

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Навчально-науковий інститут післядипломної освіти

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

Кафедра психології

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри психології

_____ А. І. Яблонський

“ ” _____ 2024 року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему:

ПСИХОДИНАМІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ НАРЦИСИЗМУ: ТЕОРІЯ,
АДАПТАЦІЯ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ ПІДХОДИ

Керівник: Кандидат психологічних наук, доцент
Ольховецький Сергій Миколайович

(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент: Доктор педагогічних наук, професор,
декан факультету соціальної та
психологічної освіти, професор кафедри
соціальної педагогіки та соціальної
роботи Уманського державного
педагогічного університету Кравченко
Оксана Олексіївна

(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконала: студентка VI курсу групи 664Мз
Ходаковська Анна Сергіївна

(П.І.Б.)

Спеціальності: 053 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

ОПП: «Психологія»

Миколаїв – 2024 рік

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Інститут, факультет, відділення

Навчально-науковий інститут
післядипломної освіти

Кафедра, циклова комісія

Кафедра психології

Рівень вищої освіти

другий (магістерський)

Спеціальність

053 «Психологія»

ОПП / ОНП

«Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології

_____ В. В. Шевченко

“ ” 2024 року

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Ходаковської Анни Сергіївни

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Психодинамічні особливості розвитку нарцисизму: теорія, адаптація та психотерапевтичні підходи

керівник роботи: Ольховецький Сергій Миколайович, кандидат психологічних наук, доцент

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом вищого навчального закладу від «20» вересня 2024 року № 249/1.

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «20» листопада 2024 року

3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи: вступ, основна частина, висновок, список використаних джерел, додатки.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) згідно з планом кваліфікаційної роботи магістра.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) не планується

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Кандидат психологічних наук, доцент Ольховецький Сергій Миколайович		
Розділ 1			
Розділ 2			
Розділ 3			
Висновки			

7. Дата видачі завдання 02.09.2024

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1.	Вступ до кваліфікаційної роботи	вересень 2024	
2.	Розділ 1. Теоретичні аспекти нарцисизму	жовтень 2024	
3.	Розділ 2. Адаптація осіб з нарцисичним характером	жовтень 2024	
4.	Розділ 3. Методи та емпіричні дослідження нарцисизму Розділ 4. Практичні аспекти роботи з особами з нарцисичними рисами	жовтень 2024	
5.	Висновки	листопад 2024	
6.	Передкваліфікаційна практика	02.-15.09.2024	
7.	Оформлення списку використаних джерел, додатків	листопад 2024	
8.	Попередній захист	21.11.2024	
9.	Рецензія на кваліфікаційну роботу	02.12.2024	
10.	Захист кваліфікаційної роботи	19.12 2024	

Студент

_____ (підпис)

Ходаковська А. С.

_____ (прізвище та ініціали)

Керівник проєкту (роботи)

_____ (підпис)

Ольховецький С. М.

_____ (прізвище та ініціали)

Анотація

Автор: Ходаковська Анна Сергіївна

Назва роботи: «Психодинамічні особливості розвитку нарцисизму: теорія, адаптація та психотерапевтичні підходи»

Вид роботи: Магістерська робота

Навчальний заклад: Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Місто та рік: Миколаїв, 2024

Мета дослідження:

Вивчення психодинамічних особливостей формування нарцисизму, механізмів його адаптації та розробка інтегративного терапевтичного підходу для корекції нарцисичних рис особистості.

Об'єкт дослідження:

Психодинамічні аспекти нарцисизму в контексті міжособистісних стосунків.

Предмет дослідження:

Психотерапевтичні підходи до корекції нарцисизму, засновані на психодинамічному аналізі.

Методи дослідження:

- Теоретичні методи: аналіз, синтез, систематизація та узагальнення наукових джерел.
- Емпіричні методи: психометричне тестування, анкетування, якісний аналіз випадків терапевтичної практики.
- Моделювання: розробка інтегративної психотерапевтичної моделі.

Основні результати дослідження:

1. Виявлено ключові фактори формування нарцисизму, зокрема роль дитячих травм і механізмів психологічного захисту у виникненні нарцисичних рис.

2. Встановлено зв'язок між рівнем адаптації осіб із нарцисичними рисами та ефективністю психотерапії.

3. Розроблено інтегративну модель терапії, яка поєднує психодинамічні підходи з когнітивно-поведінковими методами, що сприяє покращенню міжособистісних взаємин клієнтів.

Наукова новизна:

Запропонована інтегративна терапевтична модель є унікальною, оскільки враховує не лише внутрішні конфлікти особистості, але й вплив соціального контексту на адаптацію клієнта. Вперше детально досліджено вплив захисних механізмів на міжособистісну динаміку в осіб із нарцисичними рисами.

Практичне значення:

Результати роботи можуть бути використані:

- у клінічній практиці психологів для роботи з клієнтами, що мають нарцисичні риси;
- у навчальних програмах для підготовки спеціалістів із психотерапії;
- у дослідницьких проектах, присвячених особистісним розладам.

Ключові слова: нарцисизм, психодинаміка, терапія, адаптація, міжособистісні стосунки, психологічний захист, інтегративна модель.

Annotation

Author: Anna Khodakovska

Title: "Psychodynamic Features of Narcissism Development: Theory, Adaptation, and Psychotherapeutic Approaches"

Type of work: Master's Thesis

Institution: Petro Mohyla Black Sea National University

City and year: Mykolaiv, 2024

Objective of the study:

To investigate the psychodynamic features of narcissism formation, the mechanisms of its adaptation, and the development of an integrative psychotherapeutic approach for correcting narcissistic personality traits.

Object of the study:

Psychodynamic aspects of narcissism in the context of interpersonal relationships.

Subject of the study:

Psychotherapeutic approaches to narcissism correction based on psychodynamic analysis.

Methods of the study:

- Theoretical methods: Analysis, synthesis, systematization, and generalization of scientific sources.
- Empirical methods: Psychometric testing, questionnaires, and qualitative analysis of therapeutic case studies.
- Modeling: Development of an integrative psychotherapeutic model.

Main results of the study:

1. Key factors influencing the formation of narcissism have been identified, including the role of childhood traumas and defense mechanisms in the emergence of narcissistic traits.
2. A connection between the adaptation levels of individuals with narcissistic traits and the effectiveness of psychotherapy has been established.
3. An integrative therapy model combining psychodynamic and cognitive-behavioral methods has been developed to improve clients' interpersonal relationships.

Scientific novelty:

The proposed integrative therapeutic model is unique as it considers not only the internal conflicts of the individual but also the impact of the social context on the client's adaptation. For the first time, the influence of defense mechanisms on interpersonal dynamics in individuals with narcissistic traits has been thoroughly examined.

Practical significance:

The results of the study can be used:

- In clinical practice for psychologists working with clients with narcissistic traits;
- In educational programs for training psychotherapists;
- In research projects dedicated to personality disorders.

Keywords: narcissism, psychodynamics, therapy, adaptation, interpersonal relationships, defense mechanisms, integrative model.

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЗМУ

- 1.1. Нарцисизм: поняття, риси та теорії розвитку в психології
- 1.2. Історія дослідження нарцисизму
- 1.3. Психодинамічні та когнітивно-поведінкові моделі нарцисизму
- 1.4. Розвиток нарцисизму в контексті соціалізації та особистісного становлення

РОЗДІЛ 2. АДАПТАЦІЯ ОСІБ З НАРЦИСИЧНИМ ХАРАКТЕРОМ

- 2.1. Адаптація осіб з нарцисичним характером
- 2.2. Вплив нарцисизму на міжособистісні взаємини та соціальні взаємодії
- 2.3. Соціальна адаптація осіб з нарцисичним характером

РОЗДІЛ 3. МЕТОДИ ТА ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЗМУ

- 3.1. Методи дослідження нарцисизму: психометричні підходи та психологічні тести
- 3.2. Емпіричні дослідження нарцисизму: аналіз взаємозв'язків з іншими психічними розладами та поведінковими аспектами

РОЗДІЛ 4. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ РОБОТИ З ОСОБАМИ З НАРЦИСИЧНИМИ РИСАМИ

4.1. Психотерапевтичні підходи до роботи з нарцисичними особистостями

4.2. Консультування осіб з нарцисичними рисами

4.3. Профілактика та корекція нарцисичних рис

ВИСНОВКИ

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

ДОДАТКИ

ВСТУП

В сучасному світі, вивчення особистісних рис та їх впливу на поведінку і взаємодію людей виявляється надзвичайно важливим завданням для психологічних досліджень. Однією з таких рис є нарцисизм, який відображається у вираженні індивідуальних цінностей, установок та особистісних характеристик.

Терапевтичний підхід до корекції нарцисичного розладу особистості відкриває широкий простір для аналізу та розуміння впливу цієї особливої особистісної конструкції на їхні взаємини з навколишнім світом. Нарцисизм може мати як позитивний, так і негативний вплив на індивіда та його оточення, залежно від рівня його вираження та способів адаптації [16].

Розуміння та аналіз нарцисизму та його впливу на адаптацію людини може стати важливим етапом у розвитку психологічної науки, а також в контексті розвитку методів інтервенції та підтримки для осіб з цими особливостями. В даній роботі ми прагнемо розширити наші знання і відкрити нові перспективи в цій важливій галузі психології.

Цим питанням займалися вчені у галузі психоаналізу та психології особистості. Серед них Х. Кохут, М. Кляйн, Н. МакВільямс, Д. Віннікотт, О. Кернберг, М. Балінт, І. Плакун, Р. Шамшикова та Б. Хільгеншток [17].

Х. Кохут розробив одну з найвпливовіших теорій нарцисизму, яка наголошує на важливості самовдосконалення та пошуку внутрішньої гармонії. М. Кляйн внесла вагому вклад у розуміння нарцисизму через свої дослідження

ранньої дитячої психіки. Н. МакВільямс, Д. Віннікотт та І. Плакун також досліджували роль нарцисизму в психічному розвитку.

Практичний аспект вивчення нарцисизму виявився важливим для таких вчених, як Х. Хензлер, Дж. Холмс, Е. Калілітєвська, Д. Хломов, К. Абрахам, Дж. Габбард, А. Бейтмен, Т. Рабін та Дж. Холмс. Вони досліджували не лише теоретичні аспекти нарцисизму, але й його прояви в практиці психологічної роботи, включаючи терапевтичні підходи та методики роботи з клієнтами [21].

Гіпотеза курсової роботи: Особи з нарцисичним характером піддаються корекції і соціальній адаптації завдяки аналітичній теорії з уклоном на дорощення істинного «Я» та подальшу соціалізацію у суспільстві шляхом встановлення надійних та стабільних контактів.

Об'єкт дослідження: люди з нарцисичним характером.

Суб'єкт дослідження: підходи в аналітичній терапії до корекції психоемоційного стану людей з нарцисичним характером.

Метою дослідження є розгляд теорії та адаптації людей з нарцисичним характером з метою розуміння основних характеристик, типів та механізмів функціонування нарцисизму, а також вивчення адаптаційних стратегій осіб з вираженим нарцисичним характером у різних сферах життя.

Для досягнення поставленої мети необхідно виконання наступних завдань:

- розглянути поняття нарцисизму та визначити його основні риси;
- проаналізувати теорії нарцисичного розвитку в психології;
- дослідити нарцисичний характер в контексті різних підходів, зокрема психоаналітичного, когнітивного та соціального;
- визначити основні ознаки та прояви нарцисичного характеру;
- вивчити вплив нарцисизму на взаємини та соціальну адаптацію особистості;
- дослідити фактори, що сприяють формуванню нарцисичного характеру;

- оцінити можливості та обмеження у взаємодії з іншими для людей з нарцисичним характером;
- дослідити вплив нарцисизму на професійну та особисту сфери життя;
- вивчити стратегії адаптації та компенсації для подолання труднощів, пов'язаних із нарцисичним характером.

Для проведення дослідження зазначеної теми можуть використовуватися різні **методи**, включаючи спостереження, інтерв'ю тощо. Спостереження може використовуватися для аналізу поведінкових проявів нарцисизму, а інтерв'ю - для отримання глибокого розуміння індивідуальних особливостей.

Дослідження теоретичних аспектів нарцисизму дозволить розширити наше розуміння цієї складної особистісної конструкції та її впливу на різні сфери життя. Практичне значення полягає у можливості розробки ефективних методик психологічної допомоги та підтримки для осіб з нарцисичним характером.

Ця робота може внести свій внесок у розвиток психології особистості, доповнюючи наявні теоретичні моделі та розкриваючи нові аспекти вивчення нарцисизму. Наукова новизна полягатиме в аналізі актуальних досліджень, розробці та апробації нових методик та підходів до роботи з цією проблематикою.

Магістерська робота присвячена комплексному дослідженню нарцисизму як психологічного феномену, його теоретичним аспектам, адаптації осіб з нарцисичним характером, методам дослідження та практичним аспектам роботи з нарцисичними особистостями.

Структура роботи. Робота складається з вступу, чотирьох розділів, висновків та списку використаних джерел. У першому розділі розглянуто теоретичні аспекти нарцисизму, включаючи його визначення, риси та розвиток у психології, історію дослідження, а також психодинамічні та когнітивно-поведінкові моделі нарцисизму. Також аналізується розвиток нарцисизму в контексті соціалізації та особистісного становлення.

Другий розділ присвячений адаптації осіб з нарцисичним характером, впливу нарцисизму на міжособистісні взаємини та соціальні взаємодії, а також соціальній адаптації цих осіб.

У третьому розділі описуються методи дослідження нарцисизму, включаючи психометричні підходи та психологічні тести. Розглянуто емпіричні дослідження нарцисизму та аналіз взаємозв'язків з іншими психічними розладами та поведінковими аспектами. Представлено результати власних емпіричних досліджень.

Четвертий розділ висвітлює практичні аспекти роботи з особами з нарцисичними рисами, включаючи психотерапевтичні підходи, консультування, профілактику та корекцію нарцисичних рис.

У висновках підведено підсумки роботи, зроблено узагальнення та сформульовано основні висновки дослідження. Список використаних джерел та додатки містять матеріали, що доповнюють основний текст роботи.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЗМУ

1.1. Нарцисизм: поняття, риси та теорії розвитку в психології

У науковому дискурсі психології існує розмаїття поглядів на природу та сутність явища, що відоме як "нарцисизм". Відомий психолог С. Пульвер наголошує, що концепція нарцисизму, з одного боку, є важливим внеском у розвиток психологічної науки, а з іншого - вона є однією з найскладніших і неоднозначних. Це ствердження засвідчується також у праці 1914 року відомого психоаналітика З. Фрейда, де він вказує на можливість нарцисизму займати важливе місце в загальнопсихологічній теорії як невід'ємної складової процесу природного й здорового психічного розвитку особистості, пов'язаного з самосвідомістю [3].

Термін "нарцисизм" вперше був введений в наукову літературу Х. Еллісом, який в своїй роботі "Аутоеротизм: психологічне дослідження" (1898 р.) описав патологічну форму самозакоханості, асоціюючи її з міфом про Нарциса. Згідно з цією легендою, молодий чоловік Нарцис, виділявся незвичайною красою, відкидав усіх жінок, які виявляли до нього зацікавленість. Його життя відзначалося відсутністю взаємної любові, адже коли одна з його захоплених (німфа Ехо) вмерла від розбитого серця, Нарцис, побачивши своє відображення у воді озера, так закохався в власний образ, що був не в змозі відірватися від нього і загинув від любові до себе, перетворившись потім на квітку нарцис.

У контексті, не пов'язаному з психологією, термін "нарцисизм" збігається за значенням з поняттями егоцентризму та егоїзму, що часто використовуються для опису осіб, які неспроможні побачити світ з позиції інших і часто наносять шкоду іншим через це. У психоаналітичних джерелах, нарцисизм описується як форма соліпсизму, тобто тенденція використовувати себе як центральну точку відліку для організації свого досвіду. У науковому

тлумаченні, нарцисизм розглядається як підвищена зацікавленість особистості собою, від її здорових до патологічних аспектів. Рівень вираженості цих рис в особистості визначає відношення особи до самої себе та до інших. Поняття нарцисизму вже в 21 столітті набуло значної популярності і було детально описане відомим психоаналітиком З. Фройдом, який взяв це термін з описаного П. Некке збочення, що характеризувалося проявами ніжності до власного тіла, особливо у відношенні до особи протилежної статі [20].

Доктор З. Фройд вказував на те, що нарцисизм, до певної міри, є характерною рисою кожної людини. Вплив певних факторів може сповільнювати або прискорювати його розвиток в конкретній особистості. У своїй праці він описав стадії нарцисизму, розглядаючи його як специфічну фазу психосексуального розвитку, що займає проміжне положення між аутоеротизмом та об'єктною любов'ю. Фройд пояснював, що нарцисизм відрізняється від аутоеротизму тим, що об'єктом кохання стає не фізичне тіло з його окремими частинами, а сама особистість, "Я" в цілому, у її духовному й фізичному аспектах.

Отже, розповсюдження та популярність терміну "нарцисизм" здебільшого випливає з його використання в різних школах психоаналізу або тих підходах, що мають психоаналітичну спрямованість. У класичному психоаналізі З. Фрейда, цей термін мав різноманітне значення, завжди пов'язане з описом або розумінням станів та напрямів лібідо, а також принципу задоволення. В контексті психоаналізу поняття нарцисизму зазвичай використовувалося для опису свідомого або несвідомого самозакохання та двох форм нарцисизму: первинного, який відображає загальний початковий стан лібідо у період раннього дитинства, коли лібідо дитини повністю спрямовується на себе, та вторинного, коли лібідо дорослої особистості відділяється від об'єктів і спрямовується на власного носія - Его, "Я" людини.

У додаток до цих значень, З. Фройд використовував термін нарцисизму для опису сексуальної перверсії, коли власне тіло людини є основним об'єктом сексуальних устремлінь, для опису нарцисичного вибору любовного об'єкту

(за власним образом) або гомосексуального, а також для позначення лібідозного доповнення егоїзму або егоцентризму, коли "Я" людини служить точкою відліку у виборі поведінкових патернів [2].

У психоаналітичній термінології широко використовувалися поняття "нарцисичного лібідо" (лібідо, спрямоване на саме "Я"), "нарцисичної ідентифікації" (процес, коли особа проєціює свої ознаки на втрачений сексуальний об'єкт, ідентифікує себе з ним і спрямовує різноманітні амбівалентні імпульси на залишений об'єкт, включаючи агресивні), "нарцисичних неврозів" (функціональних розладів психіки, коли сексуальна енергія фіксується на ранніх стадіях розвитку і спрямовується на саме "Я"), "нарцисичного задоволення" культурою чи культурним ідеалом (несвідоме задоволення і вибір, обумовлені самозакоханістю і задоволеністю членів певної культурної спільноти). Важливим аспектом психоаналітичного трактування нарцисизму було визнання його як властивості, що притаманна людству в цілому.

Проблема вивчення нарцисизму та його аспектів у психоаналітичній традиції була предметом досліджень і розробок багатьох вчених, які намагалися уточнити певні аспекти фройдівської концепції. К. Абрахам вніс значний внесок у розвиток цієї проблематики, встановивши наявність негативного нарцисизму, який лежить в основі фізичної і моральної іпохондрії та меланхолії. У аналітичній психології К. Юнга термін "нарцисизм" використовувався як синонім самозакоханості, тоді як Х. Кохут критично відносився до концепції З. Фрейда через психобіологічний підхід та перебільшену увагу до принципу задоволення, що не допомогло вирішити питання з позитивним результатом.

Концепція нарцисизму, яка виникла у психоаналітичному середовищі під керівництвом родоначальника психоаналізу, набула значного значення як феномен і наукова проблематика в гуманістичному психоаналізі Е. Фромма. Цей учений, опираючись на власні дослідження, розробив унікальну концепцію нарцисизму, змінюючи психоаналітичний підхід [24].

Фромм інтерпретував нарцисизм як недорозвинені інстинкти та емоційний стан, характеризуючи його відсутністю інтересу до зовнішнього світу і зосередженістю на самому собі, власних потребах і інтересах, що призводить до втрати здатності до раціонального мислення і діяльності на основі упереджень.

На основі досліджень різних аспектів нарцисизму, Фромм прийшов до висновку, що в кожній людині є "нарцисичне ядро", яке є важливим для виживання, але може становити загрозу життю, коли проявляється у надмірних формах. Він виділив дві основні форми патології нарцисизму: доброякісну (коли об'єктом є результати власних зусиль) та злоякісну (коли об'єктом є те, що людина має, а не те, що вона робить чи створює), що може призводити до соліпсизму і ксенофобії.

Фромм також вказував на розрив зв'язків людини з реальністю та заміщення її своєю особистістю як патологічні наслідки нарцисизму. Звільнення від негативних проявів нарцисизму на рівнях індивідуальному, груповому та суспільному вважався Фроммом справжньою метою та духовним розвитком людей[28].

В сучасних дослідженнях нарцисизму можна визначити три основні напрямки. Перший з них ґрунтується на ідеї З. Фрейда про можливість того, що особистість має певний ступінь нарцисизму. Цей напрямок також відображає погляди О. Кернберга, який розширив класифікацію нарцисизму від нормальних до патологічних форм, залежно від ступеня вираження нарцисичних рис і серйозності особистісного розладу. Вчений розробив також спеціальний класифікаційний підхід "нарцисичний розлад особистості", який визначається як клінічний діагноз згідно з Діагностично-статистичним посібником психічних розладів (DSM APA). Цей діагноз встановлюється на основі тривалого періоду (не менше півроку) виявлення п'яти або більше стійких нарцисичних рис. Таким чином, аналіз цього феномену з погляду О. Кернберга та його послідовників дозволив виокремити нарцисичні риси особистості та нарцисичні стани.

Другий напрямок досліджень нарцисизму заснований на ідей З. Фрейда, що підкреслюють не тільки рівень нарцисичності особистості, але й її спосіб саморегуляції. Виникло розуміння, що психічна активність може бути нарцисичною у тому розумінні, що її функція полягає в захисті, відновленні та збереженні структурної цілісності, тимчасовій стабільності та позитивно-афективному забарвленні уявлень про себе. Існування стійких нарцисичних способів саморегуляції визнається як важливий аспект психічного здоров'я. Ці способи регуляції включають уявлення про себе як самостійні одиниці, що забезпечують психічне здоров'я та сприяють оптимальному нарцисизму особистості. Наприклад, це може виявлятися у здатності сприймати свої сили і можливості, вибачати собі помилки та навчатися з невдач. Відхилення від оптимального нарцисизму, описувані клініцистами, розглядаються як нарцисичні стани, що виявляються у проблемах настрою, самоповаги та регуляції напруги. Ці стани можуть відображати мотиваційні аспекти та часто свідчать про тимчасові або тривалі проблеми з підтриманням адекватної самооцінки [13].

Третій напрямок дослідження нарцисизму спирається на широкий корпус емпіричних досліджень в зарубіжній психології та позиції сучасних теоретиків, таких як К. Морф та Ф. Родевальт, які базуються на статистичних звітах клініцистів. Ці дослідники ставлять перед собою завдання валідації широкого спектру моделей, які ґрунтуються на уявленні про нарцисичну особистість.

У галузі психологічної науки виділяють два основних теоретичних підходи до визначення нарцисизму, обидва з яких акцентують увагу на періоді дитинства людини. Перший підхід припускає, що нарцисизм окремої особистості формується через вплив батьків, які намагаються максимально захистити свою дитину від проблем зовнішнього світу. Такі батьки уникатимуть будь-яких звинувачень у поведінці дитини, не коригуватимуть надмірної вередливості або примхливості, але завжди будуть підкреслювати

унікальність своєї дитини та намагатимуться переконати, що вона найкраща серед інших [26].

Другий теоретичний підхід, що є конкурентом першому, вказує на те, що нарцисизм може розвиватися через сором'язливу поведінку людини в дитинстві. Діти, які відчувають недостатню увагу від дорослих, родичів або однолітків, намагаються компенсувати цей дефіцит шляхом досягнень. У свідомому віці вони формулюють перед собою дві основні мети: бути кращими за всіх та довести це своєму оточенню.

Приналежність до соціального оточення або конкретної групи може відкривати шлях для компенсації почуття неповноцінності та задоволення нарцисичних потреб, але в той же час може призводити до відмови від власної ідентичності та формування залежної та конформної особистості. Люди з нарцисичним типом особистості гостро відчувають свою відмінність та віддаленість від суспільства та інших людей, не відчуваючи себе єдиною частиною цього оточення.

Такий тип особистості стає все більш поширеним у сучасному світі, де людина часто знаходиться в ізоляції та не має стійкої внутрішньої опори. Це може призводити до онтологічної самотності, коли особа не встановлює реальних об'єктивних зв'язків, які задовольняли б її потреби, і постійно демонструє потребу в спілкуванні з об'єктами, подібними за типом.

Поняття нарцисизму в психології визначається як важлива психічна характеристика, що включає в себе самовподобання, бажання захищати власну самооцінку та бажання отримувати визнання від інших. Психіатри та психоаналітики ретельно досліджують цей аспект особистості, причому одним з видатних дослідників є Ненсі МакВільямс, яка внесла вагомий внесок у розуміння нарцисизму та його ролі в психічному житті людини.

Ненсі МакВільямс розширює концепцію нарцисизму, виходячи за межі його звичайного розуміння як лише егоцентричної та самовихованої поведінки. Вона вказує на те, що нарцисизм включає інші аспекти, такі як бажання контролювати оточуючих та страх перед власною неповноцінністю

та відмовою. Це означає, що нарцисичні особистості не лише прагнуть до власного визнання та підтримки, а й активно прагнуть до контролю над іншими, виявляючи потребу у збереженні своєї влади та впливу на навколишнє середовище.

Крім того, МакВільямс звертає увагу на роль нарцисизму в процесі формування особистості. Вона вважає, що досвіди, пов'язані з нарцисичними тенденціями, можуть суттєво впливати на розвиток особистості та формування індивідуальних рис та характеру.

У своїх дослідженнях МакВільямс також аналізує психологічні захисти, які використовуються особами з нарцисичними рисами. Вона вказує на те, що такі особи часто застосовують різні механізми захисту, щоб уникнути болючих відчуттів та зберегти свою самооцінку. Ці захисти включають проєкцію, раціоналізацію, відкидання та ідентифікацію з агресором. Кожен з цих механізмів допомагає нарцисичній особі зберегти свою психічну стабільність та відчуття власної важливості, навіть у випадку виникнення неприємних ситуацій чи критики з боку інших [25].

З погляду Ненсі МакВільямс, розуміння нарцисизму має важливе значення для усвідомлення його комплексності та впливу на психічний стан людини та її взаємодії з оточуючими. Її дослідження демонструють, що нарцисичні механізми можуть мати значний вплив на формування особистості та визначати характер міжособистісних відносин. Розуміння цих механізмів стає ключовим аспектом покращення якості психічного здоров'я та збереження гармонії у міжособистісних взаємодіях. Таким чином, дослідження Ненсі МакВільямс сприяють розширенню нашого уявлення про нарцисизм та його роль у психологічному житті людини.

Отже, це розуміння допомагає нам розрізняти конструктивну самореалізацію від різних форм нарцисизму, які у випадку їх надмірного вияву можуть мати патологічні прояви.

Нарцисизм являє собою складний психологічний феномен, який завжди привертав і продовжує привертати увагу вчених різних психологічних шкіл.

Цей інтерес обумовлений не лише значенням нарцисизму для розуміння особистісного розвитку, а й його впливом на соціальне функціонування та взаємодію із середовищем. Теорії нарцисичного розвитку спрямовані на вивчення процесів формування, структури та динаміки нарцисичних рис особистості на протязі усього життя. Розуміння цих процесів дозволяє краще зрозуміти природу та взаємозв'язки між нарцисизмом та психічним функціонуванням людини [11].

Основні теорії нарцисичного розвитку в психології відображають різні підходи до розуміння формування та розвитку нарцисичних рис особистості.

Фройдівська теорія нарцисизму, розроблена Зигмундом Фройдом, є однією з перших і найвпливовіших концепцій у психології, що аналізує розвиток особистості. Фройд вважав, що нарцисизм відіграє ключову роль на ранніх етапах життя дитини, коли вона зосереджує свою увагу на задоволенні власних потреб та бажань. На цьому етапі формування особистості дитина інтегрує своє "Я" в навколишній світ, що дозволяє їй встановити базову самоцінність і виробити внутрішню опору, необхідну для подальшого розвитку.

Фройд підкреслював, що нарцисичні тенденції не є лише проявом егоцентризму, а є нормальним і навіть необхідним етапом психічного розвитку. Це період, коли дитина вчиться усвідомлювати себе як індивіда, розвиваючи власну ідентичність. Позитивний аспект нарцисизму полягає в тому, що він сприяє формуванню здорової самооцінки, що є важливим для соціальної адаптації і взаємодії з іншими людьми.

Проте Фройд також застерігав про можливі наслідки перенасичення нарцисизму. Він зазначав, що надмірна увага до власного "Я" може призвести до розвитку різних патологічних станів у психіці, включаючи неприйняття реальності, егоїзм, тенденції до маніпулювання іншими та недостатню емпатію. В його теорії існує тривога стосовно нарцисичного розладу особистості, при якому індивід перебільшує своє власне значення, вимагаючи

від оточуючих уваги та поваги. Це явище може стати перешкодою для нормальних соціальних взаємодій і завдати шкоди психічному здоров'ю.

Фройд розглядав нарцисизм не лише як негативний фактор, а як складову частину нормального розвитку особистості. Він вважав, що здоровий рівень нарцисизму може забезпечити індивіда необхідною впевненістю в собі та стійкістю в соціальних взаєминах. Однак важливо пам'ятати про ризики, пов'язані з його перенасиченням, які можуть призвести до невротичних розладів і соціальних проблем. Фройд підкреслював, що успішний перехід через етапи нарцисизму має вирішальне значення для подальшого розвитку особистості.

Таким чином, теорія нарцисичного розвитку за Фройдом відкриває широкий простір для розуміння ролі самооцінки та відношення до себе в психічному розвитку людини. Вона пропонує цінні інсайти щодо того, як здоровий нарцисизм може бути важливим для формування позитивного іміджу себе, водночас застерігаючи про можливість виникнення проблем, якщо цей процес вийде з-під контролю. Ця теорія продовжує залишатися важливим елементом у сучасній психології, впливаючи на дослідження особистості та міжособистісних відносин.

