

ВПРОВАДЖЕННЯ ТА ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПОНЯТТЯ КОНСТРУКТИВНОЇ НАРЦИСИЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ

Олександр Фільц, доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри психіатрії і психотерапії
Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького
Українська Спілка Психотерапевтів
м. Львів, Україна

Юлія Мединська, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психіатрії і психотерапії
Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького
Українська Спілка Психотерапевтів
м. Львів, Україна

Оксана Лизак, кандидат медичних наук, доцент кафедри психіатрії і психотерапії
Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького
Українська Спілка Психотерапевтів
м. Львів, Україна

IMPLEMENTATION AND THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE CONCEPT OF CONSTRUCTIVE NARCISSISTIC REGULATION

Oleksandr Filts, Doctor of Medical Sciences, Professor,
Head of the Department of Psychiatry and Psychotherapy
Lviv National Medical University named after Danylo Halytskyi
Ukrainian Umbrella Association of Psychotherapists
Lviv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-5350-8305>
pavenckyj.o@gmail.com

Yuliia Medynska, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Department of Psychiatry and Psychotherapy of Lviv National Medical University
named after Danylo Halytskyi
Ukrainian Umbrella Association of Psychotherapists
Lviv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-5688-0903>
yukia@ukr.net

Lyzak Oksana, Candidate of Medical Sciences, Associate Professor,
Department of Psychiatry and Psychotherapy of Lviv National Medical University
named after Danylo Halytskyi
Ukrainian Umbrella Association of Psychotherapists
Lviv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-3677-2606>
oklyzak@ukr.net

Вступ. Концепти нарцисизму, нарцисич- тримки нарцисичного гомеостазу є одними
ної регуляції, розвитку здатності до під- із фундаментальних понять у психоаналізі

та в сучасній психотерапії загалом. І хоча сказано та написано на цю тему немало, проте і натеper розуміння цього принципового поняття залишається суперечливим та «розмитим». Клінічний досвід психотерапевтичної та психіатричної допомоги різним категоріям пацієнтів та клієнтів, а також виклики сучасності, часто позначуваної як «епоха нарцисизму» або «влада нарцисичної культури» (Lasch, 2019; MacDonald, 2019), свідчать про потребу ширшого концептуального осмислення нарцисичної феноменології та динаміки.

Розглядаючи поняття «конструктивна нарцисична регуляція», ми будемо мати на увазі передусім її результуючий «продукт»: а) оптимально (досить добре) врегульоване відчуття власної гідності та б) позитивний та конструктивний «слід особистості» в існуючій культурі. Конструктивному полюсу нарцисичної регуляції протистоїть її деструктивний полюс, всебічно досліджений у психоаналітичній теорії і практиці та найяскравіше відображений у понятті так званого злякисного нарцисизму. Оскільки, однак, сучасна психоаналітична теорія не оперує поняттями «гідність», «самоповага», «потреба у пізнанні», «слід у культурі», то ми звертаємось до терміна «нарцисизм», доповнюючи його класичне розуміння своїм баченням.

Дослідження нарцисизму розпочалося із вивчення його патологічних форм, які негативно впливають на адаптацію, стають базовими патогенетичними чинниками для низки симптомів, що як «спільний знаменник» містять у собі переживання пустки, безсенсовності, порожнечі, неспроможності, «малості», фонового сорому, нестачі психічних сил, цінностей та життєвих цілей, а також невгамовної заздрості та агресії у стосунках. Можна сказати, що патологічні форми нарцисизму виростають на ґрунті серйозної патології вітальності – зниження рівня психічного наснаження внутрішнього життя. Цей дефіцит має конкретні вияви на рівні переживань, поведінки і побудови стосунків та, відповідно, потребує заповнення описаної нестачі різними способами.

Природно припускати, що нарцисизм, як і кожен фундаментальний феномен у нашій

психіці, має і конструктивні, здорові форми. Відповідно, наша стаття буде присвячена уточненню та концептуалізації саме цього – здорового – полюсу всього спектру нарцисичних проявів людини, вкладеного нами у поняття конструктивної нарцисичної регуляції.

Ми пропонуємо визначення, згідно з яким конструктивна нарцисична регуляція є своєрідним аттрактором Лібідинозного та Агресивного потягів (трібів) на службі пізнання та побудови стосунків, а також досягнення оптимального нарцисичного гомеостазу, тобто відчуття власної гідності у потребі людини адаптивно реалізувати себе у середовищі культури.

Конструктивну нарцисичну регуляцію ми визначаємо як процес оприсутнення особистістю своїх задатків та амбіцій у стосунках зі світом відповідно до власних смислів та цінностей, що супроводжується балансуванням об'єктних стосунків зі здатністю залишатися в контакті із собою та виміром загальнолюдської культури.

І ще одне принципове зауваження: розглядаючи поняття «конструктивна нарцисична регуляція (особистості)», матимемо на увазі, що феномен нарцисизму ми позиціонуємо як третій, базовий потяг (тріб, драйв), характерний лише для виду *homo sapiens*. Нарцисизм, як ми думаємо і як ми бачимо на практиці, не є «інструментом для виконання Лібідинозних чи Агресивних композицій». Нарцисизм має в онтогенезі людини самостійну «мелодію», створюючи разом і у взаємодії з Лібідо та Агресією (притаманним усім тваринам) складну «симфонію», специфічну лише для Людини – з усією її величию та ницістю.

Мета статті – артикулювати та обґрунтувати такі припущення:

– Крізь призму дуальної тріб-теорії «сексуальність – самозбереження» нарцисичні тенденції (які приписуються до групи Я-потягів), можуть розглядатися не менш фундаментальними, аніж сексуальні. Вони забезпечують «третій» вектор психічного простору – вектор «епістемофілії», рефлексивного (повернутого на власне Я) самопізнання – задля реалізації прин-

ципу «хтивості»¹ (Lustprinzip) у стосунках з об'єктним світом культури.

– Повертаючись до класичного парадоксу нарцисичної концепції, у якій нарцисизм є одночасно і самостійною психічною інстанцією, так би мовити третім вектором психічного простору, і захисним механізмом на службі протистояння Лібідо і Агресії, до останньої дуалістичної концепції потягів З. Фрейда, в якій він протиставляє Ерос і Танатос, ми знаходимо підкріплення виявленого парадоксу через таке розуміння: безоб'єктного світу не існує, адже нарцисичні тенденції любовними (Ерос) або деструктивними (Танатос) «нитками» міцно прив'язані до світу значимих об'єктів.

– Отже, парадокс нарцисизму – це рух «від світу, всередину себе», неможливий без наявності цього світу та інших, які його конституують. Нарцисичне переживання себе (Самість, Єство) – це ядро, «центральный атрактор» уяви про світ об'єктів, об'єктний світ – запорука існування нарцисичного ядра – суб'єктивного образу цього світу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій та виклад основного матеріалу з обґрунтуванням отриманих результатів.

З метою збереження логіки наших міркувань у подальшому тексті поєднано огляд історії дослідження нарцисизму, починаючи від З. Фрейда і завершуючи сучасними дослідженнями, та наші висновки й ідеї стосовно концептуалізації поняття конструктивної нарцисичної регуляції.

Зигмунд Фрейд та послідовники: труднощі класичного підходу. Перші кроки у висвітленні нарцисичних феноменів та про-

цесів зроблено на ранніх етапах розвитку психоаналізу, і, очевидно, ці наближення до концептуалізації нарцисизму розгортаються у теоретичному полі тріб-теорії – фундаментальної складової частини психоаналітичної теорії як такої. Разом з історичними турбулентностями у розумінні потягів самим З. Фрейдом та його послідовниками змінювалось і бачення нарцисизму. Наприклад, один із перших великих розколів у початковій архітектурі психоаналізу спричинила соціально орієнтована концепція А. Адлера, який поклав в основу власного бачення Людини специфічний базовий інстинкт – «соціальний інтерес», опозиційний до Лібідо та Агресії. Натомість нарцисизм як такий для А. Адлера виявився зовсім не проблемою, а лише способом компенсації іншого базового феномена – почуття меншовартості (Inferiority), яке, своєю чергою, є «рушійною силою» для соціального інтересу та прагнення соціального визнання (Carlson, 2012).

У Фрейдівому ж психоаналізі фундаментом теорії є дуальна природа лише двох базових потягів (трібів, драйвів), які кожен окремо та у взаємодії формують «постійно діючу силу». І це означає, що нарцисичні процеси, як підвладні універсальному впливу сил Лібідо та Агресії, постійно наснажуються енергією цих сил. А сили ці, своєю чергою, активуються постійними життєвими потребами, які неможливо задовольнити раз і назавжди. Як голод, як напруга сексуального потягу, як вроджена та необхідна для самозбереження агресія (охорона границь існування), так і потреба у визнанні власної цінності (тобто нарцисична потреба у визнанні свого окремішнього місця серед інших) постійно пульсують навколо точки рівноваги. Нарцисична рівновага циклічно відновлюється і втрачається. Адже на неї впливають постійні видозміни у конфігураціях соціальних вимог і, відповідно, потреб особистості: від найбільш примітивних – безпосередньої насолоди від захопленого «блиску в очах» матері, безоціночного прийняття іншими будь-яких проявів успіху чи невдачі – до найскладніших – відчуття здійснення власного призначення, ефективної чи провальної реалізації вроджених здібностей відповідно до автентичної системи цінностей.

