

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки

Допущено до захисту

Завідувач кафедри
д. психол. н., Асєєва Ю.О.

(підпис)

« ____ » _____ 2025 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістр

Зі спеціальності _____ 053 Психологія _____
(шифр та найменування спеціальності)

За освітньою програмою _____ «Практична психологія» _____
(назва освітньої програми)

На тему: **«ОСОБЛИВОСТІ ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ НАРЦИСИЗМУ»**

Виконавець:

студентка 6 курсу 12-1 групи
факультету ЦЗФН

Войнаровська Ліна Миколаївна
/підпис/

Науковий керівник:

канд. екон. наук,
ст. викладач кафедри МППП

Кир'язова Тетяна Олександрівна
/підпис/

Одеса - 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЗМУ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ЯВИЩА.....	8
1.1. Теоретичне осмислення феномену нарцисизму в психології	8
1.2. Підходи до аналізу нарцисичної особистості в зарубіжній та вітчизняній науковій традиції	13
1.3. Психологічні характеристики особистості, що зумовлюють нарцисичні прояви	21
Висновки до першого розділу.....	25
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСІБ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ НАРЦИСИЗМУ.....	27
2.1. Побудова та етапи організації емпіричного дослідження.....	27
2.2. Психодіагностичний інструментарій для дослідження нарцисичних рис.....	27
2.3. Аналіз взаємозв'язку нарцисизму з індивідуально-психологічними характеристиками.....	33
2.4. Дослідження кореляцій між рівнем нарцисизму та показниками емоційності.....	35
2.5. Оцінка взаємозв'язку між нарцисизмом та рівнем життєвої задоволеності.....	39
2.6. Дослідження зв'язку між нарцисичними проявами та структурою особистості.....	44
2.7. Психологічна характеристика осіб з різним рівнем нарцисизму.....	50
Висновки до другого розділу.....	60
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З ОСОБАМИ З ВИСОКИМ І НИЗЬКИМ РІВНЕМ НАРЦИСИЗМУ.....	63
3.1. Психологічні ризики та ресурси різних рівнів нарцисизму.....	63
3.2. Підходи до корекції дезадаптивних проявів нарцисизму.....	65

3.3. Програма розвитку емоційної зрілості та саморефлексії у нарцисично-орієнтованих осіб.....	68
3.4. Практичні рекомендації для психологів та педагогів щодо роботи з проявами нарцисизму в освітньому та соціальному середовищі.....	70
Висновки до третього розділу.....	73
ВИСНОВКИ.....	75
Список використаних джерел	77

ВСТУП

Актуальність дослідження. Глибокі соціокультурні трансформації, що відбуваються в українському суспільстві, сприяють посиленню індивідуалістичних установок у різних сферах життя. Це, в свою чергу, актуалізує нарцисичні тенденції, які все більше проявляються в культурному та міжособистісному контексті. Це призводить до формування впливової соціальної групи, яка подається як взірець сучасної норми, що втілює образ автономної, незалежної особистості, зосередженої на досягненні власного добробуту. Водночас відбувається девальвація традиційних моральних орієнтирів, що призводить до зростання емоційної байдужості до суспільних процесів і зосередженості на собі.

Сучасні дослідники підкреслюють, що феномен нарцисизму є характерною рисою сьогодення. Зокрема, Д. Фельдштейн вказує на втрату моральних регуляторів у суспільстві, Г. Валь звертає увагу на несправедливість ототожнення сучасної епохи виключно з нарцисизмом, а Ю. Липовецький розглядає її як період екзистенційної порожнечі. У працях А. Лоуена, Кр. Леша та С. Роуза фіксується домінування культури впевненості та формування так званого «покоління Я».

В останні роки в психологічному дискурсі посилилася увага до природи, сутності та функціонування нарцисизму як психічного феномену. У працях Я. Соколової, Н. Дмитрієвої, Т. Короленко, Л. Стародубцевої, О. Чечельницької, В. Зіміна, С. та А. Пулвер, Ф. Родевальт та інших підкреслюється, що термін «нарцисизм» втратив свою однозначність і набуває нового змісту залежно від методологічного підходу дослідника.

Недостатня теоретична розробленість феноменологічних аспектів нарцисичних проявів зумовлює зростання інтересу до емпіричних досліджень, які активно проводяться в зарубіжній психології. Значний внесок у цю сферу зробили S. Gosling, T. Stuck, B. Wardecki, K. Ritter, C. Lammers, J. M. Twenge, S. Konrath, K. Mundt, J. D. Foster, A. Brunell, W. Gentry, T. Altmanns, R. Solan, G. Ammon, G. J. Fuike, G. Goldman, K. Gelso, S. Thomas, B. J. Bushman та інші

[4]. У вітчизняній психології особлива увага приділяється клінічному аналізу нарцисизму, що відображено в роботах Е. Соколової, О. Чечельницької, А. Холмогорової, Н. Сотникової, В. Дворщенко.

Попри наявність значної кількості робіт, присвячених проблемі нарцисизму, питання вивчення його детермінант залишається недостатньо дослідженим. Саме ця обставина зумовила вибір теми нашого дослідження «Особливості осіб з різним рівнем нарцисизму».

Метою роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей нарцисизму особистості.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення феномену нарцисизму в психології.
2. Обґрунтувати методологію та реалізувати емпіричне дослідження рівня нарцисизму, підібравши валідний психодіагностичний інструментарій і визначивши рівень нарцисизму та супутні психологічні характеристики у вибірці респондентів.
3. Здійснити порівняльний аналіз психологічних особливостей осіб з різним рівнем нарцисизму.
4. Розробити рекомендації щодо психологічної підтримки та корекційної роботи з особами, що виявляють дезадаптивні форми нарцисизму, з урахуванням рівня емоційної зрілості та соціальної адаптації.

Об'єкт дослідження – прояв нарцисичних рис особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості осіб з різним рівнем нарцисизму.

Теоретико-методологічною основою дослідження стали: У сучасній психологічній науці існує низка основних підходів до вивчення феномена нарцисизму. Серед них вирізняються: психодинамічний підхід, представлений працями З. Фрейда, Х. Кохута, С. Шона, Д. Хломова, О. Кернберга, Х. Ван-дер-Вальса, Н. В. Антонової та інших дослідників; екзистенційно-феноменологічна традиція, що спирається на філософські ідеї Е. Гусерля, М.

Гайдеггера, Ж.-П. Сартра, К. Роджерса, Л. Бінсвангера, а також праці Butt, Holland та інших; соціально-конструктивістський підхід, у межах якого феномен нарцисизму розглядається через призму концепцій Т. Парсонса, К. Леша, Дж. Ваттімо, І. Гофмана, Н. Полякової та ін.; зарубіжні психологічні концепції нарцисизму, зокрема дослідження С. Morf, F. Rhodewalt, R. Raskin, С. Hall, S. Akhtar, J. Thompson, E. Ronningstam, J. Gunderson та інших; вітчизняні наукові розробки, серед яких можна відзначити праці Є. Соколової, В. Шадрікова, Ц. Короленка, Н. Дмитрієвої, Є. Лечельницької, О. Шамшикової, С. Соколова та ін.; підходи до вивчення рис особистості, що охоплюють теоретичні позиції Г. Олпорта, Р. Кеттелла, О. Еткінда, Е. Phares, W. Chaplin та ін.; концепції психічної норми особистості, розроблені О. Ануфрієвим, М. Бачериковим, Б. Братусем, Л. Сиготським, С. Нартовою-Бочавер, І. Погодіним, С. Семічевим, В. Слободчиковим, М. Штиковим та іншими дослідниками.

Методи дослідження: Теоретичний: науково-психологічний аналіз література вітчизняних та зарубіжних дослідників з процитованої теми та узагальнення отриманої інформації: спостереження, інтерв'ю, тест; математичні та статистичні методи: кількісний та якісний аналіз обробки отриманих даних. SPSS 13.0 Програма Windows для кореляційного аналізу; Психодіагностичний комплекс склав:

1. «Тест оцінки нарцисизму» (за матеріалами В. Вуда, Н. Залуцької, А. Вукса);
2. Методика «Індекс життєвої задоволеності» (Satisfaction with Life Index) (адаптація Н. Паніною);
3. Багатовимірний особистісний опитувальник (16-PF) Р. Кеттелла.
4. «Психодіагностичний чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» (О. Саннікова);

Вибірку дослідження склали студенти Одеського національного економічного університету. Всього було охоплено 84 студента у віці від 18 до 32 років.

Структура роботи. Магістерська робота складається із вступу, трьох розділів, списку використаних джерел. Зміст роботи викладено на 84 сторінки. Робота містить 4 таблиці, 3 рисунки. Список використаних джерел включає 70 найменувань.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЗМУ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ЯВИЩА

1.1. Теоретичне осмислення феномену нарцисизму в психології

В умовах глибоких соціокультурних змін, відсутності стабільних поведінкових норм і стандартів, посилення індивідуалізації та розпаду традиційних соціальних зв'язків у сучасному українському суспільстві набувають актуальності нові або трансформовані форми особистісних проявів. Одним з таких явищ є нарцисизм - феномен, який все частіше стає об'єктом міждисциплінарного наукового аналізу [19].

Нарцисизм (від грецького «Narkissos») у психологічному дискурсі визначається як надмірна зосередженість індивіда на власному «Я», ідеалізація власного образу, прагнення до винятковості, постійний пошук зовнішнього підтвердження своєї значущості [11]. Першоджерелом символічної ідеї нарцисизму є давньогрецький міф про Нарциса, який став уособленням самозакоханості та емоційної ізоляції. У культурно-історичній традиції міф інтерпретувався крізь різні філософські та моральні призми: як гордість (Павсаній), як марнославство (Лукіан), як ілюзія краси (Климент Олександрійський), що дає підстави для розуміння нарцисизму як багатопланового явища.

Формування наукового розуміння нарцисизму почалося з глибинної психології. Засновник психоаналізу Зигмунд Фройд вперше використав термін «нарцисизм» у 1910 році для опису перенаправлення лібідо з об'єктів зовнішнього світу на самого себе [11]. У своїй роботі «Вступ до нарцисизму» (1914) він окреслив нарцисизм як необхідну фазу нормального розвитку особистості, визнаючи при цьому можливість його патологічних форм. Пізніше концепція отримала розвиток у працях таких дослідників, як К. Хорні, М. Кляйн, О. Кернберг, Г. Когут, А. Купер, Т. Міллон, які вивчали як адаптивні, так і дезадаптивні форми цього феномену [19].

О. Кернберг трактував нарцисичний розлад особистості як один із варіантів пограничної патології, що характеризується розладом ідентичності, нестійкою самооцінкою та дефіцитом емпатії. Г. Когут, у свою чергу, підкреслював роль батьківської рефлексії у формуванні здорового нарцисизму: недостатня емоційна рефлексія з боку значущих дорослих може призвести до розвитку компенсаторних нарцисичних захисних механізмів, які, хоч і не є патологією самі по собі, але можуть призвести до психоемоційних розладів [52].

Деякі автори (зокрема, Х. Хенселер) зазначають, що нарцисизм охоплює глибокі внутрішні суперечності - від заперечення власної вразливості до прихованої потреби в любові, яка компенсується надмірною демонстративністю або відстороненістю [59]. Це підтверджують і висновки дослідників, які вказують на відсутність єдиного уніфікованого розуміння нарцисизму в межах сучасної наукової парадигми: триває дискусія щодо його природи, механізмів, діагностичних критеріїв, співвідношення нормальних і патологічних проявів [9].

Українські дослідники (О. Соколова, Н. Дмитрієва, О. Шамщикова, Ю. Сосновікова, Є. Ільїн) розробляють системні підходи до вивчення нарцисизму в контексті психічної норми та внутрішньої організації особистості [16]. Особливий інтерес викликає вивчення нарцисизму в дитячому віці як складової становлення Его, що проявляється у творчості, але не завжди реалізується у свідомій психічній діяльності.

У теоретичному дискурсі активно обговорюється зв'язок між нарцисизмом та іншими рисами особистості, наприклад, перфекціонізмом. Згідно з концепцією Юрія Свиначенка, нарцисичний перфекціонізм - це прагнення до абсолютної досконалості, що підтримує ідеалізоване уявлення про себе, але часто призводить до емоційного виснаження та гіперконтролю [41].

Психологічна структура нарцисизму включає в себе потребу у винятковому статусі, самозвеличення, емоційну дистанційованість і брак

емпатії. Водночас помірний або «здоровий» нарцисизм виконує адаптивну функцію - підтримує самооцінку, слугує джерелом внутрішньої мотивації, забезпечує емоційну стабільність особистості. Натомість патологічні форми нарцисизму призводять до руйнування міжособистісних стосунків, професійного вигорання та соціальної ізоляції [49].

У науковій літературі виділяють три основні форми нарцисизму:

Нормальний (фізіологічний) - проявляється у віковому егоцентризмі дитини або в помірній самооцінці дорослої людини, не супроводжується тривожністю або надмірною вразливістю до зовнішніх оцінок.

Патологічна - супроводжується коливаннями самооцінки, надмірною залежністю від схвалення, схильністю до ідеалізації власного образу та знецінення інших.

Злоякісна - характеризується повною нездатністю до емпатії, маніпулятивною поведінкою, агресивним захистом ілюзорного «Я» та використанням деструктивних захисних механізмів [64].

Особливістю нарцисичної особистості є її реактивність на критику, яка часто супроводжується емоційною нестабільністю, депресією або проявами «нарцисичної люті». У психотерапевтичній практиці це зумовлює необхідність розробки спеціальних стратегій ведення діалогу з такими клієнтами, що не тільки знижує захисну напругу, а й сприяє розвитку автентичної ідентичності.

Загалом нарцисизм слід розглядати як багатовимірну та динамічну особистісну рису, що формується в результаті складної взаємодії біологічних, психологічних та соціокультурних факторів. Це явище не є однозначно патологічним чи виключно деструктивним: у помірних проявах нарцисизм виконує адаптивні функції, пов'язані з підтриманням самооцінки, амбіцій, мотивації досягнення та впевненості в собі. Водночас при високій інтенсивності та недостатній емоційній зрілості нарцисичні риси можуть трансформуватися в дезадаптивні поведінкові патерни, які ускладнюють як внутрішню інтеграцію особистості, так і її соціальну взаємодію.

Високий рівень нарцисизму тісно пов'язаний з труднощами в міжособистісній взаємодії, зокрема: дефіцит емпатії, що унеможливорює емоційне зближення з іншими; знецінення або ідеалізація партнера, що часто призводить до емоційних коливань у стосунках; надмірна зосередженість на собі, що перешкоджає гармонійному включенню у спільну діяльність, команду чи соціальну групу; нестабільність самооцінки, яка ґрунтується не на внутрішньому прийнятті себе, а на потребі постійного зовнішнього підтвердження власної значущості.

У науковій літературі все частіше підкреслюється, що нарцисизм має різні прояви і не є уніфікованим явищем. Сучасна психологія виділяє кілька форм нарцисизму, кожна з яких має свою етіологію, динаміку розвитку та зовнішні прояви:

1. Грандіозний нарцисизм характеризується гіпертрофованим почуттям власної значущості, вірою у власну винятковість, зарозумілістю та самовпевненістю. Такі люди часто демонструють домінантну поведінку, прагнуть до лідерства, легко ігнорують думку інших, схильні до нарцисичного гніву у відповідь на критику. У своїх діях вони керуються високим рівнем амбіцій, але часто не здатні до глибоких емоційних зв'язків.