Психоаналітичний підхід Карла Юнга. Психоаналітичний підхід Карла Юнга до нарцисизму пропонує глибше розуміння цього явища, виходячи за межі традиційного сприйняття. Юнг підкреслював, що нарцисичний етап розвитку особистості взаємопов'язаний з архетипами і колективним безсвідомим, що є основою його теорії. Для нього нарцизм є не лише внутрішнім станом індивіда, а й прагненням до розуміння власної ідентичності через взаємини зі світом. Це означає, що нарцисизм не обмежується лише фокусом на собі, а включає в себе більш складні аспекти, пов'язані з соціальним оточенням та іншими людьми.

Юнг вважав, що нарцисичний етап розвитку є періодом, коли індивід може уникати соціальної адаптації, прагнучи знайти своє місце через усвідомлення своєї внутрішньої сутності. Цей процес включає в себе

виявлення і розуміння власного внутрішнього світу, включаючи ті аспекти, які можуть бути прихованими або неявними. Через цю інтроспекцію особистість прагне до глибокого самовідкриття, що, у свою чергу, може призвести до розвитку унікальної індивідуальності.

Юнг також акцентував на важливості архетипів, які він вважав універсальними символами, що формують досвід людства. Ці архетипи можуть впливати на нарцисичні тенденції, оскільки вони відображають колективний досвід і мудрість, закладену в культурі. Таким чином, нарцисизм розглядається не тільки як особистісний феномен, а й як елемент ширшого соціокультурного контексту. Юнг вважав, що нарцисичний розвиток може сприяти формуванню не лише особистісної ідентичності, але й соціального самовизначення, де індивідуум шукає свій шлях у взаємодії з навколишнім світом.

Теорія нарцисичного розвитку Юнга вписується в загальний контекст його аналізу архетипів і колективного безсвідомого, що підкреслює важливість цього феномену в психічному житті. Він розглядає нарцизм як аспект, що сприяє глибокому самовідкриттю та розвитку особистості, наголошуючи на тому, що цей етап може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Відтак, нарцисизм у розумінні Юнга не є лише перешкодою для соціальної інтеграції, а, скоріше, важливим етапом у процесі самопізнання, що може відкривати нові горизонти для особистісного зростання та соціальної взаємодії.

Теорія нарцисичного розвитку Г. Кохута. займає центральне місце в розумінні нарцисизму як важливого елемента формування особистості. Кохут вважав, що нарцисичні потреби дитини, такі як бажання отримувати підтримку, захист і позитивний відгук, є критично важливими для її психічного здоров'я. У процесі виховання задоволення цих потреб сприяє створенню основ для розвитку самоповаги, самосвідомості та здатності до конструктивної взаємодії з навколишнім світом. Він підкреслював, що якщо

дитина отримує адекватну підтримку, вона здатна формувати позитивне сприйняття себе, що є запорукою подальшого психічного зростання.

Кохут також акцентував, що нарцисичні потреби виходять за межі простого прагнення до визнання; вони включають внутрішнє відчуття власної важливості, що стає основою для самосвідомості. Він вважав, що взаємодії з оточуючими людьми повинні задовольняти ці потреби, забезпечуючи не лише емоційну підтримку, а й можливість розвивати соціальні навички. У випадку, коли ці потреби не задовольняються, у дитини можуть виникати різноманітні психологічні проблеми, такі як низька самооцінка, невпевненість у собі та відчуття неповноцінності. Це може призвести до порушення в становленні особистісної ідентичності, що ускладнює подальшу інтеграцію в соціум.

Кохут розглядав нарцисичний розвиток як необхідний етап у формуванні стабільної особистості. Він підкреслював, що нарцисизм не є виключно негативним явищем; навпаки, він є необхідним для розвитку психологічної зрілості. Задоволення нарцисичних потреб закладає основи для формування здорової особистості, здатної ефективно функціонувати в суспільстві, спілкуватися з іншими та розвивати глибокі міжособистісні зв'язки.

Таким чином, теорія нарцисичного розвитку Кохута підкреслює важливість задоволення нарцисичних потреб у формуванні не лише особистісної ідентичності, але й психічного здоров'я в цілому. Цей підхід дозволяє краще зрозуміти, як ранні взаємодії з батьками та іншими важливими людьми формують психічний стан дитини і впливають на її подальше життя. Підсумовуючи, Кохут наголошував, що нарцисизм, правильно зрозумілий і задоволений, може стати важливим компонентом здорового психічного розвитку.

Теорія самопрограмування Ф. Лори. Теорія самопрограмування Ф. Лоури вносить важливий вклад у розуміння нарцисичного розвитку, розглядаючи його як послідовний процес, що формує здатність індивіда позитивно сприймати себе. Лора акцентує увагу на тому, що цей процес

починається ще в ранньому дитинстві і полягає в так званому внутрішньому програмуванні позитивного ставлення до себе. Важливими компонентами цього процесу є взаємодія дитини з батьками і оточуючим середовищем, які визначають, як формується її самопрограма.

Згідно з теорією Лоури, позитивні підтвердження та підтримка з боку батьків є критично важливими для створення здорової самооцінки та розвитку нарцисичних рис особистості. Коли дитина відчуває прийняття, любов і підтримку з боку своїх батьків, це допомагає їй усвідомити свою цінність і важливість. Така позитивна атмосфера сприяє формуванню внутрішньої стабільності та впевненості в собі, що є основою для подальшого розвитку особистості.

Лора також підкреслює, що уявлення про себе формуються в процесі ранніх взаємодій з іншими. Якщо дитина отримує адекватну підтримку і визнання, це веде до розвитку позитивного самовідчуття та здорового нарцисизму. Однак, якщо така підтримка відсутня, у дитини може виникнути відчуття неповноцінності, що негативно вплине на її самооцінку і, зрештою, на психічне здоров'я. Цей аспект є особливо важливим, оскільки негативне ставлення до себе може призвести до труднощів у міжособистісних відносинах та адаптації в соціальному середовищі.

Таким чином, теорія самопрограмування Ф. Лоури наголошує на важливості раннього дитинства в формуванні нарцисичних рис особистості. Позитивна взаємодія з оточенням не лише допомагає дітям відчувати себе цінними, але й створює основу для їхнього психічного благополуччя в дорослому житті. Важливо, щоб батьки та вихователі усвідомлювали свою роль у цьому процесі і намагалися забезпечити підтримку, яка допоможе дітям розвинути позитивну самоідентифікацію. У результаті, теорія Лори підкреслює, що рання підтримка та визнання можуть суттєво вплинути на подальший психічний розвиток і соціальну адаптацію особистості.

Теорія "мертвої матері" (Dead Mother) була запропонована французьким психоаналітиком Андре Гріном. Вона висвітлює важливість

раннього емоційного зв'язку між матір'ю та дитиною в перший рік життя та її можливий вплив на формування нарцисичних рис у пізнішому віці.

Згідно з теорією Гріна, розвиток емоційного зв'язку між матір'ю та дитиною у перший рік життя є критично важливим для формування здорового психічного розвитку. Його теорія "мертвої матері" стверджує, що відсутність або недостатність материнського емоційного відгуку в цей період може призвести до появи у дитини внутрішньої моделі "мертвої", тобто емоційно відсутньої, недосяжної або неприйнятної матері.

Така внутрішня модель може призвести до розвитку нарцисичних механізмів оборони в подальшому житті. Наприклад, дитина може спробувати компенсувати відчуття втрати або відсутності материнського відгуку, шукаючи визнання та підтримку від інших людей, або розвиваючи перфекціоністські та контролюючі тенденції для забезпечення власного внутрішнього безпеки [6].

Отже, згідно з теорією "мертвої матері" Андре Гріна, ранні взаємодії з матір'ю в перший рік життя можуть впливати на формування нарцисичних механізмів оборони в подальшому житті, а також на загальний розвиток особистості.

Теорія мертвої матері за Андре Гріном та нарцисизм представляють собою складний та провокаційний психологічний підхід до розуміння взаємозв'язку між індивідуальним розвитком та взаєминами в сім'ї. Андре Грін визначає теорію мертвої матері як психічний стан, викликаний негативним впливом матері на психіку своєї дитини, який може призвести до втрати самоідентифікації та руйнування психологічної стійкості.

У цьому контексті нарцисизм відіграє ключову роль, оскільки матері, які страждають на цей розлад, часто виявляють велику самовподобання та невідповідальність у відносинах з дітьми, перетворюючи їх на об'єкти свого власного задоволення та самозадоволення.

Ця динаміка може призводити до важких психологічних наслідків для дитини, таких як втрата віри у власну цінність, почуття вини та недостатність, а також розвиток нарцисичних рис у самій дитині.

Отже, теорія мертвої матері за Андре Гріном надає важливі уявлення про те, як ранні взаємини в сім'ї можуть впливати на формування особистості та розвиток психічних розладів, зокрема нарцисизму. Це викликає необхідність в глибокому вивченні цієї динаміки та розробці ефективних стратегій психотерапевтичного втручання для підтримки психологічного здоров'я дітей та покращення взаємин в сім'ї [56].

Аналіз теорій нарцисичного розвитку в психології свідчить про різноманітність підходів до розгляду процесу формування нарцисичних рис особистості. Ці теорії допомагають розкрити вплив нарцисизму на психічний розвиток людини та її спілкування з оточуючим світом. Дослідження в цій галузі дозволяє краще зрозуміти фактори, які сприяють формуванню здорової нарцисичної самооцінки, а також ті, які можуть призвести до розвитку патологічного нарцисизму.

У світлі розглянутих теорій важливо відзначити, що нарцисичний розвиток є складним і багатограним процесом, що відбувається протягом життя людини. Різнманітні підходи до його розуміння надають можливість врахувати різні аспекти впливу нарцисизму на особистість та її взаємодію зі світом навколо [12].

Деякі теорії, такі як теорія Фрейда, покладають акцент на важливість нарцисичного етапу в розвитку особистості, тоді як інші, наприклад, теорія Кохута, вважають нарцисизм ключовим аспектом психічного розвитку взагалі. Водночас, теорія Юнга відображає більш глибоке розуміння нарцисизму як самої сутності людини, а теорія Лори підкреслює важливість позитивного програмування ставлення до себе в ранньому дитинстві.

В цілому, дослідження у цій області сприяє розумінню того, як саме нарцисичний розвиток впливає на формування особистості та її спілкування зі світом. Розширення знань у цьому напрямку може бути корисним для розвитку

методів психологічної практики, спрямованих на підтримку здорового психічного розвитку та психічного благополуччя людини.

1.2. Історія дослідження нарцисизму

Історія дослідження нарцисизму відображає еволюцію наукових уявлень про цей складний психологічний феномен. Перші систематичні дослідження нарцисизму пов'язані з роботою Зигмунда Фрейда, який у 1914 році опублікував працю під назвою "Про нарцисизм: введення". У цій роботі Фрейд запропонував нову концепцію, розглядаючи нарцисизм як нормальну фазу розвитку лібідо, де дитина спрямовує свою сексуальну енергію на себе.

Фрейд виділяв два основні етапи нарцисизму: первинний і вторинний. Первинний нарцисизм є природною частиною дитячого розвитку і характеризується тим, що в ранньому віці діти орієнтуються на свої власні потреби та бажання. Це проявляється у їхньому егоцентризмі та прагненні до самозадоволення. Дитина, за Фрейдом, повинна пройти цей етап, щоб сформувати здорову самооцінку та ідентичність.

Вторинний нарцисизм, на думку Фрейда, розвивається пізніше у житті, як захисний механізм у відповідь на емоційні травми, розчарування або втрати. У цьому випадку індивід може знову звертатися до себе, щоб компенсувати відчуття втрати зовнішнього світу, що може призводити до патологічних форм нарцисизму, які включають в себе залежність від зовнішніх оцінок і підтримки.

Фрейд також підкреслював, що нарцисизм може мати позитивні аспекти, оскільки дозволяє людині усвідомити свої потреби і цінність. Однак, у випадку, якщо вторинний нарцисизм стає домінуючим, це може призвести до проблем у міжособистісних відносинах, оскільки така особа може бути надмірно зосереджена на собі і своїх переживаннях, втрачаючи здатність до емпатії та спілкування з іншими.

Ця рання робота Фрейда поклала початок багатьом подальшим дослідженням нарцисизму, які розширили його концепцію та досліджували різні аспекти цього явища в психології. Відзначаючи різні підходи до нарцисизму, вчені почали вивчати не лише індивідуальні, а й соціальні та культурні фактори, що впливають на розвиток нарцисичних рис у особистості. Таким чином, праця Фрейда стала основою для багатьох досліджень, які і надалі вивчали складність і багатогранність нарцисизму як психологічного феномену [47].

Подальший розвиток теорії нарцисизму пов'язаний з роботами таких психоаналітиків, як Карл Юнг та Отто Кернберг. Юнг, розширюючи фрейдівське розуміння нарцисизму, ввів концепції інтроверсії та екстраверсії. Він вважав, що надмірний нарцисизм є формою патологічної інтроверсії, де індивід занадто зосереджений на своєму внутрішньому світі і мало взаємодіє з навколишнім середовищем. За Юнгом, такий тип нарцисизму може призвести до ізоляції особистості від соціуму і створити серйозні труднощі в міжособистісних відносинах.

Юнг підкреслював важливість балансу між внутрішнім і зовнішнім світами у формуванні здорової особистості. Він вважав, що для досягнення гармонії важливо не лише усвідомлювати свої внутрішні переживання, але й активно взаємодіяти з оточуючими. Це доповнення до теорії нарцисизму надало новий вимір у розумінні розвитку особистості, вказуючи на необхідність інтеграції внутрішнього і зовнішнього досвіду.

У середині 20-го століття значний внесок у розуміння нарцисизму зробив Отто Кернберг. Його роботи допомогли розмежувати нормальний і патологічний нарцисизм, що стало важливим кроком у психоаналітичній теорії. Кернберг розробив концепцію нарцисичного розладу особистості, вважаючи, що патологічний нарцисизм виникає через порушення в ранніх дитячих відносинах, зокрема, через недостатнє задоволення нарцисичних потреб дитини.

Ці ранні порушення призводять до розвитку глибокої незахищеності та потреби в постійному підтвердженні своєї значущості. Кернберг також акцентував увагу на агресивних і деструктивних аспектах нарцисизму, які можуть проявлятися у вигляді маніпулятивної та експлуататорської поведінки. Він підкреслював, що у таких особистостей можуть бути труднощі в емпатії та визнанні почуттів інших людей, що ускладнює їхні стосунки і соціальну адаптацію.

Таким чином, роботи Юнга і Кернберга внесли значний вклад у розширення теорії нарцисизму, підкреслюючи важливість як внутрішніх, так і зовнішніх факторів у формуванні цього складного психологічного феномену. Вони заклали основи для подальших досліджень у цій галузі, зосереджуючи увагу на інтеграції різних аспектів особистості та її розвитку в контексті міжособистісних відносин. [41].

Гайнц Когут, працюючи в середині 20-го століття, розробив теорію самості, яка внесла значний вклад у розуміння нарцисизму як центрального елемента розвитку особистості. Когут вважав, що здоровий нарцисизм є необхідним для формування стабільного і адекватного почуття власної цінності. У його уявленні, нарцисизм не є лише негативною рисою особистості, а важливою складовою процесу самосвідомості та розвитку особистісної ідентичності.

Когут підкреслював, що позитивний нарцисизм дозволяє індивіду встановити здорові межі у взаємодії з оточуючими, а також підтримує відчуття унікальності та цінності. Проте він також вказував на небезпеку патологічного нарцисизму, який може виникнути внаслідок дефіциту емпатійного відображення з боку значущих інших, таких як батьки або близькі особи. Коли дитина не отримує необхідної підтримки і розуміння, це може призвести до порушення структури самості.

Когут описував, як відсутність емпатійного відображення призводить до дефіциту у формуванні здорової самості, в результаті чого виникає нарцисичний розлад особистості. У таких випадках індивіди часто шукають

зовнішні джерела підтвердження своєї цінності, що може призвести до маніпулятивної поведінки та залежності від схвалення оточуючих. Когут стверджував, що це патологічне прагнення до визнання може негативно вплинути на міжособистісні відносини та загальний психічний стан особистості.

Таким чином, теорія самості Когута підкреслює важливість емпатійного відображення у формуванні здорового нарцисизму, а також вказує на можливі наслідки його порушення для розвитку особистості. Це сприяло новому погляду на нарцисизм як на складний феномен, що охоплює як позитивні, так і негативні аспекти, які формуються в контексті ранніх міжособистісних відносин.

У 1980 році Американська психіатрична асоціація включила нарцисичний розлад особистості до "Діагностичного і статистичного посібника з психічних розладів" (DSM-III). Це включення стало знаковим моментом в історії вивчення нарцисизму, оскільки воно підтвердило статус нарцисичного розладу як окремої діагностичної категорії в психіатрії. Раніше нарцисизму часто надавали статус побічного феномена в контексті інших психічних розладів або використовували як описову характеристику поведінки без чітких критеріїв.

Визнання нарцисичного розладу особистості в рамках DSM-III сприяло підвищенню наукового інтересу до цього складного феномену. Відтепер дослідники та клініцисти отримали чіткі критерії для діагностики нарцисизму, що відкриває нові можливості для клінічних та емпіричних досліджень. Критерії, запропоновані в посібнику, допомогли структурувати розуміння нарцисизму, виділивши основні характеристики, такі як потреба в захопленні, відчуття власної винятковості, а також недостатня емпатія до інших.

Це нове розуміння нарцисизму стимулювало численні клінічні дослідження, які намагалися вивчити як патогенез, так і терапевтичні стратегії для роботи з пацієнтами, які страждають від нарцисичного розладу. Психологи і психіатри почали більш глибоко досліджувати зв'язки між нарцисизмом,

особистісними травмами, міжособистісними конфліктами та різними формами психологічної нестабільності.

Крім того, включення нарцисичного розладу до DSM-III викликало також активну дискусію в академічних колах про його природу та еволюцію. Дослідники почали вивчати різні аспекти нарцисизму, включаючи його соціокультурні корені, вплив медіа та сучасних технологій на формування нарцисичних рис, а також питання гендерних відмінностей у прояві нарцисизму.

Таким чином, включення нарцисичного розладу особистості до "Діагностичного і статистичного посібника з психічних розладів" стало важливим кроком у розвитку психіатрії та психології, що не лише підтвердило значення нарцисизму як діагностичної категорії, але й стимулювало нові дослідження та практики у цій галузі.

Сучасні дослідження нарцисизму охоплюють широкий спектр наукових підходів, що дозволяє глибше зрозуміти природу цього складного психологічного феномену. Серед них особливу увагу приділено нейробиологічним, генетичним та соціокультурним аспектам, які в сукупності формують комплексний образ нарцисичної особистості.

Нейробиологічні дослідження зосереджуються на вивченні особливостей структури та функціонування мозку у людей з нарцисичними рисами. Дослідження за допомогою методів нейровізуалізації, таких як функціональна магнітно-резонансна томографія (фМРТ), виявили зміни в мозкових областях, відповідальних за емоційні реакції, емпатію та соціальне сприйняття. Наприклад, у нарцисичних осіб були виявлені відхилення в активності передньої цінної кори, яка грає важливу роль у саморегуляції, та в інших областях, що відповідають за обробку емоційних сигналів.

Ці зміни в мозкових механізмах можуть впливати на сприйняття інших людей, оскільки нарцисичні особистості часто демонструють знижений рівень емпатії. Вони можуть мати труднощі в розумінні та визнанні емоційних станів інших, що впливає на їхні міжособистісні стосунки. Таке порушення в

здатності до емпатії може призводити до деструктивних моделей поведінки, включаючи маніпуляцію та експлуатацію інших.

Генетичні дослідження також відіграють важливу роль у розумінні нарцисизму, оскільки вони намагаються встановити, чи існує спадкова схильність до формування нарцисичних рис. Дослідження близнюків та сімейні дослідження показують, що нарцисичні характеристики мають певну генетичну основу, однак вплив середовища також є критично важливим.

Соціокультурні аспекти нарцисизму досліджуються через призму сучасного суспільства, яке часто підкреслює індивідуалізм і успіх. Культура, що прославляє матеріальні цінності та соціальний статус, може стимулювати розвиток нарцисичних рис, особливо серед молоді. Соціальні медіа, зокрема, створюють платформи, на яких відображаються та заохочуються нарцисичні поведінкові патерни, такі як прагнення до визнання і популярності.

Таким чином, сучасні дослідження нарцисизму акцентують увагу на комплексності цього явища, виявляючи його нейробіологічні, генетичні та соціокультурні складові. Це багатовимірне дослідження допомагає краще зрозуміти, як нарцисизм формується, проявляється і впливає на особистість, міжособистісні стосунки та соціальне середовище. [36].

Генетичні дослідження нарцисизму спрямовані на вивчення спадковості нарцисичних рис, фокусуючись на тому, як генетичні варіанти можуть впливати на схильність до розвитку цього розладу особистості. Цей підхід розглядає не лише наявність певних генів, а й їх взаємодію з навколишнім середовищем, що дозволяє глибше зрозуміти механізми, які лежать в основі нарцисичних рис.

Однією з ключових задач генетичних досліджень є виявлення конкретних генетичних варіантів, які можуть бути пов'язані з нарцисизмом. Дослідження близнюків, які порівнюють монозиготних та дизиготних близнюків, демонструють, що спадковість може відігравати важливу роль у формуванні нарцисичних рис. Наприклад, якщо один з близнюків має високий

рівень нарцисизму, другий близнюк, особливо якщо вони монозиготні, може також продемонструвати подібні риси, що вказує на спадковий компонент.

Однак, важливо зазначити, що нарцисизм не є результатом лише генетичних факторів. Генетичні варіанти можуть взаємодіяти з різними аспектами навколишнього середовища, такими як сімейне виховання, соціальне середовище і культурні цінності. Наприклад, діти, які виростають у сім'ях, де існує високий рівень емоційної підтримки та позитивного підкріплення, можуть мати кращі шанси на формування здорового рівня нарцисизму, навіть якщо у них є генетична схильність.

Ці дослідження допомагають краще зрозуміти, чому деякі люди мають більшу схильність до розвитку нарцисичних рис, ніж інші. Наприклад, особи з певними генетичними варіантами можуть бути більш чутливими до впливу стресу або негативних соціальних взаємодій, що може призвести до формування патологічного нарцисизму. З іншого боку, позитивні фактори середовища можуть мати захисний ефект, що дозволяє зменшити ризик розвитку розладу.

Загалом, генетичні дослідження нарцисизму підкреслюють важливість комплексного підходу до вивчення цього феномену, де генетичні та екологічні фактори взаємодіють, формуючи унікальний профіль кожної особистості. Розуміння цих взаємозв'язків може допомогти в розробці ефективних стратегій для превенції і терапії нарцисичних рис, враховуючи індивідуальні особливості кожної людини.

Соціокультурні фактори мають істотний вплив на формування нарцисизму, оскільки вони визначають, яким чином індивіди сприймають себе і свої досягнення в контексті суспільства. У сучасному світі зростання популярності соціальних мереж і процес глобалізації стали ключовими елементами, які сприяють формуванню нарцисичних рис.

Одним з найзначніших аспектів є те, що соціальні мережі створюють нову платформу для самопрезентації. Люди мають можливість демонструвати свої досягнення, образи життя та особисті досягнення у широкому масштабі.

Це може призводити до створення "ідеалізованого" образу себе, де важливо не лише що людина робить, а й як це виглядає на публіці. Така ситуація може посилювати бажання отримувати зовнішнє підтвердження своїх досягнень, що, у свою чергу, живить нарцисичні риси.

Глобалізація також грає роль у формуванні цінностей, пов'язаних з успіхом і самоствердженням. Сучасні суспільства все більше орієнтуються на індивідуалізм, де особисті досягнення, конкуренція та самовираження стають визначальними. Це може підвищувати тиск на людей, щоб вони відповідали певним стандартам успіху і досягнень, які нав'язуються культурою. В результаті індивіди можуть почати оцінювати свою цінність на основі зовнішніх показників, що збільшує ризик розвитку нарцисизму.

Крім того, соціокультурні фактори, такі як сімейні традиції, виховання та соціальне середовище, також впливають на формування нарцисичних рис. Наприклад, у сім'ях, де діти заохочуються до досягнень і отримують постійну похвалу, можуть формуватися здорові нарцисичні риси. Однак у випадках, коли підтримка є недостатньою або наявні високі вимоги, це може призвести до формування патологічного нарцисизму.

Таким чином, соціокультурні фактори є важливими елементами у формуванні нарцисизму, впливаючи на індивідуальні цінності, соціальні структури та спосіб, у який людина сприймає себе в контексті суспільства. Розуміння цих факторів може бути корисним у розробці стратегій для підтримки здорового самосприйняття та запобігання розвитку патологічного нарцисизму в сучасному світі.

Інтеграція нейробіологічних, генетичних та соціокультурних досліджень створює можливість для отримання комплексного погляду на розвиток нарцисизму, як складного психологічного явища. Це багатогранне вивчення дозволяє з'ясувати, як різноманітні фактори взаємодіють між собою, формуючи рису особистості, що може варіювати від здорового нарцисизму до його патологічних форм.

Нейробіологічні дослідження надають інформацію про структурні та функціональні особливості мозку нарцисичних особистостей, вказуючи на зміни в механізмах, що регулюють емпатію та саморегуляцію. Це дозволяє зрозуміти, як фізіологічні аспекти можуть впливати на психологічні реакції та соціальні взаємодії. Генетичні дослідження додають ще один рівень до цього розуміння, розглядаючи спадковість нарцисичних рис та їх взаємодію з екологічними умовами. Соціокультурні фактори, такі як вплив медіа, сімейні традиції та загальні цінності суспільства, підкреслюють, як контекст формує індивідуальні особливості.

Вивчення цих аспектів не лише розширює наше розуміння механізмів, що стоять за нарцизмом, але й сприяє розробці ефективних стратегій інтервенції та попередження. Важливою метою таких досліджень є не тільки діагностика та лікування патологічного нарцисизму, але й підтримка здорових форм самосприйняття у дітей та підлітків, що може запобігти подальшому розвитку проблем.

Таким чином, історія дослідження нарцисизму є багатогранною і включає численні теоретичні та емпіричні підходи. Від класичних психоаналітичних теорій, започаткованих Зигмундом Фройдом, до сучасних мультидисциплінарних досліджень, вивчення нарцисизму продовжує розвиватися. Це відображає змінювані соціальні та наукові контексти, в яких нарцисизм стає важливим аспектом у розумінні психічного здоров'я та розвитку особистості. Завдяки цим дослідженням ми отримуємо нові інсайти, які допомагають зрозуміти, як різні фактори впливають на формування нарцисичних рис та як їх можна коригувати чи підтримувати на ранніх етапах розвитку.

1.3. Психодинамічні та когнітивно-поведінкові моделі нарцисизму

Нарцисизм є складним психологічним феноменом, який охоплює широкий спектр проявів, починаючи від здорового, адаптивного нарцисизму і

закінчуючи патологічними формами, такими як нарцисичний розлад особистості. Здоровий нарцисизм включає позитивне почуття власної гідності, здатність до самоповаги та визнання своїх досягнень, що є важливими для розвитку самостійної і впевненої особистості. У здоровій формі нарцисизм допомагає індивіду встановлювати цілі, досягати успіхів і підтримувати стабільне почуття власної значущості.

Патологічний нарцисизм, з іншого боку, характеризується надмірною потребою у визнанні, відсутністю емпатії, маніпулятивною поведінкою та глибокою внутрішньою незахищеністю. Люди з нарцисичним розладом особистості часто мають переконання у своїй унікальності та особливій значущості, що супроводжується відчуттям зверхності та зневаги до інших. Цей розлад може серйозно впливати на міжособистісні відносини та соціальну адаптацію, спричиняючи конфлікти та ізоляцію [44].

Існує кілька теоретичних підходів до розуміння нарцисизму, серед яких виділяються психодинамічні та когнітивно-поведінкові моделі.

Психодинамічні моделі нарцисизму ґрунтуються на класичних теоріях психоаналізу, розроблених Зигмундом Фройдом та його послідовниками. Фройд був першим, хто систематично досліджував нарцисизм і ввів це поняття у психологічну науку. Згідно з його теорією, нарцисизм є частиною нормального розвитку особистості. Фройд розділяв нарцисизм на первинний та вторинний.

Первинний нарцисизм є природною фазою дитячого розвитку, в якій дитина спрямовує свою лібідозну енергію на себе. На цьому етапі немовля не відрізняє себе від зовнішнього світу і не має сформованого поняття "Я" як окремого об'єкта. Цей стан є необхідним для формування базової самооцінки та почуття безпеки.

Вторинний нарцисизм розвивається пізніше у житті як захисний механізм у відповідь на розчарування чи втрати. Він виникає, коли індивід спрямовує свою лібідозну енергію назад на себе після того, як зовнішні об'єкти (люди або ситуації) не змогли задовольнити його потреби. Вторинний

нарцисизм може призвести до розвитку патологічних форм, якщо індивід не може ефективно справлятися зі стресами і труднощами життя, що призводить до фіксації на собі та своїх потребах [63].

Отто Кернберг та Гайнц Когут зробили значний внесок у розвиток психодинамічних теорій нарцисизму. Кернберг описав нарцисичний розлад особистості як результат дефіциту у розвитку інтегрованого "Я". Згідно з його теорією, такі індивіди мають глибоку емоційну незахищеність та потребу у постійному підтвердженні своєї значущості з боку інших. Кернберг вважав, що патологічний нарцисизм виникає через порушення у ранньому дитинстві, коли дитина не отримує достатньої любові, підтримки та емоційного зв'язку з батьками. Це призводить до формування нестабільного та фрагментованого "Я", що змушує особистість шукати зовнішнє підтвердження своєї цінності.

Гайнц Когут, розробивши теорію самості, підкреслював важливість здорового нарцисизму для формування стабільного почуття власної цінності. Когут вважав, що здоровий нарцисизм є необхідним для розвитку почуття впевненості та самооцінки. Патологічний нарцисизм, за його теорією, виникає через дефіцит емпатійного відображення з боку значущих інших, особливо батьків. Якщо дитина не отримує достатньої емпатії та підтримки, це може призвести до формування нестабільного "Я" та потреби у постійному зовнішньому підтвердженні своєї значущості [39].

Таким чином, психодинамічні моделі нарцисизму підкреслюють важливість ранніх дитячих досвідів та внутрішніх психічних конфліктів у формуванні цього феномену. Вони надають глибоке розуміння механізмів, що лежать в основі нарцисизму, та допомагають розробляти ефективні терапевтичні підходи для роботи з нарцисичними особистостями.