¹ Терміном «хтивість», «хтиве» (Я) ми перекладаємо одне із центральних понять психоаналізу – поняття «Lust», покладене Фрейдом в осердя його теоретичних роздумів – «Lustprinzip». Цей принцип прийнято перекладати як «принцип задоволення» (pleasure principle), де слово «Lust» розуміється як «отримання задоволення». Такий прижитий переклад, однак, не відображає смислу Фрейдівського поняття «Lust». Адже під цим поняттям Фрейд розумів прагнення Позасвідомого (або Воно) до негайного та безперешкодного задоволення своїх елементарних потягів (трібів, драйвів). Таким чином, Lust є не лише задоволення як таке, а й стремління до такого, тиск позасвідомого на шляху отримання задоволення, а також і наявність елементарних потреб. Тому найточнішим перекладом поняття «Lust» ми і вважаємо слово «хтивість», яке, на нашу думку, відображає смисл та обсяг усіх значень оригінального фрейдівського поняття.

Формально першість у відкритті нарцисичних механізмів психічного функціонування належить німецькому психоаналітикові К. Абрагаму, котрий описує «ауто-еротичний відхід від світу», що має місце при шизофренії (Abraham, 2018). Однак детально феномени нарцисизму (в оригіналі – нарцизму) досліджує надалі З. Фройд, розвиваючи свою думку та висвітлюючи нові ідеї в роботах «Три нариси по теорії сексуальності» (1905, але примітка про нарцисичний вибір об'єкта при гомосексуалізмі з'являється в 1910) (Фройд, 2008), «Тотем і табу» (1912) (Freud, 2013), «Про нарцизм» (1913/14) (Freud, 1914), «Траур і меланхолія» (Freud, 1917), Лекція № 26 і циклу лекцій із психоаналізу (1917) (Freud, 2012), «Я і Воно» (1923) (Freud, 1923), «По той бік принципу задоволення» (1920) (Фройд, 2020).

Зокрема, в роботі «Про нарцизм» (Freud, 1914) З. Фройд об'єднує в одну групу вісім різних станів та феноменів, котрі, на його думку, можуть мати певний спільний механізм формування: шизофренія (зокрема, парафренне маячення величі), гомосексуальність, психологія хворого на органічну хворобу, іпохондрія, закоханість, сон, поведінка дітей і психологія примітивних спільнот, завищена самооцінка. Усі ці феномени поєднані одним і тим самим способом функціонування Лібідо: будучи спрямованим на зовнішні об'єкти, Лібідо у разі необхідності та за несприятливих обставин «відривається», «від'єднується» від них і скеровується на власне тілесне та / або психічне Его. Відтак у людини виникає насажене енергією Лібідо відчуття величі та всемогутності; розвиваються (захисні) магічні вірування і формується егоцентрична позиція. Така зміна вектору скерування Лібідо приводить до утворення своєрідного «нарцисичного кокону» – «енергетичної оболонки», котра невидимою захисною стіною відгороджує нарцисичну особистість від світу об'єктних стосунків. Але тоді критично редукується, «згортається» потреба обмінюватися почуттями та досвідом, черпати цінності у стосунку, турбуватися, відчувати вдячність, ніжність та здатність формувати прив'язаність.

Тут ми хотіли би звернути увагу на три моменти.

По-перше, З. Фройд, а відтак і його послідовники, не дають відповіді на питання: куди саме, у яку сферу психічних процесів та задля чого Лібідо «нарцисично спрямовується на власне Его»?

По-друге, якщо механізмом спрямування Лібідо «на самого себе» (по суті, на свій власний психічний апарат) є чимось нарцисичним, то це нарцисичне повинне мати таку (інтенційну) силу, яка дорівнює або *перевищує притягальну силу об'єктів зовнішнього світу*. І до того ж силу, яка спроможна «розвернути» Лібідо від його природного й основного вектору спрямування – на об'єкти. Іншими словами, так позиціонований З. Фройдом нарцисизм вже за його визначенням є «силовою інстанцією», енергією, яка дорівнює або за певних обставин і перевершує силу Лібідо. Якщо так, то *якою інстанцією є нарцисизм?*

І по-третє. Із вищеописаного первинного уявлення З. Фройда про нарцисизм легко прочитується, що *результатом дії сил нарцисизму є порушення об'єктних стосунків, їхніх ціннісних аспектів та їхнього значення*. При цьому патологічні випадки нарцисизму «оголюють» те місце або той психічний простір, куди нарцисизм розвертає сили Лібідо. І цим психічним місцем та простором є *не реальний, а уявний образ світу, фантазії та ідеї* (нехай навіть відірвані від реальності як при аутизмі чи психозах), якими регулюються нарцисичні внутрішньопсихічні стосунки зі світом. Значна частина цього психічного простору, звісно ж, залишається позасвідомою, і в нормі ми її можемо реєструвати, зокрема, у *сновидіннях*. А в процесі терапії за умови домінування нарцисичної тематики виникає ситуація «двох паралельних перенесень», а не перенесення пацієнта / клієнта та контрперенесення аналітика.

У цьому першому гіпотетичному підсумку ми перебуваємо у концептуальних пошуках, близьких до поглядів Рональда Бріттона, котрий висовує та обґрунтовує існування *третьої психічної «сили» – епістемофілічного інстинкту – інстинкту прагнення пізнання* (Britton, 1986, 2003) (зауважимо, що сам термін «епістемофілія» запропонований М. Кляйн (Sforza, 2018)). Тому надалі ми неодноразово будемо звертатись до аргументації цього автора.

Повертаючись до З. Фрейда, зазначимо, що його робота «Потяги і їх долі» (Freud, 1915) написана у час, коли він наближається до строгішого обґрунтування своєї першої теорії дуалістичної природи потягів. З. Фрейд виділяє два базових потяги (тріби). Сексуальний потяг еволюційно служить продовженню виду і штовхає особистість до поведінки, котра не завжди є корисною і безпечною для неї самої. Натомість потяги самозбереження (потяги Я) «турбуються» про виживання кожного конкретного індивіда.

У роботі «Про нарцизм» (Freud, 1914) З. Фрейд пише про можливість скерування сексуального потягу або на об'єкти і / або на Я (останній він називає нарцисичним Лібідо). Якщо, однак, подивитися на нарцисизм *крізь призму клінічного досвіду*, то можна побачити, що нарцисизм зовсім не завжди залежить від «примх» Лібідо, а знаходиться у полі взаємодії обидвох потягів (і Лібідо, і Агресії), які наснажують Я. Адже зрозуміло, що нарцисизм має справу як зі лібідинозно-сексуальними, так і з агресивними патернами.

Наприклад, нарцисизм має здатність наснажувати функції Его енергією сексуального потягу, задоволенням та насолодою, котрі «енергетично» виникають у момент реалізації та розрядки сексуального трібу. Те, що важливим складником нарцисичної регуляції є цінність та значимість «якісного» сексуального життя, також не викликає сумнівів. Зрештою, як і *регулярного задоволення потреб цієї сфери*, включно з усіма складними дериватами, утвореними в результаті сублімації (здатність переживати ніжність, прив'язаність, довіру, близькість, естетичну насолоду тощо).

Але ж однаково зрозуміло, що для підтримання психічної рівноваги, самоповаги та й можливості отримувати задоволення як таке необхідно «адекватно», не самодеструктивно управляти силами агресивного потягу. З. Фрейд тому і позиціонує нарцисизм як специфічний механізм захисту від агресивних імпульсів (потягу до смерті), спрямованих на Его, і таких, які він називає Танатосом.

Як бачимо, концепція нарцисизму, сконструйована З. Фрейдом, була *ab ovo* заплутаною у своїх заснуваннях, а тому не перед-

бачала питань, які ми можемо сьогодні до неї поставити. З одного боку, нарцисизм є *інстанцією*, яка має силу відвертати Лібідо та всі його конструктивні здатності від світу об'єктів, переспрямовуючи енергію Лібідо на власне Я. Це, так би мовити, та функція нарцисизму, яка забезпечує людині почуття любові та поваги до себе так, як можуть і мають – *в уяві* – любити і поважати ідеальні об'єкти (всєблагі та добрі материнські, опікуючі, уважні та емпатичні). Нарцисизм, отже, є таким, що постійно діє у векторі стосунку «хтив² Я – ідеальні та всєблагі об'єкти» – «ідеалізовані та всєвладні об'єкти – нужденне Я». Іншими словами, нарцисизм встановлює такий стосунок Я до самого себе, який за своєю суттю є *рефлексивним*, «дзеркальним» *відбиттям ідеальних об'єктів*.

Власне кажучи, через нарцисизм та його рефлексивне спрямування значною мірою і відбувається самопізнання. Коли, скажімо, пацієнти питають аналітика: «То хто ж я є насправді?», то найкоротша відповідь могла би бути на зразок: «Той, ким Ви є в очах інших, важливих для Вас людей». А якщо пацієнти доходять висновку, що насправді вони не знають, чого хочуть, то на це найпростішим було б, мабуть, сказати: «Найчастіше Ви хочете того, що Вам пропонують або забороняють, що хочуть або не хочуть інші (або світ)».