2. Соціальний або відкритий нарцисизм пов'язаний з постійним прагненням до суспільного визнання, соціального статусу та популярності. Основним мотивом для такої людини є визнання з боку значущих інших. Цей тип поширений у медійному, політичному та творчому середовищі, де самопрезентація та зовнішній імідж стають центральними для самооцінки. Однак за яскравою оболонкою часто ховається вразливість до соціального осуду і глибока тривога через можливу втрату статусу.

3. Вразливий (прихований) нарцисизм має іншу природу: зовнішня скромність, невпевненість і сором'язливість можуть маскувати внутрішнє відчуття унікальності, недосяжності та потребу у визнанні, які залишаються неусвідомленими. Такі люди схильні до емоційної нестабільності, самозаглибленості та образливості, що поєднується з глибоким внутрішнім

комплексом неповноцінності. Вони надмірно чутливі до критики, мають нестійку самооцінку, часто схильні до пасивної агресії.

Кожна з цих форм вимагає різних стратегій діагностики та психологічної допомоги, оскільки їх прояви можуть маскуватися під зовні прийнятні соціальні ролі або викликати внутрішні конфлікти, які залишаються прихованими від оточуючих.

Нарцисизм, особливо в його крайніх або дисфункціональних формах, є предметом поглибленого психодинамічного аналізу, оскільки часто пов'язаний з ранніми порушеннями в системі самооцінки, обмеженою емоційною підтримкою в дитинстві, фрустрацією базових потреб у прийнятті та стабільному емоційному зв'язку. У психоаналітичних інтерпретаціях нарцисизм часто розглядається як спроба побудувати компенсаторний Я-ідеал, який слугує захистом від внутрішньої порожнечі, сорому чи вразливості.

Таким чином, вивчення нарцисизму має велике значення не тільки в контексті клінічної психодіагностики, а й для розуміння більш тонких процесів формування особистісної ідентичності, адаптації до соціального середовища, побудови кордонів між собою та іншими. Врахування типу нарцисизму, його походження, особливостей емоційного реагування та міжособистісної поведінки дозволяє більш точно підбирати психологічні інтервенції, а також розвивати ресурсні аспекти особистості - емпатію, саморефлексію, здатність до інтеграції конфліктуючих емоцій та соціальних ролей.

Наукова та практична значущість цієї теми зумовлює необхідність подальших емпіричних досліджень, зокрема щодо впливу нарцисизму на: професійне самовизначення, психічне здоров'я, соціальну адаптацію, емоційну регуляцію в кризових станах, а також на побудову зрілих та відповідальних міжособистісних стосунків.

1.2. Підходи до аналізу нарцисичної особистості в зарубіжній та вітчизняній науковій традиції

Сучасне наукове розуміння феномену нарцисизму бере свій початок з розробок представників глибинної психології, насамперед у межах психоаналітичної традиції. Засновник психоаналізу Зигмунд Фройд одним із перших розглядав нарцисизм як невід'ємну стадію психосексуального розвитку особистості. У своїй праці «Вступ до нарцисизму» (1914) він визначив первинний нарцисизм як нормальну стадію, притаманну дитині, а вторинний нарцисизм - як можливий захисний механізм у дорослих. На його думку, здоровий нарцисизм є необхідним компонентом психічного функціонування, що забезпечує базову самооцінку та емоційну стабільність [53].

Подальший розвиток концепції здійснили Г. Когут та О. Кернберг, які, спираючись на клінічну практику, значно деталізували уявлення про нарцисичну особистість. Г. Когут підкреслював роль раннього емоційного досвіду, зокрема, важливість батьківського «віддзеркалення», емпатійного реагування дорослих на нарцисичні потреби дитини. Згідно з його теорією, відсутність такого досвіду або надмірна стимуляція може призвести до формування вразливого нарцисизму - психічного стану, при якому людина потребує постійного підтвердження своєї значущості, але не здатна протистояти фрустрації [53].

О. Кернберг, натомість, запропонував поняття патологічного нарцисизму як прикордонної організації особистості. Він розглядав нарцисичний розлад як наслідок дефіциту інтеграції образу Я та значущих інших, що призводить до нестабільної самооцінки, агресивності та нездатності формувати глибокі емоційні зв'язки.

Психоаналітичний підхід загалом фокусується на ролі несвідомих процесів у формуванні нарцисичних установок. Фокус робиться не лише на поведінкових проявах, а насамперед на внутрішніх, часто прихованих,

емоціях, фантазіях та механізмах психологічного захисту. Ключовим моментом цього підходу є те, що перші роки життя є критичним періодом для формування структури «Я», і негативні або травматичні впливи середовища можуть призвести до деформації образу «Я».

У нарцисичних особистостей внутрішній світ часто ідеалізований і відірваний від об'єктивної реальності. Вони формують когнітивно-емоційний конструкт - психічну реальність, яка поєднує в собі усвідомлені уявлення, несвідомі бажання та захисні механізми. Цей конструкт має компенсаторний характер і слугує для мінімізації психологічного болю, пов'язаного з внутрішньою вразливістю або травматичним досвідом. Негативних емоцій уникають, спотворюючи сприйняття: людина проектує на світ і на інших ті риси, які хоче бачити в собі, тоді як реальний, неприйнятний досвід витісняється або заперечується.

Тривога у нарцисичних особистостей часто є не лише реакцією на зовнішні загрози, а й внутрішнім сигналом - індикатором несвідомих конфліктів, страху втратити ідеалізований образ «Я» або передчуттям нарцисичного колапсу. У цьому контексті тривога виконує сигнальну функцію: вона попереджає про можливу втрату контролю над ілюзорним світом, в якому індивід відчуває себе захищеним. Такий дисбаланс між внутрішнім «Я» і зовнішнім світом може призвести до психологічної дезадаптації, емоційної дестабілізації та погіршення міжособистісних стосунків.

Доповнюючи психодинамічне розуміння, сучасні підходи, такі як когнітивно-поведінковий та інтегративний, розглядають нарцисизм як результат порушення схеми самосприйняття, коли базові переконання індивіда про власну значущість є хибними або не підкріплені реальним досвідом. Така концептуалізація відкриває можливості для корекції нарцисичних патернів через психотерапевтичну роботу зі схемами, установками та емоційною регуляцією.

У контексті теорії Я-психології Кохут розглядав нарцисизм, інтерпретуючи його не лише як девіацію, а й як важливий компонент особистісного самовираження. У своїй концепції він підкреслював, що нарцисизм пов'язаний з порушеннями в структурі «Я», які виникають внаслідок відсутності належного емоційного відображення з боку батьків або інших значущих інших в дитинстві. Саме ці порушення, на його думку, призводять до формування так званих «дефектів его», які проявляються у вразливості до критики, надмірній потребі у схваленні, нестійкій самооцінці [52].

Доповнення до психодинамічного тлумачення нарцисизму можна знайти в межах екзистенційно-феноменологічного підходу, який фокусується на унікальному, суб'єктивному досвіді особистості. Представники цього напряму - М. Гайдеггер, Ж.-П. Сартр, М. Мерло-Понті та інші - наголошують на тому, що людське «Я» невіддільне від переживань буття, які формуються в рамках конкретного життєвого досвіду. Людина не просто інтерпретує світ, а живе в ньому, переживаючи його емоційно і тілесно, формуючи власну автентичність через взаємодію з іншими людьми і власним внутрішнім світом.

Цей підхід підкреслює кілька ключових моментів:

1. Людина визначає себе через власний досвід пізнання світу, який є унікальним і неповторним;
2. Людина є активним творцем реальності, а не лише її пасивним спостерігачем;
3. Людина має рефлексивну свідомість - здатність осмислювати власне буття, емоції, мотивації та зв'язки з іншими [60].

Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти, що нарцисизм може бути не лише формою захисту, а й відображенням прагнення до цілісності, визнання та глибшого сенсу власного існування. У цьому контексті порушення у формуванні «Я» можна розглядати як розрив між автентичним самосприйняттям і зовнішньою соціальною роллю, яку індивід змушений виконувати.

Феноменологічна перспектива перетинається з соціальним конструктивістським підходом, який підкреслює роль культури, мови, норм і соціальних інститутів у конструюванні людської ідентичності. Згідно з цим підходом, реальність - це не об'єктивні дані, а соціально сконструйована система значень. Соціальна природа людини формується в процесі комунікації, обміну думками, інтерпретації поведінки інших, узгодження очікувань у взаємодії. Іншими словами, людина не просто «має» нарцисизм як рису, а формує його в певному культурно-історичному та соціальному контексті [54].

У межах сучасного соціального конструктивізму особливе значення надається тому, як суспільство формує уявлення про цінність власного «Я», успіх, зовнішню привабливість і статус - саме ці елементи найчастіше стають полем для реалізації нарцисичних тенденцій. У цьому контексті надмірно ідеалізоване уявлення про себе можна розглядати як відповідь на соціальні очікування, що вимагають постійної демонстрації успішності, самодостатності та вищості.

Додаткову аналітичну цінність має телецентричний підхід, який фокусується на усвідомленні тілесного та фізичного «Я». Він розглядає процес формування самосвідомості через призму тілесного досвіду: сприйняття форми тіла, гендерної ідентичності, зовнішності тощо. Це усвідомлення формується не ізольовано, а у взаємодії з соціальним контекстом та комунікативною рефлексією з боку інших. Фізичне «Я» слугує основою, на якій будується ширша структура особистої ідентичності, особливо з точки зору соціального схвалення та емоційного відгуку. Таким чином, самосвідомість постає як багаторівнева, динамічна система, в якій взаємодіють когнітивні, емоційні та тілесні компоненти.

Взаємозв'язок між нарцисизмом і перфекціонізмом є предметом активної дискусії в сучасній психології. Обидва явища мають спільні риси, серед яких прагнення до ідеалу, завищені вимоги до себе та інших, потреба у визнанні та схваленні. У цьому контексті доречним є запропоноване В.

Андерсоном поняття «нарцисичний перфекціонізм», під яким розуміють стійку залежність людини від ідеалізованого образу себе та нав'язливу потребу відповідати цьому образу. Така людина орієнтована на недсяжні стандарти досконалості, які стають основою як самосприйняття, так і міжособистісних очікувань [49].

Нарцисизм у функціональному аспекті виконує важливі психологічні завдання. Він є невід'ємною частиною здорової самооцінки, сприяє емоційній стабільності, зберігає цілісність Я, формує позитивне ставлення до себе, забезпечує здатність до самозахисту та адаптації до зовнішнього середовища. У цьому сенсі нарцисизм може мати конструктивний вплив на особистісний розвиток.

Однак надмірно виражені нарцисичні риси стають деструктивними. Вони можуть значно ускладнювати міжособистісну взаємодію, професійну діяльність, адаптацію до змін та кризових періодів. Надмірний нарцисизм часто супроводжується підвищеною чутливістю до критики, що призводить до агресивних або захисних реакцій. В основі таких реакцій лежить глибока внутрішня вразливість і брак конструктивного самосприйняття, що призводить до порушення соціального функціонування. Як наслідок, нарцисичним людям важко встановлювати близькі стосунки, будувати довіру та проявляти емпатію.

У контексті розвитку ідентичності надмірний нарцисизм заважає інтеграції різних аспектів «Я», перешкоджає гнучкості самооцінки та адаптивному мисленню. Високий рівень самоконцентрації та потреба у визнанні можуть гальмувати творчість, викликати завищені очікування та хронічне розчарування в результатах своєї діяльності [50].

Навіть самодостатні і, здавалося б, упевнені в собі нарцисичні особистості стикаються з перешкодами в соціальній взаємодії. Їх поведінка може викликати роздратування в оточуючих, оскільки схильність до домінування, знецінення думки опонента або відсутність емпатії заважає гармонійному функціонуванню в групі. Це часто призводить до труднощів із

соціальною інтеграцією, побудовою довготривалих стосунків та збереженням довіри [48].

Слід також враховувати, що нарцисичні риси можуть проявлятися в межах психічної норми. У цьому випадку мова йде про стійкі риси особистості, які проявляються в різних життєвих ситуаціях: схильність до завищеної самооцінки, ідеалізація себе, фантазії про безмежний успіх, віра у власну винятковість, відсутність співчуття, почуття заздрості до чужого успіху, зарозумілість. У здорової особистості ці риси можуть не заважати функціонуванню, але за певних умов (емоційна фрустрація, соціальні виклики, травматичний досвід) вони потенційно можуть трансформуватися в клінічні форми [19].

Згідно з деякими теоретичними підходами, самосвідомість - це цілісна система, яка функціонує як неусвідомлювана частина особистісної структури, що забезпечує стабільність і цілеспрямованість діяльності. У разі порушень у процесі формування особистості може виникнути дисбаланс між двома тенденціями: зосередженням на «стосунках з іншими» та пошуком власної ідентичності. Така полярність є характерною ознакою нарцисичної організації, де бажання бути визнаним вступає в конфлікт з глибинною потребою в автентичності.

Цей конфлікт часто супроводжується амбівалентністю: людина одночасно прагне схвалення з боку соціального оточення, але водночас боїться втратити контроль над образом свого «Я». У деяких випадках це породжує апокаліптичні імпульси - глибокі страхи «самопадіння», тотального розчарування або екзистенційної спустошеності, які є крайніми проявами захисних механізмів психіки, спрямованих на збереження образу досконалості.

Нарцисизм не слід спрощено ототожнювати з егоїзмом чи самозакоханістю - це складний феномен, який поєднує в собі адаптивні та дезадаптивні компоненти, впливає на ідентичність, регулює самосприйняття та визначає стратегії взаємодії з соціальним середовищем. Його надмірна

активація однозначно потребує психокорекційної або психотерапевтичної підтримки, спрямованої на розвиток зрілої самосвідомості, гнучкості в самооцінці та здатності до глибоких емоційних зв'язків.

Проблема нарцисичних рис у психічно здорової особистості полягає в подвійній природі цього явища: такі риси можуть виконувати як адаптивні, так і дезадаптивні функції, залежно від контексту і ступеня їх вираженості. У своїх функціональних межах нарцисизм слугує психологічним ресурсом: підтримує позитивну самооцінку, формує внутрішню впевненість, сприяє постановці амбітних цілей, стимулює прагнення до досягнення. Людина з помірним рівнем нарцисичних рис зазвичай демонструє високий рівень мотивації до самореалізації, внутрішній локус контролю, прагнення досягти визнання і поваги з боку соціального оточення. Це сприяє розвитку компетентності, професійній самореалізації та внутрішній стійкості до зовнішніх впливів.

Однак, якщо нарцисичні установки надмірно посилюються, вони можуть трансформуватися у фактори особистісної дезадаптації. У таких випадках виникає дисбаланс між внутрішнім самосприйняттям і соціальною реальністю. Нарцисичні риси починають виконувати компенсаторну функцію, спрямовану на захист від психологічної вразливості, і водночас формують конфліктну модель взаємодії з соціумом.

Дезадаптивні аспекти надмірного нарцисизму проявляються в наступних характеристиках:

1. Нездорова залежність від зовнішнього визнання. Людина постійно шукає підтвердження своєї значущості від інших, ігноруючи внутрішні джерела самоповаги. Це призводить до емоційної нестабільності, фрустрації та підвищеної тривожності за відсутності очікуваної реакції.

2. Низький рівень емпатії. Через зосередженість на власних потребах та уявлення про себе як унікальну, така людина схильна ігнорувати або не розуміти емоційні стани та потреби інших, що ускладнює формування глибоких міжособистісних стосунків.

3. Поверховість і маніпулятивність у стосунках. Нарцисичні особистості часто розглядають інших як інструмент для досягнення власних цілей, що формує токсичні або ситуативні стосунки з оточуючими.