Когнітивно-поведінкові моделі нарцисизму зосереджуються на ролі мислення та поведінки у розвитку та підтримці нарцисичних рис. Вони ґрунтуються на припущенні, що нарцисичні риси виникають внаслідок негативних когнітивних схем і поведінкових патернів, які формуються у відповідь на ранні життєві досвіди та взаємодії з навколишнім середовищем.

Основоположником когнітивно-поведінкових моделей нарцисизму є Аарон Бек, який розробив когнітивну теорію, що пояснює нарцисизм через дисфункціональні переконання. Згідно з цією теорією, нарцисичні особистості мають переконання, що вони є особливими, унікальними та кращими за інших, що супроводжується почуттям зверхності. Однак ці переконання часто приховують глибоку внутрішню незахищеність і вразливість. Нарцисична особистість прагне до постійного підтвердження своєї значущості через зовнішні джерела, такі як схвалення та визнання від інших людей [13].

Когнітивні схеми нарцисичних особистостей включають у себе ідеалізовані уявлення про себе та інших, а також катастрофічні уявлення про можливі невдачі та критику. Такі схеми часто виникають внаслідок негативного досвіду у дитинстві, коли дитина не отримує достатньої підтримки та схвалення, або ж, навпаки, зазнає надмірної ідеалізації з боку батьків. Це призводить до формування нестабільної самооцінки та постійної потреби в зовнішньому підтвердженні своєї цінності.

Пов'язані з цими моделями теорії саморегуляції підкреслюють роль нарцисизму у підтримці стабільного самооцінювання. Згідно з теорією саморегуляції, нарцисичні особистості прагнуть уникати ситуацій, що можуть загрожувати їхньому самооцінюванню, і активно шукають ситуації, де вони можуть отримати схвалення та визнання. Це означає, що нарцисичні особистості часто обирають поведінку, спрямовану на підвищення свого статусу та демонстрацію своєї значущості, уникаючи ситуацій, які можуть призвести до критики або невдачі.

Когнітивно-поведінкові моделі також акцентують увагу на важливості зміни дисфункціональних переконань та поведінкових патернів для терапії нарцисизму. У терапевтичному процесі особливу увагу приділяють ідентифікації та зміні негативних когнітивних схем, а також розвитку більш адаптивних форм поведінки. Це може включати навчання навичкам емоційної регуляції, розвиток емпатії та формування здорових міжособистісних стосунків [55].

Таким чином, когнітивно-поведінкові моделі нарцисизму надають цінні інструменти для розуміння та лікування цього складного феномену. Вони допомагають розкрити механізми, що лежать в основі нарцисизму, та пропонують ефективні стратегії для зміни дисфункціональних мислительних і поведінкових патернів, сприяючи таким чином розвитку здорової самооцінки та адаптивної поведінки.

Хоча психодинамічні та когнітивно-поведінкові моделі мають різні теоретичні підґрунтя, вони можуть бути інтегровані для більш комплексного розуміння нарцисизму. Кожен підхід надає унікальні інсайти та інструменти для дослідження і терапії цього складного феномену.

Психодинамічні моделі зосереджуються на внутрішніх конфліктах та ранніх життєвих досвідах, що формують основу нарцисизму. Вони акцентують увагу на несвідомих процесах, які впливають на розвиток особистості. Наприклад, Зигмунд Фройд розглядав нарцисизм як природну фазу розвитку лібідо, де первинний нарцисизм є необхідним етапом дитячого розвитку, а вторинний нарцисизм виникає у відповідь на розчарування та втрати. Роботи Отто Кернберга та Гайнца Когута розширили ці уявлення, підкреслюючи важливість інтеграції "Я" та емпатійного відображення в ранніх стосунках для здорового розвитку самості [49].

Когнітивно-поведінкові моделі, навпаки, фокусуються на ролі актуальних мислительних та поведінкових патернів у підтримці нарцисичних рис. Вони досліджують, як дисфункціональні переконання та негативні когнітивні схеми, сформовані у відповідь на ранні життєві досвіди, впливають на поведінку та самосприйняття. Згідно з когнітивною теорією Аарона Бека, нарцисичні особистості мають переконання про свою особливість та перевагу над іншими, але водночас відчувають глибоку внутрішню незахищеність. Теорія саморегуляції підкреслює, що нарцисичні особистості активно шукають ситуації, де можуть отримати схвалення, уникаючи при цьому критики та невдач.

Інтеграція цих моделей може забезпечити більш повне розуміння нарцисизму. Психодинамічні концепції можуть пояснити витoki нарцисизму, його зв'язок із ранніми дитячими досвідами та внутрішніми конфліктами. Вони допомагають зрозуміти глибинні психологічні причини нарцисизму та надають інструменти для роботи з несвідомими процесами. Когнітивно-поведінкові моделі, у свою чергу, пропонують методи для зміни дисфункціональних мислительних та поведінкових патернів, які підтримують нарцисичні риси. Вони акцентують увагу на актуальних проблемах та надають практичні інструменти для їх вирішення [61].

Наприклад, у терапевтичному процесі інтеграція цих підходів може включати роботу з ранніми дитячими травмами та внутрішніми конфліктами, виявленими за допомогою психодинамічних методів, одночасно використовуючи когнітивно-поведінкові техніки для зміни негативних когнітивних схем та поведінкових патернів. Такий підхід може бути більш ефективним у лікуванні нарцисичних розладів особистості, оскільки враховує як глибинні психологічні причини, так і поточні проблеми, з якими стикається пацієнт.

Таким чином, інтеграція психодинамічних та когнітивно-поведінкових моделей нарцисизму дозволяє створити більш комплексний підхід до дослідження та терапії цього складного феномену, забезпечуючи глибоке розуміння його витоків та ефективні стратегії для його подолання.

У клінічній практиці інтеграція психодинамічних та когнітивно-поведінкових моделей може сприяти розробці більш ефективних терапевтичних підходів до роботи з нарцисичними особистостями. Кожна з цих моделей надає цінні інструменти та методи, які можуть бути використані для різних аспектів терапії, забезпечуючи більш комплексний і цілісний підхід до лікування нарцисичних розладів особистості [40].

Психодинамічна терапія фокусується на виявленні та опрацюванні ранніх емоційних травм і внутрішніх конфліктів, що лежать в основі нарцисизму. Вона допомагає пацієнтам усвідомити несвідомі мотиви та

переживання, які впливають на їхню поведінку та самосприйняття. За допомогою психодинамічної терапії пацієнти можуть опрацювати травматичні досвіди дитинства, які призвели до формування патологічних нарцисичних рис, і навчитися справлятися з ними у більш здоровий спосіб. Цей підхід також допомагає зміцнити інтегроване "Я" та покращити емоційну регуляцію.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) зосереджується на зміні дисфункціональних мислительних та поведінкових патернів, які підтримують нарцисичні риси. Вона допомагає пацієнтам виявити та змінити негативні когнітивні схеми, такі як переконання про власну винятковість чи надмірну потребу в зовнішньому схваленні. КПТ надає пацієнтам конкретні інструменти для роботи зі своїми думками та поведінкою, що дозволяє їм розвивати більш адаптивні стратегії взаємодії з оточенням. Це може включати навчання навичкам емоційної регуляції, розвитку емпатії та формуванню здорових міжособистісних стосунків.

Інтеграція цих підходів у терапевтичному процесі може включати використання психодинамічних методів для глибшого розуміння витоків нарцисизму та роботи з внутрішніми конфліктами, в поєднанні з когнітивно-поведінковими техніками для зміни поточних дисфункціональних патернів. Наприклад, психотерапевт може спочатку допомогти пацієнту усвідомити та опрацювати ранні емоційні травми, а потім зосередитися на навчанні пацієнта новим, більш адаптивним способам мислення та поведінки [8].

Такий інтегрований підхід може бути особливо ефективним у лікуванні нарцисичних розладів особистості, оскільки враховує як глибинні психологічні причини, так і поточні проблеми, з якими стикається пацієнт. Він дозволяє створити індивідуальний план терапії, який враховує унікальні потреби та особливості кожного пацієнта, забезпечуючи більш цілісний і ефективний процес лікування.

Таким чином, інтеграція психодинамічних та когнітивно-поведінкових моделей у клінічній практиці дозволяє значно покращити якість терапії

нарцисичних розладів особистості, сприяючи розвитку здорової самооцінки, емоційної регуляції та адаптивних міжособистісних стосунків у пацієнтів.

Психодинамічні та когнітивно-поведінкові моделі нарцисизму надають різні, але взаємодоповнюючі перспективи на цей складний феномен. Психодинамічні моделі зосереджуються на глибоких внутрішніх конфліктах і ранніх життєвих досвідах, які формують основу нарцисизму, допомагаючи зрозуміти, як дитячі травми та несвідомі мотиви впливають на розвиток нарцисичних рис. Цей підхід дозволяє виявити та опрацювати глибинні емоційні проблеми, що лежать в основі патологічного нарцисизму, сприяючи емоційній інтеграції та регуляції [53].

Когнітивно-поведінкові моделі, у свою чергу, акцентують увагу на актуальних мислительних і поведінкових патернах, які підтримують нарцисичні риси. Вони надають інструменти для виявлення та зміни дисфункціональних когнітивних схем, а також для розвитку більш адаптивних стратегій поведінки. Це дозволяє пацієнтам не лише усвідомити свої проблеми, але й активно працювати над їх подоланням через зміну способу мислення та поведінки.

Інтеграція цих підходів може сприяти більш глибокому розумінню нарцисизму та розвитку ефективних стратегій для його лікування. Використовуючи сильні сторони кожної моделі, терапевти можуть створити комплексний підхід до лікування нарцисичних розладів особистості, що враховує як глибинні психологічні причини, так і поточні проблеми. Це дозволяє забезпечити індивідуальний підхід до кожного пацієнта, що значно підвищує ефективність терапії.

Подальші дослідження повинні зосередитися на вивченні можливостей інтеграції цих моделей та їх застосуванні у клінічній практиці. Зокрема, важливо дослідити, як різні компоненти психодинамічної та когнітивно-поведінкової терапії можуть бути найкраще поєднані для досягнення оптимальних результатів у лікуванні нарцисизму. Такі дослідження можуть

включати як теоретичні розробки, так і емпіричні дослідження ефективності інтегрованих підходів у реальних клінічних умовах [60].

Отже, інтеграція психодинамічних та когнітивно-поведінкових моделей нарцисизму представляє перспективний напрямок для подальших досліджень та розвитку терапевтичних стратегій. Вона дозволяє створити більш цілісний та ефективний підхід до лікування нарцисичних розладів особистості, сприяючи покращенню якості життя пацієнтів та їхньої здатності до емоційної регуляції і здорових міжособистісних стосунків.

1.4. Розвиток нарцисизму в контексті соціалізації та особистісного становлення

Нарцисизм, як складний психологічний феномен, характеризується рядом специфічних рис, які можуть варіюватися від нормальних до патологічних форм. Одним з найпомітніших проявів нарцисизму є надмірна самозакоханість. Це включає в себе не лише позитивне ставлення до себе, але й перебільшене усвідомлення власних досягнень та цінності. Інші важливі компоненти нарцисизму — це потреба у постійному схваленні з боку оточуючих та відчуття власної величі, які часто ведуть до прагнення бути в центрі уваги.

Здоровий, адаптивний нарцисизму може бути корисним у формуванні самоповаги та впевненості в собі. Він дозволяє індивіду мати позитивний імідж, цінувати себе і свої досягнення, що сприяє успішній соціальній інтеграції та особистісному розвитку. Такий тип нарцисизму може допомогти людині справлятися з труднощами, стимулюючи її досягнення і самоактуалізацію.

Проте, нарцизм також може набувати патологічних форм, які серйозно ускладнюють життя індивіда. Люди з патологічним нарцисизму часто мають труднощі у встановленні близьких відносин, оскільки їхня поведінка може бути егоїстичною і маніпулятивною. Вони можуть виявляти брак емпатії —

здатності розуміти та відчувати переживання інших людей, що веде до проблем у міжособистісних стосунках.

Такі особи часто демонструють підвищену чутливість до критики, що може призводити до агресивних або захисних реакцій у відповідь на навіть найменше зауваження. Це створює напруженість у соціальних взаємодіях і може ускладнити адаптацію в різних соціальних контекстах.

Крім того, нарцисичні особистості мають схильність використовувати інших людей для досягнення власних цілей, що також відображає їх егоцентричну природу. Вони можуть маніпулювати оточуючими, ігноруючи їхні потреби та почуття, що веде до погіршення стосунків і підвищеного рівня конфліктів.

Таким чином, нарцисизм є багатограним явищем, яке може мати як позитивні, так і негативні наслідки для особистості та її соціального середовища. Розуміння його природи і проявів є важливим для розробки ефективних стратегій корекції та підтримки психічного здоров'я індивідів, які стикаються з цим феноменом.

Це явище можна спостерігати як у дітей, так і у дорослих, і його розвиток тісно пов'язаний із процесами соціалізації та особистісного становлення [38].

У дитячому віці соціалізація виконує критично важливу роль у формуванні особистості. У цей період діти проходять різні стадії розвитку, під час яких вони навчаються взаємодіяти з оточуючими, формують самосвідомість і розвивають навички емоційної регуляції. Поняття первинного нарцизму, яке було введено Зигмундом Фройдом, вважається природною частиною розвитку дитини. Воно проявляється як спрямування лібідозної енергії на себе, що дозволяє дітям встановити початкові межі власного "Я". Цей етап важливий для формування основи для майбутньої самооцінки та особистісного розвитку.

Взаємодія дитини з батьками та іншими значущими дорослими є ключовим аспектом у цьому процесі. Батьки, які демонструють адекватну емпатію, розуміння та підтримку, відіграють важливу роль у формуванні

здорового почуття власної значущості у своїх дітей. Це сприяє розвитку впевненості в собі та здатності належно реагувати на емоційні виклики. Натомість, надмірна увага до дитини або її відсутність можуть стати каталізатором патологічних форм нарцисизму. Діти, які відчують нестачу емоційного тепла, можуть вирости з переконанням про власну незахищеність. На противагу, ті, хто отримує надмірне схвалення, можуть формувати в собі відчуття власної винятковості, що може призвести до труднощів у соціальних взаємодіях у майбутньому.

Соціалізація також включає взаємодію з однолітками. У групових ситуаціях діти мають можливість навчитися соціальних навичок, таких як співпраця, взаємодопомога та вирішення конфліктів. Ці навички є основоположними для емоційного розвитку, оскільки вони вчать дітей, як справлятися з різними ситуаціями та підтримувати здорові відносини з оточуючими. Взаємодії з рівними за віком надають можливість для практики комунікативних навичок і формування групової ідентичності.

Нарцисистичні тенденції у дітей можуть проявлятися через постійний пошук уваги та підтримки, бажання виділятися серед інших або, навпаки, можуть супроводжуватися негативними комплексами через відсутність емоційного підґрунтя. Важливо, щоб дорослі проявляли розуміння та підтримку емоційних потреб дітей, заохочуючи їхній саморозвиток та формування здорового самооцінювання. Така підтримка може допомогти дітям навчитися адекватно оцінювати свої досягнення та виявляти емпатію до інших, що, в свою чергу, сприятиме їхній соціалізації і розвитку в цілому.

У підлітковому віці особливу вагу набуває процес формування особистості та самооцінки, адже цей період характеризується інтенсивним пошуком власного місця у соціумі. Підлітки часто експериментують зі своїм "Я", намагаються зрозуміти, ким вони є, і як їх сприймають інші. Цей процес може включати активну взаємодію з однолітками, що, у свою чергу, впливає на їхнє становлення та розвиток.

У сучасному світі соціальні мережі та медіа відіграють значну роль у формуванні нарцисичних рис у підлітків. Вони створюють ідеальне поле для акцентуації уваги на зовнішньому вигляді, досягненнях та популярності. Підлітки активно використовують ці платформи для самопрезентації, що може призводити до підвищеного акцентування на власному іміджі і статусі в очах інших. У цьому контексті соціальні мережі стають важливим інструментом для побудови самооцінки.

Для підлітків, які відчують невпевненість у собі або мають проблеми з самооцінкою, соціальні мережі часто стають механізмом отримання зовнішнього схвалення. Вони прагнуть підтвердження своєї значущості, що може привести до акцентуації нарцисичних рис. Цей пошук визнання та уваги слугує способом компенсувати внутрішню незахищеність та невпевненість у собі. У таких випадках підлітки можуть активно шукати "лайки" та коментарі, що, на їхню думку, підтверджують їхню цінність.

Важливою складовою цього процесу є підтримка з боку батьків. Емпатія і підтримка дорослих можуть суттєво вплинути на формування здорової самооцінки підлітків. Коли батьки проявляють розуміння і прийняття, підлітки вчаться ефективно управляти своїми емоціями та взаєминами з оточуючими. Батьківська підтримка сприяє формуванню стійкої особистості, яка здатна досягати успіху в міжособистісних взаємодіях та знаходити внутрішню гармонію. Підлітки, що отримують адекватну підтримку, більше схильні до розвитку здорових соціальних навичок, що допомагає їм адаптуватися до нових соціальних умов і вимог.

Таким чином, процес формування особистості у підлітковому віці є комплексним і багатогранним. Поєднання зовнішніх впливів, таких як соціальні мережі, та внутрішньої підтримки з боку батьків може суттєво визначити, як підлітки справляються з викликами цього періоду і які нарцисичні риси можуть розвиватися у них в результаті.

У дорослому віці нарцисизм проявляється у різноманітних формах, які коливаються від здорової самооцінки до патологічного нарцисичного розладу

особистості. Дорослі, які мають здоровий нарцисизм, володіють адекватним відчуттям самоповаги, що дозволяє їм бути впевненими у своїх здібностях та можливостях. Ці люди, зазвичай, успішно функціонують як у професійній, так і в особистій сферах життя, зберігаючи здатність до емпатії та взаєморозуміння з іншими. Вони можуть належно оцінювати свої досягнення, розуміючи свої сильні сторони, і в той же час вміють визнавати помилки, що свідчить про їхню психологічну зрілість.

На противагу цьому, патологічний нарцисизм у дорослих проявляється через надмірну потребу в схваленні та визнанні з боку інших. Ці люди часто використовують інших для досягнення своїх цілей, не зважаючи на їхні почуття та потреби. Вони можуть досягати значних успіхів у своїй кар'єрі завдяки своїй амбіційності та рішучості, але їхні міжособистісні взаємодії зазвичай є поверхневими і напруженими. Патологічний нарцисизм може супроводжуватися відчуттям власної винятковості, що веде до неадекватної оцінки своїх можливостей у порівнянні з іншими.

Люди з патологічним нарцисизмом часто залежать від зовнішніх оцінок та визнання для підтримки своєї самооцінки. Це може призвести до постійного пошуку підтвердження своєї важливості та позитивного відгуку з боку інших. Вони можуть демонструвати чутливість до критики та негативного зворотного зв'язку, що, в свою чергу, веде до конфліктів у відносинах. Нерідко, через їхню потребу бути в центрі уваги, вони можуть не помічати потреби інших, що ускладнює їхні міжособистісні зв'язки.

Таким чином, спектр нарцисизму в дорослому віці є складним і багатограним. Здоровий нарцисизм може бути позитивним аспектом, що сприяє успіху та благополуччю, тоді як патологічний нарцисизм часто є джерелом проблем, як для самої людини, так і для її оточення. Важливо розуміти ці різниці, щоб ефективно підтримувати людей із нарцисичними рисами, сприяючи їхньому розвитку та благополуччю.

Цей контекст підкреслює важливість розвитку здорових механізмів саморегуляції та підтримки емоційного благополуччя в дорослому віці, щоб

уникати патологічного нарцисизму, який може впливати на якість життя і взаємини з оточуючими [63].

Соціальні фактори відіграють важливу роль у формуванні та розвитку нарцисизму, що є складним психологічним явищем. Культурні особливості, що підкреслюють індивідуальні досягнення, саморекламу та зовнішній вигляд, сприяють поширенню нарцисичних рис у суспільстві. У такому середовищі люди стають схильними до відчуття власної величі і постійно шукають зовнішнього схвалення для підтвердження своєї значущості.

Глобалізація і соціальні мережі ще більше зміцнюють ці тенденції, створюючи платформу для постійних порівнянь з іншими людьми. Статусні символи, фотографії і досягнення, які публікуються в мережах, часто служать інструментами для підвищення власної самооцінки через отримання лайків, коментарів та загального визнання.

Зміни в культурних цінностях, що спрямовані на індивідуалізм і самореалізацію, також мають значний вплив на розвиток нарцисизму. Люди, які виховуються в середовищі, де успіх вимірюється визнанням і досягненнями, можуть бути більш схильними до формування нарцисичних рис. В той же час, сімейні цінності, що акцентують увагу на взаєморозумінні, підтримці та емпатії, можуть відігравати захисну роль у формуванні здорової самооцінки і запобіганні розвитку патологічного нарцисизму у людини.

Розвиток нарцисизму є складним процесом, що залежить від взаємодії різних факторів, включаючи соціалізацію, ранні життєві досвіди та вплив культурних цінностей. Від дитинства до дорослого віку, нарцисичні риси можуть формуватися та змінюватися під впливом як зовнішніх, так і внутрішніх факторів і конфліктів. Розуміння цих процесів є важливим для розробки ефективних терапевтичних підходів та профілактичних заходів, спрямованих на підтримку здорового розвитку особистості та запобігання патологічним формам нарцисизму [37].

Ключовим фактором у розвитку нарцисизму є середовище, де виростає особистість. Діти, які отримують надмірну увагу або, навпаки, недостатньо

емоційної підтримки, можуть бути більш схильними до формування нарцисичних рис. Виховання з акцентом на високі досягнення, успіх та визнання може також вплинути на створення ідеалізованого "Я", що пізніше може призвести до виникнення почуття грандіозності. У таких випадках дитина може вирости з переконанням, що її цінність визначається лише через досягнення, що підвищує ризик розвитку патологічного нарцисизму.

Культурні цінності також відіграють суттєву роль. У суспільствах, де високо цінуються індивідуальні досягнення, конкуренція та самореклама, існує більша ймовірність того, що люди розвиватимуть нарцисичні риси. Соціальні медіа, де люди часто представляють себе у вигідному світлі, також можуть сприяти формуванню нарцисизму, особливо у підлітків і молоді. Це може зумовити відчуття постійної потреби у зовнішньому схваленні та підтвердженні власної значущості.

Останні дослідження свідчать про важливість виховання, що сприяє формуванню здорової самооцінки та емпатії. Діти, які ростуть у середовищі, де підтримується емоційна відкритість і співчуття, мають більше шансів вирости з врівноваженим почуттям власної значущості та здатністю розуміти почуття інших [52].

З точки зору терапії, ефективним підходом є інтеграція психодинамічних та когнітивно-поведінкових методів. Психодинамічна терапія допомагає дослідити глибинні конфлікти, які стоять за нарцисичними рисами, тоді як когнітивно-поведінкова терапія зосереджується на зміні дисфункціональних переконань і поведінки, що підтримують патологічний нарцисизм. Поєднання цих методів дозволяє більш глибоко зрозуміти природу проблеми та забезпечити тривалий терапевтичний ефект.

Комплексний підхід також передбачає врахування соціальних і культурних факторів, які можуть впливати на розвиток нарцисизму, що дозволяє адаптувати терапевтичні втручання відповідно до особливостей конкретної особистості та середовища.

Продовження розвитку нарцисизму у дорослому віці залежить не лише від ранніх життєвих досвідів, але й від подальших взаємодій з оточенням, професійних досягнень, особистісних відносин та впливу соціальних інститутів. У міру дорослішання особистість може проходити через різні життєві кризи та конфлікти, які можуть як сприяти подальшому розвитку нарцисичних рис, так і стимулювати їх корекцію.

Одним із ключових аспектів цього процесу є здатність людини до саморефлексії. Люди, які здатні критично оцінювати свої дії та почуття, можуть більш успішно долати негативні прояви нарцисизму. Проте ті, хто має слабку саморефлексію або не усвідомлює своїх деструктивних поведінкових моделей, можуть заглиблюватися у проблеми, пов'язані з патологічним нарцисизмом. Це може включати труднощі в міжособистісних стосунках, постійний пошук підтвердження власної цінності через зовнішні досягнення та недостатню здатність до встановлення глибоких емоційних зв'язків з іншими [9].

Соціальні стосунки, особливо в дорослому віці, можуть бути важливим індикатором того, як розвиваються нарцисичні риси. Люди з високим рівнем нарцисизму часто мають проблеми у довгострокових відносинах, оскільки їхня потреба в увазі та визнанні може домінувати над взаємодією з іншими. Вони можуть маніпулювати оточуючими, щоб досягти власних цілей, або бути надзвичайно чутливими до будь-якої критики, що ще більше ускладнює підтримку стабільних і здорових стосунків.

Ще один важливий аспект — це професійна діяльність. Успішність на роботі може як сприяти, так і компенсувати нарцисичні риси. З одного боку, досягнення можуть допомогти людині відчувати себе більш впевнено, зменшуючи потребу в зовнішньому схваленні. З іншого боку, успіх може підсилювати патологічні прояви, якщо індивід починає бачити себе виключно через призму власних досягнень та соціального статусу.

Таким чином, терапевтичні підходи повинні враховувати ці різноманітні аспекти розвитку нарцисизму. Психотерапія, зокрема, повинна бути

спрямована на розпізнавання деструктивних моделей мислення та поведінки, що підтримують нарцисизм, а також на розвиток більш автентичної самоповаги, яка не залежить від зовнішніх чинників. Ефективне лікування може також включати роботу з підвищенням рівня емпатії та здатності встановлювати глибші, менш маніпулятивні міжособистісні зв'язки.

РОЗДІЛ 2

АДАПТАЦІЯ ОСІБ З НАРЦИСИЧНИМ ХАРАКТЕРОМ

2.1. Адаптація осіб з нарцисичним характером

Взаємодія осіб з нарцисичним характером з оточуючими є складним психологічним процесом, який може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Особи з нарцисичними рисами часто проявляються як впевнені в собі та мають сильну потребу у визнанні та успіху. Їхнє лідерство, мотивація до досягнень та вплив на інших можуть створювати стимул для досягнення спільних цілей та розвитку колективу. Однак, разом з цими позитивними аспектами, взаємодія з особами з нарцисичним характером також може призводити до конфліктів, труднощів у співпраці та погіршення взаєморозуміння [9].

Особи з нарцисичними рисами часто проявляються в ролі лідерів через свою впевненість у собі та бажання бути в центрі уваги. Вони можуть вміло вести та мотивувати групу. Ця здатність до лідерства може створювати можливості для досягнення спільних цілей та розвитку колективу.

Нарцисичні особистості, бажаючи визнання та успіху, проявляють велику мотивацію до досягнень у професійній та особистій сферах. Вони часто ставлять перед собою високі цілі та віддано працюють над їх досягненням, надихаючи оточуючих своїм ентузіазмом та наполегливістю.

Через свою харизму та впевненість, нарцисичні особистості можуть впливати на інших людей. Вони можуть здійснювати сильний психологічний вплив, створюючи навколо себе коло послідовників або шанувальників, які готові підтримувати їхні ідеї та ініціативи.

Незважаючи на позитивні аспекти, взаємодія з особами, які мають нарцисичні риси, може також мати свої обмеження та негативні наслідки.

Одним із можливих обмежень є низька толерантність до критики та відмова визнавати свої помилки. Нарцисичні особистості часто переконані у

своїй бездоганності та важко сприймають будь-яку критику або відмову, що може призвести до конфліктів та погіршення взаємин з оточуючими.

Крім того, вони можуть мати тенденцію до маніпуляції та використання інших для власних цілей. Це може породжувати недовіру серед колег або друзів та викликати негативний відгук у спільноті.

Таким чином, важливо розуміти як позитивні, так і негативні аспекти взаємодії з особами з нарцисичним характером та знаходити баланс між сприятливими та викликаними труднощами у взаємодії з ними.

Позитивні аспекти взаємодії з особами нарцисичним характером можуть полягати в їхній здатності створювати зацікавленість та енергію в навколишньому середовищі. Вони можуть бути дуже енергійними та цілеспрямованими, що сприяє досягненню спільних цілей у групових проектах або командних зусиллях. Крім того, їхня впевненість може надихати інших на досягнення, стимулюючи їх до розвитку та успіху [31].

З погляду психоаналізу, взаємодія нарциса з жінками в дорослому житті може бути розглянута через призму його раннього розвитку та внутрішніх конфліктів. Психоаналітичний підхід дозволяє пояснити причини та наслідки таких відносин, зокрема шляхом аналізу раннього розвитку особистості, об'єктних відносин, стратегій захисту та розвитку особистості.

Нарцис формує свої взаємини з жінками на основі раннього досвіду відносин з батьками, зокрема матір'ю. Відносини з матір'ю можуть впливати на образ жінки для нарциса, а також на його потребу у підтримці та підтвердженні. Наприклад, якщо материнська любов була сильно залучена або, навпаки, були відчуття занедбаності, це може вплинути на його взаємини з іншими жінками [30].

У своїх взаємодіях з іншими жінками нарцис може використовувати різні стратегії захисту, такі як відведення уваги, проекція або ідеалізація, щоб захистити своє "я" та уникнути неприємних почуттів. Психоаналітична терапія може допомогти нарцису розкрити ці стратегії та зрозуміти їхні корені.

Що стосується конкретних прикладів взаємодії нарциса з іншими жінками у різних сферах життя, то романтичні стосунки можуть бути складними через постійний пошук підтвердження та уваги, а дружба може бути поверхневою та нестійкою. У професійному оточенні нарцис може проявляти конкурентну поведінку, а в сімейних відносинах можуть виникати ті ж самі динаміки, які спостерігаються у відносинах з матір'ю.

Отже, психоаналіз надає можливість глибоко розібратися у взаємодії нарциса з іншими жінками та розкрити внутрішні конфлікти, що лежать в основі цих відносин.

Однак важливо враховувати, що негативні аспекти взаємодії з нарцисичними особистостями можуть виникнути внаслідок їхньої потреби в увазі та домінуванні. Це може призводити до конфліктів у взаємині з іншими членами групи або команди. Крім того, їхня висока самооцінка та бажання захищати свій статус можуть перешкоджати спільній роботі та сприяти виникненню суперечок [58].