З іншого боку, нарцисизм для З. Фрейда є *захистом*, причому у декількох аспектах. Передусім він є «щитом» від деструктивних сил Агресивного потягу, який загрожує розладнати відчуття *внутрішньої когезивності* (зв'язності частин в одне ціле) і *збалансовану самооцінку*. Своєю чергою, збереження внутрішньої цілісності та збалансованої самооцінки забезпечує *необхідну стійкість* перед обличчям потенційних проблем або травматичного досвіду. Можна сказати, що таке розуміння нарцисизму З. Фрейдом по суті перформатує *реально загрозові чи знецінюючі стосунки (зі світом) в уяві*.

Мелані Кляйн та інші: травматичні та деструктивні виміри нарцисизму. У теорії об'єктних стосунків прояви нарцисизму

² Див. примітка 1.

детально досліджуються у своїх патологічних формах. Зокрема, М. Кляйн акцентує увагу на вродженій диспропорції Агресивних та Лібідинозних потягів (Klein, 1997). У разі переважання деструктивного (агресивного) потягу редукується здатність до вдячності та зростає рівень фонові заздрості. Це, своєю чергою, супроводжується бажанням зруйнувати та знищити добрий об'єкт, який власне і викликає цю заздрість. Вроджена сила деструктивного потягу може бути компенсована якісним контейнуванням, високою чутливістю опікунів до потреб дитини, «калібруванням» фрустрації. Так створюються передумови для послаблення реактивної «фрустрогенної» люті та деструктивних фантазій немовляти, а відтак і для підсилення процесів подолання розщеплення та формування депресивної позиції, необхідної для подальшого розвитку психіки. Для М. Кляйна та її послідовників *здатність інтегрувати* переживання любові та гніву, провини та бажання репарації обмежує нарцисичні тенденції самозамикання в образах фантазійної уяви. Це стабілізує та збагачує об'єктний стосунок, а також розвиває здатність до мовної символізації. Інтегрований об'єктний світ, яким він постає для немовляти на депресивній позиції, корелює з більш диференційованим та інтегрованим самопереживанням – нарцисичною констеляцією більш зрілого рівня.

Інший представник школи об'єктних стосунків Г. Розенфельд (Rosenfeld, 2019) описує дві форми патологічного нарцисизму – лібідинальну та деструктивну, кожна з яких виникає в результаті збоїв контейнування дитини в перші місяці життя на етапі шизоїдно-параноїдної позиції. У першому випадку архаїчно (примітивно) ідеалізованими є *позитивні частини власного Селф*. Ідеалізація утримується на шляху проєктивної та інтроєктивної ідентифікації зі всемогутнім об'єктом: начебто всемогутній об'єкт зобов'язаний розуміти і знати всі мої потреби (проєктивна ідентифікація), а я натомість втілюю в собі всемогутність цього об'єкта (інтроєктивна ідентифікація). Нарцисична особа відчуває, що всі добрі риси, які існують у зовнішньому світі, є її власними рисами або підлягають її абсолютному контролю.

Ця захисна структура потужно оберігає психічну рівновагу особистості, однак ненадійно та обмежено. Тобто до тих пір, поки якісь події не зіткнуться нас із реальною, а не уявною дійсністю. Відтак людина може повністю розчаруватись у своїх фантазіях про власну спроможність, втративши свою внутрішню рівновагу та самооцінку. Проблема не в самій ідеалізації при формуванні самооцінки – проблема в тому, *наскільки далеко* ця ідеалізація відводить уяву та фантазії особистості про дійсність від її реалістичного тестування. Чим більшим є розрив, тим вищою є загроза декомпенсації.

У другому випадку – при деструктивному нарцисизмі – пацієнти ідеалізують *деструктивні частини власного Селф*. Це може мати дві форми: «мовчазну, німу» та «очевидну». Першу форму зустрічаємо тоді, коли нарцисичні патерни функціонування діють дуже непомітно. У психотерапії хронічне, «тихе» знецінення і деструкція непомітно і «нечутно» впливають на стосунок пацієнта і терапевта. Такого пацієнта Г. Розенфельд порівнює з немовлям, яке фантазує про те, що саме себе народило і може саме виростити себе. Пацієнт має поблажливо-зверхне ставлення до аналітика, як, зрештою, і до всіх інших важливих об'єктів. Та коли виявляється, що аналітик може бути цінним, пацієнт переживає приступ заздрості та люті через те, що хтось може бути не менш компетентним або й компетентнішим, ніж я.

У разі «очевидної», видимої форми нарцисичного порушення деструкція наче зваблює пацієнта, виглядає підтримкою його самоствердження, а будь-які Лібідинозні аспекти стосунку з об'єктом (любовні, базовані на довірі, опіці) ним знецінюються, атакуються і знищуються з величезною приємністю. Це тріумф деструкції, насолода від знецінення цінного, яка дає поточну насолоду, але *позбавляє стосунку*, блокує розвиток, який міг би розгорнутися в контакт з значимими об'єктами. Як пише З. Фройд у роботі «По той бік принципу задоволення», це «чиста культура смерті» – результат дії Танатосу, що має абсолютно протилежну ціль, аніж Ерос (Фройд, 2020).

Йдучи за думкою Г. Розенфельда, знову бачимо, як нарцисичний складник психічного

досвіду потребує для свого розгортання *стосунку* з об'єктним світом. Нехай цей контакт є спотвореним, деструктивним, але він є тим єдиним простором, у якому все ж існує хоча б якась можливість використати партнера по стосунку в якості – нехай кривого – але дзеркала. Таким чином ми знову наштовхуємося на парадоксальність нарцисичної самоізоляції: без стосунку з об'єктом, нехай деструктивним і «ніяким», вона все ж неможлива. Якість об'єктних стосунків визначатиме якість нарцисичного переживання самого себе, яким би воно не було. А воно існувати у вакуумі не може. Жоден живий організм не здатний існувати як замкнута система, адже такі системи приречені на самознищення.

Поглянемо більш диференційовано на варіанти проявів нарцисизму. На думку О. Кернберга (Kernberg, 1992), нарцисичні феномени можуть мати три форми: нормальний інфантильний (незрілий) нарцисизм; нормальний дорослий нарцисизм; патологічний нарцисизм. Нормальний (як незріло інфантильний, так і дорослий) нарцисизм є проявом Лібідо, спрямованого на «нормальне» Его, тобто на таку психічну структуру, в якій якісно інтегровані Лібідо і Агресія, «хороші» і «погані» Я-репрезентації та об'єкт-репрезентації, необхідні для побудови реалістичної концепції Я. Відтак інтеграція любові і ненависті, за О. Кернбергом, є передумовою для здатності «нормально кохати» – мати здорові та симетричні об'єктні стосунки.

Патологічний нарцисизм відрізняється як від звичайного дорослого нарцисизму, так і від нормального інфантильного нарцисизму (або від станів регресії до такого). На відміну від двох останніх станів, патологічний нарцисизм з'являється тоді, коли Лібідо спрямоване не на гармонійно інтегровану структуру Я, а на патологічну. Це патологічне грандіозне Я містить у собі компоненти реального та ідеального Я, реальних та ідеальних об'єкт-репрезентацій, які є розщепленими (знеціненими та ідеалізованими), відщепленими, витісненими або спроектованими. Тобто коли психічна енергія як «конструктивна сила» спрямовується на тріщини і перекоси у психічному каркасі Его, посилюючи їх, а не сам цей каркас.

При цьому серед усіх проявів патологічного нарцисизму Кернберг виділяє дві форми. Перша відповідає «нарцисичному вибору об'єкта», який З. Фройд описує в роботі «Про нарцизм» (Freud, 1914). Він формується, коли Я пацієнта ідентифікується з об'єктом у такий патологічний спосіб, коли інфантильні уявлення пацієнта про власне Я (інфантильні Я-репрезентації) проєктуються на цей об'єкт. Таким чином створюються стосунки, в яких Я і об'єкт наче обмінялися своїми функціями. Це часто трапляється у випадках чоловічої і жіночої гомосексуальності. О. Кернберг підкреслює, що хоча патологія таких пацієнтів є серйознішою, аніж та, що виникає на основі нормального нарцисизму, та все ж більше шансів, що вони відповідають нормальному інтегрованому Я і нормальному інтерналізованому світу об'єктних відносин. Другий, більш важкий тип патологічного нарцисизму – нарцисична особистість у вузькому розумінні. Цей особливий тип дисгармонії характеру передбачає наявність у пацієнта патологічного грандіозного Я як захисту від внутрішньої психічної «порожнечі». Для таких пацієнтів типовими є інтенсивні конфлікти, в яких змішуються едипальні і доедипальні теми, головною з яких є доедипальна агресія, пов'язана зі специфічними для таких пацієнтів конфліктами заздрості. Іншими словами, за захисною структурою грандіозного Я ховаються конфлікти, типові для межової особистісної організації. Недостатність об'єктних стосунків (нарцисична ізоляція, нарцисична замкнутість на собі й у собі), що лежить на поверхні, є захистом від прихованих вкрай патологічних інтерналізованих об'єктних стосунків.

