убеждения отражают стремление людей считать, что, во-первых, они видят объекты и события такими, каковы они есть в действительности; во-вторых, у других должны возникать примерно такие же реакции, действия и мнения, как и у них самих, если бы им была бы доступна та же информация; и в третьих, иная интерпретация или оценка у других людей возникает из-за их более низких интеллектуальных способностей, предвзятости или отличающихся сведений.

Эгоцентрические интерпретации в коммуникативном процессе выполняют свои необходимые функции. Они ликвидируют смысловую неопределённость ситуации, обстановки, позволяют высветить неявный смысл происходящего. С их помощью человек ищет способы проверки своей гипотезы путем создания версий, догадок и т. п., совершает действия рефлексии, реинтерпретаций уже имеющихся у него представлений и др.

Эгоцентризм, как личностное образование, зависит от особенностей мотивационно-потребностной сферы. Он проявляется в чрезмерной сосредоточен-

ности индивида на предмете своих потребностей, на желаниях или влечениях, которые, собственно, и обуславливают «застревание» на тех или иных переживаниях. А эгоцентрический уровень сознания проявляется у человека в том, что другой человек рассматривается как вещь, как источник удовлетворения эгоцентрических желаний. Даже если личности другого человека и придается значительная ценность, высокая субъективная значимость, то при этом в процессе взаимодействия с ним отсутствует установка на согласованные действия, с учетом индивидуальных особенностей другого, отсутствие диалога с ним.

В ситуации внутреннего конфликта эгоцентризм утрачивает норму, происходит фиксированность на каком-то из секторов своего «Я». Внутренний конфликт затягивается, оставаясь неразрешенным. Это часто бывает связано с ситуацией хронического внешнего конфликта. Всякая затянувшаяся неразрешенность дезорганизующе и даже болезнетворно влияет на центральную нервную систему. Причина многих неврозов состоит в самой продолжительности конфликта. Невротизация накапливается постепенно, переживаясь, прежде всего, как напряжение и вызванное им переутомление, астения. Постепенно эгоцентризм из «нормального» и «необходимого» превращается в тот самый эгоцентризм, который рассматривается за пределами нормы [1].

Если эгоцентризм человека выходит за пределы нормы, то это можно заметить по признаку излишней многоречивости: человек вдруг начинает рассказывать что-то и никак не может остановиться, хотя и осознает, что это уже излишество, утомительное для собеседника. Эгоцентризм больного неврозом порождает тенденцию доказывать, как ему трудно. Ему кажется, что его переживания — самые тяжелые. Он уже настолько поглощен своим состоянием, проявляемом в повышенном эгоцентризме, что не стыдится этого.

Все внимание человека с повышенным эгоцентризмом сужено на личных проблемах, в контактах с другими он не учитывает их взгляда на проблему, не может встать на их точку зрения, предвидеть их реакцию на свои действия, что неизбежно приводит к ухудшению взаимоотношений с окружающими, к конфликтным ситуациям. При решении проблемы учитываются только собственные интересы, сознание эгоцентрика сужено, он не замечает множества альтернатив, не совпадающих с его собственной.

Эгоцентричный человек, практически, всю свою жизнь проживает в одиночестве, несмотря на его постоянные контакты с окружающими его

людьми. Дело в том, что он не выходит за пределы собственного миропонимания, и всю свою жизнь руководствуется единственным взглядом на жизнь — своим личным, не представляя всего богатства разнообразия мнений о мире, фактически общаясь с самим собой и постоянно приходя в изумление и возмущение от того, что мнения и оценки других не совпадают с его собственными. Как отмечал А. А. Ухтомский, «человек видит в мире и людях предопределенное своею деятельностью, т. е., так или иначе, самого себя. И в этом может быть, величайшее его наказание... Бесценные вещи и бесценные области реального бытия проходят мимо наших ушей и наших глаз, если не подготовлены уши, чтобы слышать, и не подготовлены глаза, чтобы видеть, то есть наша деятельность и поведение направлены сейчас в другие стороны» [5].