Помірно виражений нарцисизм є адаптивною характеристикою самосвідомості, яка допомагає людині відчувати свою цінність, формувати життєві орієнтири, зберігати впевненість у собі. Однак в умовах гіперкомпенсації нарцисизм переростає у форму психологічного захисту, яка блокує здатність до емоційного контакту, викликає труднощі у сприйнятті критики, обмежує саморефлексію, перешкоджає гнучкому пристосуванню до змін.

На особливу увагу заслуговує твердження про функціональну роль нарцисизму в системі самосприйняття. У здоровому варіанті він сприяє формуванню цілісної Я-концепції, підтримує процес самопізнання, дозволяє людині свідомо визначати власні межі, цілі та пріоритети. Здоровий нарцисизм також є джерелом мотивації до досягнень, формує вміння долати труднощі та допомагає сформувати стійку, позитивну самооцінку.

У разі порушень особистісного розвитку може відбуватися поляризація самосвідомості, яка проявляється у зміщенні акцентів або на стосунки з іншими (залежність, потреба в захопленні), або на гіпертрофований пошук власної винятковості (замкнутість, почуття вищості). Це призводить до деформації внутрішнього континууму «Я маленький - Я великий», де особистість коливається між почуттями меншовартості та величч, що ускладнює побудову реалістичної самосвідомості [44].

У цьому контексті надзвичайно важливою є здатність особистості розпізнавати наявність нарцисичних тенденцій, регулювати їх прояви та адаптуватися до соціального середовища без шкоди для власного психічного здоров'я. Розвиток рефлексивності, емпатії та емоційної гнучкості може виступати механізмом профілактики дезадаптивних форм нарцисизму.

1.3. Психологічні характеристики особистості, що зумовлюють нарцисичні прояви

Вивчення феномену спонтанних психічних явищ є одним із ключових завдань психологічної науки, оскільки дозволяє глибше зрозуміти механізми формування психічних процесів у структурі свідомості. Це, в свою чергу, актуалізує необхідність чіткого теоретичного визначення основних понять, що використовуються в контексті дослідження. Наприклад, згідно з визначенням, наведеним у психологічному словнику, фактор трактується як статистична категорія, що описує причину мінливості ряду параметрів або явищ. Іншими словами, фактор - це умова, яка прямо чи опосередковано впливає на зміну психологічного стану або поведінки людини [33].

У цьому контексті поняття фактора дозволяє стверджувати, що будь-яка людська реакція, як і цілісна система внутрішнього життя індивіда, формується під впливом сукупності особистісних характеристик, соціального досвіду, індивідуальних потреб, мотивацій та установок. Ці елементи не тільки структуровані в психіці, але й беруть активну участь у побудові цілісної картини суб'єктивної реальності [35].

В рамках психодинамічного підходу О. Кернберг запропонував операціональне визначення нарцисизму, згідно з яким він розглядається як багатовимірний феномен, що варіюється від нормативної особистісної риси до клінічного розладу. Ступінь вираженості нарцисичних рис та їх вплив на особистісне функціонування є критеріями, що визначають адаптивність або патологічність нарцисизму. Ця модель, що базується на ідеях Р. Розенфельда та гіпотезі З. Фрейда про варіативність егоцентричних установок, розглядає нарцисичну ідентичність як таку, що здатна набувати як здорових, так і дисфункціональних форм [55].

На думку А. Похилько, збільшення кількості нарцисичних рис у сучасного індивіда є глобальною тенденцією, яка все частіше привертає увагу

дослідників. Це пов'язано не тільки з індивідуальними психологічними особливостями, але й соціальними умовами, які заохочують конкуренцію, самопрезентацію, потребу в схваленні [55].

О. Кернберг, описуючи клінічну картину нарцисичного функціонування, наголошує на виразній зосередженості людини на самооцінці, прагненні до самозвеличення, демонстративній поведінці, театральності, емоційній нестабільності. На його думку, синдром нарцисизму можна діагностувати, якщо характерні симптоми зберігаються щонайменше півроку. Цей синдром проявляється у стійкому стилі поведінки, який відтворюється в різних соціальних ситуаціях.

Альтернативні інтерпретації пропонують такі дослідники, як Е. Роннінгстам, Д. Гандерсон, Т. Міллон та інші, які схильні розглядати нарцисизм як психологічну реакцію на загрозу цілісності «Я». У межах цієї концепції нарцисизм розглядається як континуум, де помірно виражені нарцисичні характеристики можуть залишатися в межах психічної норми, не набуваючи клінічних проявів. Водночас такі риси можуть виконувати захисну функцію у відповідь на переживання вразливості або заниженої самооцінки.

До основних рис, що характеризують структуру нарцисичної особистості, належать: почуття власної винятковості; занурення у фантазії про успіх і всемогутність; віра в свою унікальність; потреба в постійній увазі та визнанні; очікування особливого ставлення до себе з боку оточуючих; відсутність емпатії; насичене емоційне життя з частими афективними коливаннями; зухвалість і зарозумілість у поведінці [57].

Останніми роками вітчизняна психологія все частіше звертається до проблеми нарцисизму. Окремі дослідження висвітлюють різні аспекти цього феномену: здоровий нарцисизм, його зв'язок з лідерством, прояви в дитячому та підлітковому віці, захисні та компенсаторні механізми, зокрема в умовах емоційної депривації [39; 40; 42]. Однак більшість цих досліджень все ще залишаються на теоретичному рівні. На сьогодні бракує глибоких емпіричних досліджень на українському матеріалі. Однією з причин цього є відсутність

уніфікованих та валідованих методик діагностики нарцисизму, адаптованих до соціокультурного контексту України.

У сучасній зарубіжній психології існує низка класифікацій типів ідентичності, запропонованих такими дослідниками, як Д. Файн, В. Іоффе, Д. Сандлер, а в сучасній інтерпретації - Г. Галло [53]. Особливу увагу в цьому контексті привертає підхід Г. Когут, яка розглядає нарцисизм як невід'ємну частину нормального розвитку особистості, а не виключно як психопатологічну категорію.

Відмінність концепції Когута від класичної психоаналітичної моделі Фрейда полягає у зміщенні акценту з трикомпонентної структури психіки («Ід», «Его», «Суперего») на феномен нарцисичного ядра особистості. У його концепції нарцисизм постає як засіб самореалізації, формування ідентичності та процес самопізнання на феноменологічному рівні. Таким чином, здоровий нарцисизм трактується як функціональний елемент самосвідомості, що формує позитивне ставлення до себе, здатність до автономії та емоційну стабільність.

Серед типів ідентичності, які формуються на основі нарцисичних проявів, виділяють Я-концепція з акцентом на визнання та схвалення. Формується в дитячому та підлітковому віці на основі постійної потреби бути в центрі уваги. У таких випадках основною мотивацією є не самоствердження, а залежність від зовнішнього підтвердження значущості. Це призводить до того, що людина не може інтегрувати схвалення в структуру власної ідентичності - вона постійно "шукає", але не може "привласнити".

Стійка автономія - це форма ідентичності, яка зустрічається рідше, ніж очікувалося. Вона передбачає здатність індивіда функціонувати незалежно, не потребуючи зовнішнього підкріплення. Метафора Н. Мак-Вільямса про "здорову, але хвору рослину" яскраво відображає цю ідею: навіть маючи потенціал, особистість не розвинулася через емоційний дефіцит у критичні періоди життя (недостатнє "зрошення" у вигляді уваги, підтримки, прийняття) [56].

Загалом благополуччя людини залежить від цілої низки зовнішніх і внутрішніх чинників: особистісних рис, виховання, соціального оточення, професійної реалізації. Нарцисичні прагнення притаманні кожній людині, але вони залишаються адаптивними лише тоді, коли не займають надмірного місця в структурі мотивації.

Незважаючи на те, що термін «нарцисизм» продовжує залишатися суперечливим у сучасному психоаналітичному дискурсі, дослідники сходяться на думці, що його конструктивна форма відіграє важливу роль. Такий нарцисизм проявляється у здатності до самоповаги, позитивному сприйнятті своїх досягнень, емоційній стійкості перед труднощами та соціальним тиском. Однак існують і деструктивні форми нарцисизму, які умовно поділяються на дефіцитарний та патологічний (дегенеративний).

Дефіцитарний нарцисизм характеризується нездатністю сформувати внутрішнє відчуття цілісності. Такі люди часто відчують спустошеність, залежність від зовнішніх оцінок, схильні до конформізму, пасивності, не мають стабільної самооцінки.

Патологічний (деструктивний) нарцисизм проявляється в перебільшеній потребі в увазі, визнанні та ідеалізації власної значущості. Він супроводжується нереалістичним самосприйняттям, нездатністю будувати глибокі стосунки, надмірною чутливістю до критики.

У крайніх формах нарцисизм може набувати ознак злоряксної ідентичності, що проявляється у вигляді глибокого відчуження від реальності, психотичних рис або важких розладів особистості (аутизм, манія, параноя) [41].

Серед причин нарцисизму виділяють кілька основних груп факторів:

- Сімейні (ранній досвід виховання): як надмірна критика, жорсткість, так і гіперопіка або надмірне захоплення дитиною можуть порушувати баланс самосприйняття;
- Біологічні (темперамент, спадковість, невротичні риси);

- Соціальні (вимоги культури успіху, змагання, зовнішня орієнтація).

Часто нарцисизм проявляється в підлітковому віці як частина нормального процесу ідентифікації, але за відсутності емоційної підтримки або стабільних патернів взаємодії він може закріпитися у вигляді особистісної дисгармонії. У важких випадках дегенеративна ідентичність стає індикатором глибших розладів, зокрема у людей з шизофренічним або шизоїдним спектром.

Згідно з діагностичними критеріями, нарцисичний розлад особистості можна припустити за наявності щонайменше п'яти з наступних ознак: постійні фантазії про безмежний успіх, владу та ідеальну любов; перебільшення власних досягнень і талантів; очікування особливого ставлення з боку оточуючих; експлуатація людей для досягнення особистих цілей; низька емпатія; заздрість до успіхів інших; зарозуміла та зневажлива поведінка.

Таким чином, нарцисизм - це багатогранне явище, яке варіюється від адаптивної внутрішньої сили до серйозного клінічного розладу. Розуміння його динаміки вимагає інтеграції міждисциплінарних підходів: психоаналітичного, когнітивного, соціокультурного та клінічного.

Висновки до першого розділу

1. Аналіз сучасних наукових джерел, як зарубіжних, так і вітчизняних, показує, що феномен нарцисизму залишається одним з найменш визначених у психологічній теорії. Відсутність єдиного підходу до розуміння природи, механізмів виникнення та функціонального призначення нарцисизму ускладнює його системну інтерпретацію. У науковому дискурсі досі точаться суперечки щодо того, чи слід розглядати нарцисизм як окрему психологічну структуру, чи як прояв більш загальних внутрішньоособистісних процесів, зокрема самосвідомості, самооцінки та ідентичності. Дослідники також акцентують увагу на розрізненні адаптивної (здорової) та патологічної

(деструктивної) форм нарцисизму. Встановлено, що нарцисизм може мати як позитивний регулятивний вплив на особистісне функціонування, так і ставати чинником емоційної дестабілізації, соціальної дезадаптації та міжособистісних конфліктів.

2. На основі теоретичного аналізу можна зробити висновок, що здорова самосвідомість виступає універсальним механізмом, який забезпечує цілісність і стабільність особистості. Вона функціонує у вигляді континууму - від нормативних форм самосприйняття до потенційно дезадаптивних проявів - і включає як свідомі, так і несвідомі компоненти образу «Я». Самосвідомість у цьому сенсі є основою для формування «Я-концепції», мотиваційної структури та стилю міжособистісної взаємодії. Нарцисичні прояви в межах здорової особистості можуть бути адаптивними, якщо вони підтримують автономію, стабільну самооцінку, здатність до рефлексії та саморозвитку.

3. У нашому дослідженні нарцисизм визначається як риса особистості, що формується під впливом як внутрішніх (психологічних і біологічних), так і зовнішніх (соціокультурних і виховних) чинників. Це складна характеристика, яка поєднує в собі високу самооцінку, потребу у визнанні, схильність до ідеалізації та залежність від зовнішнього зворотного зв'язку. Умовами формування нарцисичних установок є рівень задоволеності життям, суб'єктивний контроль над подіями, тип емоційного реагування, риси характеру, виховання в дитинстві. Автор також підкреслює різницю між дефіцитарною та компенсаторною формами нарцисизму, які мають різні психологічні наслідки. Надмірне прагнення до самоствердження, відсутність емпатії та схильність до маніпулювання іншими свідчать про потенційну деструктивність цієї риси у разі втрати внутрішньої цілісності та адекватного самосприйняття.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСІБ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ НАРЦИСИЗМУ

2.1. Побудова та етапи організації емпіричного дослідження

Мета емпіричної частини дослідження - виявити та проаналізувати психологічні особливості осіб з різним рівнем вираженості нарцисичних рис.

Для реалізації цієї мети були поставлені такі дослідницькі завдання:

1. Розробити теоретико-методологічне обґрунтування дослідження та сформулювати структуру емпіричного етапу з урахуванням специфіки феномену нарцисизму.
2. Підібрати надійні та валідні психодіагностичні методики, зокрема ті, що відповідають психоаналітичній традиції, для дослідження нарцисизму та його взаємозв'язків з іншими особистісними змінними.
3. Дослідити зв'язок між рівнем нарцисизму та такими факторами, як суб'єктивний контроль, емоційна експресивність, задоволеність життям, а також певними особистісними рисами, пов'язаними з нарцисичною саморегуляцією.
4. Виявити психологічні особливості осіб з різним ступенем вираженості нарцисичних рис, описати типові патерни їхньої поведінки та емоційного реагування.

2.2. Психодіагностичний інструментарій для дослідження нарцисичних рис

Початковим етапом нашого емпіричного дослідження стало визначення та підбір діагностичних методик, спрямованих на вивчення особистісної ідентичності та нарцисичних проявів. Після ретельного аналізу наявного психодіагностичного інструментарію ми дійшли висновку, що на сучасному етапі розвитку психологічної науки існує обмежена кількість валідних

методик, які безпосередньо дозволяють вивчати структуру нарцисизму та його специфічні прояви. В ході нашої роботи ми виділили дві основні категорії методик, які найчастіше використовуються для аналізу цього феномену:

У нашому дослідженні ми використовуємо наступні методики:

1. «Тест оцінки нарцисизму» (В. Вуд, Н. Залуцька, А. Вукс)

«Тест оцінки нарцисизму» - це психодіагностичний інструмент, призначений для кількісної оцінки рівня нарцисичних рис особистості та сили его серед дорослого населення. Методика дозволяє дослідити ступінь нарцисизму як у психічно здорових осіб, так і у осіб з клінічними проявами - невротичними розладами, розладами особистості, психосоматичними станами, а також у пацієнтів з психозами поза гострою стадією.

Дана методика може бути використана в різних сферах:

- у клінічній психології та психотерапії (для первинної діагностики, динамічного спостереження за змінами під час терапії)
- у психодіагностиці (для диференціації психічних станів)
- у наукових дослідженнях (для аналізу структур особистості)
- у відборі персоналу (для оцінки емоційної стійкості та адаптаційних можливостей).

Основною метою тесту є виявлення особливостей нарцисичної саморегуляції, зокрема рівня самоповаги, здатності до реалістичної самооцінки, уявлення про власну значущість, глибини внутрішнього образу «Я», функціональної ролі нарцисичних механізмів у психологічній адаптації.