«Незалежні» британські аналітики (Fairbairn, 1958, Guntrip, 1973, 2018) мають більш м'який, так би мовити приймаючий та розуміючий підхід до феноменів нарцисизму. Якщо об'єктна школа «покладає відповідальність» за патологічні форми нарцисизму на дитину та її вроджену психофізичну конституцію, в якій переважає деструкція, то «незалежні» фокусують увагу на недоліках у роботі «виколюсуючого» середовища (holding environment). Ця концепція є теоретичною базою, у якій вибудовуються поняття Фальшивої та Істинної Самості Д. Вінні-

котта (Winnicott, 2018), первинної любові та сфери творчості М. Балінта (Balint, 1958, 1986). Особливо цікавим у даному контексті є друге з названих понять. Йдеться про те, що кожна людина має *таку сферу досвіду, яка не потребує розмістити себе ні у діаді, ні у тріаді чи навіть у ширших соціальних стосунках*. Це така сфера, де просто не може бути хтось інший, де *нормальним* є перебування на самоті, у глибокій нарцисичній ізольованості. Однак такий стан може сприяти розвитку тільки у разі регулярного виходу з нього, періодичного або хоча б спорадичного контакту з реальністю – задля сприймання та засвоєння чуттєвих, емоційних та когнітивних досвідів, які надалі можуть бути використані як матеріал в акті творчості «без перешкод», на самоті.

Паралелі щодо нарцисичного дозрівання дитини знаходимо і в роботах американських аналітиків М. Малер (Mahler, 1974), Д. Стерна (Stern, 2018), котрі акцентують увагу на емпатичному, чутливому середовищі, необхідному для розгортання процесів інтеграції Самості, сепарації та індивідуації. Фактично йдеться про *здорове нарцисичне оприсутнення* дитини у власному тілі, в стосунках зі значимими іншими та у зовнішньому світі, які стають опорою для відчуття внутрішньої цілісності та стабільності. Роль об'єктів, неухильно необхідних для розвитку Самості, відіграють «затребувані компаньйони» в термінах Д. Стерна та «константні об'єкти» в термінології М. Малер.

Гайнц Когут: зцілення Самості. Чи не найбільш детально концепт нарцисизму розвинuto в теорії Г. Когута (Kohut, 2009, 2013). Коротко підсумуємо його погляди на розгортання нарцисичної лінії розвитку дитини. Досвід нарцисичної грандіозності є тим базовим фундаментом, на якому дуже повільно, маленькими кроками – епізодами взаємодії з доглядаючим об'єктом – може вибудовуватися здорова психіка. Якщо первинне оточення немовляти є досить добре налаштованим на його потреби та здатне до чутливого холдингу (виколисування), то немовля опиняється у світі безпеки та насолоди, спокійного буття, яке, однак, приречене на систематичне та неминуче збурювання труднощами

та фрустраціями, які чергуються з «чудесним порятунком» від незадоволення або і страждань. Таким чином немовля ментально акумулює два ряди переживань – досвід ідеального Я (грандіозного Я) та досвід контакту з ідеалізованими образами батьківських осіб (грандіозними батьківськими імаго), які стають двома полюсами абсолютного нарцисизму – всемогутнього (омніпотентного), блаженного, безконечно благополучного. Але неминучі фрустрації (голод, дискомфорт у тілі) постійно коригують такий досвід, руйнуючи його «бездоганність» та піддаючи його всемогутні властивості сумніву. Г. Когут називає такі стани «фрагментацією Самості». На його думку, невпевненість та незадоволення, тривога та гнів (лють), які виникають при неминучій фрустрації потреб, є «продуктами фрагментації Самості» (свого роду «розтріскування» Єства). Мама, котра регулярно помічає та усуває такий дискомфорт разом із тривогою та гнівом немовляти, інтегрує («склеює» і «реставрує») фрагментовану Самість дитини. Це відбувається за рахунок того, що матір «поміщає» немовля всередину своєї здорової, інтегрованої, врівноваженої Самості і таким чином забезпечує переживання досвіду порятунку, зцілення, перемоги над болем.

Завданням розвитку у парі мама – немовля, отже, є повторюване та успішне (рекурсивне) переживання цих коливань між задоволенням і фрустрацією; невтомне «склеювання» фрагментованої (розтрісканої) Самості немовляти, щоб у нього сформувався імпліцитний (тут – у внутрішній) досвід. А саме: порятунок, зцілення, блаженство є; хоча його можна втратити, але ж і можна повернути. У цих коливаннях грандіозне Я немовляти та грандіозні імаго батьків поступово (рекурсивно) коригуються, повільно набуваючи «нормальних розмірів» *здорового нарцисизму*, на відміну від нарцисизму нескоригованого – гротескно перебільшеного. Г. Когут називає цей процес «трансмутуючою інтерналізацією» (привласненням собі досвіду наскрізних змін, необхідних для дозрівання). І власне вона є лікувальним механізмом у довготривалій психоаналітичній психотерапії осіб із нарцисичними розладами. Таким чином, і збу-

рення, і повернення в стан спокою та безпеки неможливі у безоб'єктному світі, тобто у світі, в якому немає таких об'єктів, які дозволяють і зумовлюють процеси трансмутуючої інтерналізації. Власне через ці рекурсивно-циклічні процеси об'єкти і «оприсутнюються» у світі немовляти, стаючи елементами його Самості.

Пізніше до двох вищеописаних ранніх полюсів Самості (досвіду грандіозного Я та грандіозних батьківських імаго) додається ще третя сфера – полюс «близнюкового нарцисичного досвіду», «близнюкове Я». У цій площині дитина отримує нарцисичне підкріплення та ріст через почуття схожості з ідеалізованими батьками. Якщо вищеописані процеси протікають гармонійно, повторювано, регулярно, то на місце ідеалізованого батьківського імаго (конкретного образу батьків) приходять ідеали та цінності – абстрактні ідеї, які автоматично регулюватимуть життєвські цілі³.

Принципово важливим у розвитку здорової нарцисичної Самості є відгук матері на всі прояви немовляти – «блиск в очах матері» за Когуттом (Kohut, 2013). Лише в атмосфері цього захоплення та схвалення нарцисичне Я дитини може набути достатньої зрілості, а немовляча грандіозність зменшується до розміру здорових, реалістичних амбіцій дорослої людини, міцно вкорінених та стійких до розчарувань та поразок. Якщо ж цього не відбулось, то дитячий нарцисизм не доростає до зрілих символічних (соціально-культуральних) форм. Відтак у дорослому житті людини залишається невгамовна та ненаситна потреба шукати конкретних осіб, які стають або ідеалізованими, або знецінюються, або ж коливаються між цими двома полюсами. Самість такої людини залишається крихкою – із перебільшеними вимогами та очікуваннями, насиченою переживаннями невдачі чи катастрофи, коли не вдається досягнути ідеально визначену ціль. Така людина зазвичай мріє про часи, коли вона досягне ідеалізованого уявного тріумфу.

Але у повсякденні вона ігнорує наявні можливості будь-яких «поточних і дрібних» успіхів як недостатньо ідеальних. Крихка Самість такої людини є «чорно-білою», не знає нюансів, не здатна до компромісу, до толерування «неідеальних» результатів. Це поляризований, вимогливий та знецінюючий стосунок зі собою та світом, який неминуче призводить до зіткнень та гірких розчарувань в інтерперсональному та інтрапсихічному вимірах.

Коротко підсумуємо погляд Г. Когута на розгортання нарцисичної лінії розвитку. Набування здатності переживати оптимальну фрустрацію (*життєві труднощі та невдачі*) у процесі трансмутуючої інтерналізації (*«визрівання» Самості*) архаїчна грандіозність власного Я трансформується в здорову (зрілу) самооцінку, а архаїчні батьківські імаго – в здорові (прийнятні) ідеали та цінності. Завдання ранніх опікунів – уміти тепло відгукуватися на грандіозні проєкції дитини через приймаюче віддзеркалення, відтак легітимізувати нарцисизм, нормотиповий для раннього віку. А далі – емоційно супроводжувати дитину в процесі де-ідеалізації грандіозної Самості та імаго батьків до моменту формування позитивної самооцінки та реалістичних образів значимих інших.

Ще одна важлива ідея Г. Когута стосовно внутрішньої динаміки функціонування Самості полягає у тому, що всередині Самості постійно діє своєрідна «дуга напруги» – від базових амбіцій, через базові здібності й до базових ідеалів (Kohut, 2013). Ця дуга напруги є динамічною сутністю повноцінної Самості, позбавленої дефектів і уражень. Тобто такої збалансованої Самості, формування якої передбачає творчо продуктивне та наповнене життя. Іншими словами, нарцисичне дозрівання людини детерміноване *вродженим* (базові здібності), *набутим* і *«перехідним»* (сформовані у взаємодії з об'єктами навики) та *зовнішнім* (абстрактні або буквальні ідеали) рядами досвідів. Нарцисичний вектор, котрий прийнято вважати скерованим на Самість, Его або власне тіло, неминуче скеровується зсередини назовні і назад усередину. Це і є збалансована, динамічна *взаємодія екстерналізації* (реалізація у зовнішньому світі) вродженого потенціалу та наступної *інтерна-*

³ Ще Кант обґрунтував так зване «регулятивне» значення ідей та принципів для мотивів та вчинків людини. Це регулятивне значення ідей полягає у такому: приймаючи ідею (наприклад, справедливості), ми з автоматичною неухильністю приймаємо і зобов'язання всляко сприяти реалізації цієї ідеї – і в мисленні, й у вчинках. Ми будемо сприяти втіленню справедливості там, де це необхідно та можливо.