Отже, враховуючи як позитивні, так і негативні аспекти взаємодії з нарцисичними особистостями, важливо знаходити баланс у спілкуванні та взаємодії, а також розвивати навички ефективного управління групою для досягнення спільних цілей.

Нарцисизм представляє собою складний психологічний феномен, який виявляє значний вплив на різноманітні аспекти життя людини, включаючи її професійну та особисту сфери. Рівень нарцисизму може впливати на досягнення успіху в кар'єрі, взаємини з колегами, рівень задоволення від особистого життя, а також загальний розвиток особистості. Професійні успіхи можуть бути сприятливі збільшенню самооцінки і підвищенню мотивації, тоді як низький рівень нарцисизму може спричинити більш об'єктивне сприйняття власних можливостей і здібностей. У той же час, нарцисичні тенденції можуть впливати на міжособистісні відносини, ускладнюючи спілкування та взаєморозуміння з іншими. Таким чином, розуміння впливу нарцисизму на

різні сфери життя дозволяє краще розуміти та управляти цим явищем для досягнення гармонії та успіху в особистому та професійному розвитку.

У професійній сфері особи з вираженим нарцисичним характером часто виявляють лідерські якості та велику мотивацію до досягнень. Їх впевненість у власних здібностях і бажання бути в центрі уваги дозволяють їм бути ефективними лідерами, які вміють мотивувати та спрямовувати команду на досягнення поставлених цілей. Вони часто беруть на себе відповідальність за прийняття важливих рішень та виявляють ініціативу у вирішенні проблем.

Однак потреба в увазі та визнанні може стати джерелом конфліктів у взаємодії з колегами та керівництвом. Нарцисичні особистості часто прагнуть контролювати ситуацію та бути в центрі уваги, що може вплинути на ефективність роботи в команді. Їхня нестача емпатії та турботливості може також викликати напругу у стосунках з колегами, особливо в ситуаціях, коли потрібно співпрацювати та домовлятися щодо загальних цілей [4].

Таким чином, нарцисизм може мати як позитивний, так і негативний вплив на професійну сферу. Він може сприяти досягненню успіху та визнання, але в той же час може ускладнювати взаємодію з колегами та створювати напругу в командних проектах.

У особистій сфері нарцисизм може мати значний вплив на взаємовідносини з рідними, друзями та романтичними партнерами. Особи з високим рівнем нарцисизму часто зосереджуються на власних потребах та бажаннях, що може ускладнювати взаєморозуміння та емоційну підтримку у відносинах.

Їхня потреба в увазі та постійне прагнення до визнання можуть спричиняти конфлікти в особистих відносинах. Особи з нарцисичним характером часто очікують підтримки та піднесення від інших, і вони можуть витрачати багато зусиль, щоб забезпечити цю увагу. Однак така поведінка може викликати відчуття невдоволення та роздратування у партнерах або родичів, які відчують, що їхні власні потреби та почуття не отримують відповідної уваги та підтримки.

Таким чином, вплив нарцисизму на особисту сферу може призвести до різноманітних проблем у взаємовідносинах, включаючи конфлікти, невдоволення та недоповненість відносин [18].

Нарцисизм має складний і двобічний вплив на професійну та особисту сфери людини. Хоча високий рівень нарцисизму може сприяти досягненню успіху та визнання в роботі, він також може стати причиною конфліктів та проблем у взаємодії з оточуючими. У особистій сфері нарцисизм може перешкоджати формуванню здорових та збалансованих відносин з іншими людьми. Тому важливо розуміти природу нарцисизму та його можливі наслідки, як у професійній, так і особистій сферах. Дослідження цього психологічного явища дозволяє розробляти стратегії психологічної допомоги та підтримки для осіб з нарцисичними рисами, а також сприяти формуванню сприятливого середовища для їхньої соціальної адаптації.

Нарцисизм може бути як корисним, так і шкідливим для особистості, в залежності від контексту та рівня вираженості. Розуміння його впливу дозволяє вчасно реагувати на можливі проблеми та сприяти збалансованому розвитку індивідуальних та міжособистісних відносин.

Сучасний світ постійно стикається з різноманітними викликами та труднощами, які можуть виникати на професійному, особистому, та соціальному рівнях. Разом зі стрімким розвитком технологій, глобалізацією, економічними та політичними перетвореннями, люди стикаються з новими викликами, на які не завжди готові. Важливо мати ефективні стратегії адаптації та компенсації, які дозволяють подолати ці труднощі та забезпечити успішне функціонування в різних сферах життя. Навчитися ефективно адаптуватися до нових умов і знаходити шляхи компенсації втрат є важливим завданням для кожної людини, оскільки це дозволяє не лише вижити в змінному середовищі, але й розвиватися та досягати успіху. У цьому контексті, дослідження стратегій адаптації та компенсації є актуальним та важливим для забезпечення якісного життя та подолання життєвих труднощів [13].

Однією з ключових стратегій адаптації є здатність до пізнання та переосмислення ситуацій. Рефреймінг, або переоцінка, є процесом, що дозволяє переглянути труднощі з іншого ракурсу, відкриваючи нові можливості та перспективи. Замість того, щоб сприймати проблеми як негативні, людина намагається знайти в них позитивні сторони та вивчити з них цінні уроки. Ця стратегія сприяє зменшенню впливу труднощів на емоційний стан і сприйняття ситуації більш об'єктивно. Результатом рефреймінгу може бути підвищений рівень оптимізму та здатність знаходити та використовувати рішення для досягнення поставлених цілей.

Іншою важливою стратегією адаптації є активний розвиток ресурсів, необхідних для подолання труднощів. Це може включати підвищення кваліфікацій та навичок шляхом отримання додаткової освіти або професійного навчання. Розвиток соціальних ресурсів передбачає залучення додаткових джерел підтримки, таких як підтримка від родини, друзів, колег або спеціалізованих груп. Також важливо розвивати навички управління стресом та психологічної стійкості, що допомагає краще керувати емоціями та ефективно реагувати на стресові ситуації. Шляхом постійного збагачення свого арсеналу ресурсів людина може підвищити свою готовність до подолання будь-яких труднощів, що можуть виникнути на шляху досягнення особистих та професійних цілей [46].

Стратегія сприйняття та адаптації передбачає прийняття труднощів як невід'ємної частини життя та здатність адаптуватися до змін. Основою цієї стратегії є усвідомлення власних обмежень та прийняття їх як частини особистості. Важливо розуміти, що труднощі можуть виникати на шляху досягнення мети і є нормальною складовою життя.

Адаптація полягає в здатності змінювати свої стратегії та плани у відповідь на нові обставини. Це включає пошук альтернативних шляхів розв'язання проблем та готовність до змін у планах та стратегіях. Замість того, щоб ставити перешкоди перед собою через непередбачені обставини, людина, яка володіє цією стратегією, намагається побачити можливості у викликах та

шукає шляхи адаптації до нових умов. Це дозволяє підтримувати продуктивний та позитивний ставлення до труднощів, що з'являються, та забезпечує більш ефективну стратегію подолання перешкод на шляху до успіху [7].

Не менш важливою є стратегія активного залучення соціальної підтримки та співпраці з іншими. Соціальна підтримка від друзів, родини та колег може значно полегшити процес подолання труднощів і збільшити шанси на успіх. Розмова з близькими про проблеми, ділення досвіду та отримання порад може допомогти знайти нові підходи до вирішення проблеми. Крім того, співпраця з іншими людьми може привести до виявлення нових можливостей і ідей, які не були б зрозумілі в ізоляції. Важливо вміти активно взаємодіяти з оточуючими, проявляти відкритість до допомоги та готовність сприймати різні точки зору, що сприяє побудові плідних відносин та спільному подоланню труднощів.

Застосування відповідних стратегій адаптації та компенсації є ключовим чинником у подоланні труднощів та забезпеченні успішного функціонування в різних сферах життя. Розвиток гнучкості та толерантності до змін, активне залучення ресурсів та підтримки оточуючих, а також здатність до позитивного переосмислення ситуацій мають важливе значення для досягнення цілей та подолання перешкод. Ці стратегії сприяють покращенню якості життя, підвищенню ефективності та глибшому особистісному зростанню. Таким чином, розвиток та використання стратегій адаптації та компенсації є необхідним аспектом пристосування до змін та подолання труднощів у сучасному світі.

2.2. Вплив нарцисизму на міжособистісні взаємини та соціальні взаємодії

Люди з нарцисичним характером мають цілий комплекс характеристик, які впливають на їх ставлення до себе, інших людей та соціального

середовища, в якому вони функціонують. Для того, щоб зрозуміти це психологічне явище, важливо ретельно розглянути його основні ознаки та прояви.

Люди з нарцисичними рисами відрізняються високою самооцінкою, але ця самооцінка може бути штучно збільшеною, навіть грандіозною, для компенсації внутрішніх відчуттів некомпетентності або неповноцінності. Вони роблять спроби відображати себе як виняткових, успішних та впливових особистостей, здатних досягати надзвичайних успіхів і привертати увагу навколишніх. Проте, всередині вони можуть відчувати пустоту, вразливість та нестабільність, оскільки ця грандіозна маска призводить до відчуття внутрішньої порожності. Таким чином, їхня зовнішня впевненість може бути виправдана компенсацією внутрішніх недоліків. Нарциси шукають підтримку та підтвердження свого виняткового статусу, проте вони часто перебільшують свої досягнення, або навіть вигадують їх, і вимагають визнання від інших, інколи навіть насильно. Такий внутрішній конфлікт може стати причиною напруги в міжособистісних відносинах та соціальних проблем [10].

Люди з нарцисичним характером постійно прагнуть отримувати увагу та визнання з боку інших. Вони активно шукають ситуації, в яких можуть виступати в центрі уваги та отримувати компліменти. Їхня самооцінка тісно пов'язана з тим, як їх сприймають інші, тому вони намагаються керувати враженнями, які вони роблять на оточуючих. Це може виявлятися у виставлянні себе у вигляді успішних, привабливих або впливових осіб, а також у намаганнях викликати захоплення та зацікавленість своїми досягненнями або зовнішнім виглядом. Прагнення до уваги і визнання може стати центральним аспектом їхнього життя, впливаючи на їхні взаємини та рішення. Ці люди часто зосереджуються на тому, щоб бути в центрі уваги, і вони можуть використовувати різні стратегії, щоб забезпечити собі цю увагу. Наприклад, вони можуть бути демонстративними, витрачаючи багато часу на розповіді про свої досягнення та успіхи, або ж шукати ситуації, в яких можуть привернути до себе увагу через ефектне поведінку або зовнішній вигляд. Вони

можуть активно просити підтримки та визнання від оточуючих, а також реагувати негативно, якщо не отримають достатньої уваги або визнання. Таке постійне прагнення до уваги може мати вплив на їхні міжособистісні відносини, особливо якщо вони перетворюються на переважаючість та неухважність до потреб інших [18].

Емоційна лабільність є ще однією характеристикою нарцисичного характеру. Ці особистості часто проявляють велику схильність до зміни настрою та емоційної реактивності, що може бути помітним у їхній поведінці та взаємодії з оточуючими. Вони можуть раптово переходити від стану ейфорії та піднесення до роздратування, образи чи невдоволення. Ця швидка зміна настрою може виникати через несподівані ситуації, які порушують їхнє почуття власної важливості або образу, а також через несприятливі події, що сприймаються як загроза їхньому самовизначенню чи позиції в соціальній ієрархії. Ця емоційна нестабільність може виявлятися як у реакціях на конкретні події, так і у загальному стані емоційної готовності. Люди з нарцисичним характером можуть демонструвати високу чутливість до критики або відмови, оскільки це порушує їхнє внутрішнє переконання у власній важливості та бездоганності. Ця емоційна лабільність може мати вплив на їхні міжособистісні взаємодії, роблячи їх більш вразливими на критику та конфлікти, а також на їхні стосунки з іншими людьми, які можуть бути ускладнені внаслідок нестабільних емоційних реакцій.

Брак емпатії у людей з нарцисичним характером проявляється у їхній неспроможності відчувати чи розуміти емоції, почуття та переживання інших людей. Вони можуть бути неохильні або нездатні вислухати чи підтримати інших у складних ситуаціях, оскільки зазвичай ставлять свої власні потреби на перше місце. Ця брак емпатії може виникати через їхнє переконання у власній важливості та бездоганності, яке перешкоджає їм відчувати співчуття до інших людей. Як результат, вони можуть проявляти безчуття та байдужість до потреб інших, концентруючись лише на власних бажаннях та цілях. Ця недостатня здатність до емпатії може призводити до труднощів у встановленні

близьких міжособистісних відносин та розумінні емоційної перспективи інших людей. Люди з нарцисичним характером можуть не бути схильні співпереживати чи розуміти потреби, почуття чи переживання інших, що може призводити до конфліктів та непорозумінь у міжособистісних відносинах. Цей брак емпатії часто сприяє формуванню взаємин, які засновані на нерівноправності та неконструктивному спілкуванні, що може негативно позначитися на загальному самопочутті та психологічному благополуччі всіх учасників взаємодії [1].

Потреба в контролі та домінуванні є ще однією характеристикою нарцисичного характеру. Ці люди виявляють сильне бажання мати владу над оточенням і контролювати ситуації. Вони намагаються перебувати в центрі уваги, керувати подіями та визначати правила гри. Ця потреба в контролі може виявлятися у різних аспектах життя, від професійної сфери до особистих відносин. Нарциси домагаються лідерства та визнання своєї важливості, іноді навіть за рахунок ігнорування думки та потреб інших. Це може спричиняти конфлікти та напруженість у взаємині з оточуючими, особливо з тими, хто має схильність до самостійності та незалежності. Потреба в контролі і домінуванні може виникати з бажання підтвердження власної важливості та унікальності, які є типовими для нарцисичних особистостей. Вони переконані, що тільки вони можуть ефективно керувати ситуацією і вирішувати проблеми, тому вони активно демонструють свою силу та авторитет. Це може призводити до конфліктів у взаємодії з іншими людьми, особливо з тими, хто також має схильність до лідерства або хоче зберегти свою незалежність. Люди з нарцисичним характером можуть виявляти низку стратегій для досягнення контролю, включаючи маніпуляцію, домінування, агресію або навіть емоційний тиск. Це може створювати напруженість у взаємодії та викликати негативні реакції у співрозмовників, що впливає на якість взаємин та соціальну адаптацію нарциса [57].

Нарцисичні особистості часто демонструють вразливість і чуття образливості у відповідь на будь-яку форму критики або негативних

коментарів, які можуть спрямовуватися на них. Їхня впевненість у собі і самопідтримка часто залежить від зовнішніх підтверджень та позитивного сприйняття з боку оточуючих. Тому, коли нарцисичні особистості стикаються з критикою або негативними оцінками, вони можуть реагувати зі смутком, роздратуванням або навіть агресією. Це вразливість може бути змішана з почуттям образи, оскільки вони переконані в своїй винятковості і важливості, і не приймають критику легко. Такі ситуації можуть призводити до конфліктів і важкостей у взаємодії з іншими, а також до погіршення стану емоційного самопочуття нарциса [19].

Під впливом критики або негативних відгуків, нарцисичні особистості можуть відчувати загрозу свого образу і власної важливості. Вони часто реагують на такі ситуації зі станом дратівливості, образи або навіть зневаги до думок та почуттів інших. Це може бути особливо помітним у випадках, коли критика стосується їхніх особистих якостей або досягнень. Нарцисичні особистості, які прагнуть до збереження свого позитивного образу, можуть намагатися ухилятися від відчуттів невпевненості або неприйняття, шляхом використання захисних механізмів, таких як реагування з образою, звинуваченням або відштовхуванням інших. Такі реакції можуть ускладнити комунікацію та спілкування з оточуючими, що веде до подальшого поглиблення конфліктів та розладів у взаємині.

Основні захисти у нарцисів є механізмами психічного захисту, які вони використовують для того, щоб захистити своє відчуття самооцінки та самовизнання. Ось деякі з найбільш поширених захистів у нарцисів:

Проекція: Нарциси часто проєктують свої власні негативні властивості, які вони не приймають у собі, на інших людей. Наприклад, вони можуть побачити в інших людях недосконалості, які вони відкидають у собі.

Ідеалізація: Нарциси часто ідеалізують себе та інших, створюючи перекручене уявлення про свої можливості та досягнення, а також про можливості інших людей.

Відмова від реальності: Нарциси можуть відмовлятися визнавати фактичну реальність, яка не відповідає їхньому ідеалізованому уявленню про себе. Вони можуть вигадувати альтернативну реальність, де вони є найкращими або найважливішими.

Реакція зворотності: Цей механізм полягає в тому, що нарциси реагують на критику або неприйняття агресивною або образливою поведінкою. Вони можуть атакувати або відкидати тих, хто сміє критикувати або сумніватися у них.

Фантазування: Нарциси можуть відступати до фантазій та ілюзій, щоб уникнути неприємних реальності або втратити свій реальний я.

Розщеплення: Цей механізм включає в себе розщеплення власної особистості на ідеальну і погану частину. Нарцис може відкидати або відділяти неприємні або неприйнятні аспекти свого "поганого я", фокусуючись тільки на своєму "ідеальному я" [22].

Механізм розщеплення є одним з ключових психічних захистів, який використовують нарциси для збереження свого відчуття самооцінки та самовизнання. Розщеплення відноситься до процесу розділення власної особистості на дві або більше частини, які можуть бути сприйняті як абсолютно протилежні одна одній. У контексті нарцисизму, цей механізм часто проявляється у таких аспектах:

1. Ідеальне "я" і погане "я": Нарцис може розділити свою особистість на ідеальну, відображення якої відповідає їхнім внутрішнім бажанням та фантазіям, і погану, яка включає в себе всі негативні риси, які вони відкидають у себе. Наприклад, вони можуть вважати себе бездоганними, талановитими та привабливими у своїх ідеальних фантазіях, тоді як в їхній "поганій" частині вони можуть відкидати недоліки, слабкості та неприємні риси.

2. Дисторсія реальності: Цей механізм також може призводити до дисторсії реальності, де нарцис прагне побачити себе та світ у чорно-білих кольорах, ідеалізуючи або демонізуючи інших людей, події або ситуації.

3. Відчуження від власних емоцій: Нарцис може розділити свої емоції на "позитивні" і "негативні" частини, уникати або підтримувати лише позитивні емоції, відкидаючи або приховуючи негативні відчуття, які вони сприймають як слабкість чи неприйнятність.

4. Здійснення та ідеальна самопрезентація: Цей механізм також може привести до того, що нарциси витрачають значні зусилля на створення ідеального враження про себе у глазах інших людей, віддаючи перевагу ідеалізованому образу перед реальною особистістю.

5. Конфлікти інтересів: Розщеплення може призводити до внутрішніх конфліктів і протиріч між ідеальним і поганим "я", що може спричиняти стрес і дискомфорт у нарциса.

6. Розуміння механізму розщеплення у нарциса допомагає терапевту ефективніше працювати з цими клієнтами, сприяючи їхньому особистісному зростанню та розвитку. Терапевтичні втручання можуть включати роботу над інтеграцією різних аспектів особистості, встановленням реалістичних меж та стандартів, а також розвитком емоційної гнучкості та самосприйняття [54].

Ці захисти допомагають нарцисам зберігати своє відчуття самовизнання та впевненості в собі, навіть у випадках, коли реальність не відповідає їхнім очікуванням чи стандартам. Однак вони також можуть ускладнювати міжособистісні відносини та перешкоджати особистісному зростанню та розвитку.

Ці основні ознаки та прояви нарцисичного характеру є ключовими для розуміння і визначення цього психологічного явища у людей та його впливу на їхні взаємини та соціальну адаптацію. Ретельне вивчення цих характеристик дозволяє визначити особливості поведінки та мислення нарцисично налаштованих осіб, що сприяє кращому розумінню їхнього внутрішнього світу і механізмів функціонування. Визначення цих ознак допомагає не лише ідентифікувати нарцисичні риси особистості, але і передбачити їхній вплив на міжособистісні відносини, професійну діяльність та загальну адаптацію до соціального середовища. Це важливо для

розроблення ефективних стратегій взаємодії з нарцисичними особистостями та сприяє покращенню якості міжособистісного спілкування та соціальної взаємодії в цілому.

Міжособистісні взаємини в осіб з високим рівнем нарцисизму відзначаються рядом характеристик, що значно впливають на якість та стабільність взаємодії. Однією з таких характеристик є висока конкурентність та потреба в домінуванні. Нарцисичні особистості часто прагнуть перебувати в центрі уваги та займати лідерські позиції, що може створювати напруженість та конфлікти у взаємодії з іншими. Вони часто прагнуть домінувати у будь-яких взаємних взаємодіях, що може призводити до роздратування та розчарування партнерів або колег [32].

Крім того, нарцисичні особистості часто виявляють брак емпатії та турботливості. Вони зосереджені на своїх власних потребах та бажаннях, не враховуючи почуття чи потреби інших. Це може ускладнювати взаєморозуміння та співпрацю в колективі або у взаємині з партнером. Відсутність емпатії може створювати враження холодності та байдужості до інших, що негативно впливає на взаємини.

Крім того, нарцисичні особистості часто демонструють схильність до виступів у ролі центру уваги, вони намагаються бути в центрі подій та привертати до себе увагу, навіть за рахунок інших. Це може створювати напруженість у взаємині, особливо коли нарцисична особистість вимагає більше уваги та підтримки, не враховуючи потреб та почуттів інших.

Більше того, нарцисичні особистості можуть виявляти приховану агресію та негативність у взаєминах з іншими, особливо в тих випадках, коли вони відчують, що їхні потреби не задовольняються або коли їхнє лідерство піддається сумнівам. Це може призводити до конфліктів та негативних взаємин, що ускладнює соціальну адаптацію та взаємодію з оточуючими.

Отже, вплив нарцисизму на міжособистісні взаємини може бути значним, відображаючися в конфліктних ситуаціях, емоційній напруженості та зниженні якості взаємин.

Вплив нарцисизму на соціальну адаптацію може виявлятися в різних сферах життя, включаючи професійну діяльність. Люди з високим рівнем нарцисизму можуть бути вкрай мотивовані до досягнень та проявляти лідерські якості, що сприяє їхньому успіху в кар'єрі. Однак це також може призвести до конфліктів та проблем у командній роботі [23].

Нарцисичні особистості, які переконані у власній винятковості та важливості, можуть мати тенденцію відмовлятися від ідей і думок інших членів команди, вважаючи свої погляди єдиними правильними. Це може створювати напруженість та конфлікти в колективі, а також ускладнювати досягнення загальних цілей команди.

Більше того, нарцисичні особистості часто не витримують критики та важко сприймають невдачі, що може призвести до стресу та погіршення взаємин з колегами та начальством. Їхнє відчуття важливості та потреба в статусі може призвести до намагань домінувати над іншими членами колективу, що також впливає на загальну атмосферу та сприйняття команди.

Отже, хоча нарцисизм може стимулювати досягнення та лідерські якості в професійній сфері, він також може створювати проблеми в командній роботі та соціальній адаптації через конфлікти, низьку толерантність до критики та бажання домінувати.

Крім професійної сфери, вплив нарцисизму може також виявлятися в особистих відносинах та соціальних контекстах. Люди з високим рівнем нарцисизму можуть мати труднощі у встановленні та підтримці близьких взаємин через їхню схильність бачити інших лише через призму своїх власних потреб та бажань [19].

У романтичних відносинах, наприклад, нарцисичні особистості можуть бути вкрай вимогливими, шукаючи постійного підтвердження своєї важливості та вибірково використовуючи партнера для задоволення своїх потреб. Це може призвести до дисбалансу взаємин, де одна сторона постійно піддаватиметься потребам нарциса, втрачаючи власну ідентичність та задоволення від відносин.

У сфері соціальної адаптації, нарцисичні риси також можуть ускладнювати взаємодію зі спільнотою та оточуючими. Люди з високим рівнем нарцисизму можуть вважати себе вищими за інших, недооцінюючи інтереси та потреби інших людей. Це може призвести до відчуття відторгнення та неприйнятності з боку спільноти, що може ускладнити їхню інтеграцію та соціальну підтримку.

Отже, нарцисизм має значний вплив на міжособистісні взаємини та соціальну адаптацію, ускладнюючи взаємодію з іншими та підтримку стійких та задовільних соціальних відносин.

У результаті аналізу можна зробити висновок, що нарцисизм відіграє значну роль у формуванні міжособистісних відносин та соціальної адаптації особистості. Розуміння цього впливу є ключовим для розробки ефективних стратегій покращення міжособистісних відносин та управління власним професійним життям [35].

Сприятливе вирішення цих проблем може бути досягнуте шляхом розвитку навичок емпатії, толерантності та взаєморозуміння. Програми психологічної допомоги можуть також надати значний внесок у покращення соціальної адаптації людей з нарцисичними рисами, надаючи їм можливість розвивати більш конструктивні способи взаємодії з оточуючими.

Таким чином, подальше дослідження в цій області та розробка програм та стратегій інтервенції є важливими напрямками роботи для покращення якості міжособистісних відносин та соціальної адаптації особистості.

2.3. Соціальна адаптація осіб з нарцисичним характером

Нарцисизм являє собою складну психологічну конструкцію, що охоплює надмірне самозакохання, потребу у постійному схваленні та відчуття власної величі. Ці аспекти можуть виявлятися у різних формах, від здорового нарцисизму, що включає відчуття власної цінності та самоповаги, до патологічних проявів, що супроводжуються соціальними та

міжособистісними складнощами. Важливим аспектом є соціальна адаптація осіб з нарцисичним характером, яка суттєво впливає на їхні міжособистісні відносини та успішність в соціальному середовищі.

Соціальна адаптація осіб з нарцисичним характером аналізується через призму різних психологічних підходів, які намагаються пояснити виникнення та розвиток нарцисичних рис. Психодинамічні теорії розглядають нарцисизм як наслідок недостатньої емоційної підтримки у дитинстві, особливо від батьків. За цим підходом, недоліки у формуванні адекватної самооцінки можуть призвести до потреби у зовнішньому схваленні та підтримці у дорослому віці. Наприклад, недостатність емпатії з боку батьків може призвести до внутрішньої незахищеності та пошуку підтвердження своєї значущості через успіхи та визнання у соціумі [48].

З іншого боку, когнітивно-поведінкові теорії розглядають нарцисичні риси як результат дисфункціональних мислительних схем. Згідно з цим підходом, особистості з нарцисичними рисами мають перекручене сприйняття себе та інших, що сприяє їхній потребі у постійному підтвердженні власної важливості та унікальності. Дисфункціональні мислительні схеми можуть включати перекручені переконання про власні можливості, неадекватне порівняння з іншими та знецінення чужих досягнень.

Обидва психологічні підходи важливі для розуміння механізмів формування нарцисичних рис і можуть служити основою для розвитку ефективних психотерапевтичних стратегій та профілактичних програм.

У дитячому віці соціальна адаптація осіб з нарцисичним характером виявляється складною через їхню особливу потребу у постійному схваленні та визнанні. Такі діти часто мають завищені очікування щодо уваги з боку оточуючих і можуть вважати себе особливими або винятковими, що призводить до конфліктів у взаємодії з ровесниками. Вони можуть проявляти схильність до домінування у групі, активно шукаючи лідерські позиції та конкуруючи за увагу, що може викликати напруженість у соціальних

взаємодіях. Така поведінка часто викликає неприйняття з боку ровесників, що ще більше підсилює потребу в увазі та підтвердженні власної значущості [62].

З іншого боку, якщо дитина не отримує достатньої уваги або зустрічається з критикою, це може призвести до пасивності чи замкнутості. У таких випадках дитина може уникати взаємодії або відмовлятися брати участь у групових активностях, оскільки боїться не отримати очікуваного схвалення. Це часто веде до того, що дитина ізолюється, формуючи негативний досвід соціальної взаємодії, що згодом впливає на її самооцінку і здатність до соціалізації в дорослому віці.

Роль батьків та близького оточення є критично важливою у формуванні здорової самооцінки та соціальної адаптації таких дітей. Батьки, які надають емоційну підтримку і водночас встановлюють реалістичні очікування, можуть допомогти дитині розвинути здатність до співчуття та розуміння почуттів інших. Такі діти отримують навички емоційної регуляції, вчаться приймати відмову та розуміти, що не завжди будуть у центрі уваги [43].

Проте у випадках, коли батьки надмірно хвалять або, навпаки, ігнорують емоційні потреби дитини, можуть закріплюватися нарцисичні тенденції. Надмірна увага призводить до того, що дитина звикає отримувати постійне схвалення і не може адекватно реагувати на критику або відмову. Водночас відсутність підтримки та емпатії з боку батьків може сприяти формуванню низької самооцінки або прихованих форм нарцисизму, де дитина компенсує внутрішню невпевненість через пошук зовнішнього визнання.

Таким чином, позитивні взаємини з батьками, що базуються на емоційній підтримці, розумінні та вихованні емпатії, можуть стати запорукою успішної соціальної адаптації дітей з нарцисичними рисами. Це дозволяє їм формувати здорові міжособистісні зв'язки, адекватно реагувати на соціальні виклики та розвивати більш збалансовану самооцінку.

У дорослому віці особи з нарцисичними рисами часто стикаються з різними проблемами в професійних і особистих стосунках через свої високі вимоги до себе та оточуючих, а також через недостатню емпатію і постійну

потребу у схваленні. Така особистість може бути переконана у власній винятковості, що створює труднощі у взаємодії з іншими людьми, особливо якщо ті не поділяють їхнього погляду чи цінностей [59].

У професійному контексті особи з нарцисичними рисами часто прагнуть до лідерства та контролю, що може викликати конфлікти в робочому колективі. Вони можуть виявляти авторитарний стиль керівництва, не враховуючи думки інших, або навпаки, сприймати будь-яку критику як особисту образу, що робить співпрацю з ними напруженою та неефективною. Їхня схильність до домінування може відштовхувати колег, що ускладнює побудову партнерських відносин на рівні команди. Крім того, постійна потреба у визнанні та схваленні може призвести до надмірної концентрації на власних досягненнях, нехтуючи інтересами колективу.

У особистих стосунках нарцисичні риси проявляються через труднощі у встановленні глибоких емоційних зв'язків. Оскільки особи з такими рисами часто не здатні до прояву емпатії, вони можуть не розуміти або ігнорувати емоційні потреби партнера чи членів родини. Це призводить до того, що їхні близькі почуваються недооціненими або емоційно відстороненими, що підвищує ризик виникнення конфліктів і навіть розривів у стосунках. Вони можуть прагнути постійної уваги та визнання від близьких, але не готові надавати ту ж емоційну підтримку у відповідь.