Опитувальник складається із тверджень, де респонденти обирають варіант відповіді, який найбільш точно відповідає їхньому самосприйняттю чи поведінковим проявам. Результати інтерпретуються за 18 шкалами, кожна з яких фіксує окремий аспект нарцисичної організації особистості.

Методика супроводжується:

- стандартизованою інструкцією;
- бланком відповідей;

– таблицями нормативних значень для популяції з «ідеально інтегрованим Его».

Це дозволяє провести порівняльний аналіз індивідуальних результатів респондента з еталонними показниками, що важливо для виявлення як компенсаторних механізмів, так і потенційних дисфункцій.

Високі показники за відповідними шкалами свідчать про схильність до гіпертрофованої самооцінки, самозамилування, надмірне прагнення до визнання. З іншого боку, низькі показники можуть свідчити про брак самоповаги, внутрішню невпевненість та підвищену вразливість до зовнішніх оцінок.

Таким чином, тест на визначення рівня нарцисизму є валідним, багатофакторним та універсальним інструментом, що дозволяє провести глибокий аналіз нарцисичної складової структури особистості, емоційного фону, адаптаційного потенціалу та меж психічної стійкості людини.

2. Методика «Індекс життєвої задоволеності» (Satisfaction with Life Index) - створена А. Нойгартеном у 1961 році та адаптована Н. В. Паніною у 1993 році, є ефективним інструментом для оцінки загального рівня суб'єктивного благополуччя особистості. У контексті вивчення нарцисичних проявів вона дозволяє дослідити, наскільки рівень життєвої задоволеності пов'язаний із різними рівнями вираженості нарцисизму.

ІЖЗ дає можливість проаналізувати стиль життя, систему цінностей, потреб і мотиваційних установок, які є важливими компонентами структури особистості осіб з нарцисичними рисами. Як наслідок, методика може бути використана для виявлення внутрішньої задоволеності життям як компенсаторного або підсилюючого фактору у формуванні нарцисичних установок.

Опитувальник складається з 20 стандартизованих питань, що оцінюються за п'ятьма шкалами, кожна з яких відображає ключовий аспект задоволеності життям. Такий підхід дозволяє не тільки визначити загальний

рівень задоволеності, але й дослідити його структурні компоненти у представників з високим, середнім та низьким рівнем нарцисизму.

Використання цієї методики в нашому дослідженні дозволяє виявити взаємозв'язок між нарцисичними рисами (зокрема, потребою у визнанні, відчуттям особливості та низькою емпатією) та показниками задоволеності життям. Це, в свою чергу, дозволяє зробити висновки про те, як нарцисизм впливає на емоційне благополуччя та якість життя особистості.

Таким чином, Індекс задоволеності життям є актуальним інструментом для вивчення психологічних особливостей осіб з різним рівнем нарцисизму, оскільки допомагає виявити внутрішні чинники, що впливають на задоволеність життєвими обставинами та функціонування Я-концепції.

3. Багатовимірний опитувальник особистості (16-PF) Р.Кеттелла - Багатовимірний особистісний опитувальник (16-PF), створений американським психологом Реймондом Кеттеллом, є одним із найавторитетніших психодіагностичних інструментів для дослідження структури особистості. Методика ґрунтується на факторному підході, що дозволяє визначити 16 базових особистісних факторів, кожен із яких репрезентує певний спектр індивідуально-психологічних властивостей.

Опитувальник складається з 187 запитань, що охоплюють широкий діапазон характеристик — від особливостей емоційного реагування до поведінки в соціальних взаємодіях, мислення та стилю прийняття рішень. Завдяки цьому тест забезпечує багатовимірний аналіз особистості, дозволяючи сформувати цілісний, глибокий та диференційований профіль особистісних рис.

Кожен із 16 факторів є незалежною змінною та взаємопов'язаний із десятками підлеглих рис (у середньому близько 40), що забезпечує комплексний підхід до діагностики. Наприклад, такі фактори як домінантність, емоційна стабільність, схильність до ризику або інтелектуальна гнучкість, у сукупності дають змогу оцінити адаптивні можливості, соціальну компетентність і стиль поведінки особистості.

Методика Кеттелла є універсальною та адаптованою до широкого кола завдань у різних напрямках психології: у клінічній практиці — для діагностики психоемоційних станів і виявлення внутрішньоособистісних конфліктів; в організаційній психології — для професійного відбору, оцінки лідерських якостей, командної взаємодії та управлінського потенціалу; у науково-дослідній діяльності — для вивчення міжособистісних відмінностей, структури характеру та особистісної динаміки.

Результати тестування дозволяють проаналізувати рівень вираженості кожного з факторів і на цій основі інтерпретувати можливі моделі поведінки особистості, її пріоритети, стиль мислення, рівень стресостійкості, здатність до співпраці тощо.

Високі або низькі показники за окремими шкалами слугують основою для диференційованого аналізу — пояснюють, чому різні люди по-різному реагують на одні й ті самі життєві ситуації, приймають різні рішення або демонструють несхожі адаптаційні стратегії.

Таким чином, 16-факторний опитувальник особистості Р. Кеттелла є надійним і валідним інструментом комплексного аналізу особистісної структури, який дозволяє ефективно застосовувати його в різних галузях психологічної практики та досліджень.

4. «Психодіагностичний чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності» (автор О. Саннікова)

Тест-опитувальник, розроблений О. Санніковою на основі модифікації трьохмодальнісного опитувальника А. Ольшаннікової та Л. Рабіновича, є надійним інструментом самооцінки, призначеним для вивчення стійких емоційних патернів у дорослої аудиторії віком від 18 до 40 років.

Методика дає змогу виявити домінуючі емоційні реакції особистості, їхню частоту та інтенсивність, а також встановити загальний емоційний фон. Вона широко застосовується як у психологічній практиці — для оцінки емоційного стану клієнта, так і в наукових дослідженнях, що вивчають

взаємозв'язок емоційної сфери з поведінкою, саморегуляцією та психічним благополуччям.

Тест містить 46 тверджень, з яких 44 питання спрямовані на оцінку чотирьох основних емоційних модальностей:

- Радість (R),
- Гнів (Gn),
- Страх (S),
- Печаль (Sum).

Кожна модальність оцінюється за допомогою 12 питань. Відповіді фіксуються за чотирибальною шкалою: «безумовно так», «скоріше так», «скоріше ні», «безумовно ні». Додатково включено два дихотомічні запитання для уточнення емоційної орієнтації респондента. Методика супроводжується стандартною інструкцією, бланком відповідей та схемою обробки результатів.

Час проходження тесту становить у середньому від 40 до 60 хвилин, що дає змогу респонденту зосереджено проаналізувати власні переживання без часових обмежень. Опитувальник адаптований для індивідуального використання, що забезпечує більшу точність та глибину результатів. Водночас, для збереження валідності методики, не рекомендується її використання в умовах психоемоційного напруження (наприклад, після конфлікту чи під час іспиту), оскільки стресові фактори можуть істотно спотворити результати тестування.

Результати дослідження дають змогу: виявити провідну емоційну модальність респондента; оцінити рівень вираженості кожної з чотирьох базових емоцій; визначити потенційні зони емоційного дисбалансу; сформулювати висновки про загальний стан емоційної регуляції.

Методика демонструє високу чутливість до особистісних особливостей та дозволяє глибше зрозуміти емоційне функціонування особистості. Завдяки цьому тест є ефективним засобом первинної діагностики емоційних порушень, а також — інструментом для побудови індивідуальної програми психокорекційної або психотерапевтичної підтримки.

Таким чином, чотирьохмодальнісний тест-опитувальник емоційності О. Саннікової є актуальним та практично значущим інструментом для комплексного аналізу емоційної сфери дорослої особистості.

2.3. Аналіз взаємозв'язку нарцисизму з індивідуально-психологічними характеристиками

На початковому етапі емпіричного дослідження було висунуто гіпотезу про можливий зв'язок між нарцисичними рисами особистості та схильністю до авантюризму як однієї з потенційних поведінкових форм самоствердження. Такий підхід ґрунтувався на сучасних уявленнях про нарцисизм як стратегію підтримки позитивної самооцінки, що дозволяє людині зберігати емоційну стабільність і впевненість у власній значущості. У психоаналітичній літературі зазначається, що такі риси можуть проявлятися як у межах норми, так і мати патологічне забарвлення, зокрема у вигляді надмірних самозамилувань, фантазій про власну велич, потреби в постійному захопленні з боку оточуючих.

Шукання пригод було обрано як одну з рис, що відображає прагнення до швидких досягнень без реалістичного усвідомлення ресурсів та обмежень. Передбачалося, що ця риса корелює з нарцисичним ставленням до себе, яке передбачає ідеалізоване сприйняття власних можливостей. Такий підхід відображає розрив між суб'єктивними уявленнями про себе та об'єктивною реальністю, який характерний для осіб з вираженими нарцисичними установками.

З огляду на це, для дослідження було обрано валідні та надійні психодіагностичні методики: опитувальник «Нарцисичні риси особистості» (О. Шамшикова, Н. Клепікова) та методика «Емоційність» О. Саннікової та Н. Меленчук.

Емпіричний аналіз проводився поетапно. Спочатку було проведено кореляційний аналіз для виявлення статистично значущих зв'язків між

показниками нарцисизму, Я-концепції та авантюрної поведінки. Обробка даних здійснювалася за допомогою наступного програмного забезпечення SPSS 21.0.

Таблиця 2.1

Аналіз нарцисизму та авантюризму

Показники авантюризму	Психологічні характеристики, з якими встановлено зв'язок	Рівень значущості кореляції	Характер кореляції
AvUst	GS, PF, DP	$p < 0.05$	позитивна
AvKk	VSU, PF, DP	$p < 0.05$; $p < 0.01$	позитивна
AvPo	GS, VSU	$p < 0.05$	позитивна
AvKr	PF	$p < 0.05$	негативна

Примітки. Подальше використання: AvUst - рівень схильності до авантюризму; AvKk - когнітивна оцінка пригод; AvPo - сприйнятливність до авантур; AvKr - контроль та адаптація до пригод; GS - висока самооцінка; PF – фантазії; DP - зарозуміла поведінка; VSU - віра в унікальність; PF – фантазії.

Статистично значущі позитивні кореляції були виявлені між авантюрністю (AvUst) та такими показниками, як загальна самооцінка (GS), залученість у фантазування (PF) та демонстративна поведінка (DP). Когнітивна оцінка пригод (AvKk) також позитивно корелювала з вірою у власну винятковість (VSU) та фантазуванням (PF), а коефіцієнт сприйняття пригод (AvPo) мав подібний зв'язок з високою самооцінкою (GS). Натомість контрольно-пристосувальні механізми (AvKr) показали негативну кореляцію зі сприйняттям фантазій (PF), що вказує на зв'язок між слабкою адаптивністю та вираженим нарцисичним світосприйняттям.

Однак подальший аналіз виявив методологічні обмеження. Зокрема, не всі параметри авантюрності можна вважати надійними індикаторами

нарцисизму. Крім того, початково використані методики не дозволяли дослідити весь спектр нарцисичних рис особистості. З огляду на це, в подальшій роботі було використано тест оцінки нарцисизму (В. Вуд, Н. Залуцька, А. Воукс), який передбачає більш широкий спектр аналізу нарцисичних характеристик, зокрема, таких як внутрішня стабільність, почуття особистої цінності та впевненості в собі, а також здатність до самоконтролю. Це дозволило більш комплексно оцінити нарцисичну структуру особистості та встановити більш достовірні зв'язки з індивідуально-психологічними характеристиками.

2.4. Дослідження кореляцій між рівнем нарцисизму та показниками емоційності

Після збору емпіричних даних наступним кроком дослідження було проведення кореляційного аналізу між показниками нарцисизму та ключовими психологічними змінними: емоційністю, задоволеністю життям, суб'єктивним контролем та особистісними характеристиками. Цей аналіз виявив статистично значущі зв'язки, які поглиблюють наше розуміння того, як нарцисичні риси пов'язані з емоційною стабільністю, відчуттям контролю над життям і загальним психологічним благополуччям.

Результати аналізу виявили низку важливих закономірностей, які підтверджують, що певні компоненти нарцисичної ідентичності тісно корелюють зі специфічними емоційними реакціями та когнітивними оцінками власного досвіду. Зокрема, як показано в таблиці 2.2, значущі кореляції були виявлені між індексом безпорадного Я (NO) та основними емоційними модальностями.

Зокрема, індекс Н1 продемонстрував позитивний зв'язок з індексами Г (гнів) та Р (смуток) на рівні $p < 0,01$, а також з С (страх) та П (радість) на рівні $p < 0,05$. Це свідчить про те, що досліджувані з підвищеним рівнем

внутрішньої вразливості можуть одночасно відчувати інтенсивні емоційні реакції. Така емоційна інтенсивність може відображати більш глибокі внутрішньоособистісні конфлікти, характерні для людей з нарцисичними тенденціями, зокрема, коли вони стикаються з ситуаціями, що загрожують їхньому почуттю «Я» або самооцінці.

Водночас між певними показниками самооцінки та емоційними реакціями спостерігаються негативні кореляції, що свідчить про наявність компенсаторних механізмів - наприклад, особи з високим рівнем нарцисизму можуть намагатися пригнічувати або раціоналізувати емоційні переживання з метою збереження позитивного образу «Я».

Таблиця 2.2.

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками нарцисизму та емоційності

Показники емоційності		Показники нарцисизму								
		Н1	Н2	Н3	Н5	Н6	Н7	Н12	Н16	Н17
	Р	0.34*	0.41**	0.22	0.33*	0.29	0.27	0.39*	0.26	0.31*
	Г	0.29	0.43**	0.30*	0.37*	0.26	0.21	0.42**	0.28	0.33*
	С	0.31*	0.38*	0.24	0.36*	0.25	0.28	0.37*	0.22	0.29
	П	0.27	0.35*	0.28	0.32*	0.31*	0.24	0.30*	0.23	0.27

Примітки. Подальше використання: 1) коми та нулі будуть пропущені. 2) **значуща кореляція лише на рівні 1%, * - кореляція на рівні 5%. 3) Умовне позначення індексів нарцисизму: Н1: Самобезсилля. Н2: Втрата контролю над емоціями та мотивацією. Н3 - дереалізація, деперсоналізація. Н5 – незначний індекс; Н6 - негативне фізичне "я". Н7 - соціальна ізоляція. Н12 - нарцисичний гнів. Н16 - захист особистості в умовах спільного проживання. Н17 - іпохондричний захист від стресових ситуацій. 4) Скорочення емоційних індексів: Р - радість; Г - гнів; С - страх; П - сум.

Індекс Н2 (втрата контролю над емоціями та імпульсивність) продемонстрував позитивну кореляцію з усіма емоційними модальностями, окрім радості (Р), на рівні $p < 0,01$. Це свідчить про те, що підвищена емоційна реактивність супроводжується труднощами в емоційній регуляції, хоча особи з високим рівнем внутрішньої сили все ж здатні впоратися з імпульсивністю в критичних ситуаціях.

Індекс Н3 (дереалізація/деперсоналізація) має значущу позитивну кореляцію лише з гнівом (Г), що можна інтерпретувати як захисну стратегію дистанціювання від внутрішніх конфліктів або загроз, яка знижує інтенсивність емоційного реагування.

Показник Н5 (зниження самооцінки) виявив позитивну кореляцію з емоціями смутку (П) ($p \leq 0,01$) та гніву (Г) ($p \leq 0,05$), а також негативну кореляцію з відчуттям щастя (Р) ($p \leq 0,05$). Ці результати свідчать про те, що низька самооцінка супроводжується емоційною вразливістю, а невпевненість у власних знаннях чи здібностях може викликати почуття сорому, розчарування чи тривоги.