лізації (засвоєння результатів за рахунок) відгуку об'єктного світу.

Ставрос Менцос: три опорні колони особистості. Подібну, клінічно обґрунтовану, просту та зрозумілу концепцію нарцисичної регуляції пропонує психіатр та психоаналітик С. Менцос (Mentzos, 2017). Таку регуляцію особистості він описує на основі поступового «дозрівання» трьох базових «нарцисичних» «опорних колон»: а) Его-ідеалу (тілесного та психічного образу самого себе); б) об'єктних стосунків та внутрішніх об'єктів (образів важливих фігур та уявних стосунків з ними); в) підтримки з боку зовнішнього середовища та Супер-Его (похвали та критики). Дозрівання особистості, а відповідно, і формування «нормального» нарцисичного функціонування, згідно з С. Менцосом, відбувається шляхом *трансформації* архаїчних та грандіозних у своїй «доброті та зневазі» уявлень про власне Его, про важливі об'єкти та про зовнішній світ, а також про нещадну совість – у зрілу самооцінку, розважливі та доброзичливі внутрішні об'єкти, тверезе ставлення до похвали і критики, а також у принципове сумління.

Фактично роботи Г. Когута та С. Менцоса депатологізують нарцисичні потреби та нарцисичний розвиток особистості. За умови нормального розвитку нарцисичного складника особистості формується здорова здатність до самоповаги, самопрезентації у світі, самостійного вибору цілей та здатність досягати їх, позитивно оцінюючи досягнуте, навіть якщо здобуті результати не відповідають ідеальним очікуванням. У цьому сенсі можемо говорити про конструктивну нарцисичну регуляцію, про що йтиметься у наступному розділі статті.

Рональд Бріттон: узагальнення розвитку теорії нарцисизму. На думку Р. Бріттона (Britton, 2004, 2018), починаючи від З. Фрейда та К. Абрагама, вимальовується дві лінії вивчення та концептуалізації нарцисизму, які нині розглядають не як взаємовиключні, а як доповнюючі одна одну:

1. У контексті першого підходу нарцисизм розглядається як результат ранньої травмизації і вимушеного розвертання Лібідо на власне Его. Саме такий нарцисизм і має

захисний характер, дозволяючи зберегти хоч якийсь доступ до лібідинозних переживань, які охороняють від надмірних «претензій» агресивного потягу (трібу, драйву). З класичних позицій, як ми вже бачили, цей універсальний механізм інверсії Лібідо дозволяє уникнути контакту також і з тим *травматичним зовнішнім світом*, який може бути надто жорстким, холодним, відштовхуючим або й жорстоким та насильницьким. Але ж *навіть і в такій ситуації без адекватного катектування* (енергетичного наснаження) *об'єктних стосунків*, якими б вони не були, психіка не зможе отримувати достатньо «будівельних матеріалів», з яких могла би сконструювати себе саму. Без таких стосунків людина була би приречена на щось подібне до «абсолютно самодостатньої» історії Барона Мюнхгаузена, котрий витягнув себе разом із конем з болота, схопивши себе за волосся. Натомість клінічний досвід показує, що особистість із ранньою травмизацією, навіть наповненою «невимовним жахом» (Р. Бріттон), у дорослому віці не обов'язково матиме симптоматику повного самозамикання у світі уяви та фантазій аутичного типу.

Клінічна практика свідчить, що травматичний досвід разом із його об'єктними стосунками може містити в собі «нерозвіданий ресурс» виживання і навіть подальшого розвитку. Це підтверджують численні історії знущань над полоненими, яких Україні вдалося звільнити під час війни з росією.

З іншого боку, виходить так, що нарцисична особистість мусить мати «власні канали» чи способи контакту з об'єктним світом. Або інші механізми реалізації нарцисичних потреб, включно з потребою відчувати власну «живість», автентичність, тотожність собі самому, тяглість у часі та просторі, а також «видимість» у стосунках, тобто у *дзеркальному відображенні спостерігачів*. Мусить бути якийсь «запобіжний клапан», який не дає людині у разі зіткнення з травмою повністю замикатися у своєму внутрішньому світі уяви й фантазій. Можливо, таким «запобіжним клапаном» якраз і є те, що для задоволення нарцисичної потреби необхідно мати стосунок не лише з *Партнером* (який може бути і добрим, і небезпечним), але й з об'єктивним *Спосте-*

рігачем, який засвідчує реальність. У такому випадку ми стикаємося з доволі парадоксальною ситуацією: інверсія Лібідо на Его, котра теоретично може відбутися у разі небезпеки з боку об'єкта або і за відсутності партнерського об'єкта взагалі, на практиці вимагає когось, хто спостерігатиме як зовнішня особа та даватиме свій відгук на те, що відбувається.

Це наше припущення знову ж приводить до поглядів Р. Бріттона. У його концепції психічного функціонування центральну роль відіграє поняття *«трикутного простору»*. Беручи за основу версію М. Кляйн про роль первинної сцени у подальшому розвитку дитини (уявлення або фантазії про сексуальні стосунки батьків), Р. Бріттон звертає увагу на необхідність переходу від діадних (один на один) до отрикутнених стосунків як *ключового етапу онтогенезу*. Однак, на відміну від «класичного» розуміння отрикутнених стосунків, яке служить первинним «інструментом» соціалізації дитини, Р. Бріттон знаходить вагомий аргументи, аби показати, що дитина доволі рано здатна уявити собі об'єктні стосунки, *в яких вона є не учасником, а спостерігачем*. А вже набувши цю здатність, вона може її інтерналізувати (тобто привласнити собі роль спостерігача для всіх психічних процесів).

Це відтак дає людині *здатність досліджувати, спостерігаючи за собою у взаємодії з іншими*. Або, як би сказали ми, здатність встановлювати *стосунки* власного суб'єктивного світу з об'єктивною дійсністю. Р. Бріттон вперше описав це в аналізі пограничних пацієнтів, яким не вдалося сформувати досить переконливу третю – спостерігаючу (у нашому розумінні – *рефлексивну*) – позицію та відповідальний за неї трикутний простір (Britton, 2004, 2018).

Можемо до цього лише додати, що наш досвід психоаналітичної терапії осіб із виразною шизоїдною структурою показує, що надмірна здатність таких осіб до нарцисичного розвороту Лібідо на власне Его є чи не основним фактором формування у них специфічної позиції «спостерігача за дійсністю», домінування уявного світу над реальним та незвичної включеності у стосунки.

2. Друга лінія розвитку концептуалізації нарцисизму, за Р. Бріттоном, – це розуміння

деструктивного нарцисизму, який походить із вроджених особливостей дитини, підсилених ранньою травматизацією в стосунках з її піклувальниками. Якщо вроджений деструктивний потяг немовляти є дуже інтенсивним, почуття вдячності не формується і цей дефіцит заповнюється почуттям заздрості. Розвивається нарцисична структура, яка не здатна інтерналізувати Лібідинозний досвід. Така структура відкидає цей досвід або просто нищить його.

Розуміння нарцисичних процесів як заміщення Еросу Танатосом (Агресією), але все ж із намаганнями хоч якось зберегти об'єктні стосунки, виглядає більш логічним, адже передбачає *продовження психічного контакту із навколишнім світом*. Нехай цей контакт є деструктивним, просякнутим страхом, гнівом, заздрістю, але він також створює міцні, хоча й негативні, «прив'язки» особистості, що розвивається, до значимих осіб. Але тоді під питанням опиняються зміст та сенс нарцисичної рівноваги. Якщо йдеться про «блиск в очах матері», про можливість відчувати себе «добрим», «цінним», «спроможним» в оточенні таких самих благодатних об'єктів, то якими ж мізерними є шанси такого самоконструювання у світі «поганих об'єктів»? Узагальнюючий погляд на вищезгадані концепції Р. Бріттона полягає у тому, що нарцисична патологія виникає, коли в ході розвитку формується нищівне, агресивне, гіперболізоване Супер-Его. Таке стається, коли має місце або дефіцит контейнерування, або проблеми з віддзеркаленням.

Перша лінія концептуалізації нарцисизму розгортається в роботах британських незалежних аналітиків, теоретиків напрямку Селф-психології, інтерсуб'єктивного аналізу, друга – представників школи об'єктних стосунків. «Це дуже різні шляхи розвитку нарцисичної патології і дуже різна якість психічної структури на виході», – підсумовує Бріттон (Britton, 2004).