Крім того, такі особистості можуть відчувати себе самотніми та непоміченими, якщо їхні очікування щодо визнання не виправдовуються. Це часто спричиняє емоційну нестабільність та невдоволення як собою, так і оточуючими. Вони можуть гостро реагувати на відмову або невизнання їхньої "величі", що посилює їхню внутрішню тривогу і незадоволення [50].

Недостатня емпатія також перешкоджає ефективному вирішенню конфліктів. Відсутність здатності розуміти та враховувати почуття інших робить неможливим досягнення компромісів або пошук взаємовигідних рішень. Через це особи з нарцисичними рисами часто залишаються на позиції,

що лише їхні потреби мають значення, що ще більше ускладнює соціальну адаптацію.

Таким чином, соціальна адаптація дорослих з нарцисичним характером є складним процесом через їхню схильність до емоційних конфліктів та специфічність соціальних взаємодій. Вони потребують постійної роботи над собою, щоб навчитися краще розуміти інших, знаходити баланс між власними потребами та очікуваннями оточуючих, а також підтримувати здорові міжособистісні відносини.

Для покращення соціальної адаптації осіб з нарцисичним характером важливо використовувати інтегративний підхід у терапії, що поєднує психодинамічні та когнітивно-поведінкові методики. Такий підхід дозволяє більш цілісно працювати як з внутрішніми конфліктами, так і з дисфункціональними мислительними схемами, які є основою нарцисичних рис.

Психодинамічні підходи спрямовані на вивчення глибинних процесів, що формують нарцисичну поведінку. Це включає роботу над розумінням прихованих мотивів, що впливають на реакції особи, а також дослідження дитячих травм та емоційних переживань, які можуть бути вкорінені в її психіці. Часто ці люди мають незавершені емоційні конфлікти, пов'язані з потребою у визнанні та прийнятті з боку батьків або інших важливих фігур. Терапія дозволяє усвідомити та опрацювати ці переживання, що допомагає знизити їхній вплив на поточну поведінку та покращити емоційну регуляцію.

Ключовим аспектом психодинамічної терапії є здатність пацієнта зрозуміти, як минулі взаємодії впливають на його сучасні стосунки. Наприклад, особа може усвідомити, що її постійне прагнення до уваги та схвалення є наслідком невирішеного почуття недостатності з дитинства. Цей процес дозволяє більш об'єктивно подивитися на власну поведінку та її вплив на інших, що сприяє розвитку емпатії та здорових стосунків [42].

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) доповнює психодинамічні методи, працюючи з дезадаптивними мислительними схемами та

поведінковими паттернами. Цей підхід фокусується на корекції когнітивних переконань, які можуть посилювати нарцисичні риси, таких як завищене почуття власної важливості, відчуття винятковості або схильність до ідеалізації себе та знецінення інших. Терапія допомагає особі виявити та змінити ці переконання, навчитися більш реалістично оцінювати себе та оточуючих [50].

Окрім цього, КПТ націлена на розвиток навичок саморефлексії та регулювання емоцій. Наприклад, пацієнт може навчитися відслідковувати свої реакції на критику, аналізувати, які думки та почуття активуються в цих ситуаціях, і знаходити здорові способи реагування. Це дозволяє знизити емоційну чутливість до критики та конфліктних ситуацій, що є типовими для осіб з нарцисичними рисами.

Інтеграція цих двох підходів забезпечує більш збалансовану терапевтичну роботу, оскільки дозволяє не лише заглибитися у минулі переживання та мотивації, але й розвивати практичні навички для покращення соціальної адаптації. Така терапія допомагає нарцисичним особам краще розуміти себе, свої взаємодії з іншими, а також будувати більш здорові та гармонійні стосунки як у професійному, так і особистому житті.

Терапевтичні стратегії для роботи з особами з нарцисичними рисами повинні бути спрямовані на розвиток емпатії та взаєморозуміння, оскільки ці якості є ключовими для покращення міжособистісних відносин та соціальної взаємодії. Одним із основних завдань терапії є навчити клієнта розуміти потреби та почуття інших людей, що допомагає зменшити емоційну дистанцію і сприяє більш гармонійним стосункам. Це особливо важливо, оскільки нарцисичні особи часто зосереджуються на власних потребах і не приділяють увагу емоціям інших, що може призводити до конфліктів і відчуження [12].

Розвиток емпатії може бути досягнутий через різні терапевтичні підходи, такі як вправи на саморефлексію, рольові ігри або техніки активного слухання. Ці методи допомагають особам з нарцисичними рисами поступово навчитися розпізнавати та враховувати емоційні реакції інших людей.

Наприклад, у рольових іграх клієнт може бути поставлений у ситуації, де йому необхідно висловлювати розуміння чужих почуттів або приймати точку зору іншої людини. Це сприяє розвитку здатності до більш глибокого розуміння емоційної складності міжособистісних взаємодій.

Терапія також повинна враховувати необхідність індивідуального підходу до кожного клієнта, оскільки нарцисичні риси можуть проявлятися по-різному в залежності від особистісних і соціальних факторів. Індивідуалізований підхід дає можливість точніше визначити специфічні потреби клієнта, що дозволяє більш ефективно працювати з його внутрішніми конфліктами та соціальними проблемами. Наприклад, одні клієнти можуть більше страждати через відсутність здорових стосунків у сім'ї, тоді як інші можуть мати проблеми з прийняттям критики або недостатньою емоційною регуляцією на роботі [51].

Крім того, індивідуалізований підхід допомагає врахувати різні ступені нарцисичних рис — від адаптивного до патологічного рівня. Для осіб з помірними проявами нарцисизму терапія може бути спрямована на покращення самосвідомості та емпатії, тоді як для клієнтів з більш вираженими патологічними рисами потрібна глибша робота з емоційною регуляцією, розвитком довіри та корекцією дисфункціональних переконань.

Таким чином, терапія, яка спрямована на розвиток емпатії, взаєморозуміння та враховує індивідуальні особливості клієнта, може значно сприяти поліпшенню соціальної адаптації. Цей підхід допомагає нарцисичним особам краще інтегруватися в соціальне середовище, що в свою чергу підтримує їхній емоційний добробут і здоровий розвиток особистості.

Соціальна адаптація осіб з нарцисичним характером є складним і багатогранним процесом, що вимагає комплексного підходу до розвитку їхньої особистості та навичок взаємодії з соціальним оточенням. Такі люди часто стикаються з труднощами в стосунках через їхню схильність до самозакоханості, браку емпатії та потребу в постійному схваленні. Вивчення нарцисизму, зокрема його причин і проявів, дає можливість краще зрозуміти

внутрішні конфлікти цих осіб та розробляти терапевтичні стратегії, які сприяють зниженню негативних аспектів їхньої поведінки і поліпшенню соціальної взаємодії.

Психодинамічні підходи у терапії осіб з нарцисичними рисами зосереджуються на розкритті глибинних психічних процесів та конфліктів, які часто формуються ще в дитинстві. Ці методи дозволяють клієнту усвідомити свої внутрішні мотивації та опрацювати емоційні травми або невирішені проблеми, що лежать в основі нарцисичних тенденцій. Вивчення дитячих переживань та взаємодії з батьками допомагає виявити витоки надмірної потреби у визнанні або високої чутливості до критики, що впливає на поведінку дорослої людини. Робота з цими глибинними переживаннями сприяє поліпшенню самооцінки та здатності до більш гармонійної взаємодії з оточенням [18].

Когнітивно-поведінкові методи є не менш важливими у терапії нарцисичних осіб, оскільки вони допомагають змінити викривлені мислительні схеми та деструктивні поведінкові стратегії, що ускладнюють соціальну адаптацію. Особи з нарцисичними рисами можуть мати ідеалізовані або нереалістичні уявлення про себе і свої досягнення, що призводить до постійного розчарування та конфліктів. Через когнітивно-поведінкову терапію клієнти можуть навчитися реалістично оцінювати свої здібності та досягнення, що знижує напругу у стосунках та допомагає краще сприймати критику. Також терапія сприяє розвитку здорових стратегій взаємодії зі світом, що дозволяє особам з нарцисичним характером будувати міцніші і взаєморозумілі стосунки.

Інтегративний підхід, що об'єднує психодинамічні та когнітивно-поведінкові методики, є особливо ефективним для терапії осіб з нарцисичними рисами. Він дозволяє збалансувати роботу з внутрішніми конфліктами і змінювати викривлені мислительні патерни, що сприяє поступовому формуванню здорових особистісних і соціальних навичок. Такий підхід допомагає не лише покращити соціальну адаптацію, але й забезпечує

підтримку особистісного зростання, підвищуючи якість життя клієнтів. Окрім того, він враховує індивідуальні потреби та унікальні риси кожного клієнта, що дозволяє більш точно підбирати методи лікування та забезпечує ефективний вплив на їхнє психологічне благополуччя [44].

Таким чином, соціальна адаптація осіб з нарцисичними рисами значною мірою залежить від правильно підібраної терапії та глибокого розуміння їхніх індивідуальних потреб і особливостей. Подальше вивчення нарцисизму і застосування різноманітних терапевтичних методів є необхідними для подолання викликів, з якими стикаються такі особи. Це дозволяє створити умови для їхнього гармонійного розвитку і більш здорової взаємодії з соціумом.

РОЗДІЛ 3

МЕТОДИ ТА ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЗМУ

3.1. Методи дослідження нарцисизму: психометричні підходи та психологічні тести

Нарцисизм, як складна психологічна концепція, привертає значну увагу наукової спільноти у сучасній психології. Його розуміння та вивчення стали активною областю досліджень, оскільки нарцисизм відіграє важливу роль у формуванні особистості та взаємин з оточуючими. Відомо, що нарцисизм може впливати на різноманітні аспекти життя людини, включаючи її стосунки, кар'єрний розвиток, психічне здоров'я та соціальну адаптацію [14].

Методи дослідження нарцисизму охоплюють різноманітні підходи, що включають як психометричні методи, так і психологічні тести. Психометричні підходи базуються на використанні стандартизованих шкал та анкет, які дозволяють оцінити рівень нарцисизму у досліджуваних осіб. Одним з найбільш відомих та використовуваних інструментів є "Шкала нарцисизму NPI" (Narcissistic Personality Inventory), розроблена Робертом Россом та Ліамом Беком. Ця шкала включає ряд запитань, спрямованих на виявлення різних аспектів нарцисизму, таких як самовподобання, виборчість та величезність. Вона є ефективним інструментом для вимірювання нарцисичних рис особистості та дозволяє отримати об'єктивну оцінку рівня цього розладу. Такі шкали не лише допомагають виявити наявність нарцисизму, але і надають можливість проводити порівняльний аналіз та діагностику, що є важливим в клінічній та дослідницькій практиці. Таким чином, використання психометричних методів у дослідженнях нарцисизму дозволяє отримати систематичний підхід до оцінки цього розладу та створити підґрунтя для подальших досліджень і клінічних застосувань.

Психологічні тести грають важливу роль у дослідженні нарцисизму, забезпечуючи можливість проведення детального аналізу психічних процесів

та характеристик особистості, які можуть вказувати на наявність нарцисичних рис. Використання психологічних тестів дозволяє отримати об'єктивні дані щодо цих рис і забезпечує більш деталізовану інформацію, ніж просте спостереження або опитування [27].

Один із таких тестів - Тест самооцінки нарцисизму (NPI-16) (Додаток 1). Цей тест спрямований на оцінку рівня самовподобання та виборчості у досліджуваних осіб. Він включає в себе ряд запитань, які стосуються внутрішньої уяви про себе та сприйняття власного статусу у відношенні до інших. Результати цього тесту допомагають отримати більш об'єктивну картину особистості та визначити наявність нарцисичних рисів.

Нами було проведено дослідження за допомогою Нарцисичного опитувальника особистості (NPI) з метою вимірювання ступеня нарцисизму у людей. У нашій роботі ми використали версію NPI-16, яка складається з 16 пар тверджень, спрямованих на виявлення різних аспектів нарцисизму. Кожен учасник мав обрати твердження, яке найбільше відповідає його особистості. Дані зібрано від 27 учасників для подальшого аналізу.

Результати дослідження NPI-16 допоможуть нам краще зрозуміти взаємовідносини між різними аспектами нарцисизму та визначити їх вплив на поведінку та взаємодії людей у соціальному контексті.

Учасникам дослідження було запропоновано пройти опитування, що складається з 16 пар тверджень. Кожна пара включала два твердження, які протиставлялися одне одному із запитаннями нарцисизму. Учасники мали обрати твердження, яке найбільше відповідає їхній особистості (Додаток 2).

Ці твердження охоплювали різні аспекти нарцисизму, включаючи такі як самовподобання, виборчість та величезність. Наприклад, одні пари тверджень стосувалися бажання бути в центрі уваги, інші відображали впевненість у власних здібностях, а ще інші - впливовість та прагнення до влади.

Після того, як учасники вибирали твердження для кожної пари, їхні відповіді були зібрані та піддані аналізу. Цей аналіз дозволив визначити

ступінь нарцисизму кожного учасника шляхом визначення кількості обраних тверджень, що вказували на різні аспекти нарцисизму.

Дані, зібрані під час дослідження, були проаналізовані з метою визначення рівня нарцисизму серед учасників та з'ясування взаємозв'язків між цим рівнем та їхньою особистістю. Цей аналіз допоміг розкрити, які конкретні аспекти нарцисизму виявляються найбільш виразно у досліджуваній групі.

Після аналізу даних, зібраних під час дослідження, вдалося визначити рівень нарцисизму серед учасників та встановити взаємозв'язки між цим рівнем та їхньою особистістю. За допомогою Нарцисичного опитувальника особистості (NPI-16) було виявлено, які конкретні аспекти нарцисизму проявляються найбільш виразно у досліджуваній групі.

Зокрема, аналіз даних показав, що більшість учасників виявили певний рівень нарцисизму, який виявляється у їхніх переконаннях та поведінці. Наприклад, значна частина учасників виявили схильність до самовподобання та бажання бути в центрі уваги, вибираючи відповідні твердження з опитувальника [33].

Порівняння обраних тверджень дозволило також встановити взаємозв'язки між нарцисичними рисами та іншими аспектами особистості. Наприклад, було виявлено, що певні особистісні риси, такі як бажання влади або потреба у підтримці оточуючих, можуть корелювати з рівнем нарцисизму.

Отже, аналіз даних дослідження Нарцисичного опитувальника особистості допоміг зрозуміти, які аспекти нарцисизму проявляються найбільш виразно серед учасників, а також виявити взаємозв'язки між цими аспектами та особистісними рисами.

Такі психологічні тести доповнюють психометричні методи, надаючи більш глибоке розуміння особистісних особливостей і виявляючи тонкі нюанси нарцисичних рисів. Вони є важливим інструментом для клінічних психологів, дослідників та практикуючих фахівців у сфері психології.

Методи дослідження нарцисизму не лише допомагають виявити наявність цього розладу, але і мають практичне застосування в

психотерапевтичній та консультативній практиці. Вони є ключовим інструментом для психологів та психіатрів у процесі оцінки та діагностики пацієнтів.

Отримання об'єктивних даних про рівень нарцисизму дозволяє фахівцям краще розуміти психічний стан своїх пацієнтів і виявляти ключові аспекти їхньої особистості, які можуть впливати на хід лікування. Враховуючи результати досліджень нарцисизму, психотерапевти можуть розробляти індивідуалізовані стратегії лікування, спрямовані на подолання нарцисичних тенденцій та покращення психічного здоров'я пацієнтів.

Крім того, ці методи дослідження допомагають фахівцям відстежувати ефективність проведеного лікування та реабілітації. Вони надають можливість оцінювати зміни в рівні нарцисизму пацієнтів на різних етапах терапії та визначати потреби в додатковій підтримці або корекції плану лікування. Таким чином, методи дослідження нарцисизму відіграють важливу роль у психотерапевтичній практиці, допомагаючи покращити результати лікування та забезпечити пацієнтам належну підтримку та догляд.

Отже, методи дослідження нарцисизму відображають різноманітні аспекти цього психічного розладу та забезпечують основу для його практичного застосування у клінічній психології та психіатрії. Під час проведення досліджень нарцисизму використовуються різні психометричні методи, такі як шкали та анкети, а також психологічні тести, спрямовані на виявлення рівня нарцисизму та вивчення його проявів у людей.

Ці методи дозволяють зрозуміти складність нарцисизму як психічного розладу, виявити його основні ознаки та вивчити вплив на поведінку та взаємини із оточуючими. Крім того, завдяки дослідженням нарцисизму можна розробити ефективні стратегії діагностики та лікування цього розладу, що має велике значення для клінічної практики [27].

У клінічній психології та психіатрії використання даних з досліджень нарцисизму стає важливим компонентом процесу діагностики та розробки індивідуальних планів терапії. Психотерапевти та лікарі отримують

можливість краще зрозуміти психічний стан своїх пацієнтів та надати їм належну підтримку та допомогу у подоланні нарцисичних тенденцій та розвитку здорової особистості. Таким чином, методи дослідження нарцисизму виступають не лише як інструмент діагностики, але й як основа для розробки ефективних програм та стратегій терапії, спрямованих на поліпшення психічного здоров'я та якості життя людей.

2.2. Емпіричні дослідження нарцисизму: аналіз взаємозв'язків з іншими психічними розладами та поведінковими аспектами

Нарцисизм, як психічний розлад, привертає значний інтерес у наукових та клінічних колах через його високу поширеність та потенційно негативні наслідки для індивідуумів та суспільства в цілому. Емпіричні дослідження нарцисизму орієнтовані на розкриття взаємозв'язків між нарцисизмом та іншими психічними розладами, а також поведінковими аспектами з метою більш глибокого розуміння цього розладу та його впливу на життя людини. Розгляд цих взаємозв'язків допомагає не лише в уточненні діагностики та лікування нарцисизму, але й розробці ефективних стратегій психологічної підтримки та інтервенцій для тих, хто стикається з цим психічним розладом.

Для проведення аналізу взаємозв'язків між нарцисизмом, іншими психічними розладами та поведінковими аспектами була обрана методологія, що базується на систематичному огляді наукових статей, опублікованих у рецензованих журналах. Основною метою аналізу було з'ясування ступеня зв'язку між нарцисизмом та іншими психічними розладами, а також їхнім впливом на різноманітні аспекти поведінки [5].

У процесі аналізу були враховані різноманітні підходи до визначення та вимірювання нарцисизму, такі як використання опитувальників особистості, клінічних оцінок та нейрофізіологічних методів. Це дозволило отримати більш повний обсяг інформації щодо різноманітних аспектів нарцисизму та його взаємозв'язку з іншими психічними розладами та поведінковими виявами.

Застосування даного підходу до аналізу дозволило отримати об'єктивні та науково обґрунтовані висновки щодо взаємозв'язків між нарцисизмом та іншими психічними розладами, а також їх впливом на поведінкові аспекти. Такий підхід забезпечує більш точне розуміння сутності та механізмів функціонування нарцисичної особистості в контексті її взаємозв'язків з іншими аспектами психіки та поведінки.

Результати аналізу виявили, що нарцисизм є комплексним явищем, яке може мати широкий спектр взаємозв'язків з іншими психічними розладами. Особливу увагу заслуговує зв'язок між нарцисизмом і депресією, тривожністю, антипатичністю та ризиком розвитку особистісних розладів. Ці результати свідчать про те, що нарцисизм може бути фактором, що сприяє виникненню та загостренню інших психічних проблем.

Аналіз показав, що нарцисизм виявляє значний вплив на різні поведінкові аспекти. Особи з високим рівнем нарцисизму можуть зазнавати складнощі у встановленні та підтримці здорових міжособистісних відносин. Їхнє егоцентричне сприйняття світу та схильність до віддавання переваги власним потребам може ускладнювати емпатію та здатність до взаєморозуміння в стосунках.

Більше того, особи з високим нарцисизмом можуть мати тенденцію до ризикованої поведінки. Це може виявитися в прагненні до екстремальних дій або шуканні стимуляції, яка підтримує їхній власний образ та відчуття важливості [16].

Нарцисичні особи також можуть зазнавати складнощі у професійній сфері. Їхній схильний до самопіднесення та егоцентричний підхід може порушувати співпрацю та командну роботу. Вони можуть мати труднощі у визнанні чужих думок та врахуванні інтересів інших у процесі колективної діяльності.

Ці висновки свідчать про важливість розуміння впливу нарцисизму на поведінку та стосунки, а також підкреслюють необхідність розвитку

ефективних стратегій управління цими аспектами в житті індивідуумів з нарцисичними рисами.

Обговорення цих результатів вказує на значущість ретельного вивчення нарцисизму та його взаємозв'язків з іншими психічними розладами та поведінковими аспектами. Розуміння цих взаємозв'язків може сприяти розробці ефективних методів діагностики, психотерапії та психологічної підтримки для осіб з нарцисичними рисами та допомогти у запобіганні можливим негативним наслідкам цього розладу для індивідуумів та суспільства в цілому.

Аналіз емпіричних досліджень нарцисизму відображає його важливий вплив на психічне та соціальне функціонування людини. Розуміння взаємозв'язків між нарцисизмом, іншими психічними розладами та поведінковими аспектами стає ключовим аспектом у розвитку ефективних стратегій діагностики та лікування цього розладу.

Співвідношення між нарцисизмом і різними психічними розладами, такими як депресія, тривожність, антипатичність та ризик особистісних розладів, демонструє складність цього психологічного явища та необхідність комплексного підходу до його дослідження та лікування.

Таким чином, розуміння впливу нарцисизму на поведінкові аспекти, такі як міжособистісні відносини, ризикована поведінка та успішність у професійній сфері, дає можливість розробляти інтервенції та програми психологічної підтримки, спрямовані на поліпшення якості життя людей з нарцисичними рисами.

Отже, подальше дослідження та розвиток стратегій інтервенції для управління нарцисизмом важливі для забезпечення психічного благополуччя та соціального функціонування індивідів, які стикаються з цим розладом.

РОЗДІЛ 4

ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ РОБОТИ З ОСОБАМИ З НАРЦИСИЧНИМИ РИСАМИ

4.1. Психотерапевтичні підходи до роботи з нарцисичними особистостями

Нарцисизм є складною психічною конструкцією, яка проявляється у різних сферах життя особистості та її взаємодіях з оточуючими. Психотерапевтична робота з такими особами вимагає індивідуального підходу та особливих стратегій для ефективного управління їхніми потребами та викликами.

Практичні аспекти роботи з особами з нарцисичними рисами у психотерапії орієнтовані на розуміння та зниження дисфункціональних аспектів їхнього поведінкового та емоційного реагування. Це включає в себе розробку та застосування специфічних терапевтичних підходів, які спрямовані на відновлення рівноваги у самооцінці та соціальній адаптації клієнтів.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним з ключових підходів у роботі з особами з нарцисичними рисами. Цей терапевтичний підхід концентрується на ідентифікації та корекції перекручених когнітивних уявлень, які впливають на сприйняття себе та взаємини з оточуючими. Головною метою КПТ є допомога клієнтам з нарцисичними рисами розвивати більш об'єктивне й реалістичне сприйняття власної особистості та їхніх взаємин.

Цей підхід включає аналіз і рефлексію над тим, як особа інтерпретує події та інформацію про себе та інших. КПТ сприяє впровадженню змін у дисторсійні уявлення клієнта, що дозволяє знижувати тенденції до переоцінки власного значення та вимог до себе. Це досягається через систематичні вправи та завдання, спрямовані на переосмислення і розширення рамок сприйняття себе та своїх можливостей.

КПТ також зосереджується на розвитку нових, більш здорових стратегій поведінки та способів мислення, які сприяють зниженню дисфункціональних проявів нарцисизму. Це включає роботу з клієнтом над вмінням ефективно взаємодіяти з іншими людьми, враховуючи їхні потреби та вплив на власне самопочуття.

Таким чином, КПТ створює основу для поступового зміцнення самооцінки та покращення соціальної адаптації осіб з нарцисичними рисами, сприяючи їхньому більш адаптивному функціонуванню в різних аспектах життя.

Для прикладу розглянути ситуацію клієнта Олексія, який демонструє типові ознаки нарцисичного розладу. В рамках психотерапевтичної роботи з Олексієм, який проявляє виражені нарцисичні риси, застосування Когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) виявляється критично важливим. Олексій часто відчуває потребу в постійній увазі та підтримці від інших, переоцінює своє значення і має складнощі у взаємодії, особливо в ситуаціях, коли його очікування не відповідають реальності.

Перший етап роботи з Олексієм включає детальне вивчення його переконань про себе та інших людей. Психотерапевт спільно з клієнтом виявляє когнітивні дисторсії, які підтримують його нарцисичні уявлення. Наприклад, Олексій може вважати, що йому завжди слід бути в центрі уваги, інакше він відчувається недооціненим.

Далі психотерапевт застосовує методи КПТ для спрямування Олексія на переосмислення цих переконань. Він може пропонувати клієнту вправи на аналіз ситуацій, коли його очікування не збулися, і спільно з ним розглядати альтернативні пояснення подій. Наприклад, відвертий обговорення того, як Олексій може сприймати свої дії із позиції інших людей, може допомогти йому краще розуміти, як його вчинки впливають на взаємини з іншими.

Крім того, КПТ дозволяє психотерапевту працювати над розвитком альтернативних стратегій поведінки для Олексія. Наприклад, він може вчити клієнта новим способам взаємодії, які базуються на більш об'єктивному

сприйнятті себе і інших, з урахуванням реальних очікувань та потреб оточуючих.

Таким чином, застосування когнітивно-поведінкової терапії у практиці дозволяє не лише знижувати дисфункціональні прояви нарцисизму, але й сприяє особистісному зростанню та покращенню соціальної адаптації клієнтів, як Олексій, у повсякденному житті.

Психодинамічна терапія є підходом, що глибоко аналізує внутрішні психічні процеси клієнта, зокрема внутрішні конфлікти і механізми захисту. В контексті роботи з особами з нарцисичними рисами цей підхід має велике значення, оскільки дозволяє розкрити та переоцінити психічні блоки, які можуть утримувати їх у стані надмірної самоповадки і інших дисфункціональних реакцій.

У психодинамічній терапії практикуючий психотерапевт досліджує не лише зовнішні поведінкові прояви клієнта, але й його внутрішній світ, який може містити приховані мотивації, бажання та конфлікти. Наприклад, у випадку клієнта з нарцисичними рисами, терапевт може виявити, що під публічним виглядом впевненості і самодостатності сховані страхи неприйняття чи невпевненості в собі. Ці внутрішні конфлікти можуть спричиняти негативні реакції у взаємодії з іншими та у відношенні до себе.

Для роботи з такими клієнтами психодинамічний підхід використовує методи, спрямовані на розкриття цих прихованих процесів, таких як аналіз сновидінь, вільна асоціація та інтерпретація, а також розгляд міжособистісних взаємин у контексті минулих досвідів. Ці методи дозволяють клієнтові поглиблено розуміти свої внутрішні переживання та реакції, що сприяє зниженню впливу нарцисичних механізмів захисту і підтримує процес психологічного розвитку.

Отже, психодинамічна терапія в контексті роботи з особами з нарцисичними рисами допомагає виявити і перетворити глибинні психічні процеси, що підтримують їхнє надмірне самовизначення і сприяє покращенню їх соціальної адаптації та міжособистісних відносин.

Інтерперсональна терапія в контексті роботи з особами з нарцисичними рисами є ефективним підходом, орієнтованим на взаємодію клієнта з іншими людьми та покращення міжособистісних відносин. Цей підхід акцентується на вивченні міжособистісних конфліктів, стилів взаємодії та стратегій, спрямованих на зниження агресивних аспектів нарцисизму і підвищення сприйняття та емпатії до інших.

Практикуючий психотерапевт, застосовуючи інтерперсональну терапію, вивчає, як клієнт сприймає і взаємодіє з оточуючими. Наприклад, особа з нарцисичними рисами може виявляти низку поведінкових стратегій, спрямованих на визнання свого унікального статусу або підтримку від інших. Терапевт спільно з клієнтом аналізує ці взаємодії, щоб ідентифікувати та змінювати дисторсії в сприйнятті інших та себе.

У процесі інтерперсональної терапії можуть бути використані різноманітні техніки, такі як рольові ігри, вправи на покращення комунікації та навичок слухання. Наприклад, клієнт може практикувати активне слухання і співпереживання під час взаємодії з іншими, щоб покращити емпатію і знизити прагнення до домінування в комунікації.

Загальною метою інтерперсональної терапії є не лише зниження дисфункціональних аспектів нарцисизму, але й підтримка розвитку більш здорових та задовільних міжособистісних взаємин, що сприяє загальному психологічному благополуччю клієнта.

Групова терапія є важливим інструментом для роботи з клієнтами, у яких присутні нарцисичні риси. Учасники групової терапії мають можливість спілкуватися з іншими учасниками, що сприяє розвитку соціальних навичок, взаєморозуміння і відчуття приналежності до групи. Цей підхід спрямований на зміцнення соціальних зв'язків та покращення взаємодії з оточуючими.

У груповій терапії клієнти з нарцисичними рисами можуть виявляти і розвивати свої способи спілкування та міжособистісні вміння. Наприклад, вони можуть вчитися слухати інших учасників групи, сприймати критику або заохочення від однодумців та займатися спільними завданнями з групою. Це

допомагає їм переглянути свої власні уявлення про себе і звички взаємодії, що є важливим для зниження централізації уваги на собі та вимог до визнання.

Групова динаміка також сприяє зниженню ізольованості та залежності від позитивної оцінки своєї особистості, що часто є характерним для осіб з нарцисичними рисами. Участь у групі дозволяє клієнтам досліджувати свої взаємини з іншими людьми на більш об'єктивному рівні і навчатися взаємодіяти з різними типами особистостей, що сприяє їхньому особистісному розвитку та адаптації у соціальному середовищі.

Психотерапія осіб з нарцисичними рисами є складним і багатогранним процесом, який потребує комплексного підходу. Цей підхід повинен враховувати унікальність кожного клієнта, ступінь вираженості нарцисизму та контекст їхнього соціального оточення. Психотерапевтичні методи, такі як когнітивно-поведінкова, психодинамічна, інтерперсональна та групова терапія, можуть ефективно сприяти зниженню симптомів нарцисизму та покращенню якості життя клієнтів.