Індекс Н6 (негативне фізичне «Я») має позитивну кореляцію зі смутком (П) та негативну кореляцію зі щастям (Р) при $p \leq 0,05$. Такий емоційний фон може відображати глибоке неприйняття власного тіла або зовнішності, що викликає жалість до себе, докори сумління або відчуття втрати.

Індекс Н7 (соціальна ізоляція) показав негативний зв'язок з відчуттям щастя (Р) на рівні $p < 0,01$, що свідчить про тенденцію до уникнення соціальних контактів як захисну стратегію від потенційної емоційної травми.

Індекс Н12 (нарцисична злість) мав позитивну кореляцію з гнівом (А), страхом (П) і сумом (С) при $p < 0,01$. Це свідчить про схильність до захисної агресії, яка виникає у відповідь на загрозу самооцінці, з одночасним зниженням позитивного емоційного фону.

Індекс Н16 (захист співіснування) корелює з гнівом (Г) та страхом (С) при $p < 0,05$, що свідчить про активацію агресивних реакцій у міжособистісних стосунках як відповідь на загрозу нарцисичній цілісності особистості.

Індекс Н17 (захист від стресу) виявив позитивні кореляційні зв'язки з гнівом (Г), страхом (С) при $p < 0,01$ та сумом (П) при $p < 0,05$. Ці зв'язки можна інтерпретувати як емоційну мобілізацію у відповідь на стресори, пов'язані зі здоров'ям або соціальною невизначеністю, а також використання емоцій як механізму проекції внутрішніх конфліктів.

Результати кореляційного аналізу між показниками нарцисизму та емоційності свідчать про тісний зв'язок між емоційною сферою та процесами формування особистісної ідентичності. Встановлено, що емоційні реакції можуть як сприяти адаптації особистості, так і ускладнювати процеси самопізнання, саморефлексії та розвитку «Я-концепції» в осіб з вираженими нарцисичними тенденціями.

Дані аналізу підтверджують гіпотезу про те, що рівень емоційної стабільності відіграє ключову роль у формуванні ідентичності та здатності до психологічної адаптації. Саме ці компоненти визначають суб'єктивне відчуття задоволеності життям та визначають загальний психоемоційний стан особистості.

Таким чином, нарцисична особистість, яка характеризується емоційною вразливістю, може відчувати труднощі у формуванні цілісного уявлення про себе, що ускладнює досягнення емоційної рівноваги та внутрішньої гармонії. Отримані результати мають важливе практичне значення для психологічної діагностики, психокорекції та розробки індивідуалізованих стратегій розвитку особистісної зрілості.

2.5. Оцінка взаємозв'язку між нарцисизмом та рівнем життєвої задоволеності

Наступним етапом нашого емпіричного дослідження було встановлення взаємозв'язку між рівнем вираженості нарцисичних рис особистості та загальним індексом задоволеності життям. Основною метою цього етапу було

виявлення особливостей впливу нарцисизму на суб'єктивне сприйняття якості життя, а також аналіз потенційних кореляційних зв'язків між такими аспектами, як самооцінка, потреба в захопленні та гедоністичний компонент життєвого досвіду.

Аналіз даних виявив статистично значущі зв'язки, які свідчать про те, що підвищений рівень нарцисичних установок часто супроводжується акцентом на зовнішній оцінці та соціальному схваленні, що, в свою чергу, може впливати на загальне відчуття задоволеності життям як позитивно, так і негативно, в залежності від того, наскільки ці очікування реалізуються.

Систематизовані результати кореляційного аналізу між показниками нарцисизму та показниками задоволеності життям представлені в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

**Значимі коефіцієнти кореляції між показниками
нарцисизму та індексу життєвого задоволення**

Показники нарцисизму	Показники задоволеності життям					
	ІЖ	ПДЦ	УПДЦ	ПОС	ЗФН	ЗІЖЗ
Н1	-0.48*		-0.32*	-0.38*	-0.58*	-0.58*
Н2	-0.62*		-0.38*	-0.33*	-0.64*	-0.21*
Н3			-0.57*	-0.57*		-0.41*
Н5	-0.46*	-0.52*	-0.37*		-0.52*	-0.49*
Н6				-0.42*	-0.38*	-0.63*
Н7	-0.38*	-0.57*	-0.62*	-0.22*	-0.22*	
Н11	-0.51*		-0.34*	-0.45*		-0.43*
Н12	-0.63*	-0.24*	-0.53*	-0.35*	-0.51*	-0.42*
Н14	-0.40*	-0.57*	-0.21*	-0.30*	-0.23*	-0.25*
Н16	-0.38*		-0.61*			
Н17	-0.48*	-0.53*	-0.28*	-0.49*	-0.52*	-0.41*
Н18	-0.59*		-0.62*	-0.21	-0.30*	-0.56*

Примітки. Подальше використання: ІЖ – зацікавленість у житті. ПДЦ – послідовність у досягненні цілей. УПДЦ – узгодженість між поставленими та досягнутими цілями. ПОС – позитивне оцінювання себе та власних вчинків. ЗФН – загальний контекст настроїв. ЗІЗЖ – загальний рівень задоволеності життям.

Результати, представлені в таблиці 2.3, свідчать про наявність статистично значущих негативних кореляційних зв'язків між показником Н1 (відчуття безсилля) та такими показниками, як інтерес до життя (ІЖ) на рівні $p < 0,05$, а також узгодженість поставлених і досягнутих цілей (ПДЦ), позитивна самооцінка (ПОС), загальний емоційний фон (ЗФН) та індекс загальної задоволеності життям (ЗІЗЖ) на рівні $p < 0,01$. Ці результати свідчать про те, що ослаблення структури еґо супроводжується депресивними проявами, емоційною апатією, втратою життєвого ентузіазму. Почуття незадоволеності досягненнями, зниження впевненості в собі, девальвація самооцінки характерні для кризових періодів особистісного розвитку.

Індекс Н2, який відображає втрату контролю над емоціями та зниження мотиваційної активності, також виявив негативні кореляційні зв'язки з показниками ІЖ, ЗФН та УПДЦ на рівні $p < 0,01$. У свою чергу, зв'язок з показником ПОС свідчить про труднощі саморегуляції в умовах стресу, низьку самооцінку, пасивність у складних життєвих ситуаціях та відчуження від власних потреб і переживань.

Негативний кореляційний зв'язок між показником Н3 (дереалізація, деперсоналізація) та УПДЦ і ЗФН ($p < 0,05$) відображає тенденцію до захисного дистанціювання перед обличчям невдач у досягненні особистісно значущих цілей. Така реакція може бути пов'язана з підсвідомою потребою зберегти психічну рівновагу шляхом ігнорування або витіснення загрозливих переживань, що, однак, призводить до посилення емоційної дестабілізації та дезадаптації.

Найбільш виражені кореляційні зв'язки виявлено для індексів Н5 (зниження самооцінки) та Н6 (негативне сприйняття фізичного «Я») з ПОС на рівні $p < 0,05$, а також з ЗФН та ЗІЗЖ на рівні $p < 0,01$. Це свідчить про знижену залученість у соціальну взаємодію, песимістичну життєву позицію та уникнення само- та взаємооцінки. Така захисна стратегія, притаманна нарцисичному типу особистості, може супроводжуватися зниженням самооцінки, відчуттям емоційного вакууму та глибокою незадоволеністю якістю власного життя.

Індекс Н6 (негативне фізичне Я) демонструє статистично значущий негативний кореляційний зв'язок з показниками ІЖ (інтерес до життя), УПДЦ (узгодженість поставлених і досягнутих цілей), ЗФН (загальний емоційний стан) ($p < 0,05$), а також УПДЦ (конгруентність у досягненні цілей), ПОС (позитивна оцінка себе і власних дій) і ЗІЗЖ (загальний показник задоволеності життям) на рівні $p < 0,01$. Ці результати свідчать про те, що негативне сприйняття власного фізичного образу пов'язане зі зниженням інтересу до життя, емоційною апатією та труднощами в самореалізації. Викривлене ставлення до власного тіла стає чинником, що порушує особистісну рівновагу, знижує задоволеність життям та перешкоджає ефективному досягненню цілей.

Індекс Н7 (соціальна ізоляція) мав негативні кореляційні зв'язки з ПОС та ЗІЗЖ на рівні $p < 0,01$, а також з ЗФН на рівні $p < 0,05$. Отримані дані свідчать про тенденцію до уникнення соціальних контактів з метою психологічного захисту, що призводить до зниження задоволеності життям, емоційної ізоляції та недовіри до соціального оточення.

Індекс Н11 (потреба у схваленні) виявив лише один статистично значущий негативний кореляційний зв'язок - з показником ІЖ ($p < 0,01$), що може свідчити про низький рівень мотивації до соціального визнання, байдужість до схвалення оточуючих та обмежений інтерес до самореалізації через соціальну взаємодію.

Індекс Н12 (нарцисичний гнів) показав негативні кореляційні зв'язки з ІЖ, ЗФН та ЗІЗЖ ($p < 0,01$), а також з ПОС ($p < 0,05$). Це свідчить про емоційну нестабільність, критичність до себе та інших, зниження позитивного самосприйняття та тенденцію до соціальної ізоляції, що може виступати компенсаторною реакцією на внутрішнє відчуття вразливості.

Індекс Н14 (пропорційне зниження) мав негативні кореляційні зв'язки з ІЖ та ЗІЗЖ ($p < 0,05$), а також з ЗФН та УПДЦ ($p < 0,01$). Це свідчить про домінування пасивної життєвої позиції, втрату інтересу до розвитку, віру у фатальність обставин, що суттєво знижує якість життя та емоційне благополуччя.

Індекс Н16 (симбіотичний захист) показав негативну кореляцію з ІЖ на рівні $p < 0,01$. Така залежність свідчить про емоційну ізоляцію, уникнення активної соціальної взаємодії та втрату сенсу в індивідуальному розвитку через злиття з «близьким» об'єктом і недостатнє усвідомлення власних кордонів.

Негативні кореляції індексу Н17 (іпохондричний захист) з УПДЦ ($p < 0,05$) та ЗФН ($p < 0,01$) свідчать про підвищену тривогу щодо фізичного стану, що супроводжується зниженням життєвого тону, схильністю до катастрофізації та відчуттям емоційного виснаження.

Індекс Н18 (нарцисичний виграш від хвороби) продемонстрував негативний кореляційний зв'язок з ІЖ, ЗФН і ЗІЖЗ ($p < 0,05$), а також з ПОС ($p < 0,01$). Це свідчить про тенденцію до використання соматичних симптомів як механізму психологічного захисту, що супроводжується низькою самооцінкою, уникненням відповідальності за життєві труднощі, песимізмом та прагненням уникнути соціального порівняння шляхом демонстрації вразливості.

Таким чином, результати кореляційного аналізу між задоволеністю собою та індексом задоволеності життям дозволяють розглядати останній як важливий компонент нарцисичної структури особистості, порушення якого може призводити до пасивної позиції, схильності до покірності, уникнення

відповідальності за власні помилки. Така динаміка супроводжується емоційним виснаженням, відчуттям безпорадності, депресією, зниженням впевненості в собі, сумнівами в правильності життєвого вибору, зниженням мотивації до досягнення цілей.

Отримані результати узгоджуються з уявленнями про те, що одним з ключових параметрів зрілої особистості є рівень автономії, здатність приймати самостійні рішення та відповідальність за власне життя. Індивідуальні відмінності у сприйнятті життєвих подій проявляються у двох протилежних типах локусу контролю. Особи з екстернальним локусом (частіше екстравертованого типу) схильні приписувати результати життєвих подій зовнішнім факторам, таким як обставини, випадок або вплив інших людей. Натомість люди з інтернальним локусом контролю (інтровертований тип) основним джерелом впливу на перебіг подій у житті вважають власні дії та зусилля, що свідчить про вищий рівень суб'єктивного контролю та особистісну зрілість.

2.6. Дослідження зв'язку між нарцисичними проявами та структурою особистості

На основі проведеного дослідження, як в теоретичному, так і в емпіричному аспектах, було виявлено, що нарцисизм значуще корелює з низкою особистісних рис, таких як страх, агресивність, невпевненість у собі, конформність, депресивність, недовіра та підвищена тривожність. Ці кореляції свідчать про те, що нарцисичні особистості мають труднощі з емоційною саморегуляцією та встановленням гармонійних міжособистісних стосунків, що, в свою чергу, робить їх більш вразливими до негативних емоцій та стресових впливів.

Такі риси можуть впливати на здатність адаптуватися до змін та ефективність взаємодії з соціальним оточенням.

Для дослідження особистісних рис осіб з різним рівнем нарцисизму було використано багатовимірний особистісний опитувальник Р. Кеттелла (16-PF). Цей інструмент дозволив проаналізувати широкий спектр індивідуально-психологічних особливостей на основі 16 основних факторів, що формують структуру особистості.

В рамках цього етапу було досліджено кореляції між показниками нарцисизму та окремими факторами особистості за Кеттелом. Результати представлені в таблиці 2.4.

Слід підкреслити, що наявність негативних кореляцій з окремими факторами свідчить не стільки про відсутність зв'язку, скільки про орієнтацію на негативний полюс відповідного фактора, що може мати деструктивний вплив на формування ідентичності та загальну особистісну адаптацію.

Аналіз табл. 2.4 показує, що більшість показників нарцисизму мають статистично значущі зв'язки з основними особистісними чинниками, що підтверджує їх взаємозалежність і дає підстави для подальшого вивчення специфіки таких зв'язків.

Таблиця 2.4.