Повернувшись до наших гіпотез, можемо підсумувати: для формування нормального нарцисизму конче потрібен «нормальний» об'єктний світ, натомість «патологічний» нарцисизм розвивається в патологічному об'єктному світі. Ця патологія, «кривизна»,

дефіцитарність об'єктного світу, в якому не може розвинутися нормальний нарцисизм, виникає як результат неефективної роботи значимих об'єктів у їхній функції контейнера та дзеркала.

Після Г. Козута: спектр проявів нарцисизму. Тим часом і до сьогодні психоаналітики залишаються в позиції сумнівів та досліджень у темі нарцисизму. Як зазначають Z. Krizan, A.D. Herlache, «тема нарцисизму зазнає експоненціального вибуху в науковому світі... І це захоплення, і плутанина підживлюються гнучким використанням терміна «нарцисизм», що позначає все: від самоорієнтованого мотиваційного стану, нормальної фази психологічного розвитку, конфігурації рис особистості до розладу особистості... Існує мало консенсусу щодо того, що становить нарцисичну особистість. Ця відсутність консенсусу спричинила стійку плутанину щодо природи нарцисизму, іноді навіть загрожуючи онтологічному статусу цього столітнього психологічного конструкту» (Krizan, Herlache, 2018). Названі автори пропонують власну модель спектру нарцисизму (the narcissism spectrum model – NSM), що інтегрує грандіозну і вразливу форми нарцисизму та на якій коротко зупинимося нижче.

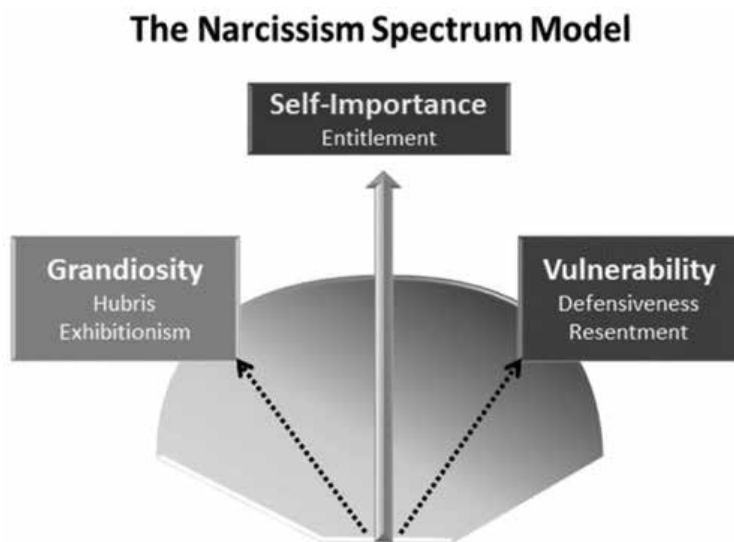
NSM визначає ядро нарцисичного стилю як переживання особою свого особливого права і важливості (entitled self-importance), переживання власних потреб та цілей виключно як важливіших за чужі, наявність завищеного відчуття значимості та гідності. На думку авторів NSM, це визначення є досить повним, щоб включити різноманітні прояви нарцисизму, представлені як грандіозними, так і вразливими темами в соціальній, особистісній та клінічній сферах. Власне поміщення відчуття самозначимості та особливого права в центр розуміння нарцисичних феноменів дозволяє побудувати теоретичні та емпіричні містки між грандіозним та вразливим полюсами нарцисичного спектру. Розрізнення полюсів нарцисичного континууму здійснюється на основі описаного Р. Клонінгером та підтвердженого численними дослідженнями підходу до визначення темпераменту (Cloninger, Svrakic, Przybeck, 1993): грандіозний нарцисизм пов'язаний із доміну-

ванням системи «залежність від винагороди», він супроводжується поведінкою, спрямованою на зближення (approach-oriented), а сензитивний – системи «уникнення небезпеки» та поведінкою уникання (avoidance-oriented).

NSM концептуалізує усі прояви нарцисизму як функції єдиного базового континууму специфічних рис. На полюсах даного спектру знаходяться розлади особистості як крайні прояви основних індивідуальних відмінностей, що стимулюють антинормативну культурну поведінку (наприклад, маніпулятивність, насильство, суїцидальність). Дана модель відображає ту ідею, що розлад особистості не є дискретним феноменом, який вимірюється за шкалою «є або немає», а, радше, розмитою множиною різних за інтенсивністю проявів патологічних рис характеру, що у різних комбінаціях у різних людей складаються в єдину систему особистісного функціонування, яку можна позиціонувати на нарцисичному спектрі. Даний спектр організований довкола трьох осей: відчуття особливого права і важливості (entitled self-importance); самозакохана грандіозність (approach-oriented підхід та проактивність); сензитивність (avoidance-oriented підхід та реактивність).

Очевидно, що на цьому спектрі є широка зона умовно нормальної, конструктивної нарцисичної регуляції, де показники по всіх трьох осях є гармонійно інтегрованими, не перевищують соціально прийнятні та адаптивні рівні інтенсивності. Здорова нарцисична регуляція мусить бути дуже вдалою констеляцією показників по всіх трьох осях, жодна з яких не розгортається поза межами об'єктного світу.

Усвідомлення власних нарцисичних потреб та здатність до їх конструктивного задоволення є невід'ємним складником психічного здоров'я. Якщо ми звіримося із визначенням психічного здоров'я, яке дає ВООЗ, то побачимо, що прямо про самооцінку, самоповагу, самоідентифікацію, відчуття гідності та достоїнства у ньому не йдеться: «психічне здоров'я – це стан благополуччя, при якому людина здатна реалізувати власний потенціал, долати звичайні життєві стреси, продуктивно й плідно працювати, а також робити внесок в життя своєї спільноти». Натомість



**Рис. 1. Модель нарцисичного спектру Z. Krizan, A.D. Herlache
(Krizan, Herlache, 2018)**

якщо ми звернемося до критеріїв психічного здоров'я ВООЗ, то знайдемо там параметри, які прямо пов'язані з функціонуванням здорової, інтегрованої, стабільної Самості: усвідомлення і почуття безперервності, сталості та ідентичності свого фізичного та психічного «Я»; почуття сталості та ідентичності переживань в однотипних ситуаціях; критичність до себе і до власної психічної продукції (діяльності) та її результатів; відповідність психічних реакцій (адекватність) силі та частоті впливів зовнішнього світу, соціальних обставин і ситуацій; здатність керувати власною поведінкою відповідно до соціальних норм, правил та законів; здатність планувати власне життя і реалізовувати ці плани; здатність змінювати поведінку залежно від зміни життєвих ситуацій і обставин. Усі перелічені вище ознаки складаються у комплекс, який можемо назвати «нормальним нарцисичним гомеостазом» або «конструктивною нарцисичною регуляцією».

У дослідженнях, присвячених діагностиці нарцисизму, можемо знайти описи феноменів цього порядку. Так, автори опитувальника Narcissistic Personality Inventory, NPI-40 R Raskin, C.S. Hall (Raskin, Hall, 1979) виділяють три діагностичні категорії: конструктивний нарцисизм, деструктивний нарцисизм, дефіцитарний нарцисизм. Вони пропонують такий опис конструктивного нарцисизму:

«Конструктивний нарцисизм означає визнання власної цінності, форму любові самого себе, що базується на позитивному досвіді міжособистісних відносин і оцінках значимого оточення; схвалення і позитивне ставлення до різних сфер свого існування (власного тіла, тілесних процесів, переживань, почуттів, думок, дій, до власної духовності). Це цілісне реалістичне прийняття себе, позитивне уявлення про свою особистість і гармонійне поєднання різноманітних проявів «Я для себе» і «Я для інших». У поведінці конструктивний нарцисизм проявляється упевненістю в собі, хорошим емоційним самоконтролем, здатністю знаходити інтуїтивні рішення, діяти спонтанно, самостійно, брати на себе відповідальність, протистояти тиску соціуму, громадської думки, недоброзичливим оцінками і маніпулятивній поведінці; орієнтованістю на власну систему цінностей, відчуттям власної сили і компетентності, реалістичним самосприйняттям і реалізацією власних можливостей; терпимістю до власних слабкостей і недоліків інших; різноманітним інтересів і спонукань, повнокровним тілесним життям; здатністю встановлювати різноманітні міжособистісні контакти і підтримувати теплі довірливі відносини, зберігаючи власні цілі і переваги; здатністю любити і бути коханим, зберігаючи внутрішню цілісність, самостійність і автономність; безболісним переживанням тимчасового самотності, не відчуваючи

почуттів туги або нудьги. Особистість із конструктивним нарцисизмом характеризується адекватно високою самооцінкою, почуттям власної гідності, високою самодостатністю, здоровим честолюбством, відкритістю, здатністю насолоджуватися повнотою життя в самих різних його проявах і отримувати відчуття радості від зростаючих можливостей самореалізації; умінням щиро прощати помилки і промахи собі й іншим, роблячи необхідні висновки і збільшуючи свій життєвий досвід; емоційною і духовною зрілістю».