Тех, кто уже полностью поглощен проблемой своего состояния и своим «Я», нужно адресовать к психоневрологу. Но обращаться с ними нужно как с теми, кто не нуждается в госпитализации, не фиксируя внимания на особенностях их поведения.

Корректировать неадекватность высокого уровня эгоцентризма можно. В детском возрасте коррекция возможна путём смены позиций и изменения способов обращения с ребёнком, изменения тактики семейного воспитания, стиля классного руководства, положения в структуре межличностных и деловых отношений, особенно в среде сверстников. В подростковом и раннем юношеском возрасте эгоцентризм может быть ослаблен путём повышения уровня социально-психологической компетентности, посредством обучения техникам общения. В юношеском возрасте снижение эгоцентризма обеспечивается посредством социально-психологических тренингов, активных форм и методов обучения, участия в ролевых, деловых играх и дискуссиях. В ходе психотерапии и индивидуального консультирования клиентов старшего подросткового возраста, юношеского возраста и взрослых можно применять определённые способы активизации децентрации и способности представить себя на месте другого для вывода из эгоцентрического состояния.

Очень помогает коррекции собственно психологическая информация. Нужно объяснить: если сейчас не занимать мозг самыми разными делами, он детренируется и совсем утратит способность к мыслительному усилию, к концентрации и распределению внимания. Всякая продолжительная сосредоточенность только на чем-то одном («узком» и не требующем активности) изнушает,

обессиливает кору головного мозга. Чем больше делаем мелких и сложных движений пальцами, тем больше участков мозга включается в работу, ведь он прямо связан с нашими руками, вернее крест-накрест; с правой рукой левое полушарие, а с левой — правое. Руки имеют огромное представительство в коре головного мозга. Очень большое представительство имеют там и глаза. Чем внимательнее человек будет всматриваться в то, над чем работает, тем больше пользы будет активно работающему мозгу! Проекция языка тоже очень велика, поэтому просто необходимо включать в коррекционные занятия организованную речь, речевые упражнения, разнообразную словесность. Это выразительное чтение стихов с разными размерами и коротких текстов с последующим их пересказом, решение кроссвордов, ребусов и их составление, решение анаграмм, всевозможные игры в слова. Занятия иностранным языком, рисунком (особенно по памяти), лепкой, фотографией, макраме, увлечение музыкой, танцем, аэробикой — все должно идти в дело!

В самом начале подобных занятий эгоцентричный «ведомый», будет либо уклоняться, либо отказываться («Ничего у меня не выйдет»), либо подменять заданную работу выражением самооценки, которая всегда будет очень низкой в каждом непривычном деле. Такую самооценку нужно — не обижая! — попросту запретить и запрет этот выдерживать неуклонно.

Преодолению эгоцентризма очень способствует помощь кому-то, что способствует переключению внимания с себя, постепенно развивает такие необходимые формы взаимодействия с окружающими как рефлексия и эмпатия. Но в силу эгоцентричности позиции личности более эффективной помощь будет в проблемах сходных, с теми на которых сосредоточен эгоцентризм. Такая помощь не потребует от него значительной перестройки собственной структуры сознания, но даст возможность для развития у него отсутствующих механизмов рефлексии, подразумевающих понимание человеком того, как его воспринимают партнеры, способность принять другого таким, каким он является на самом деле, а не таким, каким он его ожидает увидеть, необходимо формирование умения трезво оценить позицию другого человека.

Группа, уместнее для начала малочисленная (из двух-трех человек), объединяемая общей задачей, очень способствует нормализации сферы отношений. Если нет возможности для ролевой игры, то сам деловой характер непосредственной работы над своей личностью в присутствии другого «такого же» и с его товарищески действенным

участием, взаимный обмен функциями («исполнение» и «контроль») — все освобождает от привычной замкнутости внимания только на себе и своих проблемах.

Рассматривая необходимый минимум условий психогигиены общения с людьми, у которых выражена почти болезненная эгоцентрическая направленность, необходимо учитывать три главных правила.