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками нарцисизму та факторів особистості (за Р.Кеттеллом)

Фактори особистості (Р.Кеттелл)		Показники нарцисизму							
		Н1	Н2	Н3	Н4	Н5	Н6	Н7	Н8
Фактори особистості (Р.Кеттелл)	A	-0.151	0.541* *	0.278	0.118	- 0.413*	- 0.413*	- 0.530* *	0.439*
	C	-0.235	0.030	-0.082	-0.251	0.134	- 0.433*	-0.249	-0.160
	F	- 0.522* *	0.539* *	0.559* *	0.370*	-0.234	- 0.483* *	0.221	-0.072
	H	0.056	- 0.378*	0.564* *	0.330*	0.527* *	0.474* *	0.117	0.506* *

L	-0.263	0.051	- 0.431*	0.363*	- 0.511* *	0.584* *	0.327*	- 0.362*
M	0.436*	0.148	-0.203	- 0.524* *	-0.227	-0.210	0.276	0.165
N	0.027	-0.087	- 0.569* *	- 0.471* *	- 0.562* *	0.164	-0.223	0.010
O	0.516* *	0.370*	0.160	0.446*	0.364*	- 0.376* *	0.471* *	0.047
Q 1	- 0.592* *	0.013	-0.099	- 0.333* *	- 0.456* *	-0.195	0.531* *	-0.212
Q 3	-0.258	- 0.556* *	0.131	0.003	- 0.538* *	-0.266	0.490* *	- 0.313* *
Q 4	-0.159	0.159	0.160	0.043	- 0.492* *	0.402*	-0.215	- 0.376* *

Фактори особистості (Р.Кеттелл)		Показники нарцисизму							
		H9	H10	H11	H12	H14	H16	H17	H18
	A	0.121	0.250	- 0.575**	0.564**	0.399*	- 0.345* *	- 0.382 *	- 0.380 *
	C	-0.053	0.342*	-0.360*	0.017	0.111	- 0.544* *	0.129	- 0.395 *
	F	- 0.454**	-0.006	- 0.559**	0.491**	-0.289	0.195	-0.226	0.024
	H	- 0.494**	- 0.365*	- 0.546**	-0.210	-0.134	-0.274	0.394 *	- 0.172
	L	- 0.593**	0.379*	0.248	0.275	0.326*	- 0.511* *	-0.170	- 0.461 **

N	0.465**	-0.033	-	0.256	0.313*	0.074	0.325	-
			0.456**				*	0.007
O	0.489**	-	-0.108	0.307*	-	-	-0.252	-
		0.301*			0.325*	0.508*		0.407
						*		*
Q1	0.369*	0.475*	-0.218	-	-	-0.087	0.382	0.433
		*		0.468**	0.326*		*	*
Q2	0.023	0.244	-0.164	0.566**	0.555*	-0.298	-0.003	-
					*			0.239
Q3	-0.426*	-0.013	0.583**	-0.310*	0.207	0.314*	-	0.274
							0.315	
							*	
Q4	-	0.109	0.213	-	0.015	-	0.174	-
	0.551**			0.580**		0.328*		0.391
								*

Примітки. Традиційні визначення маркерів ідентичності. Н1: я безпомічний; Н2: Втрата контролю над емоціями та мотивацією. Н3 - дереалізація, деперсоналізація. Н4 - головна можливість надії. Н5 – я незначний; Н6- негативне фізичне «я», Н7- Соціальна ізоляція, Н8 – давній виїзд. Н9 - чудовий ідентифікатор. Н10 - Прагнення ідеалізованого об'єкта Я. Н11 – спрага похвали та схвалення. Н12 – нарцисичний гнів. Вони пропонують предмету Н14. Н16- Захист особи під час спільного проживання. Н17 – іпохондричний захист від стресу. Н-18 – нарцисична вигода внаслідок хвороби. Традиційні детермінанти особистісних факторів: А- (А+афектотимія - А-сизотимія); С- (С + сила «Я» - С-слабкість «Я»); F- (F+ безпека, F-працевлаштування); Н- (Н + сміливість – Н- боягузтво) Л- (Л + підозрілість- Л-довірливість); М – (М + мрія, М-ефективність) Н – (Н + інтуїція - Н – інфантилізм); Про – (Про+ схильність до почуття провини, Про - невпевненість у собі); Q1 – (Q1 + радикалізм - Q1 – консерватизм, самозбереження); Q2- (Q2+ - Групова залежність Q2). Q3 – (Q3+

високий самоконтроль - Q3- низький самоконтроль) Q4 – (Q4+ напруга – Q4 – розслаблення) IQ – (IQ+ тривожність – IQ – емоційна стійкість).

Індекс Н1 (слабке Я) продемонстрував статистично значущі кореляції на рівні $p < 0,01$ з факторами С- (емоційна нестабільність), О⁺ (схильність до почуття провини), Q4⁺ (високий рівень внутрішньої напруги), а на рівні $p < 0,05$ - з Н- (соціальна замкнутість, сором'язливість) та Q3- (низький рівень самоконтролю). Ці взаємозв'язки відображають загальну емоційну нестабільність, тривожність, почуття провини, низьку впевненість у собі та труднощі в саморегуляції.

Індекс Н2 (втрата емоційного контролю та мотивації) виявив позитивні кореляції з тими ж показниками С-, О⁺ та Q4⁺ ($p < 0,01$), а також з F⁺ (імпульсивність), М- (непрактичність) та Q3- (низький самоконтроль) ($p < 0,05$). Ці дані свідчать про схильність до емоційної нестабільності, імпульсивної поведінки, непослідовності, недбалості у вчинках, а також про труднощі в мотиваційній саморегуляції.

Індекс Н3 (дереалізація, деперсоналізація) продемонстрував значущі зв'язки з факторами М- (низький реалізм мислення), О⁺ (високе почуття провини) та Q4⁺ (внутрішня напруженість) ($p < 0,05$), що свідчить про наявність депресивних тенденцій, когнітивної дезорганізації, підвищену чутливість до внутрішніх конфліктів.

Індекс Н4 (віра в особисті ресурси) мав негативну кореляцію з факторами Н- (соціальна стриманість) та Q2- (емоційна нестабільність) ($p < 0,05$), що свідчить про схильність до самодостатності, високу самовпевненість та знижену емоційну реактивність.

Індекс Н5 (низьке Его) позитивно пов'язаний з факторами О⁺ (почуття провини), Q4⁺ (напруженість) ($p < 0,01$), Q1⁺ (радикалізм) ($p < 0,05$), і негативно - з С (стабільність Его) і Н- (стриманість, сором'язливість) ($p < 0,05$ і $p < 0,01$ відповідно). Така конфігурація вказує на конфліктну самооцінку, нестабільне почуття власної гідності та недостатню емоційну зрілість.

Індекс Н6 (негативне фізичне Я) продемонстрував виражену позитивну кореляцію з $Q4^+$ ($p<0,01$), що свідчить про підвищену внутрішню напруженість, незадоволеність власним тілом та знижене прийняття фізичного образу.

Індекс Н7 (соціальна ізоляція) позитивно корелює з $Q4^+$ ($p<0,05$) і негативно корелює з А (товариськість), Н- (соціальна тривожність), С (емоційна стабільність) і F (життєва активність) ($p<0,01$ і $p<0,05$). Це свідчить про тенденцію до уникнення соціальних контактів, внутрішню напруженість та низьку комунікативну активність.

Індекс Н8 (відчуття старіння) має позитивні кореляції з L^+ (підозрілість), $Q4^+$ (висока внутрішня напруженість) ($p<0,05$), O^+ (схильність до самозвинувачення) ($p<0,01$) та негативну кореляцію з Х (емоційна відкритість) ($p<0,01$). Ці зв'язки свідчать про тривожне сприйняття життєвих змін, підвищену чутливість до оцінки оточуючих та загальну психоемоційну вразливість.

Індекс Н9 (Велике Я) показав позитивну кореляцію на рівні $p<0,05$ з фактором F^+ (відчуття безпеки), що може свідчити про зосередженість людини на власних досягненнях в умовах безпеки та психологічного комфорту, а також про схильність до самоконцентрації при недостатній саморефлексії.

Індекс Н10 (пошук ідеального «Я») має позитивні кореляції з F^+ (впевненість) ($p<0,01$) та L^+ (підозрілість, сумніви) ($p<0,05$), водночас демонструє негативні кореляції з Q2 (залежність від думки групи) ($p<0,01$), N (сумлінність) та Q3 (самоконтроль) ($p<0,05$). Це свідчить про протиріччя між прагненням до ідеалізованого образу та зниженою задоволеністю собою, що супроводжується внутрішнім напруженням, недовірою, невпевненістю, зниженою мотивацією, імпульсивністю та схильністю до групової залежності.

Показник Н11 (потреба в похвалі та схваленні) позитивно корелює з F^+ (впевненість), O^+ (почуття провини), $Q4^+$ (напруженість) ($p<0,01$) та L^+ (сумніви) ($p<0,05$), а також демонструє негативні кореляції з Q3- (низький самоконтроль) ($p<0,01$) та Н- (соціальна замкнутість) ($p<0,05$). Це свідчить про

амбівалентність: з одного боку, людина прагне схвалення і демонструє підвищену емоційну збудливість, а з іншого - виявляє риси невпевненості, тривожності та соціального уникнення.

Індекс Н12 (нарцисичний гнів) пов'язаний з O^+ (почуттям провини), $Q4^+$ (внутрішньою напруженістю) ($p < 0,01$), L^+ (підозрілістю), $Q1^+$ (радикалізмом) та QII^+ (емоційною нестабільністю) ($p < 0,05$). Негативні кореляції спостерігалися з C^- (емоційна слабкість) ($p < 0,01$), H^- (соціальна стриманість) та $Q3^-$ (низький самоконтроль) ($p < 0,05$). Таким чином, нарцисичний гнів супроводжується тривожністю, емоційною нестабільністю, дратівливістю, конфліктністю та труднощами в саморегуляції.

Індекс Н14 (знецінення об'єкта) позитивно пов'язаний з $Q4^+$ (напруженість) ($p < 0,01$), F^+ (впевненість), L^+ (сумніви), O^+ (провина), і має негативну кореляцію з C^- (слабкість Я) ($p < 0,01$). Це свідчить про компенсаторні механізми через активність, тривогу, провину та емоційний стрес.

Індекс Н16 (стратегія захисту в інтимних стосунках) виявив позитивні кореляції з O^+ (почуття провини) та $Q4^+$ (напруженість) ($p < 0,05$), а також негативні кореляції з C^- (емоційна нестабільність) ($p < 0,01$), H^- (соціальна стриманість) та $Q2^-$ (незалежність) ($p < 0,05$). Таке поєднання вказує на конфлікт між прагненням до автономії та одночасною залежністю від емоційної підтримки, на тлі підвищеної чутливості до оцінки оточуючих.

Індекс Н17 (іпохондричний захист) позитивно корелює з $Q4^+$ (внутрішня напруженість) ($p < 0,01$) та O^+ (почуття провини) ($p < 0,05$), негативно - з H^- (соціальна активність) ($p < 0,01$) та A^- (низька товариськість) ($p < 0,05$). Це свідчить про підвищену тривожність, схильність до соціального уникнення, емоційну вразливість та іпохондричні реакції як захисну форму психологічної дезадаптації.

Індекс Н18 (нарцисичний виграш від хвороби) має позитивну кореляцію з $Q4^+$ (рівень внутрішньої напруженості) ($p < 0,01$) та негативні кореляції з H^- (соціальна замкненість) ($p < 0,01$) та A^- (комунікативна відстороненість)

($p < 0,05$). Це свідчить про психологічний механізм уникнення життєвих труднощів через соматизацію, що супроводжується зниженням соціальної активності, тривожністю, емоційною нестабільністю та прагненням уникнути відповідальності.

Таким чином, виявлені значущі кореляційні зв'язки між показниками нарцисизму та окремими рисами особистості дозволяють краще зрозуміти специфіку його проявів. Проведений аналіз дає можливість виявити ті психологічні характеристики, які найбільш тісно пов'язані з нарцисичними рисами, а також простежити, як ці зв'язки впливають на поведінкові прояви, емоційний стан та характер соціальної взаємодії індивіда. Зокрема, вивчення взаємозв'язку між нарцисизмом і такими рисами, як агресивність, тривожність або надмірна самовпевненість, дозволяє більш точно прогнозувати типові форми реагування нарцисичної особистості в різних життєвих ситуаціях.

2.7. Психологічна характеристика осіб з різним рівнем нарцисизму

Теоретичне дослідження нарцисичних рис особистості, а також аналіз взаємозв'язків між показниками нарцисизму та різними психологічними характеристиками створили підґрунтя для подальшого якісного аналізу досліджуваних параметрів. У цьому розділі особливу увагу приділено методу якісного аналізу, який дозволяє глибше вивчити психологічні особливості осіб з різним рівнем нарцисизму. Після попереднього групування респондентів за рівнем нарцисичних проявів дослідження було спрямоване на виявлення характерних психологічних особливостей кожної групи.

Початковим етапом якісного аналізу стала побудова та інтерпретація психометричних профілів. Такі профілі не тільки відображають сукупність досліджуваних показників, але й дозволяють виявити структуру складних багатофакторних психологічних характеристик. Криві психопрофілю формуються на основі кількісних результатів, представлених у відсотках або стандартизованих балах (стінах), а також можуть ґрунтуватися на шкальних

оцінках. Для кожної групи розраховуються середні значення за відповідними індексами, що дає можливість виявити специфіку психологічних характеристик у представників з різним рівнем нарцисизму.

Профілі інтерпретуються з урахуванням найбільш виражених відхилень від середніх значень, що дозволяє виявити особливості структури нарцисичних проявів і глибше зрозуміти психологічну специфіку кожної групи.

Емоційність є складовою темпераменту і відіграє важливу роль у процесі формування особистості. У цьому контексті виявлення специфічних емоційних профілів осіб з різним рівнем нарцисизму є надзвичайно важливим завданням, оскільки результати кореляційного аналізу показали, що нарцисичні риси особистості (зокрема, ригідність, зосередженість на собі, демонстративність, гнів, відчуженість) тісно пов'язані з емоційною сферою: страхом, агресією, гнівом, огидою, презирством тощо. Саме тому систематичне вивчення емоційного профілю дозволяє глибше зрозуміти психологічну природу нарцисизму та виявити характерні патерни афективного реагування.

Психологічні профілі нарцисизму у респондентів з різним емоційним контекстом представлені на рисунку 2.1.

Як видно з графічних даних, представлених на рисунку 2.1, найвищі пікові значення демонструє емоція гніву (А), що проявляється через зростання індексів Н12 (нарцисичний гнів), Н2 (втрата емоційного контролю та імпульсивність) та Н1 (суб'єктивне відчуття безсилля в саморегуляції). Така картина свідчить про домінування захисної реакції у вигляді афективної напруги, спрямованої на компенсацію внутрішніх переживань, пов'язаних з образою, приниженням, соромом або емоційною фрустрацією.

У цьому контексті гнів виконує мобілізаційну функцію, активізуючи ресурси людини для збереження цілісності Я та контролю над ситуацією. Однак у випадках надмірного емоційного збудження, коли рівень гніву перевищує адаптивний поріг, відбувається порушення самоконтролю, що

проявляється в агресивній поведінці, імпульсивних діях або афективній ригідності. Це, в свою чергу, ускладнює соціальну взаємодію та адаптацію особистості до фруструючих впливів середовища.

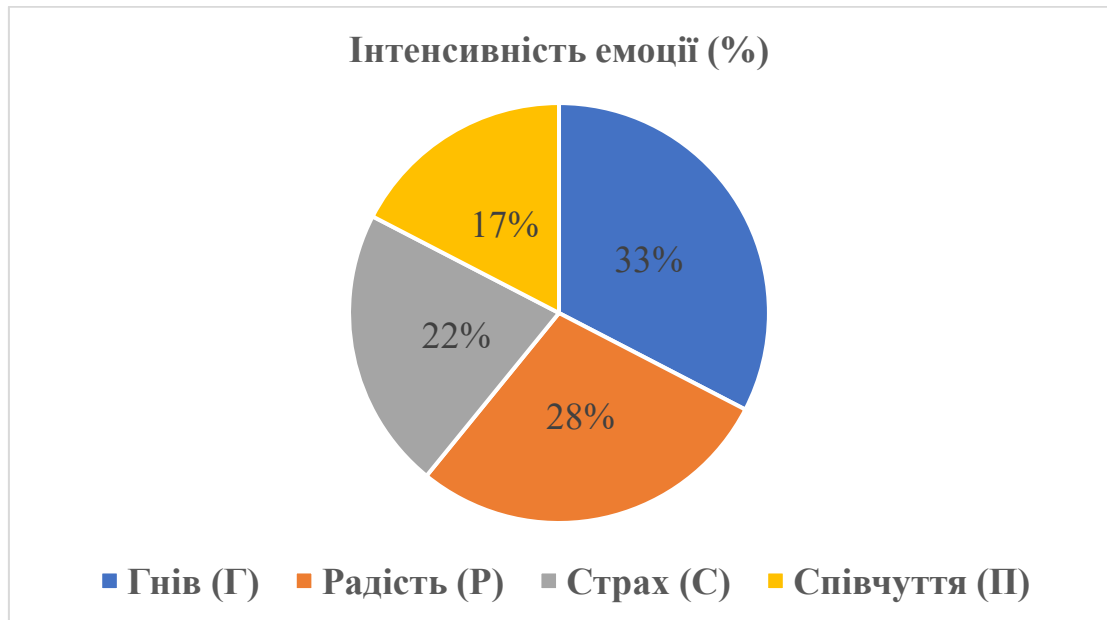


Рис.2.1. Емоційні профілі нарцисичних індексів

Одним із важливих векторів дослідження стало вивчення ролі емоцій у формуванні нарцисичних рис особистості. Особливу увагу було приділено якісному аналізу емоційних профілів респондентів з різним контекстом досвіду. Було виявлено, що страх перед життям може бути як деструктивним, так і конструктивним. У конструктивному варіанті страх виконує регулятивну функцію: сприяє мобілізації особистісних ресурсів, розвитку здатності до самоорганізації, досягнення цілей та внутрішньої цілісності. Ця емоція активізує механізми самоконтролю та підвищує готовність до подолання перешкод.