Шкала конструктивного нарцисизму є також у Я-Структурному Тесті основоположника психодинамічної психіатрії Г. Аммона «Ich-Struktur-Test nach Ammon», ISTA (Ammon, Finke, Wolfrum, 1998). Процитуємо опис конструктивного нарцисизму, який подає даний опитувальник: «Наявність позитивного уявлення індивіда про самого себе, що базується на відчутті власної значимості і спирається на позитивний досвід інтерперсональних контактів. Головними атрибутами такого сприйняття себе і уявлення про себе є як реалістичність оцінок, в яких інтерналізовані найважливіші, неупереджені, дружні, зацікавлені відносини значимого оточення, так і цілісність, що включає загальне позитивне ставлення до себе як до особистості, до окремих сфер свого існування, власних дій, почуттів, думок, тілесних процесів, сексуальних переживань. Таке цілісне реалістичне прийняття себе в самих різних своїх проявах дозволяє вільно приймати чужі оцінки, не намагаючись ні свідомо, ні несвідомо штучно сформувати позитивне уявлення про себе, ретельно прикриваючи власні слабкості. Йдеться про суттєве зближення репрезентацій «Я для себе» і «Я для інших». Конструктивний нарцисизм характеризує достатню зрілість інтерперсональних потенцій індивіда і «здорову» самодостатність. Це не «фантазії всемогутності» і не захоплення чуттєвою насолодою, а відчуття радості від зростаючих можливостей реалізації себе в складному світі людських відносин. У поведінці конструктивний нарцисизм проявляється як здатність адекватно оцінювати себе, по-справжньому повно сприймати свої можливості і реалізовувати їх, відчувати свою силу і компетентність,

прощати собі помилки і промахи, беручи необхідні уроки і тим самим збільшуючи свій життєвий потенціал. Конструктивний нарцисизм виявляє себе в можливості отримувати задоволення від власних думок, почуттів, фантазій, прозрінь, інтуїтивних рішень і дій, правильно сприймаючи їх реальну цінність, він дозволяє індивіду повнокровно відчувати своє тілесне життя і забезпечує можливість встановлювати різноманітні інтерперсональні відносини відповідно до своїх внутрішніх спонукань. Конструктивний нарцисизм дає можливість безболісно переживати тимчасову самотність, не відчуючи туги або нудьги, дозволяє щиро прощати іншим їхні помилки, любити і бути коханим, зберігаючи внутрішню цілісність, самостійність і автономність. Для осіб з високими показниками за даною шкалою характерні висока самооцінка, почуття власної гідності, здорове честолюбство, реалістичність у сприйнятті себе і інших, відкритість в міжособистісних контактах, різноманітність інтересів і спонукань, здатність насолоджуватися життям у самих різних його проявах, емоційна і духовна зрілість, можливість протистояти несприятливому розвитку подій, недоброзичливим оцінками і діям інших без шкоди для себе і необхідності використовувати захисні форми, що серйозно спотворюють дійсність» (Ammon, Finke, Wolfrum, 1998).

Ще один фундаментальний інструмент психодинамічної діагностики нарцисизму – «Тест оцінки нарцисизму» (Нарцисичний інвентар), розроблений F.W. Deneke, B. Hilgenstock (Deneke, Hilgenstock, 1989), розглядає 18 різних шкал, що вимірюють різні аспекти нарцисичної системи регуляції. У контексті нашого дослідження важливо те, що для кожної шкали статистично обчислено нормативний показник «Ідеально сильного Я» (в термінології тесту – здорової нарцисичної структури). Здорове, нарцисично врегульоване Я здатне підтримувати афективну рівновагу у сфері відчуття власної стабільності, цінності, впевненості у собі та доброго самопочуття, тобто у сфері відчуття себе самого – власного Селф.

Коротко підсумуємо: конструктивний нарцисизм як феномен вже описаний різними авторами. Їхню думку можна вважати доволі одностаійною, адже феноменологічні

характеристики конструктивного нарцисизму великою мірою збігаються у різних описах. Водночас *механізм регуляції* конструктивного нарцисизму описаний наразі мало.

Якщо розвинути підхід F.-W. Deneke, B. Hilgenstock, до теоретичної моделі конструктивної нарцисичної регуляції можемо включити як мінімум двох взаємозв'язаних «агентів» нарцисичного гомеостазу – Его (функціональне Я) та Селф (Єство). Перший «агент» – це стійке, зріле, розвинуте Его, що має достатній набір компетенцій та ресурсів для підтримки, розвитку, репарації (відновлення) ураженого Селф. Таке Его виконує щось на зразок «материнської та батьківської функції віддзеркалення та холдингу», але для власного ядерного відчуття себе самого: *моя Я для мого Єства*. Другий «агент» – врегульоване та розвинуте Селф (Єство), яке є тим підставовим «джерелом», з якого Его черпає необхідні ресурси для свого розвитку та виконання складного завдання адаптації як до внутрішніх психічних процесів, так і до зовнішньої соціально-психологічної реальності. Взаємодія цих двох «агентів» становить внутрішню систему нарцисичної регуляції.

У якості третього «агента» конструктивної нарцисичної регуляції ми пропонуємо додати систему якісних та конструктивних способів самореалізації у зовнішньому світі культури, які ця культура містить як у вже втіленій формі, так і у вигляді потенційних нових можливостей, котрі спираються на притаманні даній культурі символи, ритуали і цінності. Третій «агент» у нашій моделі відтіняє постійну напругу, яку генерує нарцисичний потяг (тріб), що принципово відрізняє людину як особливий вид від інших живих істот. Отже, синергія Его, Селф та Культури (інтерналізованої як внутрішня система культурних кодів та екстерналізованої у формі культурно значимої діяльності людини) в індивідуальній та неповторній комбінації, притаманній кожній особистості, є тим ансамблем психічного, що становить конструктивну нарцисичну регуляцію.

У полі концептуалізації конструктивної нарцисичної регуляції маємо, таким чином, дві системи: внутрішню та зовнішню.

Перша – позначимо її як психічно-гомеостатичну – включає вимір стосунків із самим

собою, власним Селф, стабільну та ефективну регуляцію власної гідності, добре знайомство з власними здібностями, широкий набір навиків для реалізації цих здібностей та адекватну систему цінностей, які замінюють буквальні батьківські ідеали.

Друга – позначимо її як психічно-алостатичну – розгортається у вимірі стосунків з об'єктним світом та світом традицій і культури, який є відправною точкою та дзеркалом для нарцисичних процесів самовідчуття, самопрезентації, самооцінки, самоконцептуалізації, автентичного проживання власного життя.

І перша, і друга системи стосунків потребують постійного вітального (енергетичного) наповнення, яке катектує (наснажує) досвіди в процесі їх проживання, осмислення та систематичної реінтеграції Его і Селф. У термінології Ж. Піаже (Brown, Desforjes, 2013) йдеться про зусилля, які постійно докладаються до акомодатії та асиміляції психічного досвіду, завдяки чому відбувається гнучка адаптація людини до умов її існування.

Висновки. Розглянувши першу концепцію нарцисизму З. Фрейда, ми поставили три питання. Їх можна ще раз переформулювати у спрощеному варіанті: 1) якою психічною *інстанцією* є нарцисизм, 2) за рахунок якої *«сили»* ця інстанція функціонує і 3) у яку *сферу психічних процесів?* та задля чого Лібідо нарцисично «спрямовується на власне тілесне та / або психічне Его»?

Ми вважаємо, що енергетичним ресурсом, «силою» для формування нарцисичного гомеостазу та нарцисичного дозрівання як такого є *сам нарцисичний потяг (тріб)* – третій, *притаманний лише людині, вроджений потяг, рівноважливий із потягами Лібідо та Агресії*.

Обґрунтування такого твердження ми надамо у наступній роботі, але тут скажемо, що цей третій, нарцисичний потяг (тріб) має своїм «об'єктом» не предметний світ як такий, а *стосунки* людини зі світом.

Натомість своїм *призначенням*, на відміну від Лібідо та Агресії, які слугують продовженню та збереженню людини в природі, нарцисизм спрямовує свою енергію на *оприбуття і продовження людини в культурі* як середовищі, відповідальному за еволюцію homo sapiens. Способом здорової нарцисичної

реалізації є *конструктивна нарцисична регуляція особистості*, яка забезпечує психічний гомеостаз – досягнення нарцисичної сатисфакції та утримання стану нарцисичної рівноваги, що має внутрішній (стосунок із власним Селф) та зовнішній (стосунок із референтною культурою) виміри. Конструктивна нарцисична регуляція особистості створює підґрунтя для оприсутнення людини в соціумі та культурі, змушує її шукати власний смисл та місце в системі людських взаємин, як буквальних, так і символічних.

Отже, конструктивна нарцисична регуляція є «вдалою» реалізацією психоаналі-

тичного, здавалось би, парадоксу: гнучким та за рахунок цього стійким у часовій перспективі балансом нарцисичного потягу, який відштовхується від об'єктного світу, розвиває *внутрішній простір уяви*, а відтак знову повертається до «об'єктного» світу смислів, цінностей та ідей. Лише так виникає відчуття власного «місця» у хитросплетіннях стосунків і культурних сенсів, що дозволяє мати автентичне відчуття гідності, яке походить із внутрішніх джерел, але обов'язково підкріплюється віддзеркаленням від зовнішніх об'єктів та референтної культурної групи.