1. Не давать негативной оценки личности эгоцентрика, постараться принять его таким, какой он есть. Не обижая «эгоцентрика» (упреками, замечаниями, неуважением, презрением и т. п.), мы соблюдаем главный принцип общения — «Не навреди!». (Требуя от эгоцентрика трудного для него взаимопонимания, умения встать на позицию другого, можно оттолкнуть его от себя, посеяв неприязнь и усилив эгоцентризм).
2. Сообщение психологической информации, связанной с эгоцентризмом и с его преодолением, дает толчок к самостоятельной работе над собой, помогает дать оценку своим личностным качествам.
3. Реальная посильная помощь других людей в преодолении эгоцентризма нормализует отношение человека к себе и к окружающим, помогает формированию таких необходимых качеств как эмпатия и рефлексия [4].

Учёт роли эгоцентрического состояния личности в процессе трансформации ценностей и смыслов её жизни и разработанные стратегии вывода человека из него, могут найти применение в психотерапевтической работе с людьми, переживающими состояние кризиса жизни. Т. И. Пашуковой [3] разработаны методики вывода человека из эгоцентрического состояния, ведущего к появлению суицидальных установок и стойких межличностных конфликтов, программы тренингов, направленных на развитие децентрации, способности человека представить себя на месте другого, преодоление эгоцентризма и психодиагностические процедуры исследования эгоцентризма.

Социально-психологический подход позволяет не только понять причины эгоцентрических форм фиксации личности на своих мыслях, переживаниях, точках зрения, чувствах, отношениях, представлениях, но и способствует выяснению их роли в саморегуляции. Он даёт возможность теоретически обосновать и разработать рекомендации для профилактики эгоцентризма и выбрать эффективные способы психической коррекции неадекватных эгоцентрических свойств и состояний человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Жутикова Н.В. Психологические уроки обыденной жизни. — М.: Просвещение, 1990. — 256 с.
2. Пашукова Т.И. Эгоцентризм: феноменология, закономерности формирования и коррекции. — Кировоград: Центрально-украинское издательство, 2001. — 338 с.
3. Пашукова Т.И. Эгоцентризм в подростковом и юношеском возрасте: причины и возможности коррекции. — М.: Ин-т практич. Психологии, 1998. — 159 с.
4. Ракитин И.А., Меньщикова А.Л., Зельдин А.Л. Проблемы управления санитарно-эпидемиологическим благополучием населения в условиях формирования гражданского общества, кн. 111: Организационно-правовые и социально-психологические аспекты конструктивных конфликтов в сфере обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения / ред. д.м.н. Карпов В.Б. — СПб.: КультИнформПресс, 2011. — 96 с.
5. Ухтомский А. Письма // Новый Мир. — 1981. — № 1. — С. 253–255.

THE ROLE OF EGOCENTRISM IN DEVELOPMENT OF CENTRATION AND THE DECENTRATION FEATURES OF THE PHYSICIAN'S PERSONALITY

Menshchikova A.L.

◆ **Resume.** Egocentrism as personal feature is defined by social-psychological conditions of formation of the personality and carries out stabilizing functions in structure of ego-system. Egocentrism is defined by a position occupied with the subject in system social-psychological, first of all — interpersonal relations. The centration and the decentration are the mechanisms allowing during dialogue to support a feedback, not breaking thus integrity and uniqueness of the person. Formation of correct representation about a role of the egocentrism and value a centration of persons, i.e. concentration of consciousnesses on itself, own experiences, is the important stage of increase of social-psychological competence of physicians. Overcoming the centration of contents includes formation of skills of coordination of the points of view with colleagues, with patients in decoding essence of the reasons of disease and ways of struggle against them.

◆ **Key words:** egocentrism; centration; decentration; physician personality; reflection; empathy; identification.

◆ Информация об авторах

Меньщикова Анна Львовна — к.психол.н., доцент кафедры клинической психологии. ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России. 194100, Санкт-Петербург, ул. Литовская, д. 2. E-mail: annam2@mail.ru.

Menshchikova Anna Lvovna — Ph.D, Associate Professor, Head of the Department of Clinical Psychology, Saint-Petersburg State Pediatric Medical University. 2, Litovskaya St., St. Petersburg, 194100, Russia. E-mail: annam2@mail.ru.