Особи, які характеризуються домінуванням емоції радості (R), найчастіше демонструють нарцисичні риси через прагнення до визнання, соціального успіху, високої самооцінки та самореалізації. Це відображається у підвищених значеннях за шкалами Н9 (Велике Я), Н10 (пошук ідеального образу Я) та Н13 (ідеал самодостатності). Радість у таких осіб виступає мотиваційним стимулом, що підвищує відповідальність за власні вчинки,

сприяє цілеспрямованості, самостійності та оптимізму у вирішенні життєвих проблем.

Водночас почуття страху (F) переважає у тих осіб, які демонструють високий рівень впевненості в собі, але прагнуть зберегти стабільність свого соціального іміджу. Вони менш схильні до заздрощів і здебільшого відкриті, доброзичливі та конструктивні. Страх у них хоч і присутній, але обмежений і активізується в ситуаціях потенційної загрози. Ці респонденти демонструють вищі показники за шкалами Н14 (знецінення об'єкта) та Н19 (індекс активності) і нижчі показники за шкалою Н7 (соціальна ізоляція), що свідчить про розвинену соціальну компетентність та стресостійкість.

Особливий інтерес становлять результати, пов'язані з емоцією співчуття (Р). У випадках, коли ця емоція домінує, нарцисичні тенденції можуть бути менш вираженими. Людина, орієнтована на емпатійне сприйняття себе та інших, гостро реагує на власні недоліки не через сором чи провину, а через душевний біль і внутрішні страждання. Такі респонденти часто демонструють підвищені показники за шкалами Н6 (негативне сприйняття фізичного «Я») та Н1 (безпорадне «Я»), що свідчить про внутрішню конфліктність, підвищену вразливість, низьку самооцінку та схильність до емоційного реагування.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що найбільш вираженими емоційними домінантами у нарцисичних особистостей є гнів (Г) та радість (Р). Ці емоції формують специфічну мотиваційно-афективну структуру, яка забезпечує активний захист власних інтересів, чітке позиціонування в соціумі, знецінення інших та емоційну непримиренність у відповідь на помилки інших. Таким чином, емоційність виступає однією з ключових детермінант формування ідентичності, зокрема в контексті нарцисичних тенденцій.

На наступному етапі було проведено розширений психометричний аналіз з урахуванням показників задоволеності життям та факторної структури особистості серед людей з різним рівнем ідентичності. Для поділу вибірки на групи з високим та низьким рівнем нарцисизму було використано метод ЕСАР. Первинні («сирі») дані, отримані за допомогою адаптованої методики

оцінки нарцисизму (автори - В. Вуд, Н. Залуцька, А. Воукс), були переведені у відсоткові значення. Інтервали: 0-25% - низький рівень, 25-50% - помірний, 50-75% - досить високий, 75-100% - високий рівень нарцисичних проявів.

Таким чином, респонденти, які продемонстрували 0-25%, були віднесені до групи з низьким рівнем нарцисизму (Н⁻), а ті, хто потрапив у діапазон 75-100%, були віднесені до групи з високим рівнем нарцисизму (Н⁺). Було сформовано три основні групи: одна з низьким рівнем та дві з високим рівнем нарцисичних рис.

Подальший аналіз передбачав оцінку якісних і кількісних параметрів, у тому числі виявлення ключових відмінностей між психологічними показниками. Візуалізація даних у вигляді профілів дозволила окреслити особливості внутрішньої структури особистості респондентів з різним рівнем нарцисизму. Профілі були сформовані на основі середніх значень, представлених у відсотковому форматі. На горизонтальній осі були позначені шкали психологічних методик, а на вертикальній - відповідні значення. Умовна центральна лінія проходила на рівні 50%, що слугувало маркером середньої вираженості показника.

Для більш детального якісного аналізу були побудовані профілі факторної структури, сфокусовані на респондентах з крайніми рівнями нарцисизму. Це дозволило проаналізувати, які фактори найбільш суттєво впливають на формування нарцисичних рис, а також які особистісні риси моделюють емоційну та поведінкову специфіку нарцисичної особистості. Такий підхід дає можливість простежити зв'язок між нарцисизмом і такими психологічними аспектами, як самооцінка, адаптивність, стресостійкість та емоційна стабільність.

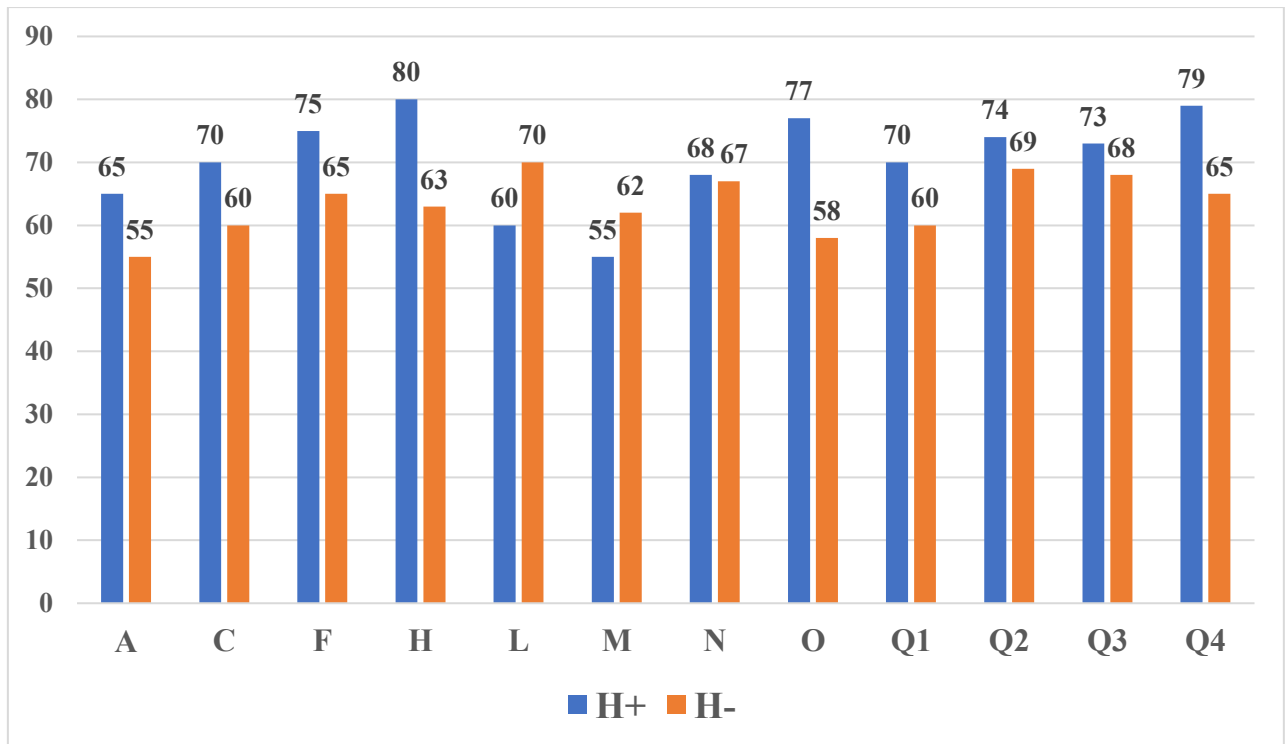


Рис. 2.2. Профілі факторів особистості (за Р. Кеттеллом) груп осіб з різним рівнем нарцисизму

Примітки. А – комунікабельність; С – емоційна стабільність («сила Я»); F – жвавість; Н – сміливість / сором’язливість; L – довіра / підозріливість; М – фантазійність/практичність; N – витонченість/прямолинійність; О – тривожність; Q1 – радикальність/консерватизм; Q2 – автономність/залежність від групи; Q3 – самоконтроль; Q4 – внутрішнє напруження; Н+ / Н– – високий / низький рівень нарцисизму.

Порівняльний аналіз конфігурацій психометричних профілів та їх просторового розташування відносно центральної осі (середнього рівня характеристик) показує, що між досліджуваними групами існують виразні відмінності за низкою психологічних параметрів. Кожна група демонструє унікальну структуру взаємодії між рисами, що формують її ідентичність та поведінкові характеристики.

Так, респонденти з високим рівнем нарцисизму (Н⁺) характеризуються позитивним афективним фоном, високою активністю та впевненістю в собі. У їхніх профілях домінують такі характеристики, як імпульсивність,

енергійність, експресивність (F^+), відповідальність і сумлінність (G^+), а також рішучість, схильність до ризику, висока стресостійкість і соціальна впевненість (H^+). У них добре розвинена інтуїція, когнітивна гнучкість, саморефлексія та адаптивна емоційна регуляція, що проявляється у високих показниках за такими шкалами O^+ та $Q3^+$.

Такі люди демонструють схильність до дотримання соціальних норм і внутрішньої організації, що проявляється в системності мислення, послідовності дій, цілеспрямованості та відповідальності. Їхнє прагнення до самореалізації супроводжується потребою в досягненнях, що часто компенсує їхню внутрішню вразливість. Водночас помірне зниження за шкалою L може свідчити про толерантність, здатність бути поблажливим і м'яким у соціальних контактах.

Інша картина спостерігається у респондентів з низьким рівнем нарцисизму (H^-). Для них характерна глибока емпатія, чутливість до соціального контексту, бажання бути корисними та залученими в міжособистісні стосунки (A^+ , I^+). Ці люди демонструють високу емоційну рефлексивність, тонке відчуття меж у спілкуванні, витончену поведінку та стійкі морально-етичні переконання. Високі показники за шкалами N^+ (амбіційність, уважність до деталей) та $Q3^+$ (контрольованість, самодисципліна) свідчать про високий рівень внутрішньої організації та готовність діяти відповідно до прийнятих норм навіть у складних обставинах.

Члени цієї групи характеризуються сильним почуттям внутрішнього «я», яке не залежить від зовнішнього підтвердження чи схвалення. Їх поведінка більш стабільна, менш імпульсивна і менш залежна від соціального успіху. Ці люди здатні зберігати психоемоційну рівновагу, проявляють витримку і стійкість в міжособистісних ситуаціях.

Профілі нарцисизму показують, що кожен рівень характеризується певними комбінаціями особистісних рис, які визначають емоційні, мотиваційні та поведінкові аспекти функціонування людини. Високий рівень нарцисизму пов'язаний з прагненням до досягнень, контролю та зовнішнього

схвалення; низький рівень нарцисизму пов'язаний з більш глибокою соціальною чутливістю, емоційною стабільністю та адаптивністю.

У рамках подальшого якісного аналізу було розглянуто індекс задоволеності життям як важливий показник особистісного благополуччя (рис. 2.3). Аналіз показав, що рівень нарцисизму суттєво впливає на сприйняття суб'єктивної задоволеності життям.

Зокрема, люди з високим рівнем нарцисизму демонструють схильність до зовнішньої орієнтації при оцінці власного благополуччя. Рівень їхньої задоволеності життям значною мірою залежить від соціального схвалення, досягнень, іміджу та зворотного зв'язку з іншими людьми. Вони можуть відчувати розчарування навіть тоді, коли вони насправді успішні, якщо не отримують достатньої підтримки чи визнання. Це часто супроводжується внутрішнім напруженням, підвищеною тривожністю та потребою в соціальному контролі, що знижує загальний рівень задоволеності життям.

Натомість група з низьким рівнем нарцисизму має більш автономне сприйняття щастя та задоволеності життям, незалежне від зовнішніх оцінок. Такі люди зосереджені на внутрішніх цінностях, приймають себе і своє життя без надмірних очікувань від соціального оточення. Їхній індекс задоволеності життям характеризується стабільністю та меншою емоційною залежністю від обставин, що свідчить про більш інтегровану структуру особистості.

Отримані дані підтверджують, що рівень нарцисизму суттєво визначає не лише особистісні якості, а й особливості емоційного самопочуття, стратегії самопрезентації та соціальної взаємодії.

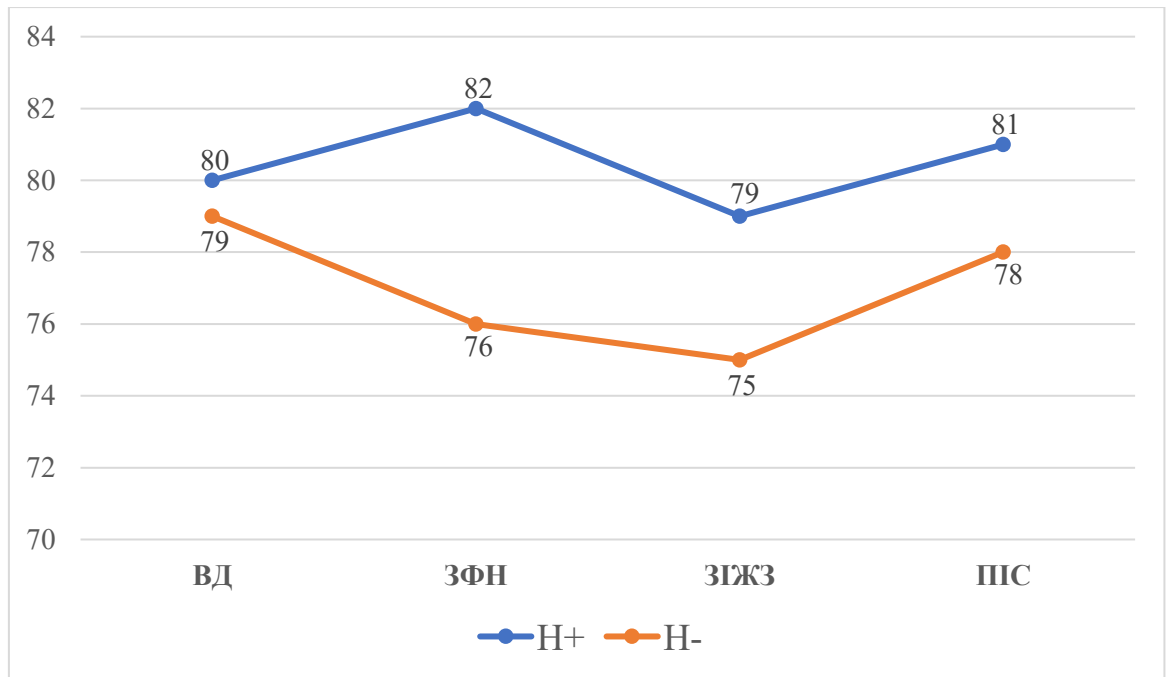


Рис.2.3. Профілі задоволеності життям груп осіб з високим і низьким рівнем нарцисизму

Примітки. ВД – індекс задоволеності життям; ПІС – позитивна оцінка себе; ЗФН – загальний фон настрою; ЗІЖЗ – загальний індекс життєзадоволеності; Н+ / Н– – високий / низький рівень нарцисизму.