Список літератури:

- Abraham, K. (2018). Selected papers on psychoanalysis. Routledge.
- Balint, M. (1958). The three areas of the mind. Theoretical considerations. *The International journal of psychoanalysis*, 39, 328.
- Balint, M. (1986). 17. The Basic Fault. Essential papers on borderline disorders: One hundred years at the border, 18.
- Britton, R. (1986). The infant in the adult. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 2(1), 31–44.
- Britton, R. (2003). Belief and imagination: Explorations in psychoanalysis. Routledge.
- Britton, R. (2004). Narcissistic disorders in clinical practice. *Journal of Analytical Psychology*, 49(4), 477–490.
- Britton, R. (2018). Disconnection: a new look at narcissism. In *Attacks on Linking Revisited* (pp. 25–37). Routledge.
- Brown, G., & Desforjes, C. (2013). Piaget's theory. Routledge.
- Carlson, J., & Maniaci, M. P. (Eds.) (2012). Alfred adler revisited. Routledge.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of general psychiatry*, 50(12), 975–990.
- Deneke, F. W., & Hilgenstock, B. (1989). Das Narzissmusinventar: Handbuch. Huber.
- Fairbairn, W. R. D. (1958). On the nature of psycho-analytical treatment. *The International journal of psychoanalysis*, 39, 374.
- Freud, S. (1914). Zur einföhrung des narzißmus, 10, 137–17. Internat. Psychoanalyt. Verlag.
- Freud, S. (1915). Instincts and their vicissitudes.
- Freud, S. (1917). Trauer und Melancholie. GW X. Frankfurt am Main: Fischer.
- Freud, S. (1989). The ego and the id (1923). *Tacd Journal*, 17(1), 5–22.
- Freud, S. (2012). Neue folge der vorlesungen zur einföhrung in die psychoanalyse. BoD–Books on Demand.
- Freud, S. (2013). Sigmund Freud: totem und Tabu, 1. V&R unipress GmbH.
- Guntrip, H. (1973). Science, psychodynamic reality and autistic thinking. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 1(1), 3–22.
- Guntrip, H. (2018). Psychoanalysis and Psychotherapy. In *Psychoanalytic Theory, Therapy and the Self*, 175–196. Routledge.
- Ammon, G., Finke, G., & Wolfrum, G. (1998). Ich-Struktur-Test nach Ammon ISTA: ein psychometrischer Fragebogen zur Erfassung von Persönlichkeitsstruktur; Manual. Swets Test-Services.
- Kernberg, O. F. (1992). Aggression in personality disorders and perversions. Yale University Press.
- Klein, M. (1997). Envy and gratitude and other works 1946–1963. Random House.
- Kohut, H. (2009). The restoration of the self. University of Chicago Press.
- Kohut, H. (2013). The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders. University of Chicago Press.
- Krizan, Z., & Herlache, A. D. (2018). The narcissism spectrum model: A synthetic view of narcissistic personality. *Personality and social psychology review*, 22(1), 3–31.
- Lasch, C. (2019). The culture of narcissism. In *American Social Character* (pp. 241–267). Routledge.
- MacDonald, P. (2014). Narcissism in the modern world. *Psychodynamic practice*, 20(2), 144–153.
- Mahler, M. S. (1974). Symbiosis and individuation: The psychological birth of the human infant. *The psychoanalytic study of the child*, 29(1), 89–106.

- Mentzos, S. (2017). *Lehrbuch der Psychodynamik: Die Funktion der Dysfunktionalität psychischer Störungen*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Pereira, F., & Scharff, D. E. (Eds.). (2020). *Fairbairn and relational theory*. Routledge.
- Raskin, R. N., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological reports*, 45(2), 590–590.
- Rosenfeld, H. A. (1963). On the psychopathology of narcissism: A clinical approach. Rosenfeld in *Retrospect: Essays on His Clinical Influence*, 106–115.
- Sforza, M. G. (2018). Epistemophily – epistemopathy: use of the internet between normality and disease. In *Psychoanalysis, Identity, and the Internet* (pp. 181–207). Routledge.
- Stern, D. N. (2018). The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology. Routledge.
- Winnicott, D. W. (2018). Ego distortion in terms of true and false self. In *The person who is me* (pp. 7–22). Routledge.
- Фройд, З. (2008). Три нариси з теорії сексуальності. *Психологія і суспільство*, 4(34), 45–91.
- Фройд, З. (2020). По той бік принципу задоволення. Glagoslav Publications.

Анотація. Стаття присвячена концептуалізації поняття «конструктивна нарцисична регуляція», яке має потужний теоретичний фундамент у вигляді клінічних описів феномена нарцисизму та ідей щодо його психодинамічної етіології й патогенезу. Проведено огляд концепцій нарцисизму З. Фрейда, К. Абрахама, теоретиків об’єктних стосунків, британських «незалежних» аналітиків, Его-психології, селф-психології, а також представлено сучасні інструменти діагностики нарцисичних феноменів, які також включають певне розуміння нарцисизму як невід’ємного складника особистісного функціонування людини. Даний огляд супроводжується теоретичними роздумами, узагальненнями та новими пропозиціями авторів статті стосовно розуміння феноменів нарцисизму. Зокрема, вводиться поняття «третього трібу» – нарцисичного потягу як вродженої потреби людини якісно оприсутнитися у референтній культурі, бути віддзеркаленим та визнаним як значимий агент цієї культури, залишити у ній свій символічний слід, що принципово відрізняє людину від тварин, які також мають агресивний та лібідинозний потяги, але не мають нарцисичного трібу. Запропоновано визначення, згідно з яким конструктивна нарцисична регуляція є своєрідним атрактором Лібідинозного та Агресивного потягів (трібів) на службі пізнання та побудови стосунків, а також досягнення оптимального нарцисичного гомеостазу, тобто відчуття власної гідності у потребі людини адаптивно реалізувати себе у середовищі культури. Конструктивну нарцисичну регуляцію визначено як процес оприсутнення особистістю своїх задатків та амбіцій у стосунках зі світом відповідно до власних смислів та цінностей, що супроводжується балансуванням об’єктних стосунків зі здатністю залишатися в контакті із собою та виміром загальнолюдської культури. Авторами описано три «агенти» конструктивної нарцисичної регуляції, які дозволяють ефективно реалізуватися нарцисичному потягу: стійке, зріле, розвинуте Его з достатнім набором компетенцій та ресурсів для того, аби підтримувати, розвивати, репарувати (відновлювати) уражене Селф; врегульоване та розвинуте Селф (Єство), яке є тим підставовим «джерелом», з якого Его черпає необхідні ресурси для свого розвитку та виконання складного завдання адаптації до внутрішніх психічних процесів та зовнішньої соціально-психологічної реальності; система якісних та конструктивних способів самореалізації у зовнішньому світі культури та притаманних культурних традицій.

Ключові слова: психоаналітична теорія потягів, нарцисизм, нормальний і патологічний нарцисизм, епістемофілія, нарцисичний потяг, конструктивна нарцисична регуляція.

Abstract. The article is devoted to the conceptualization of the concept of “constructive narcissistic regulation,” which has a strong theoretical foundation in the form of clinical descriptions of the phenomenon of narcissism and ideas about its psychodynamic etiology and pathogenesis. It reviews the concepts of narcissism by Sigmund Freud, Karl Abraham, object relations theorists, British “independent” analysts, ego psychology, and self psychology, and presents modern tools for diagnosing narcissistic phenomena, which also include a certain understanding of narcissism

as an integral component of human personality functioning. This review is accompanied by theoretical reflections, generalizations, and new proposals by the authors of the article regarding the understanding of narcissistic phenomena. In particular, the concept of the “third tribe” is introduced – narcissistic drive as an innate human need to be qualitatively present in the reference culture, to be reflected and recognized as a significant agent of this culture, to leave a symbolic mark on it, which fundamentally distinguishes humans from animals, which also have aggressive and libidinal drives but do not have a narcissistic drive. A definition is proposed according to which constructive narcissistic regulation is a kind of attractor of libidinal and aggressive drives (tribes) in the service of cognition and relationship building, as well as the achievement of optimal narcissistic homeostasis, i.e., a sense of self-worth in a person’s need to adaptively realize themselves in a cultural environment. Constructive narcissistic regulation is defined as the process of a person’s presence of their talents and ambitions in their relationship with the world in accordance with their own meanings and values, accompanied by balancing object relations with the ability to remain in contact with oneself and the dimension of universal human culture. The authors describe three “agents” of constructive narcissistic regulation that allow narcissistic drive to be effectively realized: a stable, mature, developed Ego with a sufficient set of competencies and resources to support, develop, and repair (restore) the affected Self; a regulated and developed Self (Essence), which is the fundamental “source” from which the Ego draws the necessary resources for its development and the performance of the complex task of adapting to internal mental processes and external socio-psychological reality; a system of qualitative and constructive ways of self-realization in the external world of culture and inherent cultural traditions.

Key words: Psychoanalytic theory of drives, narcissism, normal and pathological narcissism, epistemophilia, narcissistic drive, constructive narcissistic regulation.