Когнітивно-поведінкова терапія допомагає клієнтам переглянути та переоцінити свої дисторсійні когнітивні уявлення про себе і інших, сприяючи зниженню переоцінки власного значення та вимог до визнання. Психодинамічна терапія дозволяє розкрити глибинні психічні процеси та механізми захисту, що підтримують нарцисичні уявлення і сприяє їхній переоцінці. Інтерперсональна терапія фокусується на поліпшенні міжособистісних взаємин і зниженні агресивних аспектів нарцисизму, сприяючи розвитку емпатії та сприйняття до інших. Групова терапія створює можливості для взаємодії з іншими учасниками групи, що сприяє розвитку соціальних навичок та зниженню залежності від позитивної оцінки своєї особистості.

Таким чином, ефективність психотерапії у випадках нарцисичних рисів визначається індивідуальним підходом до клієнта і використанням різноманітних терапевтичних стратегій, спрямованих на зменшення

дисфункціональних проявів нарцисизму та покращення їхнього соціального функціонування.

4.2. Консультування осіб з нарцисичними рисами

У сучасному психологічному практикумі значна увага зосереджується на діагностиці та терапії осіб з нарцисичними рисами. Нарцисизм представляє собою складний психологічний феномен, що охоплює різні аспекти самосвідомості, міжособистісних відносин та емоційного регулювання. Особи з нарцисичними рисами часто проявляють підвищену потребу в увазі, визнанні та владі, що може впливати на їхні соціальні відносини та професійні досягнення. Ці психологічні особливості вимагають спеціалізованого підходу у консультативній роботі з метою забезпечення ефективної підтримки та допомоги клієнтам у розвитку більш адаптивних стратегій поведінки та міжособистісного взаємодії.

Нарцисизм, як складна особистісна риса, є предметом інтересу для психологів і психотерапевтів, оскільки він може суттєво впливати на соціальні взаємини та особистісний розвиток людини. Особи з нарцисичними рисами часто демонструють високу самооцінку, потребу в увазі та визнанні, та можуть мати складнощі в міжособистісних взаємодіях. Консультування таких осіб вимагає глибокого розуміння їхніх мотивацій, внутрішніх конфліктів та специфічних потреб.

Консультація 1: Розуміння особистих мотивацій

Клієнт: Олексій

Мета консультації: Розглянути особисті мотивації та їхній вплив на міжособистісні взаємини.

Підхід: Вивчити, які цінності та потреби має Олексій, і як вони впливають на його взаємодії з іншими. Обговорити реальні очікування від інших та можливі шляхи зменшення переоцінки власної важливості.

Олексій, клієнт з вираженими нарцисичними рисами, звернувся з метою розглянути вплив своїх особистих мотивацій на міжособистісні взаємини. В ході сесії психотерапевт досліджує цінності та потреби Олексія, що часто підтримують його перекручене уявлення про власну важливість. Обговорюються реальні очікування від інших та розглядаються можливі стратегії зниження переоцінки власного значення, спрямовані на покращення його міжособистісних взаємодій.

На наступній сесії з Олексієм психотерапевт зосереджується на розкритті його внутрішніх конфліктів, які можуть підтримувати нарцисичні уявлення та поведінку. Обговорюються механізми захисту, що стоять за його потребою в постійному визнанні та підтримці, і розвиваються стратегії самосприйняття, що сприяють зниженню внутрішніх конфліктів та покращенню саморегуляції.

У третій сесії психотерапевт співпрацює з Олексієм над розвитком його соціальних навичок та здатності до емпатії. Клієнт вправляється в сприйнятті потреб інших людей та взаємодії з ними на більш адаптивному рівні, що враховує взаємні інтереси. Психотерапевт сприяє формуванню нових стратегій взаємодії, що не базуються на переоцінці власного значення.

У наступних сесіях психотерапевт працює з Олексієм над зниженням його внутрішніх вимог до себе та розвитком більш об'єктивного самосприйняття. Обговорюються конкретні ситуації, де клієнт перевантажує себе очікуваннями від себе та інших, і розробляються стратегії переосмислення таких ситуацій з позиції реалістичних очікувань і відповідальності.

Остання консультація з Олексієм фокусується на закріпленні досягнутих результатів та підготовці до самостійного управління своїми емоціями та взаємодіями. Психотерапевт підсумовує всі раніше набуті навички та стратегії, що сприяли зменшенню нарцисичних проявів та підвищенню соціальної адаптації Олексія.

Консультування осіб з нарцисичними рисами вимагає комплексного та індивідуалізованого підходу. Використання різноманітних психотерапевтичних стратегій, таких як розуміння особистих мотивацій, розвиток соціальних навичок та зниження вимог до себе, може ефективно сприяти зниженню нарцисичних проявів і покращенню якості життя клієнтів з цією проблемою.

Консультація 2: Розвиток емпатії

Клієнт: Ірина

Мета консультації: Покращити розуміння і емпатію до потреб інших людей.

Підхід: Використання рольових вправ та аналізу ситуацій, коли емпатія може бути корисною. Обговорення, як усвідомлення потреб інших може збільшити позитивне сприйняття від спілкування та зменшити конфлікти.

Консультація з розвитку емпатії для клієнта Ірини спрямована на покращення її здатності розуміти та співпереживати потреби інших людей. Під час сесії використовується комплексний підхід, що включає рольові вправи та аналіз конкретних життєвих ситуацій.

Сесія починається з установлення співпраці з Іриною, створення довірчого середовища, в якому вона почувається комфортно висловлювати свої думки та емоції. Психолог активно слухає її рефлексії та відгуки, демонструючи відкритість до її переживань.

Основна частина сесії включає в себе проведення рольових вправ, де Ірина зіграє різні ролі, щоб поглибити розуміння ситуацій, де емпатія може бути ключовою. Наприклад, вона може бути прохана уявити себе на місці колеги з проблемами на роботі, або в ролі друга з особистими труднощами.

Після рольових вправ психолог разом з Іриною аналізує отримані враження та висновки. Обговорюються труднощі, з якими стикається Ірина при спробах відчувати емпатію, а також стратегії, які можна застосувати для подолання цих перешкод.

Друга частина сесії фокусується на обговоренні того, як усвідомлення потреб інших людей може позитивно впливати на міжособистісні відносини Ірини та зменшити конфліктні ситуації. Психолог допомагає їй виявити практичні ситуації з її життя, де вона може застосовувати отримані в сесії навички.

Заклучна частина сесії полягає в підведенні підсумків та складанні плану дій на майбутнє. Ірина разом з психологом визначає конкретні кроки, які вона може зробити для подальшого розвитку своєї емпатії та покращення міжособистісних відносин.

Ця сесія сприяє не лише розвитку особистих якостей Ірини, а й сприяє покращенню її загального самопочуття та успішності у взаємодії з іншими людьми.

Консультація 3: Саморозвиток

Клієнт: Максим

Мета консультації: Розвиток нових стратегій самооцінки та підвищення особистісного зростання.

Підхід: Вправи на саморефлексію та аналіз ситуацій, коли старі стратегії можуть бути змінені на більш адаптивні. Залучення до розвитку особистісних якостей, які сприяють позитивним міжособистісним взаєминам.

У контексті психотерапії осіб з нарцисичними рисами, третя консультація з Максимом спрямована на розвиток нових стратегій самооцінки та підвищення особистісного зростання. Психотерапевтичний підхід у цьому випадку базується на використанні вправ на саморефлексію та аналізі ситуацій, де вже існуючі стратегії взаємодії з іншими можуть бути переглянуті та змінені на більш конструктивні та адаптивні.

Під час консультаційних сесій психотерапевт зосереджується на дослідженні внутрішніх переконань та уявлень Максима про себе, які часто підтримують його нарцисичні уподобання. Важливий аспект становить самоаналіз і переосмислення ситуацій, коли Максим відчуває себе

неприйнятим або недооціненим, що сприяє зміні циклу негативних міркувань і реакцій.

Психотерапевт активно залучає Максима до розвитку особистісних якостей, які сприяють позитивним міжособистісним взаєминам. Цей процес включає в себе вправи на підвищення емпатії, розвиток вміння слухати і розуміти потреби інших, а також навички ефективного спілкування в групових ситуаціях. Такий комплексний підхід сприяє не лише зниженню нарцисичних проявів, а й підтримує особистісний розвиток та покращення якості міжособистісних взаємин Максима.

Таким чином, консультація осіб з нарцисичними рисами через розвиток нових стратегій самооцінки є важливим кроком у досягненні позитивних змін в їхньому самосприйнятті та спілкуванні з оточуючими.

Консультація 4: Стрес-менеджмент

Клієнт: Анна

Мета консультації: Навчити клієнта стратегіям зниження стресу та агресивних реакцій.

Підхід: Техніки дихальних вправ, медитації та саморегуляції емоцій. Аналіз ситуацій, коли стрес сприяє нарцисичним реакціям, та пошук адекватних методів їх зниження.

У рамках четвертої консультації з Анною, яка проявляє нарцисичні риси, основна мета полягає в навчанні стратегіям зниження стресу та агресивних реакцій. Психотерапевтичний підхід в цьому випадку включає в себе використання технік дихальних вправ, медитації та саморегуляції емоцій.

Під час консультацій психотерапевт спільно з Анною вивчає ситуації, коли стрес сприяє нарцисичним реакціям, тобто переоцінці власного значення чи агресивному відгуку на невдачі. Застосовуються методи аналізу таких ситуацій та пошуку адекватних методів їх зниження, що дозволяє Анні краще розуміти власні емоційні реакції та контролювати їх.

Додатково впроваджуються практичні вправи з дихання та медитації, які сприяють зниженню загального рівня стресу та покращенню саморегуляції. Це

дозволяє Анні ефективніше управляти власними емоціями і відповідати на ситуації більш збалансовано.

Таким чином, консультація з фокусом на стрес-менеджмент є важливим компонентом роботи з клієнтами з нарцисичними рисами, сприяючи їхньому особистісному зростанню та покращенню міжособистісних взаємин.

Консультація 5: Розвиток соціальних навичок

Клієнт: Павло

Мета консультації: Вдосконалення вмінь у взаємодії з іншими людьми.

Підхід: Рольові ігри та симуляції реальних ситуацій, що допомагають клієнту розвивати адекватні способи взаємодії та комунікації. Використання фідбеку для покращення соціальних навичок і сприйняття себе у групі.

У п'ятій консультації з Павлом, який демонструє виражені нарцисичні риси, основна мета полягає у вдосконаленні його соціальних навичок та вмінь у взаємодії з іншими людьми. Психотерапевтичний підхід в цьому випадку базується на використанні рольових ігор та симуляції реальних ситуацій, що допомагають Павлу розвивати адекватні способи взаємодії та комунікації.

Під час сесій терапевт пропонує Павлу брати участь у рольових іграх, де він може моделювати різні соціальні ситуації. Це може включати сцени з роботи, сімейні ситуації чи інші контексти, де соціальні навички мають вирішальне значення. Під час цих рольових ігор Павло має можливість експериментувати з новими стилями спілкування та отримувати негайний фідбек від терапевта.

Особлива увага приділяється використанню конструктивного фідбеку, що дозволяє Павлу побачити, як його дії і слова впливають на інших людей. Терапевт надає зворотний зв'язок, підкреслюючи як сильні сторони, так і ті аспекти, які потребують покращення. Це допомагає Павлу усвідомити свої соціальні реакції і їхній вплив на оточуючих.

Крім того, під час консультацій обговорюються стратегії, які можуть сприяти покращенню соціальних навичок Павла у реальному житті. Це може включати розвиток активного слухання, розуміння невербальних сигналів та

вміння ефективно виражати свої почуття і потреби. Психотерапевт також допомагає Павлу розробити план дій для впровадження нових соціальних стратегій у повсякденне життя.

Таким чином, консультація, спрямована на розвиток соціальних навичок, є важливим кроком у роботі з клієнтами з нарцисичними рисами. Вона допомагає їм покращити взаємодію з іншими людьми, що сприяє зниженню конфліктів і підвищенню якості їхніх міжособистісних відносин.

Консультування осіб з нарцисичними рисами є складним процесом, що вимагає індивідуалізованого та цілеспрямованого підходу. Розвиток нових стратегій самооцінки та особистісного зростання через вправи на саморефлексію та підвищення соціальних навичок є ключовими компонентами успішної терапевтичної практики. Психотерапевтичний процес сприяє не лише зниженню дисфункціональних проявів нарцисизму, але й підтримує особистісний розвиток та покращення якості міжособистісних взаємин клієнтів.

Таким чином, консультація осіб з нарцисичними рисами визначається комплексним та індивідуалізованим підходом, спрямованим на досягнення позитивних змін у самосприйнятті та соціальних взаємин.

4.3. Профілактика та корекція нарцисичних рис

Профілактика та корекція нарцисичних рис є ключовим аспектом психологічної практики, орієнтованої на покращення якості життя та соціальних взаємин людей, у яких спостерігаються ці риси. Нарцисизм виявляється через високе самовподобання, потребу в захисті власного образу та постійне бажання визнання своєї унікальності. Ці риси можуть впливати на сприйняття себе і інших, а також на якість міжособистісних взаємин, роблячи важливими розробку і застосування ефективних стратегій профілактики та корекції.

Профілактика та корекція нарцисичних рис є значущою складовою психологічної практики, оскільки ці риси можуть впливати на якість життя та соціальні взаємини осіб, що стикаються з ними. Нарцисизм часто проявляється у формі високого самовподобання, необхідності в постійному визнанні своєї унікальності та схильності до агресивних реакцій при загрозі образу.

Профілактика та корекція нарцисичних рис є важливою складовою психологічної роботи, спрямованою на покращення якості життя та соціальних взаємин осіб з цими рисами. Нарцисизм часто проявляється у високому самовподобанні, потребі в захисті свого образу та необхідності постійного визнання своєї унікальності.

Один із ефективних профілактичних заходів - це розвиток емпатії та взаєморозуміння. Це включає в себе навчання особистості розпізнавати та розуміти емоційні потреби інших людей, що допомагає знижувати фокус на власній перевазі і підвищує здатність до соціальної емпатії та співчуття.

Розвиток самосвідомості є ще одним важливим аспектом профілактики нарцисизму. Підтримка індивідуального розвитку, спрямованого на усвідомлення власних сильних і слабких сторін, допомагає уникнути переоцінки власної важливості та розвиває здорове сприйняття себе і своїх можливостей в соціальному контексті.

Формування адекватної самооцінки є ключовим елементом корекційних заходів. Підтримка здорового способу бачити себе та інших у соціальному контексті сприяє зменшенню потреби в підтримці власного образу через зовнішній позитивний вплив.

Узагальнюючи, комплексний підхід до профілактики та корекції нарцисистичних рис включає в себе розвиток емпатії та взаєморозуміння, підтримку самосвідомості та формування адекватної самооцінки. Ці аспекти сприяють покращенню якості життя та адаптивності у соціальних взаємодіях, що є важливими для здорової психологічної функціонування осіб з нарцисичними рисами.

Корекційні підходи в рамках психотерапії також є важливою частиною роботи з особами, у яких присутні нарцисичні риси. Використання різних психотерапевтичних методів, таких як когнітивно-поведінкова терапія, психодинамічна терапія або інтерперсональна терапія, спрямоване на розкриття та зміну патологічних психічних механізмів, що підтримують нарцисичні риси. Наприклад, когнітивно-поведінкова терапія допомагає клієнтові ідентифікувати і змінювати деструктивні мислительні схеми, які підтримують високе самовподобання або викликають конфлікти в міжособистісних взаємодіях.

Розвиток соціальних навичок також є важливим аспектом корекційної роботи з нарцисизмом. Тренування навичок спілкування, включаючи ефективне слухання, вираження емоцій та вміння керувати конфліктами, дозволяє клієнтові знижувати агресивні аспекти своєї особистості та підвищувати якість взаємин з оточуючими.

Медитаційні практики та стрес-менеджмент також можуть бути використані для зменшення стресу та агресивних реакцій, які часто виникають у людей з нарцисичними рисами. Вони сприяють підвищенню саморегуляції емоцій та допомагають клієнтові вправно керувати своїми внутрішніми станами, що важливо для покращення якості життя та психологічного благополуччя.

Ефективна профілактика та корекція нарцисичних рис в сучасній психотерапевтичній практиці вимагають комплексного підходу, спрямованого на розвиток емпатії, самосвідомості, соціальних навичок та психологічного здоров'я у клієнтів. Ці заходи не лише сприяють зменшенню виражених проявів нарцисизму, але й значно покращують якість життя та соціальну адаптацію осіб з цими рисами.

Розвиток емпатії допомагає клієнтам зрозуміти інші емоційні потреби та краще сприймати інших людей, що сприяє зниженню центральності власного "я". Самосвідомість і формування збалансованої самооцінки дозволяють уникнути патологічного самовподобання та переоцінки власної важливості в

соціальному середовищі. Розвиток соціальних навичок, таких як ефективне спілкування та управління конфліктами, сприяє зменшенню агресивних проявів нарцисизму та поліпшенню взаємин з оточуючими.

Загальний підхід до психотерапевтичного втручання повинен враховувати індивідуальні особливості клієнта та контекст його соціального середовища. Такий підхід сприяє успішному впровадженню корекційних методів і підвищує ефективність терапевтичного процесу. Особливу увагу слід приділяти підтримці психологічного здоров'я та психосоціальній адаптації клієнтів, що сприяє створенню стабільного та задовільного життя.

Таким чином, інтеграція зазначених компонентів у практику психотерапії є важливим етапом у покращенні якості життя та соціальної інтеграції осіб з нарцисичними рисами, підкреслюючи їхню значущість у сучасній клінічній психології.

ВИСНОВКИ

Магістерська робота з теми "Терапевтичний підхід до корекції нарцисичного розладу особистості" детально розглянула ключові аспекти нарцисизму, його вплив на особистість та соціальні взаємини, а також стратегії адаптації для осіб з цими рисами.

У першому розділі магістерської роботи проведено глибокий аналіз поняття нарцисизму з різних теоретичних підходів, що включають психодинамічні, когнітивно-поведінкові та інтерперсональні моделі. Вивчено історичний контекст розвитку концепцій нарцисизму в психології, починаючи з робіт Зигмунда Фрейда та інших психоаналітиків, які вперше ввели термін "нарцисизм" для пояснення внутрішніх психічних процесів.

Особлива увага була приділена розгляду еволюції концепцій нарцисизму і їхньому значенню для розуміння внутрішніх механізмів цієї особистісної риси. Психодинамічні моделі нарцисизму допомогли висвітлити важливі аспекти формування самооцінки та взаємодії зі світом у людей з нарцисичними рисами.

Когнітивно-поведінкові моделі надали інший погляд на нарцисизм як результат навчання та формування умовних реакцій на середовище. Вони підкреслили важливість рольових моделей та внутрішніх програм, які формують поведінку та сприйняття особи з нарцисичним характером.

Інтерперсональні моделі розглянули нарцисизм через призму взаємодій з іншими людьми, що сприяє розумінню того, як ця особистісна риса впливає на міжособистісні стосунки та соціальну адаптацію. Вони вказують на важливість контекстуального аналізу взаємодій для повнішого розуміння проявів нарцисизму в реальних життєвих ситуаціях.

Цей розділ став фундаментом для подальших розділів роботи, де досліджувалися практичні аспекти адаптації та взаємодії осіб з нарцисичними рисами у різних контекстах.

Другий розділ магістерської роботи присвячений вивченню стратегій адаптації для осіб з вираженими нарцисичними рисами. В рамках цього розділу детально розглянуто вплив нарцисизму на міжособистісні взаємини та соціальні взаємодії, а також проаналізовано особливості соціальної адаптації осіб з цим характером.

Основні психологічні теорії, що розглядалися у розділі, вказують на складні взаємини осіб з нарцисичними рисами з оточуючими. Згідно з психодинамічними підходами, особи з вираженим нарцисизмом можуть мати тенденцію до маніпуляцій та недостатнього розуміння емоцій інших людей, що ускладнює взаємодію в групових та міжособистісних контекстах. Когнітивно-поведінкові моделі наголошують на важливості навчання соціальних навичок та корекції когнітивних перекручень, що можуть виникати у таких осіб під час взаємодії.

У другому розділі також досліджено, як нарцисизм впливає на соціальну адаптацію індивідів. Виявлено, що особистості з цими рисами часто зустрічають труднощі в установленні стабільних соціальних зв'язків та відчують необхідність у постійному визнанні своєї унікальності та важливості. Це може впливати на їхню здатність до емпатії та розуміння потреб інших, що стає причиною конфліктів та соціальної ізоляції.

Загальний висновок розділу полягає в тому, що адаптація осіб з нарцисичними рисами потребує індивідуального підходу та комплексного психологічного супроводу, що враховує особливості їхньої особистості та взаємодії з навколишнім середовищем.

У третьому розділі магістерської роботи детально розглянуті різні методи дослідження нарцисизму, які включають психометричні підходи та психологічні тести. Особлива увага приділена емпіричним дослідженням, що вивчають взаємозв'язки між нарцисизмом та іншими психічними розладами, а також його вплив на поведінкові аспекти особистості.

У розділі розглянуті основні психометричні інструменти та тести, які використовуються для оцінки рівня нарцисизму у людини. Серед них особливе

місце займають тести, що базуються на самооцінці індивіда, а також інтерв'ю з метою виявлення специфічних характеристик поведінки та мислення, що вказують на наявність нарцисичних рис.

Окрема частина розділу присвячена огляду емпіричних досліджень, що вивчають вплив нарцисизму на інші психічні розлади, такі як депресія, тривожність, залежність та інші. Досліджено, як нарцисизм взаємодіє з цими розладами, чи виступає як їх фактор ризику або як результат їхнього впливу на особистість. Також вивчено взаємозв'язок між нарцисизмом та поведінковими аспектами, такими як професійна успішність, міжособистісні конфлікти та стійкість до стресу.

Загальний висновок розділу полягає в тому, що різноманітність методів дослідження нарцисизму дозволяє глибше розуміти цю складну особистісну рису і її взаємодію з іншими аспектами психічного та соціального функціонування особистості. Емпіричні дані підтверджують важливість комплексного підходу до дослідження та розуміння нарцисизму як феномену, що впливає на різні аспекти життя людини.

Останній розділ магістерської роботи зосереджений на практичних аспектах роботи з особами з нарцисичним характером. Він включає в себе різноманітні психотерапевтичні підходи, консультування та профілактику нарцисичних рис, спрямовані на поліпшення якості життя та соціальної інтеграції клієнтів.

У цьому розділі розглянуті різні психотерапевтичні методи, спрямовані на роботу з нарцисичними особистостями. Вони включають в себе когнітивно-поведінкову терапію, яка спрямована на корекцію дисторсій у сприйнятті власної важливості та підвищення об'єктивності у самооцінці. Психодинамічна терапія допомагає розкрити підсвідомі психічні механізми, що підтримують нарцисичні риси, і змінити їх через глибоке розуміння внутрішніх конфліктів. Інтерперсональна терапія сприяє вдосконаленню навичок спілкування та міжособистісних взаємин, що є критичним для покращення соціальних навичок.

Особлива увага приділяється методам консультування осіб з нарцисичними рисами. Це включає в себе індивідуальні консультації з метою виявлення конкретних проблем та надання рекомендацій щодо їх вирішення. Консультанти активно використовують засоби зниження впливу нарцисичних тенденцій на поведінку і міжособистісні взаємини.

У цьому розділі також детально розглянуті стратегії профілактики нарцисичних рис, що включають розвиток емпатії та взаєморозуміння, корекцію самооцінки та стратегії соціальної адаптації. Важливою частиною профілактики є підтримка здорової самооцінки та зменшення потреби в постійному визнанні своєї унікальності через зовнішній позитивний вплив.

Розділ підкреслює важливість комплексного підходу до роботи з особами з нарцисичними рисами, що включає в себе розвиток психотерапевтичних підходів, ефективне консультування та систематичну профілактику. Ці стратегії спрямовані на покращення якості життя та соціальної інтеграції клієнтів з нарцисичним характером, що робить їх важливими компонентами сучасної психотерапевтичної практики.

Дослідження підтверджує важливість комплексного підходу до розуміння та практики управління нарцисичними рисами. Ефективні стратегії адаптації, засновані на наукових підходах та практичних дослідженнях, сприяють зниженню негативних впливів нарцисизму та покращенню психологічного становища та соціального функціонування осіб з цими особливостями. Це дослідження є важливим внеском у розвиток сучасної психотерапевтичної практики та психологічної науки в цілому.

Це дослідження є важливим внеском у розвиток сучасної психотерапевтичної практики та психологічної науки в цілому, підкреслюючи потребу у подальших дослідженнях і впровадженні інноваційних методик для покращення якості життя осіб з нарцисичним характером. Інтеграція теоретичних знань з практичними дослідженнями дозволяє розширити наше розуміння нарцисизму та сприяти розвитку персоналізованих підходів до

терапії й консультування, що має ключове значення для підтримки психічного здоров'я та соціальної адаптації цільової аудиторії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко О. В. Психологічні особливості нарцисизму: теорія і практика. Київ: Вид-во "Наука", 2020. С. 45-67.
2. Бондар, І. П. (2011). Нарцисизм: історія, сучасність, проблеми. Наукові записки Кіровоградського національного технічного університету. Серія: Психологічні науки, 15, 23-27.
3. Бондаренко А. В. Генетичні основи особистісних рис: дослідження нарцисизму. Київ: Видавництво "Науковий світ", 2022. С. 110-117.
4. Бондаренко, І. В. (2018). Психологічні та культурні детермінанти розвитку нарцисизму у дітей та підлітків. Дніпро: ДНУ ім. Олеся Гончара.
5. Гончар, М. С. (2016). Психологічний аналіз нарцисичної особистості. Психологічні науки: проблеми і рішення, 1(8), 94-99.
6. Гончарова О. В. Роль сімейного виховання у формуванні нарцисичних рис. Харків: Видавництво "Сімейний університет", 2023. С. 57-63.
7. Горбач, О. В. (2017). Нарцисизм і соціальна адаптація в сучасному суспільстві. Вінниця: ВНТУ.
8. Горошкіна, Г. В., & Хрупало, Н. В. (2013). Вплив нарцисичних рис особистості на професійний вибір та успішність у студентів-психологів. Актуальні питання психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 4(11), 90-98.
9. Григоренко, Т. В. (2016). Психологічні механізми формування нарцисичної особистості. Чернівці: ЧНУ ім. Ю. Федьковича.
10. Джонсон Р. В. Теорії особистості: від класики до сучасності. Дніпро: Видавництво "Наукова думка", 2018. С. 200-210.
11. Дорошенко Т. П. Патологічний нарцисизм: від теорії до практики. Вінниця: Видавництво "Книга", 2022. С. 40-46.
12. Дубровіна, І. В. (2014). Соціально-психологічні чинники розвитку нарцисизму в умовах сучасної української культури. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України.

13. Зайцева І. С. Соціальні медіа та формування самооцінки підлітків. Львів: Видавництво "Університет", 2023. С. 75-82.
14. Іванова Р. М. Соціокультурні чинники в психології розвитку особистості. Дніпро: Видавництво "Дніпровський університет", 2021. С. 99-106.
15. Камінська, О. В. (2013) Психологічні детермінанти формування інтернет-залежності. Проблеми сучасної психології, 22, 194- 204.
16. Клименко, В. В. (2013). Психологія нарцисизму та самозакоханості: особистісний і соціальний контексти. Львів: Українська академія друкарства.
17. Коваленко Т. І. Емпатія та міжособистісні стосунки: нарцисизм у дорослому віці. Одеса: Видавництво "Психологічний центр", 2023. С. 78-85.
18. Ковальчук, О. М. (2016). Феномен нарцисизму у контексті сучасних українських реалій. Житомир: Житомирський державний університет ім. Івана Франка.
19. Коломієць, Н. І. (2009). Нарцисизм як складова індивідуальності. Педагогічний дискурс, 2(4), 126-129.
20. Корбут, А. О. (2015). Особливості прояву агресивних реакцій у нарцисичних особистостей. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2(13), 194-200.
21. Костюченко О. С. Соціокультурні аспекти формування особистості в підлітковому віці. Львів: Видавництво "Професійна література", 2021. С. 98-105.
22. Кохут, Х. (2016). Аналіз Самості. Київ: Основи.
23. Кравченко Л. О. Психологічні механізми нарцисизму в дорослому віці. Львів: Видавництво "Психологічна наука", 2020. С. 10-16.
24. Лазоренко, М. В. (2015). Нарцисизм у сучасному суспільстві: Психологічний аналіз. Харків: Видавництво ХНУ ім. В. Н. Каразіна.
25. Левчук Л. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика. Київ: Либідь, 2002. 250 с.

26. Литвиненко, І. І. (2016). Структура нарцисичного забарвлення особистості студентів-філологів. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2(15), 131-137.
27. Литвинова Н. О. Психологія розвитку дитини: підлітковий вік. Вінниця: Видавництво "Техніка", 2020. С. 56-60.
28. Личак, Р. М. (2003). Нарцисизм як розлад особистості. Видавництво Саміт-Книга.
29. Лозко, В. Ю. (2007). Психологічні особливості нарцисичної особистості. Видавництво Київського університету.
30. Лозовий Д. І. Нарцисизм у соціальних мережах: аналіз ризиків та наслідків. Київ: Видавництво "Соціальні технології", 2023. С. 120-126.
31. Малик В. О. Нарцисизм у контексті сучасної психології: огляд літератури. Харків: Видавництво "Науковий форум", 2020. С. 23-31.
32. Мартиненко, Г. О. (2008). Нарцисизм як фактор міжособистісних взаємин. Психологічний часопис, 5, 67-73.
33. Марченко, О. П. (2020). Особливості нарцисизму у підлітків: психологічні та соціальні детермінанти. Київ: Національний університет "Києво-Могилянська академія".
34. Меленчук Н.І. Нарцисичні прояви авантюрності. *Наука і освіта*. 10, Одеса : ПНЦ НАПН України, 2015. С. 91–97
35. Острівна, І. А. (2019). Психологічна підтримка осіб з нарцисичними рисами в умовах соціальних викликів. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет.
36. Панасенко, Л. М. (2013). Особливості нарцисичних рис особистості у студентів. Молодий вчений, 2(2), 181-183.
37. Петриченко, К. В. (2017). Нарцисизм і лідерство: психологічні аспекти. Київ: Видавничий дім «КМ Академія».
38. Петрова Л. І. Емпатія в контексті нарцисизму: психотерапевтичні підходи. Одеса: Видавництво "Психологія і практика", 2021. С. 49-55.

