

Нарцисичні риси особистості у дорослому віці

Анастасія Тихонова

магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: TykhonovaAO@krok.edu.ua

Вікторія Острова

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: OstrovaV@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0003-3804-8942

Нарцисизм – це риса особистості, що поєднує самоповагу, потребу у визнанні й прагнення зберегти позитивний образ себе. У здоровому варіанті він допомагає людині підтримувати впевненість, мотивацію та внутрішню стійкість, але за надмірного розвитку може призводити до егоцентризму, дефіциту емпатії та деструктивних моделей поведінки. У дорослому віці нарцисизм впливає на професійне самоствердження, стосунки та психологічне благополуччя. В умовах сучасного українського суспільства, що переживає тривалу соціальну напругу та воєнний стан, нарцисичні тенденції можуть посилюватися під впливом стресу, індивідуалізму та цифрової самопрезентації. Актуальність теми полягає в необхідності розглядати нарцисизм не лише як патологію, а й як адаптивний або дезадаптивний механізм саморегуляції «Я» у дорослому функціонуванні [2; 3].

Історично поняття нарцисизму бере початок у психоаналітичній традиції (З. Фройд, Х. Кохут, О. Кернберг), де його розглядали як необхідну стадію розвитку «Я» або як наслідок дефіциту емпатійної підтримки з боку значущих інших.

Сьогодні психоаналітичний підхід трактує нарцисизм як захисний механізм, пов'язаний із ранніми етапами розвитку. Когнітивно-біхевіоральний підхід акцентує на дисфункціональних переконаннях, що підтримують нестабільну самооцінку. Соціально-психологічні теорії підкреслюють вплив культури та виховання. Гуманістичний та екзистенційний підходи розглядають нарцисизм як прагнення до самореалізації та подолання внутрішньої невизначеності.

Класичні типології виокремлюють нормальний і патологічний, компенсаторний, доброякісний та злоякісний нарцисизм. Сучасні концепції трактують його як континуум – від здорової самоповаги до деструктивної самозакоханості, що поєднує потребу у визнанні, грандіозне самосприйняття та чутливість до критики [1; 7]. У дорослому віці цей континуум проявляється особливо виразно, впливаючи на кар'єру, стосунки та благополуччя. Такий спектральний підхід дозволяє уникнути дихотомії «норма/патологія» та розглядати нарцисизм як багатовимірне явище, у якому співіснують адаптивні й дезадаптивні тенденції. Виділяють два основні типи нарцисизму [4; 6]:

1. Грандіозний (адміративний) – характеризується упевненістю, ініціативністю, лідерством і прагненням до соціального визнання. У помірних проявах

він виконує адаптивну функцію, забезпечуючи цілеспрямованість і стресостійкість; у надмірних – супроводжується браком емпатії, маніпулятивністю, перфекціонізмом і ризиком нарцисичного колапсу.

2. Вразливий (суперницький) – пов'язаний із внутрішньою крихкістю, соромом, тривогою відкидання та прихованим грандіозним Я. У дорослих може проявлятися через ревності, пасивну агресію, уникання близькості й циклічні кризи самооцінки. У помірному рівні – сприяє саморефлексії, емпатії та соціальній обережності, але за надмірного вираження – веде до тривожності, міжособистісної залежності й депресивних симптомів. Обидва типи можуть співіснувати в одній особистості, утворюючи «нарцисичний спектр», у межах якого адаптивні та дезадаптивні тенденції взаємодіють залежно від життєвих обставин і контексту досвіду [3; 7].

Вікові особливості. Прояви нарцисизму змінюються з віком. У юності та ранній дорослості рівень нарцисичних рис підвищений, що пов'язано зі становленням ідентичності. У середньому віці відбувається згладжування завдяки соціальним ролям і досвіду. У похилому віці у здорових осіб нарцисизм знижується, тоді як при патологічному – можливе загострення конфліктів через втрату статусу та можливостей.

Міжособистісні стосунки. Грандіозний нарцисизм підсилює привабливість і впевненість на початку взаємодії, проте може призводити до домінування та нестійких зв'язків [1]. Вразливий тип, навпаки, дестабілізує стосунки через страх відкидання, залежність від схвалення й гіперчутливість до критики. Водночас здорові нарцисичні риси проявляються у здатності підтримувати самоповагу без потреби у постійному зовнішньому підтвердженні та зберігати емпатію в контакті з іншим [2; 5].

Нарцисизм у дорослому віці – складний багатовимірний феномен, що охоплює спектр від адаптивної самоповаги до патологічної самозакоханості. Він виконує функцію підтримання цілісності Я, допомагаючи людині витримувати фрустрацію та зберігати самооцінку в умовах невизначеності. Усвідомлення його подвійної природи є ключовим для психотерапевтичної практики, орієнтованої на розвиток автентичності, самоприйняття, емпатії та зрілих форм партнерства.

Список використаних джерел

1. Корольов Д. К. Темна сторона ідеального кохання: романтичні стосунки з нарцисом. *Український психологічний журнал*, 2023. № 1(19). С. 82-97. URL: [https://doi.org/10.17721/urj.2023.1\(19\).5](https://doi.org/10.17721/urj.2023.1(19).5)
2. Лісовенко А. Ф. Заздрисність та нарцисизм. *Наука і освіта*, 2016. № 2-3. С. 83-90. URL: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2016-2-3-15>
3. Altinok A., Kilic N. Exploring the associations between narcissism, intentions towards infidelity, and relationship satisfaction: Attachment styles as a moderator. *PLoS ONE*, 2020. Volume 15, Issue 11. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239483>
4. Balzen K., Knoch D. A., Millward K., Corretti C. A. Narcissistic traits and romantic relationship outcomes: A short daily diary investigation. *Journal of Research in Personality*, 2021. Volume 96. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2021.104179>
5. Campbell W. K., Foster C. A. Narcissism and commitment in romantic relationships: An invest-

- ment model analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2002. Volume 28, Issue 4. P. 484-495. URL: <https://doi.org/10.1177/0146167202287006>
6. Kislev E. The longitudinal effect of narcissistic admiration and rivalry traits on relationship satisfaction. *Social Psychological and Personality Science*, 2023. Volume 14, Issue 2. P. 345-356. URL: <https://doi.org/10.1177/19485506221134348>
7. Pincus A. L., Roche M. J. Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability. In: Campbell W. K., Miller J. D. (eds.). *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder*. Hoboken : Wiley, 2011. P. 31-40.