39. Петрук, В. Ф. (2017). Нарцисизм: Психологічні аспекти та соціальні впливи. Київ: Центр учбової літератури.
40. Поліщук, М. С. (2018). Нарцисизм як чинник соціальної дезадаптації: психосоціальні дослідження. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка.
41. Рибалко, Л. В. (2015). Психологічні особливості розвитку нарцисизму у дітей та підлітків. Харків: Харківський національний університет.
42. Рудник, Л. М. (2007). Особливості розвитку нарцисичних рис особистості. Психолого-педагогічні проблеми сільської школи, 16, 120-125.
43. Савченко, М. Ю. (2021). Соціально-психологічні основи профілактики нарцисизму у підлітковому віці. Полтава: Полтавський національний педагогічний університет.
44. Самойленко, А. П. (2022). Нарцисизм у сучасній психології: методологія та практичні аспекти. Одеса: Одеський національний університет ім. І. І. Мечникова.
45. Сергієнко Н. А. Розвиток самооцінки у підлітків: вплив родини та соціуму. Черкаси: Видавництво "Освіта України", 2022. С. 89-95.
46. Сидоренко, С. О. (2019). Соціальні умови розвитку нарцисизму у молоді. Одеса: Південноукраїнський національний педагогічний університет.
47. Соловей, В. І. (2019). Нарцисизм у контексті сучасних психотерапевтичних практик. Львів: ЛНУ ім. Івана Франка.
48. Степаненко, О. В. (2018). Нарцисизм як складова психічного розвитку особистості. Вісник психології і педагогіки, 2(31), 41-43.
49. Тимощук, О. В. (2006). Специфіка нарцисичної ідентичності у виборі професії. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Психологічні науки, 3(5), 139-144.
50. Тимченко, В. І. (2020). Нарцисизм та самооцінка: український контекст психологічного аналізу. Рівне: РДГУ.
51. Тимчук, М. В., & Веселовська, Л. А. (2018). Особливості міжособистісних відносин у студентів з нарцисичними рисами. Актуальні

проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2(39), 216-224.

52. Ткаченко М. А. Психологія нарцисизму: теоретичні аспекти. Черкаси: Видавництво "Молодь", 2022. С. 30-35.

53. Третьякова С. І. Міжособистісні стосунки: вплив нарцисизму на соціальну взаємодію. Запоріжжя: Видавництво "Психологічний досвід", 2021. С. 66-72.

54. Федорова, Н. О. (2020). Культура нарцисизму: психологічний та соціокультурний аналіз. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.

55. Фрейд, З. (2003). Нарцисизм та психоаналіз. Москва: Академічний проект.

56. Фройд З. Листи до Романа Роллана. Київ: Видавництво "Знання", 2019. С. 12-18.

57. Шаповал, С. Л. (2015). Нарцисизм як соціально-психологічний феномен. Психолого-педагогічні проблеми в сучасній освіті, 2, 153-156.

58. Шевченко М. П. Нарцисизм: генетичні, нейробіологічні та соціокультурні дослідження. Харків: Видавництво "Національний університет", 2022. С. 134-142.

59. Шевченко, О. М. (2019). Нарцисизм як фактор формування внутрішньої моделі світу особистості. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 1(20), 108-115.

60. Яворська, О. О. (2019). Нарцисизм як феномен особистості: психологічні та педагогічні аспекти. Видавництво Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

61. Яковенко, О. О. (2021). Психотерапевтичні підходи до лікування нарцисизму в українському контексті. Київ: Видавництво «Освіта України».

62. Яковлева С. В. Нарцисизм у сучасному суспільстві: соціальні медіа та їхній вплив. Запоріжжя: Видавництво "Освіта", 2021. С. 145-150.

63. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

64. Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2011). *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments*. John Wiley & Sons.

65. Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2011). *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder*. Hoboken, NJ: Wiley.

66. Gabbard, G. O. (2014). *Psychodynamic Psychiatry in Clinical Practice*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

67. Hotchkiss, S. (2003). *Why Is It Always About You? Saving Yourself from the Narcissists in Your Life*. Simon and Schuster.

68. Kernberg, O. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. New York: Jason Aronson.

69. Kernberg, O. F. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. Rowman & Littlefield.

70. Livesley, W. J. (2001). *Handbook of Personality Disorders: Theory and Practice*. New York: Guilford Press.

71. Malkin, C. (2015). *Rethinking Narcissism: The Bad—and Surprising Good—About Feeling Special*. Harper Wave.

72. Millon, T. (2011). *Disorders of Personality: Introducing a DSM/ICD Spectrum from Normal to Abnormal*. John Wiley & Sons.

73. Millon, T., & Davis, R. (1996). *Disorders of Personality: DSM-IV and Beyond*. New York: Wiley.

74. Raskin, R., & Terry, H. (1988). A principal-components analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 890–902.

75. Ronningstam, E. (2005). *Identifying and Understanding the Narcissistic Personality*. New York: Oxford University Press.

76. Ronningstam, E. (2009). *Identifying and Understanding the Narcissistic Personality*. Oxford University Press.
77. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2009). *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*. Atria Books.
78. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2009). *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*. New York: Free Press.
79. Vaknin, S. (2009). *Malignant Self Love: Narcissism Revisited*. Narcissus Publications.
80. Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590–597.

ДОДАТКИ

Рецензія

на магістерську роботу студентки магістратури

Ходаковської Анни Сергіївни

на тему: **«Психодинамічні особливості розвитку нарцисизму: теорія, адаптація та психотерапевтичні підходи»**

1. Актуальність теми дослідження

Магістерська робота Ходаковської Анни Сергіївни присвячена дослідженню психодинамічних аспектів розвитку нарцисизму, його адаптації та корекції за допомогою психотерапевтичних підходів. Актуальність роботи обумовлена зростаючим інтересом до проблематики нарцисичного розладу особистості у сучасному суспільстві. Нарцисизм як явище має значний вплив на міжособистісні стосунки, соціальну адаптацію та психічне благополуччя, що потребує ґрунтовного аналізу і пошуку нових підходів до його розуміння та терапії.

Дослідження авторки є актуальним не лише у науковому контексті, але й має важливе практичне значення для розвитку психотерапії, зокрема у роботі з особами, які мають нарцисичні риси.

2. Наукова новизна роботи

Наукова новизна магістерської роботи полягає в інтеграції класичних теорій психодинаміки (З. Фройд, Г. Кохут, О. Кернберг) із сучасними когнітивно-поведінковими підходами до психотерапії. Вперше в роботі запропоновано комплексний підхід до адаптації осіб із нарцисичними рисами, що охоплює як індивідуальні психологічні потреби, так і їхню соціальну адаптацію.

Авторка також глибоко аналізує роль ранніх психічних конфліктів та дефіциту емоційного відображення у формуванні нарцисичних рис. Практична частина дослідження

демонструє можливість ефективної інтеграції теоретичних знань у психотерапевтичну практику.

3. Оцінка змісту та структури роботи

Магістерська робота має чітку структуру, яка складається зі вступу, чотирьох основних розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків.

- У першому розділі детально висвітлено теоретичні основи нарцисизму, його історію та психодинамічні моделі.
- Другий розділ аналізує соціальну адаптацію осіб із нарцисичними рисами та їх вплив на міжособистісні взаємини.
- Третій розділ присвячено методології та емпіричному дослідженню, проведеному з використанням валідних психометричних методик.
- Четвертий розділ містить практичні рекомендації з корекції нарцисичного розладу, які можуть бути використані в індивідуальній та груповій терапії.

Робота вирізняється логічністю, послідовністю викладення матеріалу та науковим стилем написання. Теоретичні положення підтверджені емпіричними даними, що свідчить про високу якість дослідження.

4. Практичне значення роботи

Практична значущість дослідження полягає у розробці рекомендацій для роботи з клієнтами, які мають нарцисичні риси особистості. Запропоновані психотерапевтичні підходи можуть бути використані:

- у консультуванні для покращення міжособистісних взаємин клієнтів;
- у груповій терапії для формування навичок ефективної соціальної адаптації;
- у навчальних програмах підготовки психологів.

Результати дослідження можуть бути інтегровані у практику клінічної психології, спрямованої на вирішення проблем адаптації та корекції особистісних розладів.

5. Самостійність виконання роботи

Робота демонструє високий рівень самостійності авторки, здатність критично аналізувати літературу, інтегрувати теоретичні знання у практику та застосовувати наукові методи у дослідженні. Ходаковська Анна Сергіївна самостійно сформулювала дослідницькі завдання, розробила методологію та провела емпіричне дослідження.

6. Недоліки роботи

Суттєвих недоліків у роботі не виявлено. Для підвищення наукової цінності роботи авторці варто було б включити аналіз сучасних вітчизняних досліджень із проблематики нарцисизму.

7. Загальна оцінка роботи

Магістерська робота Ходаковської Анни Сергіївни є високоякісним, ґрунтовним дослідженням, яке робить вагомий внесок у розвиток психодинамічного підходу до розуміння та корекції нарцисизму. Робота відповідає всім вимогам ДСТУ 3008:2015 щодо магістерських досліджень, а її результати мають як теоретичну, так і практичну цінність.

Рекомендую оцінити роботу на «відмінно», а її авторку — на присвоєння ступеня магістра психології.

Рецензент:

Доктор педагогічних наук

**Професор кафедри соціальної
педагогіки та соціальної роботи**

**Уманського державного педагогічного
університету імені Павла Тичини**

Оксана КРАВЧЕНКО

Дата: _____

Підпис: _____

ВІДГУК

наукового керівника

на магістерську роботу Ходоковської Анни Сергіївни

за темою

«Терапія осіб із нарцисичним розладом особистості»

зі спеціальності «053 Психологія»

Актуальність магістерської роботи Ходоковської Анни Сергіївни зумовлена сучасними викликами в психотерапевтичній практиці, пов'язаними зі зростанням кількості клієнтів із нарцисичним розладом особистості. Ця тема є особливо важливою у зв'язку зі змінами в соціальних умовах, які сприяють формуванню та посиленню нарцисичних рис. Дослідження авторки є вагомим внеском у розвиток науково обґрунтованих підходів до терапії таких осіб.

У своїй роботі авторка:

- 1) ґрунтовно досліджує історичний розвиток теоретичних підходів до впровадження нарцисичного розладу особистості;
- 2) аналізує ключові аспекти взаємодії осіб із нарцисичними рисами в терапевтичному процесі, включаючи труднощі у встановленні терапевтичного альянсу;
- 3) формує рекомендації для практикуючих терапевтів щодо використання психоаналітичного підходу у поєднанні з іншими методами для підвищення ефективності лікування.

Магістерська робота демонструє вміння авторки самостійно і критично опрацьовувати наукову літературу, аналізувати існуючі підходи та впроваджувати їх у практичну сферу. Дослідження вирізняється логічною структурою, науковою глибиною та системністю викладу. У роботі також представлено діагностичні інструменти для оцінки специфіки нарцисичного розладу особистості, що може бути використано в подальших дослідженнях і практиці.

Варто відзначити наукову новизну роботи, зокрема спробу інтеграції теоретичних знань із практичними рекомендаціями, що дозволяє ефективніше працювати з нарцисичними клієнтами в межах як індивідуальної, так і групової терапії.

Результати дослідження повністю відповідають заявленій меті роботи: окреслено шляхи вдосконалення терапевтичної практики щодо осіб із нарцисичним розладом особистості.

Магістерська робота Ходоковської Анни Сергіївни є завершеним самостійним дослідженням, яке складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Робота відповідає всім вимогам, що висуваються до наукових досліджень такого рівня, та заслуговує на позитивну оцінку.

Науковий керівник:

Ольховецький Сергій Миколайович, кандидат психологічних наук, доцент

Додаток 1

Нарцисичний опитувальник особистості (NPI-16)

Нарцисичний опитувальник особистості (Narcissistic Personality Inventory, NPI) популярний інструмент для визначення ступеня нарцисизму в соціально-психологічних дослідженнях. В основі опитувальника лежать клінічні критерії для визначення нарцисизму, описані в Діагностичному та статистичному посібнику з психічних розладів у третій редакції (DSM-III).

Прочитайте кожну пару наведених нижче тверджень і виберіть те, яке вам найбільше підходить.

1.

- ☐ Я дуже люблю бути в центрі уваги
- ☐ Мені некомфортно бути в центрі уваги

2.

- ☐ Я нічим не кращий і не гірший, ніж більшість людей
- ☐ Я вважаю, що я особлива людина

3.

- ☐ Усім подобається слухати мої історії
- ☐ Іноді я розповідаю хороші історії

4.

- ☐ Зазвичай я отримую повагу, на яку заслуговую
- ☐ Я наполягаю на тому, щоб отримати належну мені повагу

5.

- ☐ Я не проти виконувати накази
- ☐ Мені подобається мати владу над людьми

6.

- ☐ Я збираюся стати великою людиною
- ☐ Я сподіваюся, що я досягну успіху

7.

- ☐ Люди іноді вірять тому, що я їм кажу
- ☐ Я можу змусити будь-кого повірити у все, що захочу

8.

- Я очікую багато чого від інших людей
- Мені подобається робити щось для інших людей

9.

- Я люблю бути в центрі уваги
- Мені більше подобається зливатися з натовпом

10.

- Я такий же, як усі
- Я надзвичайна людина

11.

- Я завжди знаю, що роблю
- Іноді я не впевнений у тому, що роблю

12.

- Мені не подобається, коли я маніпулюю людьми
- Мені легко маніпулювати людьми

13.

- Бути авторитетом не так уж багато для мене значить
- Здається, люди завжди визнають мій авторитет

14.

- Я знаю, що в мене все гаразд, бо всі мені про це говорять.
- Коли люди роблять мені компліменти, я іноді соромлюся

15.

- Я намагаюся не виставлятися напоказ
- Я схильний похизуватися, якщо маю нагоду

16.

- Я більш здібний, ніж інші люди
- Я можу багато чого навчитися в інших людей

Додаток 2

Результати тесту

№	Твердження	Вибір "1"	Вибір "2"
1	Я дуже люблю бути в центрі уваги	18	9
2	Я нічим не кращий і не гірший, ніж більшість людей	13	14
3	Усім подобається слухати мої історії	8	19
4	Зазвичай я отримую повагу, на яку заслуговую	12	15
5	Я не проти виконувати накази	20	7
6	Я збираюся стати великою людиною	16	11
7	Люди іноді вірять тому, що я їм кажу	15	12
8	Я очікую багато чого від інших людей	16	11
9	Я люблю бути в центрі уваги	18	9
10	Я такий же, як усі	13	14
11	Я завжди знаю, що роблю	17	10
12	Мені не подобається, коли я маніпулюю людьми	20	7
13	Бути авторитетом не так уж багато для мене значить	17	10
14	Я знаю, що в мене все гаразд, бо всі мені про це говорять	11	16
15	Я намагаюся не виставлятися напоказ	18	9
16	Я більш здібний, ніж інші люди	9	18

Додаток А.

Експериментальне дослідження динаміки терапії нарцисичного розладу особистості

Мета дослідження: Оцінити ефективність психоаналітичного підходу у довготривалій терапії клієнтів із нарцисичним розладом особистості. Дослідження передбачало аналіз терапевтичної динаміки трьох клієнтів, які звернулися за допомогою для покращення міжособистісних стосунків і розв'язання внутрішніх конфліктів, пов'язаних із їхніми нарцисичними рисами.

Методи дослідження: Робота з клієнтами тривала протягом одного року. Основний терапевтичний підхід включав психоаналітичну терапію, з акцентом на концепції об'єктних відносин та аналізу “справжнього Я” за Гайнцом Когутом. Оцінка динаміки змін проводилася щоквартально шляхом використання методів спостереження, аналізу переносу та контрпереносу, а також опитувальника для виявлення нарцисичних рис на початку та наприкінці терапії.

Клієнт А: Олексій, 37 років

Історія та симптоматика: Олексій звернувся із запитом покращити стосунки з близькими, зокрема з дружиною та колегами. Він описував себе як успішного бізнесмена, однак відчував, що його не розуміють і не цінують інші. Його ставлення до оточення часто супроводжувалося емоційною дистанцією та критичністю, а відносини з близькими характеризувалися високим рівнем вимог та низьким рівнем емпатії.

Терапевтичний процес та інтервенції: Протягом перших місяців терапії Олексій висловлював значний опір глибокому емоційному дослідженню, часто ідеалізуючи власну незалежність і недооцінюючи важливість стосунків з іншими. Використання концепції нарцисизму Когута дозволило поступово перевести його увагу на пошук причин емоційного відчуження у власній ранній взаємодії з батьками. Відкриття власної вразливості через інтерпретацію його потреби в схваленні дало змогу Олексію поступово відмовлятися від оборонних реакцій.

Результати та динаміка змін: Через пів року терапії клієнт почав демонструвати зниження критичності у висловлюваннях про дружину і колег, з'явилися перші ознаки емпатії та розуміння почуттів інших людей. В кінці терапії він зазначив, що відчуває менше внутрішнього напруження і більше приймає свої емоційні потреби, що позитивно позначилося на його сімейних стосунках.

Клієнт Б: Ірина, 29 років

Історія та симптоматика: Ірина працює у сфері маркетингу та відчуває хронічну незадоволеність собою та своєю роботою. Вона часто порівнює себе з іншими та відчуває гостру потребу в постійному схваленні, виявляючи тенденції до маніпуляції колегами для отримання підвищеної уваги. Запит клієнтки полягав у тому, щоб відчути стабільність і знайти спосіб менше залежати від думки інших.

Терапевтичний процес та інтервенції: Згідно з підходом об'єктних відносин, терапія зосередилася на дослідженні її раннього досвіду стосунків з батьками та формування об'єкта-ідеалу, що вплинуло на самооцінку Ірини. Інтерпретація її внутрішнього діалогу дозволила виявити нарцисичний

конфлікт між потребою у визнанні та страхом відкидання. Це стало базою для роботи над розвитком стійкого внутрішнього почуття цінності.

Результати та динаміка змін: Після року терапії Ірина відзначила, що її потреба в схваленні знизилася, а залежність від чужої оцінки зменшилася. Вона почала фокусуватися на власних досягненнях, порівнюючи себе з минулими результатами, а не з іншими людьми. В особистих стосунках також знизився рівень конфліктності, що дозволило побудувати глибші взаємини з партнерами.

Висновок

Результати проведеного дослідження свідчать про ефективність довготривалої терапії з використанням психоаналітичного підходу для корекції нарцисичних рис особистості та покращення якості міжособистісних стосунків клієнтів. Протягом року терапії вдалося спостерігати поступову трансформацію клієнтів на рівні самооцінки, здатності до саморефлексії та емоційної стійкості. Психоаналітичний підхід із застосуванням концепції об'єктних відносин та аналізу контрпереносних реакцій виявився ефективним для роботи з клієнтами, які відчують потребу у зовнішньому схваленні, прагнуть до контролю у стосунках та мають знижений рівень емпатії.

Основним завданням терапії стало поступове усвідомлення клієнтами своїх емоційних потреб, які раніше маскувалися високою критичністю, схильністю до маніпуляцій та прагненням до домінування. Використання концепцій Гайнца Когута та Карла Роджерса, зокрема роботи з «справжнім Я», дало можливість клієнтам краще зрозуміти свої бажання та відчувати потребу в справжніх, емоційно наповнених стосунках, які раніше були заблоковані страхом вразливості. Так, клієнти почали усвідомлювати, що прагнення

контролю та знецінення інших є захисними механізмами, які приховують їхню внутрішню незахищеність.

Зокрема, у випадку клієнта Олексія протягом перших кількох місяців було помітно високий рівень опору, що виявлявся у відмові досліджувати власні переживання та емоції, оскільки він вважав їх недоцільними для себе. Він часто використовував раціоналізацію та захисні механізми знецінення, щоб уникати контакту з глибинними переживаннями. Проте поступово, завдяки психоаналітичному підходу, Олексій почав розуміти свою потребу в схваленні з боку інших, яка формувалася ще в дитинстві, коли він не отримував достатньо емоційної підтримки від батьків. Це відкриття стало основою для розвитку його внутрішньої стійкості та здатності формувати більш автентичні взаємини, що відображалось у зменшенні напруженості у стосунках з дружиною та колегами.

У випадку клієнтки Ірини терапевтичний процес також включав роботу з її потребою у визнанні, яка була пов'язана з постійним порівнянням себе з іншими. Її залежність від схвалення зовні та страх перед критикою були настільки сильними, що вона практично не відчувала радості від власних досягнень, постійно шукаючи нові шляхи підтвердження своєї цінності через реакцію оточуючих. Протягом терапії вдалося знизити її залежність від чужої оцінки, допомогти клієнтці навчитися орієнтуватися на власні внутрішні цінності та пріоритети, а також розвинути внутрішню впевненість у собі.

Однією з найважливіших складових терапії стала робота з трансферентними та контртрансферентними реакціями, які дали змогу терапевту краще розуміти внутрішню динаміку клієнтів і відслідковувати їхній прогрес. Так, аналіз контрпереносу допоміг виявити реакції, пов'язані з ідеалізацією або знеціненням терапевта, що відображало перенесення клієнтами певних патернів зі свого минулого досвіду взаємин із батьками. Це

дозволило побудувати стійкий терапевтичний альянс, у якому клієнти поступово почали довіряти власним емоціям, знижувати рівень оборонних реакцій та проявляти більше емпатії до інших.

Особливу роль у досягненні позитивних результатів відіграв аналіз об'єктних відносин клієнтів, який дозволив глибше зрозуміти вплив ранніх дитячих переживань на їхню особистісну структуру. Наприклад, клієнти часто не усвідомлювали, що їхнє прагнення до контролю та домінування над іншими є компенсацією за внутрішнє відчуття вразливості, яке сформувалося через недостатню увагу та емоційну підтримку в дитинстві. Завдяки інтерпретації таких механізмів вдалося розпочати процес особистісної інтеграції, знизити потребу в зовнішньому схваленні та підвищити здатність клієнтів до рефлексії.

Загалом, проведене дослідження підтверджує, що довготривалий психоаналітичний підхід є ефективним у роботі з клієнтами з нарцисичними рисами, допомагаючи не лише коригувати поверхневі поведінкові реакції, але й здійснити глибинну трансформацію особистості. Позитивні зміни проявилися на кількох рівнях: клієнти розвинули здатність до саморефлексії, навчилися краще розуміти власні потреби і пріоритети, почали формувати стосунки, що базуються на взаємоповазі та розумінні. Ключовим результатом стала поява більшого рівня внутрішньої стійкості, що дозволяє їм взаємодіяти з оточуючими без потреби у маніпуляціях та домінуванні.

Отже, психоаналітичний підхід до корекції нарцисичних рис виявився ефективним не лише для досягнення короткострокових результатів, але й для формування стійких особистісних змін, що знижують рівень нарцисизму та покращують якість життя клієнтів.

НАРЦИСИЗМ ТА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ВИРІШЕННЯ

Автор: студентка групи 666мЗ Ходаковська А. С.

керівник: доктор психологічних наук, професор, Лисенкова І. П.

Анотація. У статті досліджується вплив нарцисизму на міжособистісні стосунки, зокрема на їх якість та динаміку. Нарцисизм, як складний соціально-психологічний феномен, може призводити до численних проблем у взаємодії з іншими, таких як відсутність емпатії, егоцентризм і конфлікти. Автори аналізують різні прояви нарцисичних рис, що ускладнюють комунікацію та соціальну адаптацію, а також обговорюють їх наслідки для особистих і професійних стосунків. У статті також пропонуються шляхи вирішення цих проблем, зокрема рекомендації щодо психотерапевтичних підходів, соціально-психологічних тренінгів та розвиток навичок емоційної інтелігенції. Основною метою статті є підвищення обізнаності про нарцизм і його вплив на стосунки, а також надання практичних порад для поліпшення міжособистісної взаємодії.

Ключові слова: нарцисизм, міжособистісні стосунки, соціально-психологічний феномен, самооцінка, адаптація, особистісні розлади, емпатія, егоцентризм, конфлікти, психотерапія.

Annotation. The article examines the influence of narcissism on interpersonal relationships, in particular on their quality and dynamics. Narcissism, as a complex socio-psychological phenomenon, can lead to numerous problems in interaction with others, such as lack of empathy, egocentrism and conflicts. The authors analyze various manifestations of narcissistic traits that complicate communication and social adaptation, and also discuss their consequences for personal and professional relationships. The article also offers ways to solve these problems, including recommendations for psychotherapeutic approaches, social-psychological training, and the development of emotional intelligence skills. The main purpose of the article is to raise awareness of narcissism and its impact on relationships, as well as to provide practical advice for improving interpersonal interactions.

Keywords: narcissism, interpersonal relations, social-psychological phenomenon, self-esteem, adaptation, personality disorders, empathy, egocentrism, conflicts, psychotherapy.

Постановка проблеми. Нарцисизм, як складний соціально-психологічний феномен, має значний вплив на міжособистісні стосунки. У сучасному світі, де індивідуалізм і самопрезентація набувають усе більшої популярності, прояви нарцисизму можуть створювати серйозні труднощі в комунікації та взаємодії між людьми. Нарцисичні особистості часто стикаються з проблемами, пов'язаними з егоцентризмом, відсутністю емпатії та труднощами в формуванні стабільних соціальних зв'язків.

Ці проблеми можуть призводити до конфліктів, непорозумінь і, врешті-решт, соціальної ізоляції. В умовах професійного середовища та особистих відносин, нарцисичні риси здатні ускладнювати співпрацю та створювати напруженість у командах. Важливим є вивчення цих аспектів для розробки ефективних стратегій корекції нарцисичних рис і поліпшення міжособистісної взаємодії.

Актуальність теми підкріплюється необхідністю розуміння нарцисизму не лише як особистісного розладу, а й як соціального явища, що впливає на стосунки в різних сферах життя. У цьому контексті, дослідження проблеми нарцисизму та його впливу на міжособистісні стосунки є важливим кроком до створення здорового соціального середовища, в якому люди можуть ефективно взаємодіяти, розвивати свої емоційні навички та досягати гармонії у спілкуванні.

Мета дослідження полягає у вивченні впливу нарцисизму на міжособистісні стосунки, а також у розробці рекомендацій щодо корекції нарцисичних рис для поліпшення соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії.

Основними завданнями дослідження є: проаналізувати основні теоретичні підходи до вивчення нарцисизму та його проявів у міжособистісних стосунках; визначити ключові психологічні характеристики людей з нарцисичними рисами, які впливають на їхні соціальні взаємодії; виявити проблеми, з якими стикаються нарцисичні особистості у формуванні та підтриманні міжособистісних стосунків; розглянути шляхи вирішення проблем, пов'язаних із нарцисизмом, зокрема через психотерапію та соціально-психологічні тренінги; розробити рекомендації щодо корекції нарцисичних рис для поліпшення міжособистісної комунікації та соціальної адаптації.

Нарцисизм, як особистісна риса, має значний вплив на якість і характер міжособистісних стосунків. Люди з нарцисичними рисами зазвичай демонструють завищену самооцінку, постійну потребу в захопленні та увазі, а також відсутність емпатії. Ці характеристики формують певні бар'єри у взаємодії з іншими, що призводить до серйозних проблем у стосунках.

По-перше, егоцентричність нарцисичних особистостей заважає їм сприймати потреби та емоції інших людей. Вони схильні фокусуватися лише на своїх бажаннях і потребах, ігноруючи контекст і почуття оточуючих. Це може призводити до конфліктів, адже партнери або друзі відчують, що їхні думки та емоції не беруться до уваги.

По-друге, відсутність глибоких емоційних зв'язків є ще однією проблемою, з якою стикаються нарциси. Хоча на перший погляд вони можуть здаватися привабливими та харизматичними, їх стосунки зазвичай залишаються поверхневими. Вони часто прагнуть до визнання та похвали, але не готові інвестувати час і зусилля у розвиток глибоких і тривалих зв'язків. Це може призвести до емоційної відчуженості, оскільки інші люди не отримують тієї підтримки та уваги, які їм необхідні.

Крім того, нарцисизм часто супроводжується маніпулятивною поведінкою. Нарциси можуть використовувати інших для досягнення своїх цілей, не зважаючи на почуття або потреби оточуючих. Це призводить до почуття зради і розчарування у відносинах, оскільки партнери виявляються використаними, а не оціненими.

Таким чином, вплив нарцисизму на міжособистісні стосунки є суттєвим, адже він створює численні виклики в процесі взаємодії з іншими людьми. Для покращення якості стосунків і запобігання конфліктам важливо усвідомлювати ці особливості нарцисичних особистостей та шукати шляхи для їх корекції.

Дослідження нарцисизму охоплює різноманітні теоретичні підходи, які допомагають зрозуміти цю складну особистісну рису. Один з основоположників у цій галузі, Зигмунд Фройд, вважав нарцисизму нормальний етап розвитку особистості. У своїй психоаналітичній теорії він стверджував, що первинний нарцисизм є частиною раннього дитинства, коли дитина спрямовує всю свою енергію на власне «Я». Фройд також зазначав, що у випадку травматичних подій або порушень у процесі соціалізації може виникнути вторинний нарцисизм, що призводить до нарцисичного розладу. Таким чином, психоаналітичний підхід підкреслює важливість ранніх етапів розвитку та їх вплив на формування нарцисичних рис у дорослому житті.

Сучасні теорії, зокрема діагностичні критерії DSM-5 (Діагностичний і статистичний посібник з психічних розладів), класифікують нарцисичний особистісний розлад як патологічний. DSM-5 акцентує увагу на його негативному впливі на міжособистісні стосунки, вказуючи на специфічні риси, такі як завищене відчуття власної важливості, постійна потреба в захопленні та відсутність емпатії. Цей підхід підкреслює, що надмірні прояви нарцисизму можуть суттєво ускладнити життя особи, призводячи до соціальних і емоційних проблем.

Люди з нарцисичними рисами стикаються з багатьма соціальними проблемами, що суттєво впливають на їхні міжособистісні стосунки. Відсутність емпатії є однією з ключових причин, чому вони мають труднощі в побудові довгострокових і стабільних стосунків. Нарциси часто зосереджені на власних потребах і очікують постійного

захоплення і визнання від оточуючих, що призводить до почуття розчарування та непорозуміння з боку партнерів чи друзів.

Крім того, нарцисичні особистості можуть бути схильні до маніпуляцій і використовувати інших людей для досягнення своїх цілей. Це створює напругу і конфлікти, які ускладнюють їхні стосунки в професійній або сімейній сферах. Часто такі особи можуть відчувати труднощі у спілкуванні та знаходженні спільної мови з оточуючими, що може призвести до соціальної ізоляції.

Отже, теоретичні підходи до вивчення нарцисизму не лише допомагають зрозуміти природу цієї риси, але й вказують на серйозні соціальні проблеми, з якими стикаються люди з нарцисичними рисами, що, у свою чергу, вимагає уваги та корекції.

Корекція нарцисизму вимагає комплексного підходу, оскільки ця риса особистості має глибокі корені та впливає на багато аспектів життя людини. Одним з найбільш ефективних методів є психотерапія, зокрема когнітивно-поведінкова терапія (КПТ). Цей метод допомагає людям усвідомити свої нарцисичні риси, а також навчитися контролювати негативні прояви. КПТ передбачає роботу над дезадаптивними моделями поведінки, зміну переконань про себе та інших, що дозволяє формувати більш реалістичний погляд на власну особистість.

Соціально-психологічні тренінги також можуть бути важливими у процесі корекції нарцисизму. Ці тренінги спрямовані на розвиток емпатії, соціальних навичок та покращення міжособистісної комунікації. Учасники таких занять вчать краще розуміти почуття та потреби інших, що допомагає зменшити егоцентризм і покращити стосунки з оточуючими.

Рекомендується впроваджувати програми підтримки та тренінги, які допоможуть людям з нарцисичними рисами покращити свої міжособистісні стосунки. Ці програми можуть включати:

- **Заняття з розвитку емпатії:** Такі заняття можуть бути спрямовані на навчання розумінню та визнанню почуттів інших людей. Це може включати вправи, які допомагають учасникам поставити себе на місце іншого, розглянути ситуацію з їхньої перспективи.
- **Активне слухання:** Розвиток навичок активного слухання дозволяє людям з нарцисичними рисами краще взаємодіяти з оточуючими, звертати увагу на їхні потреби та зменшувати конфлікти. Навчання цих навичок може включати рольові ігри та ситуаційні вправи.
- **Командна робота:** Заняття, спрямовані на розвиток командної роботи, допоможуть нарцисичним особам навчитися працювати в групі, враховуючи думки та почуття інших учасників. Це сприятиме соціальній адаптації та покращенню відносин у професійних та особистих сферах.

Впровадження таких програм може суттєво зменшити конфлікти та сприяти соціальній адаптації людей з нарцисичними рисами, що, в свою чергу, позитивно вплине на їхнє життя та стосунки з іншими.

Висновки. Нарцисизм, як складна особистісна риса, має значний вплив на міжособистісні стосунки, як позитивний, так і негативний. З одного боку, помірні нарцисичні риси можуть сприяти впевненості у собі та амбіційності, проте надмірні прояви нарцисизму часто призводять до серйозних проблем у взаємодії з оточенням.

Люди з вираженими нарцисичними рисами стикаються з труднощами в побудові глибоких і тривалих стосунків, через їх егоцентричність і недостатню емпатію. Це може призводити до конфліктів, непорозумінь та соціальної ізоляції. З огляду на важливість міжособистісних стосунків для психологічного благополуччя, своєчасна корекція нарцисичних рис є необхідною.

Шляхи вирішення проблем, пов'язаних із нарцисизмом, вимагають комплексного підходу. Психотерапія, соціально-психологічні тренінги та програми підтримки можуть

бути ефективними засобами для розвитку емпатії, покращення соціальних навичок і формування здорових міжособистісних стосунків.

Отже, дослідження нарцисизму в контексті міжособистісних стосунків є надзвичайно актуальним і необхідним для розробки ефективних психологічних інтервенцій, що сприятимуть соціальній адаптації та покращенню якості життя людей з нарцисичними рисами.

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Американська психіатрична асоціація. (2013). Diagnostичний і статистичний посібник з психічних розладів (DSM-5). Вашингтон, D.C.: Американська психіатрична асоціація.
2. Зінченко, І. (2017). Міжособистісні стосунки та їх вплив на особистісний розвиток. Наукові праці з соціальної психології, 6(2), 56-64.
3. Козлов, І. (2018). Когнітивно-поведінкова терапія: основи і практика. Сучасна психологія, 10(2), 78-88.
4. Левченко, А. (2021). Роль соціальних медіа у формуванні нарцисичних рис. Психологічний огляд, 7(3), 22-30.
5. Мельничук, Ю. (2023). Нарцисизм у контексті сучасної соціології: виклики та можливості. Соціологічний журнал, 18(4), 34-46.
6. Нарцисизм: особистісні риси та їх вплив на стосунки. (2021). Журнал психології і психотерапії, 15(3), 45-60.
7. Рожанська, Н. (2019). Соціалізація та розвиток особистості: нарцисизм у контексті міжособистісних стосунків. Київ: Вид-во "Психологія".
8. Сидоренко, М. (2022). Емпатія та її розвиток у психологічному тренінгу. Харків: Освіта.
9. Тарасова, О. (2020). Психологічні аспекти корекції нарцисичних рис. Наукові записки з психології, 22(1), 112-124.

НАРЦИСИЗМ ЯК ОСОБИСТІСНА РИСА: ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ

Автор: студентка групи 666мЗ Ходаковська А. С.

керівник: доктор психологічних наук, професор, Лисенкова І. П.

Анотація. У статті розглядається нарцисизм як особистісна риса через призму теоретичних підходів та психологічних особливостей. Проаналізовано основні теорії, зокрема психоаналітичну концепцію З. Фрейда та сучасні підходи до вивчення нарцисизму, як особистісного розладу. Окрему увагу приділено ролі соціалізації у формуванні нарцисичних рис та їх впливу на міжособистісні стосунки. У статті розглянуто психологічні особливості людей з нарцисичними рисами, включаючи завищену самооцінку, відсутність емпатії, чутливість до критики та маніпулятивну поведінку. Висвітлено важливість розуміння нарцисизму для фахівців, які працюють у сфері психологічного консультування та соціальної роботи.

Ключові слова: нарцисизм, психоаналіз, соціалізація, адаптація, самооцінка, особистісні розлади, емпатія.

Annotation. The article examines narcissism as a personal trait through the prism of theoretical approaches and psychological features. The main theories are analyzed, in particular the psychoanalytic concept of Z. Freud and modern approaches to the study of narcissism as a personality disorder. Particular attention is paid to the role of socialization in the formation of

narcissistic traits and their influence on interpersonal relationships. The article examines the psychological characteristics of people with narcissistic traits, including inflated self-esteem, lack of empathy, sensitivity to criticism, and manipulative behavior. The importance of understanding narcissism for professionals working in the field of psychological counseling and social work is highlighted.

Keywords: narcissism, psychoanalysis, socialization, adaptation, self-esteem, personality disorders, empathy.

Постановка проблеми. Нарцисизм як особистісна риса має значний вплив на формування індивідуальної ідентичності, міжособистісних стосунків та соціальної адаптації. У сучасному суспільстві, яке характеризується високою конкурентністю та індивідуалізмом, нарцисичні риси стають все більш помітними. Ця проблема набуває особливого значення в контексті психологічного консультування, оскільки фахівці стикаються з пацієнтами, у яких спостерігаються явні прояви нарцисизму, що перешкоджає їхньому соціальному функціонуванню.

Вивчення нарцисизму як особистісної характеристики вимагає комплексного підходу, оскільки різні теоретичні моделі по-різному трактують природу і причини виникнення нарцисичних рис. Психоаналітична концепція З. Фрейда вважає нарцисизм нормальним етапом розвитку, проте також вказує на ризики, пов'язані з його надмірними проявами. У сучасній психології нарцисизм часто класифікується як особистісний розлад, що має негативний вплив на міжособистісні стосунки та загальну якість життя.

Важливість соціалізації та культурного контексту в формуванні нарцисичних рис вимагає особливого акценту. Вплив соціальних медіа, індивідуалізованих цінностей та культурних норм у сучасному світі підсилює нарцисичні тенденції, що, в свою чергу, веде до соціальної ізоляції та труднощів у міжособистісному спілкуванні.

Таким чином, дослідження нарцисизму не лише відкриває нові горизонти в розумінні особистісних розладів, але і підкреслює необхідність розробки ефективних методів корекції нарцисичних рис для покращення соціальної адаптації і міжособистісних стосунків. В умовах зростаючої актуальності проблеми нарцисизму в психологічній практиці, важливо систематизувати існуючі знання та визначити практичні рекомендації для фахівців у цій галузі.

Мета дослідження – проаналізувати теоретичні підходи до вивчення нарцисизму як особистісної риси та визначити основні психологічні особливості людей із нарцисичними тенденціями.

Основними завданнями дослідження є: охарактеризувати нарцисизм як соціально-психологічний феномен і розглянути його позитивні та негативні сторони; дослідити основні теоретичні підходи до розуміння нарцисизму, включаючи психоаналітичну теорію З. Фрейда та сучасні концепції особистісних розладів; проаналізувати роль соціалізації та культурних чинників у розвитку нарцисичних рис; визначити основні психологічні характеристики людей із нарцисичними рисами, такі як завищена самооцінка, відсутність емпатії та підвищена чутливість до критики; виявити вплив нарцисизму на міжособистісні стосунки та соціальну адаптацію; надати рекомендації щодо корекції нарцисичних рис та покращення соціальної адаптації людей із нарцисичними тенденціями.

Нарцисизм є складним соціально-психологічним феноменом, що поєднує як позитивні, так і негативні риси особистості. З одного боку, нарцисичні риси можуть бути корисними для індивіда, оскільки вони сприяють формуванню впевненості в собі, підвищенню самооцінки, а також стимулюють прагнення до досягнень у професійній та особистісній сферах. Люди з помірними нарцисичними рисами часто є ініціативними, амбітними та успішними у досягненні своїх цілей. Ці риси допомагають їм адаптуватися в конкурентному соціальному середовищі та відіграють роль у формуванні лідерських якостей.

З іншого боку, надмірний прояв нарцисизму може стати причиною серйозних соціальних проблем. Люди з високим рівнем нарцисизму часто демонструють знижений рівень емпатії, що ускладнює їхні міжособистісні стосунки, як на роботі, так і в сімейному житті. Вони можуть прагнути домінувати, використовувати інших для досягнення своїх цілей, що призводить до конфліктів і відчуження з боку оточення. Нарциси зазвичай не терплять критики та сприймають її як загрозу для свого самовизначення, що може підвищувати рівень агресивності або пасивної агресії в їхніх стосунках. На робочому місці це може виявлятися через часті конфлікти з колегами, труднощі у співпраці в команді та відчуження з боку керівництва або підлеглих.

Одним із перших дослідників нарцисизму був Зігмунд Фройд, який запропонував психоаналітичне розуміння цього феномену. У своїй теорії Фройд розглядав нарцисизм як природний етап у розвитку особистості. Він виокремлював два типи нарцисизму: первинний і вторинний.

Первинний нарцисизм виникає на ранніх етапах розвитку дитини, коли вона повністю зосереджена на собі, своїх потребах і бажаннях. Це частина нормального розвитку, оскільки дитина ще не може усвідомити існування інших як окремих індивідів із власними потребами. Саме на цьому етапі формується базове відчуття власного «Я», яке є фундаментом для подальшого розвитку особистості.

Вторинний нарцисизм, за Фройдом, виникає пізніше, як наслідок травматичних подій або порушень у процесі соціалізації. Людина може відновлювати свою самозакоханість, коли відчуває загрозу для власного «Я» у стосунках з іншими людьми. Це може бути пов'язано з досвідом відкидання або критики, через що особистість починає концентруватися на собі, відчужуючись від оточуючих. Вторинний нарцисизм може стати основою для розвитку нарцисичного розладу, коли людина компенсує свої страхи та почуття невпевненості через гіперболізоване відчуття власної значущості.

Окрім психоаналітичної концепції, сучасні підходи до вивчення нарцисизму включають теорії особистісних розладів, які базуються на поведінкових і когнітивних моделях. Згідно з цими теоріями, нарцисизм може розглядатися як дисфункціональна модель поведінки, що формується в результаті взаємодії з оточенням, і його прояви залежать від соціокультурних факторів. Особливо це стосується сучасного суспільства, яке стимулює самопрезентацію, індивідуалізм та постійну боротьбу за увагу.

Таким чином, нарцисизм є складним феноменом, який можна розглядати як через призму психоаналітичної теорії розвитку особистості, так і через сучасні поведінкові моделі.

Сучасні теорії підтримують ідею, що нарцисизм може проявлятися як адаптивна, так і патологічна риса. Під адаптивним нарцисизмом маються на увазі риси, які сприяють впевненості в собі, ініціативності, лідерству та досягненню кар'єрних висот. Це позитивні прояви, що стимулюють особистісний розвиток і дозволяють людині ефективніше функціонувати в суспільстві. Помірні нарцисичні риси можуть допомогти адаптуватися до складних умов або конкурентного середовища.

Однак, у випадку патологічного нарцисизму, ситуація виглядає інакше. Згідно з діагностичними критеріями DSM-5, нарцисичний особистісний розлад розглядається як патологія, яка характеризується надмірним відчуттям власної важливості, постійною потребою у визнанні та захопленні з боку інших, а також відсутністю емпатії. Люди з цим розладом мають хибну уяву про свою унікальність і значимість, вважаючи, що інші мають їх ідеалізувати. Це призводить до соціальної ізоляції та проблем у міжособистісних стосунках, оскільки їхній егоцентризм перешкоджає нормальному функціонуванню в соціумі.

Соціалізація відіграє важливу роль у формуванні нарцисизму. Нарцисичні риси можуть розвиватися у людей, які в дитинстві отримували або надмірну увагу з боку батьків і оточення, або, навпаки, відчували її дефіцит. У першому випадку дитина може сформувати гіпертрофоване почуття власної важливості через постійні похвали, що не завжди

відповідають реальним досягненням. У другому випадку дефіцит уваги може призвести до розвитку потреби постійного самоствердження та прагнення до визнання в дорослому віці.

Сучасна культура також сприяє розвитку нарцисичних рис. Суспільство, орієнтоване на індивідуальні досягнення, самопрезентацію та самореалізацію, створює сприятливе середовище для нарцисизму. Соціальні медіа відіграють значну роль у цьому процесі, оскільки вони надають платформу для постійної демонстрації власних досягнень, зовнішнього вигляду та успіхів. Люди активно займаються самопрезентацією в пошуках схвалення у вигляді лайків, коментарів і підписників, що формує середовище для підтримання нарцисичних тенденцій. Психологічна залежність від таких зовнішніх оцінок може призводити до розвитку патологічних рис, оскільки люди починають залежати від схвалення інших і страждати від нестачі уваги.

Люди з вираженими нарцисичними рисами мають характерний психологічний профіль. Основною особливістю є завищена самооцінка, що проявляється в перебільшеному відчутті власної важливості й унікальності. Вони схильні перебільшувати свої досягнення, вимагаючи постійної уваги та захоплення з боку оточення. Така завищена самооцінка стає причиною конфліктів, оскільки ці люди не готові приймати критику чи відмову, що сприймається ними як загроза їхньому статусу або самосприйняттю.

Ще однією важливою характеристикою є відсутність емпатії. Нарциси не здатні розуміти або співчувати емоціям інших людей, що ускладнює їхню соціальну адаптацію. Вони не можуть ставити себе на місце інших, через що їхні міжособистісні стосунки часто є поверховими або конфліктними. Така відсутність емпатії робить їх менш здатними до формування глибоких емоційних зв'язків, що ще більше ускладнює їхнє соціальне життя.

Маніпулятивність є ще однією характерною рисою людей з нарцисичними тенденціями. Для досягнення своїх цілей вони часто використовують інших людей, нехтуючи їхніми потребами та почуттями. Ця маніпулятивна поведінка часто призводить до розриву відносин і погіршення соціального статусу, оскільки оточуючі люди рано чи пізно починають усвідомлювати, що використовуються.

Надмірні прояви нарцисизму мають суттєвий негативний вплив на якість міжособистісних стосунків. Люди з нарцисичними рисами часто стикаються з проблемами у взаємодії з оточуючими через свою схильність до егоцентризму та відсутність емпатії. Вони зазвичай зосереджені на власних потребах і бажаннях, і тому можуть не звертати уваги на емоції і почуття інших. Це може призвести до конфліктів, непорозумінь і навіть соціальної ізоляції, оскільки оточуючі можуть відчувати себе використаними або незначними в очах нарциса.

Крім того, нарцисичні особистості можуть не враховувати соціальні норми і правила, що заважає їм встановлювати здорові взаємини. Вони можуть мати труднощі в підтриманні дружніх стосунків або колективної роботи, оскільки вважають себе вищими за інших, що призводить до відчуження. Нарциси часто не можуть зрозуміти, чому інші не захоплюються ними так, як вони цього бажають, і можуть відчувати образу, коли не отримують очікуваного визнання.

У контексті соціальної адаптації, нарциси часто стикаються зі складнощами в професійній діяльності або соціальних групах. Їхня недостатня готовність визнавати свої помилки або працювати в команді може заважати розвитку кар'єри. У колективі нарцис може проявляти агресивність або оборонну поведінку у відповідь на конструктивну критику, що знижує командний дух і викликає невдоволення у колег. Вони часто займаються самопрезентацією, демонструючи свої досягнення, але при цьому не враховують інтереси інших, що може призвести до соціальної дезадаптації.

Корекція нарцисизму потребує багаторівневого підходу, що включає як індивідуальну психотерапію, так і соціально-психологічні тренінги. Психотерапія може допомогти людині усвідомити свої нарцисичні риси, навчитися контролювати негативні прояви та розвивати більш конструктивні способи взаємодії з оточуючими.

Одним із ефективних методів є когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), яка спрямована на зміну дезадаптивних моделей поведінки та розвитку більш реалістичного погляду на себе. КПТ допомагає пацієнтам виявляти й оскаржувати автоматичні негативні думки, які сприяють нарцисичному поведінкові, і замінювати їх на більш адаптивні. Це дозволяє особі навчитися проявляти більше емпатії, бути відкритим до конструктивної критики та покращити стосунки з оточуючими.

Соціально-психологічні тренінги також можуть сприяти розвитку емпатії та поліпшенню соціальних навичок, що допоможе людям з нарцисичними рисами краще адаптуватися до вимог соціального середовища. У таких тренінгах учасники вчаться розпізнавати та розуміти емоції інших, формувати здорові взаємини, вирішувати конфлікти і працювати в команді. Важливо, щоб учасники отримували зворотний зв'язок щодо своїх дій, що сприятиме усвідомленню наслідків їхньої поведінки на інших.

Загалом, корекція нарцисизму є складним, але можливим процесом, який потребує терпіння та зусиль з боку як спеціалістів, так і самих пацієнтів. Чим раніше буде виявлено і розпочато лікування, тим більша ймовірність успішної адаптації особи в соціумі та покращення якості її міжособистісних стосунків.

Висновки. Нарцисизм як особистісна риса є складним і суперечливим феноменом, що включає як конструктивні, так і деструктивні елементи. З одного боку, нарцисичні риси можуть підтримувати самовпевненість, амбітність і прагнення до досягнень, що сприяє особистісному та професійному успіху. З іншого боку, надмірно виражений нарцисизм призводить до проблем у міжособистісних стосунках, конфліктів на роботі та дезадаптації в соціальному середовищі через егоцентризм, відсутність емпатії та високу чутливість до критики.

Успішна адаптація людей із нарцисичними тенденціями можлива за умови своєчасного виявлення та корекції їхньої поведінки. Це особливо актуально для тих випадків, коли нарцисизм перешкоджає встановленню якісних стосунків із іншими людьми або створює труднощі в професійному середовищі. Важливим аспектом є робота над розвитком самосвідомості, саморефлексії та здатності приймати інтереси інших людей.

Дослідження нарцисизму як психологічного феномену дозволяє глибше зрозуміти природу цієї особистісної риси, а також розробити більш ефективні стратегії психотерапевтичної допомоги. Зокрема, когнітивно-поведінкова терапія, психоаналітична терапія та інтегративні підходи є важливими інструментами корекції нарцисичних рис, допомагаючи людям адаптуватися до соціального середовища та поліпшити свої стосунки з оточуючими.

Важливу роль у психологічній допомозі відіграють також соціально-психологічні тренінги, спрямовані на розвиток емпатії, покращення соціальних навичок та зміцнення почуття самовизначення. У результаті своєчасної психологічної підтримки люди з нарцисичними рисами можуть гармонійніше взаємодіяти з соціумом, що покращує їхню загальну адаптацію та якість життя.

Таким чином, корекція та адаптація людей із нарцисичними рисами є важливим завданням, яке може бути досягнуто через поєднання індивідуальної терапії та соціально-психологічної підтримки.

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Блек, Б. (2018). Психологія нарцизму: теорії та дослідження. Журнал соціальної психології, 4(2), 45-58.
2. Говорун, В. (2021). Соціалізація та нарцисизм: психосоціальний аспект. Науковий вісник, 12(1), 15-22.
3. Зинченко, В. (2022). Нарцисизм у культурному контексті: вплив сучасних тенденцій. Культурологічний журнал, 5(3), 50-56.
4. Костенко, Л. (2020). Вплив соціальних медіа на формування нарцисичних рис. Сучасна психологія, 1(1), 67-75.

5. Кохан, О. (2015). Нарцисизм: особливості та корекція. Психологія і суспільство, 2(3), 23-29.
6. Мельник, І. (2019). Корекція нарцисичних рис особистості: методи та підходи. Вісник психології, 3(5), 34-40.
7. Сидоренко, О. (2020). Психотерапія нарцисичних рис: теорія та практика. Психотерапевтичний журнал, 8(2), 12-20.
8. Устименко, Т. (2017). Нарцисизм як особистісна риса: актуальність дослідження. Психологічні дослідження, 4(1), 58-63.
9. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Ходаковська А. С., група 666мЗ
Науковий керівник: Лисенкова І. П.
доктор психологічних наук, професор

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

ТЕОРІЯ ТА АДАПТАЦІЯ ЛЮДЕЙ З НАРЦИСИЧНИМ ХАРАКТЕРОМ

Актуальність дослідження теми нарцисизму зумовлена його широким поширенням та негативним впливом на особистісний та соціальний рівень життя людей. Нарцисизм, який охоплює як нормальні, так і патологічні прояви, є однією з ключових проблем у міжособистісних стосунках. Люди з нарцисичними рисами зазвичай демонструють завищену самооцінку, потребу в постійному захопленні з боку оточення та емоційну дистанційованість, що ускладнює встановлення здорових та тривалих відносин. Відсутність емпатії, яку часто демонструють такі особи, призводить до конфліктів у професійному та особистому житті, що викликає додаткові труднощі у соціальній адаптації.

У сучасному суспільстві з його акцентом на індивідуалізм, самореалізацію та успіх, нарцисичні риси все частіше сприймаються як соціально заохочувані. Це створює передумови для розвитку особистісних розладів та проблем у взаємодії з іншими людьми, особливо в умовах колективної діяльності та спільної праці. Такі тенденції є небезпечними для гармонійного функціонування суспільства, оскільки сприяють поширенню егоцентризму, конкуренції та зменшення взаєморозуміння між людьми.

Сучасний інтерес до вивчення нарцисичних рис пов'язаний з потребою в розробці ефективних підходів до корекції та адаптації людей з такими тенденціями. Важливо не тільки досліджувати нарцисизм як особистісну рису, але й зрозуміти, яким чином можна сприяти їхній інтеграції в соціум без

деструктивних наслідків для самих людей та їхнього оточення. Тому це дослідження спрямоване на пошук науково обґрунтованих методів психологічної допомоги, що дозволять людям з нарцисичними характеристиками адаптуватися у суспільстві, не руйнуючи міжособистісні зв'язки та не загострюючи конфлікти.

Об'єкт дослідження - люди з нарцисичним характером.

Предмет дослідження - підходи в аналітичній терапії до корекції психоемоційного стану людей з нарцисичним характером.

Метою дослідження є розгляд теорії та адаптації людей з нарцисичним характером з метою розуміння основних характеристик, типів та механізмів функціонування нарцисизму, а також вивчення адаптаційних стратегій осіб з вираженим нарцисичним характером у різних сферах життя.

Теоретичні основи дослідження нарцисизму базуються на різноманітних підходах до його розуміння як психологічного явища. Перш за все, важливим є аналіз класичної психоаналітичної концепції З. Фрейда, який першим запропонував термін «нарцисизм» для позначення самозакоханості та надмірної уваги до власного «я». Фрейд вважав нарцисизм природним етапом розвитку особистості, але за певних умов він може переростати у патологію. Згідно з його поглядами, нарцисизм виникає внаслідок відхилень у ранньому дитинстві, коли дитина не отримує належної любові або, навпаки, отримує надмірну увагу, що згодом призводить до нарцисичних рис у дорослому віці. Фрейд також підкреслював значення нарцисизму для формування самоповаги та самооцінки людини, що є базовими компонентами її психічного здоров'я.

Сучасні теорії особистісних розладів розширюють уявлення про нарцисизм, трактуючи його як один з основних аспектів нарцисичного розладу особистості (Narcissistic Personality Disorder, NPD), що включений у діагностичні системи, такі як DSM-5. У межах цих теорій нарцисизм розглядається не лише як індивідуальна риса, але як складне психологічне явище, яке впливає на когнітивні, емоційні та соціальні аспекти функціонування людини. Вчені акцентують увагу на тому, що нарцисичний

розлад особистості характеризується глибокими порушеннями у сфері емоційної регуляції, що призводить до проблем у міжособистісних відносинах, труднощів із співпереживанням та надмірної самовпевненості.

Особливе значення у роботі приділено дослідженню соціальної природи розвитку нарцисичних рис. Багато сучасних психологів наголошують на тому, що нарцисизм формується під впливом соціальних факторів, таких як виховання, культурні цінності та моделі поведінки, які діти засвоюють у процесі соціалізації. Наприклад, у суспільствах, де надмірно культивуються індивідуалізм, успіх і самореалізація за будь-яку ціну, нарцисичні риси можуть бути заохочені та посилені. Водночас середовища, де превалюють кооперація, емпатія та співчуття, можуть створювати умови для розвитку більш гармонійних особистісних характеристик.

Окрему увагу в дослідженні приділено ролі соціалізації та раннього дитинства у формуванні нарцисизму. Саме в цей період закладаються основи самосприйняття дитини, її здатність до співпереживання, прийняття інших і взаємодії з оточенням. Теорії дитячого розвитку підкреслюють, що надмірна батьківська увага або, навпаки, її дефіцит можуть призвести до формування нарцисичних тенденцій. Невідповідність між очікуваннями батьків і можливостями дитини, відсутність позитивної зворотної реакції або постійне порівняння з іншими дітьми також сприяють виникненню проблем із самооцінкою та схильності до надмірного захисту власного «я».

Методи корекції та терапевтичні підходи є ключовим аспектом дослідження, оскільки сучасна психологія пропонує різноманітні шляхи для корекції нарцисичних рис особистості. Серед основних методів варто виділити когнітивно-поведінкову терапію (КПТ), яка спрямована на зміну негативних моделей мислення та поведінки. КПТ допомагає пацієнтам усвідомити власні неадаптивні установки, зокрема завищені очікування щодо інших і нереалістичні уявлення про себе. Під час терапії люди з нарцисичними рисами навчаються новим способам взаємодії, підвищують здатність до емпатії та

відпрацьовують навички ефективного спілкування, що допомагає зменшити деструктивну поведінку в соціальних стосунках.

Психоаналітична терапія, заснована на глибинному аналізі особистості, також є важливим підходом у корекції нарцисизму. Вона зосереджується на дослідженні дитячих переживань та конфліктів, які призвели до розвитку нарцисичних тенденцій. Зокрема, терапія допомагає пацієнтам опрацювати невирішені емоційні травми, знизити потребу в зовнішньому захопленні та розвинути глибше розуміння своїх внутрішніх переживань. У результаті пацієнти стають більш здатними до побудови стійких та здорових стосунків із оточенням.

Інтегративний підхід поєднує різні терапевтичні моделі, зокрема елементи КПТ, психоаналізу та інших технік, що дозволяє адаптувати лікування під індивідуальні потреби пацієнта. Інтегративний підхід сприяє тому, що терапія враховує як когнітивні, так і емоційні аспекти особистості, допомагаючи людині краще зрозуміти та коригувати власні нарцисичні риси.

Окрему увагу в роботі приділено соціально-психологічним тренінгам, які спрямовані на розвиток емпатії та самосвідомості. Ці тренінги допомагають людям з нарцисичними рисами навчитися відчувати й розуміти емоції інших людей, розвивати співчуття та формувати конструктивні стратегії взаємодії. Тренінги також сприяють розвитку саморефлексії, що є важливим для усвідомлення власних емоційних станів і впливу на оточення. Це допомагає знизити рівень агресії, розчарування в інших людях та конфліктність, яка часто виникає у міжособистісних стосунках нарцисів.

Результати дослідження можуть мати значний практичний вплив у кількох сферах. У психологічному консультуванні, ці знання можуть використовуватись для створення індивідуальних програм допомоги людям з нарцисичними рисами, спрямованих на покращення їхньої здатності до соціальної адаптації та розвитку емпатії. Крім того, у соціальній роботі отримані дані можуть стати основою для розробки спеціалізованих програм інтеграції та підтримки людей, що мають труднощі у міжособистісній

взаємодії через нарцисизм. У психотерапії ці результати можуть бути використані для вдосконалення терапевтичних підходів, спрямованих на корекцію деструктивної поведінки та розвиток здорових моделей взаємодії.

Висновки. Люди з нарцисичним характером можуть успішно адаптуватися в соціальному середовищі за умови своєчасної психологічної підтримки та корекції дезадаптивних поведінкових моделей. Важливим фактором є не лише зміна їхньої поведінки та мислення, але й розвиток здатності до співпереживання та самосвідомості. За допомогою психотерапії, соціально-психологічних тренінгів та інших методів корекції можна допомогти таким людям стати більш гнучкими у взаємодії з іншими, зменшити конфліктність та покращити якість їхніх міжособистісних відносин.

Список використаних джерел:

1. Горбач, О. В. (2017). Нарцисизм і соціальна адаптація в сучасному суспільстві. Вінниця: ВНТУ.
2. Клименко, В. В. (2013). Психологія нарцисизму та самозакоханості: особистісний і соціальний контексти. Львів: Українська академія друкарства.
3. Корбут, А. О. (2015). Особливості прояву агресивних реакцій у нарцисичних особистостей. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2(13), 194-200.
4. Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2011). The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments. John Wiley & Sons.
5. Gabbard, G. O. (2014). Psychodynamic Psychiatry in Clinical Practice. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.