Числові значення, представлені на діаграмі (рис. 2.3), є середніми значеннями індексу задоволеності життям, розрахованими для груп з різним рівнем нарцисизму. Ці значення наведені в стандартних відсоткових одиницях, що дозволяє проводити порівняльну оцінку досліджуваних параметрів. По осі Х відкладено шкали, що відображають різні аспекти задоволеності життям, а по осі Y - відповідні значення у відсотках. Центральна (медіанна) лінія графіка розташована на рівні 50% і слугує точкою відліку для інтерпретації профілів.

Графічна візуалізація дозволяє виділити характерні відмінності в профілях людей з високим і низьким рівнем нарцисизму. Профіль респондентів з низьким рівнем нарцисизму демонструє стабільні, а в деяких випадках і підвищені показники порівняно з медіанним значенням, що

свідчить про їхню емоційну врівноваженість та здатність до внутрішньої саморегуляції.

Найбільш показовими щодо відмінностей між групами є показники ВД (внутрішній інтерес до життя), ЗФН (загальний настрій), ЗІЖЗ (загальний індекс задоволеності життям) та ПІС (позитивна ідентифікація з собою). Порівняння цих показників вказує на різний рівень емоційної інтенсивності, залученості в життя та суб'єктивного сприйняття ефективності життя в групах з протилежними нарцисичними тенденціями.

Особи з високим рівнем нарцисизму, як правило, високо оцінюють своє життя, що часто пов'язано з фокусом на досягненнях, статусі, соціальному визнанні та зворотному зв'язку з оточуючими. Їхнє ставлення до життя ґрунтується на вірі у власну винятковість і бажанні підтримувати ідеалізований образ себе. Хоча такі люди демонструють оптимізм і підвищену активність, їхня емоційна стабільність може бути умовною: високий рівень задоволеності не завжди означає внутрішню гармонію, оскільки тісно пов'язаний із вразливістю до зовнішньої критики і потребою в підтримці. Профіль також демонструє схильність до використання захисних механізмів, спрямованих на уникнення внутрішнього конфлікту та збереження сприйняття себе як сильної, автономної та успішної особистості.

Такі респонденти часто активно контролюють свої емоційні реакції, намагаючись не виявляти слабкості. Вони дистанціюються від соціальних впливів, які можуть поставити під сумнів їхній позитивний імідж. Водночас позитивні емоції, ентузіазм до життя, амбітність, захопленість стосунками та подіями створюють зовнішню картину людини, яка задоволена своїм життям.

Натомість люди з низьким рівнем нарцисизму демонструють більш реалістичну, помірковану і стабільну оцінку себе і свого життя. Їх задоволеність життям менше залежить від зовнішнього схвалення і більше ґрунтується на внутрішніх переживаннях, емоційній зрілості, якості міжособистісних стосунків та здатності до емпатії. Такі люди менш схильні

демонструвати емоційні крайнощі, натомість зосереджуючись на осмисленості, стійкості та автентичності життєвого досвіду.

Вони не прагнуть до тотального контролю, не схильні до надмірної самореклами і менш схильні до використання захисних психологічних стратегій для збереження свого образу «Я». Їхні міжособистісні стосунки характеризуються більшою глибиною, емпатією, етичністю та стабільністю. Самооцінка таких людей зазвичай помірна, без помітних коливань, що сприяє вищому рівню психологічної адаптації.

Таким чином, сформовані психологічні портрети дозволяють узагальнити типові риси досліджуваних груп:

Особи з високим рівнем нарцисизму (H^+) характеризуються вираженим прагненням до лідерства, підвищеною чутливістю до критики, потребою в соціальному схваленні, демонстративною поведінкою. Рівень задоволеності життям високий, але умовний і коливається залежно від зовнішніх оцінок. Такі люди часто виявляють емоційну реактивність, використовують стратегічну самопрезентацію, а їхні міжособистісні стосунки можуть бути інструментальними.

Люди з низьким рівнем нарцисизму (H^-) демонструють більш автентичну емоційність, здатність до емпатії, саморефлексії та побудови стабільних, довірливих стосунків. Їх рівень задоволеності життям, хоч і не завжди високий, але більш стабільний і менш залежний від ситуативних факторів. Їх поведінка в міжособистісних стосунках ґрунтується на взаємоповазі, прийнятті та емпатії.

Таким чином, результати порівняльного аналізу свідчать про те, що рівень нарцисизму має значний вплив на структуру задоволеності життям, а також на загальну емоційну та поведінкову модель особистості.

Висновки до другого розділу

У ході дослідження, яке базувалося на використанні психодіагностичних методик, було комплексно вивчено особливості проявів нарцисизму та їх психологічний зміст у контексті емоційної сфери, суб'єктивного контролю, задоволеності життям та особистісних характеристик.

За допомогою кореляційного аналізу виявлено найбільш значущі зв'язки між окремими компонентами нарцисизму (зокрема, Н1 - «безпорадне Я», Н2 - «втрата емоційного контролю», Н5 - «незначуще Я», Н12 - «нарцисичний гнів», Н17 - «іпохондричний захист») та емоційними станами, зокрема, гнівом, страхом і сумом. Виявлено, що ці компоненти нарцисичної ідентичності мають позитивні кореляційні зв'язки на рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$), що свідчить про активацію механізмів емоційного захисту в ситуаціях фрустрації, приниження або втрати контролю.

Вплив гніву особливо виражений як базової емоції, що виконує адаптивну функцію у нарцисичних особистостей, дозволяючи їм підтримувати уявлення про власну силу, значущість і впливовість. Наявність агресивної захисної реакції не завжди є деструктивною - вона часто набуває форми регуляції, спрямованої на стабілізацію внутрішнього «Я» в ситуаціях емоційної нестабільності. Згідно з результатами, емоційно зрілі нарцисичні особистості здатні зберігати самоконтроль і демонструвати сильну волю до захисту власних кордонів і цінностей навіть під тиском зовнішніх чинників.

Натомість виявлено негативні кореляції між нарцисизмом та показниками задоволеності життям: інтересом до життя, досягненням цілей, позитивною самооцінкою, загальним настроєм та рівнем суб'єктивного благополуччя. Це свідчить про те, що особи з високим рівнем нарцисизму, попри зовнішню впевненість, можуть мати нестійке відчуття життєвого щастя, емоційне виснаження та залежність від зовнішнього схвалення.

Аналіз особистості показав, що певні фактори за методикою Кеттелла (зокрема, О+ - почуття провини, Q1+ - реалістичність, Q4+ - емоційна сила, L+ - недовіра, Q2+ - тривожність) супроводжують виражені нарцисичні риси.

Така конфігурація факторів свідчить про внутрішню напруженість, нестабільність Я-концепції, підвищену чутливість до фрустрації та зовнішніх оцінок.

Якісний аналіз за допомогою психометричних профілів дозволив визначити психологічні відмінності між особами з високим та низьким рівнем нарцисизму. Особи з високим рівнем нарцисизму характеризуються експресивністю, домінантністю, рішучістю, активністю, потребою в досягненні соціального статусу. Водночас їм притаманні тривожність, дратівливість, емоційна нестабільність, підвищена вразливість до критики. Вони часто намагаються контролювати свої емоції та уникати ситуацій, які можуть підірвати їхню самооцінку.

Люди з низьким рівнем нарцисизму демонструють вищу емпатію, відкритість до взаємодії, гнучкість у поведінці та психологічну зрілість. Їх задоволеність життям ґрунтується на внутрішніх настановах, а не на зовнішньому підтвердженні, що сприяє кращій адаптації до змін, нижчому рівню стресу та здоровішим міжособистісним стосункам.

Варто зазначити, що гіпотеза про залежність нарцисизму від індексу суб'єктивного контролю та задоволеності життям не знайшла переконливого підтвердження в цьому дослідженні. Натомість емоційність виявилася ключовим компонентом, що визначає інтенсивність і форму нарцисичних проявів. Згідно з теорією темпераменту, емоційність є ядром особистості, а її тип і глибина суттєво впливають на типові реакції нарцисичної особистості в конфліктних або стресових ситуаціях.

Таким чином, результати дослідження підкреслюють важливість розгляду нарцисизму не лише як стійкого особистісного утворення, а й як системної емоційно-поведінкової моделі, що активізується в умовах загрози ідентичності. Отримані дані можуть бути використані у подальших дослідженнях, а також у психотерапевтичній практиці для корекції деструктивних проявів нарцисичних рис та формування конструктивної стратегії емоційної саморегуляції.

РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З ОСОБАМИ З ВИСОКИМ І НИЗЬКИМ РІВНЕМ НАРЦИСИЗМУ

3.1. Психологічні ризики та ресурси різних рівнів нарцисизму

У сучасній психології нарцисизм розглядається як багатовимірне явище, що включає в себе як адаптивні, так і дезадаптивні компоненти. Залежно від рівня його вираженості — високий, середній або низький — проявляються різні психологічні ресурси і потенційні ризики, які мають істотне значення в процесі особистісного розвитку, соціальної взаємодії, емоційної регуляції і загального психічного благополуччя.

Особи з високим рівнем нарцисизму демонструють виразні ресурси, які можуть позитивно впливати на їх діяльність, самореалізацію і соціальний статус. До таких ресурсів можна віднести високу самооцінку, впевненість у собі, самопрезентацію, прагнення до успіху та досягнень, лідерські амбіції, енергійність, вміння мобілізуватися у кризових ситуаціях. Вони схильні до рішучих дій, цілеспрямованості і активної життєвої позиції. Більшість з них добре орієнтуються в конкурентному середовищі, вміють досягати результату за рахунок особистої ініціативи і демонструють високий рівень самоконтролю в стресових ситуаціях.

Однак, незважаючи на наявність значних особистісних ресурсів, високий нарцисизм також несе в собі значні психологічні ризики. Основні з них — емоційна нестабільність, зниження емпатії, надмірна потреба у визнанні, залежність від зовнішніх оцінок. Особи з яскраво вираженим нарцисизмом часто демонструють нетерпимість до критики, схильність до знецінення оточуючих, агресивність у міжособистісних контактах, що може призвести до конфліктів, емоційного вигорання та соціальної ізоляції. Вони можуть переживати глибокі внутрішні кризи в результаті «нарцисичної травми» — ситуацій, які підривають їхнє уявлення про власну перевагу чи важливість. Почуття гніву, сорому або розчарування в таких випадках може активізувати

захисні механізми, які часто виражаються у вигляді проекції, агресії або уникнення.

Для людей з помірним (середнім) рівнем нарцисизму характерний адаптивний баланс між амбіціями і самокритикою. У них достатньо внутрішніх ресурсів для підтримки здорової самооцінки, здатності до рефлексії, відкритості до соціальних зв'язків і адекватного ставлення до критики. Такий рівень нарцисизму пов'язаний з високим рівнем психологічної гнучкості, що дозволяє цим людям ефективно долати труднощі, приймати конструктивні рішення в конфліктних ситуаціях і зберігати позитивну соціальну динаміку. У разі емоційного виснаження або важких зовнішніх стресових факторів ці індивіди можуть тимчасово втратити відчуття внутрішньої стабільності, але їх адаптаційний потенціал дозволяє швидко відновити душевну рівновагу.

Особи з низьким рівнем нарцисизму характеризуються підвищеною здатністю до емпатії, співчуття та готовністю до глибоких міжособистісних зв'язків. Вони схильні до саморефлексії, внутрішньої скромності, уважності до потреб оточуючих, що дозволяє їм формувати здорові, тривалі відносини, засновані на довірі. Їх ресурс полягає в соціальній орієнтації, моральних цінностях, готовності до співпраці, альтруїзмі. Вони менш схильні до маніпулятивної або агресивної поведінки і виявляють більш високу терпимість до невдач. Такі люди мають стійкі, менш емоційно інтенсивні реакції на зовнішні подразники і не схильні до гострих афективних коливань.

При цьому необхідно враховувати і певні ризики низького нарцисизму. Іноді таке особистісне ставлення може супроводжуватися недостатнім рівнем впевненості в собі, уникненням відкритого конфлікту, неможливістю відстоювати власні інтереси. Нерідко у цих індивідів виявляється залежність від зовнішніх обставин або думки значущих оточуючих, знижений рівень честолюбства, а в деяких випадках і схильність до самообмеження і підвищеної тривожності в ситуаціях соціальної оцінки.

Таким чином, нарцисизм - це не тільки ризик або ресурс, а особиста стратегія, яка може виконувати як захисну, так і продуктивну функцію. Високий нарцисизм формує ризик імпульсивної поведінки та емоційної нестабільності, але також забезпечує бадьорість та наполегливість. Низький нарцисизм сприяє глибоким стосункам та емоційній стабільності, але іноді супроводжується відсутністю ініціативи. Середній рівень нарцисизму найбільш адаптивний — він поєднує в собі впевненість в собі з емпатією, готовність до дії з реалізмом, амбіції з людяністю. Саме тому розуміння психологічних ризиків та ресурсів на кожному рівні нарцисизму є надзвичайно важливим у сфері психологічної підтримки, психотерапії та профілактики дезадаптивних проявів особистості.

3.2. Підходи до корекції дезадаптивних проявів нарцисизму

Корекція дезадаптивних проявів нарцисизму — складне психологічне завдання, що вимагає глибокого розуміння природи нарцисичної особистості, її внутрішньої мотивації, емоційної структури та соціальної поведінки. Оскільки нарцисизм включає в себе як функціональні, так і дисфункціональні елементи, психокорекційна робота повинна бути спрямована не на повне усунення нарцисистических рис, а на їх інтеграцію в особистість в більш зрілій, конструктивній формі.

Основні підходи до корекції нарцисизму можна умовно розділити на три групи: психоаналітичний, когнітивно-поведінковий і гуманістичний (екзистенційний). Кожен з них має свої завдання, інструменти та сфери ефективного застосування.

1. Психоаналітичний підхід.

В основі такого підходу лежить ідея нарцисизму як механізму компенсації ранніх дитячих травм і порушень розвитку «Я». В рамках класичного психоаналізу (С. Фрейд, О. Кернберг, Г. Когут) дезадаптивний нарцисизм трактується як результат порушення формування предметних

відносин або недостатнього «дзеркального» відображення значущими дорослими людьми в дитинстві.

Завдання терапії полягає в тому, щоб забезпечити «досить хороший» простір, в якому нарцисична особистість може поступово знижувати залежність від зовнішнього визнання, вчитися емоційної регуляції, а також формувати здатність до об'єктивної самооцінки. Велика увага приділяється усвідомленню нарцисичних захистів — ідеалізації, проєкції, запереченню — і поступовому розвитку здатності до співпереживання і справжнього контакту з іншими. У цьому процесі ключову роль відіграє фігура терапевта як стійкого об'єкта перенесення.

2. Когнітивно-поведінковий підхід.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) спрямована на боротьбу з нарцисизмом у дисфункціональних когнітивних схемах, переконаннях та поведінкових стратегіях. Для нарцисичних особистостей характерні такі переконання, як: «Я повинен бути ідеальним, щоб мати цінність», «Мною потрібно захоплюватися, інакше я ніхто», «Інші повинні визнати мою перевагу».

Метою КПТ є виявлення та модифікація цих переконань. У роботі активно використовуються техніки когнітивної перебудови, тренування навичок емоційної регуляції, розвитку толерантності до фрустрації, а також поведінкові експерименти, що дозволяють клієнту отримати новий досвід взаємодії з навколишнім середовищем без необхідності домінування або маніпуляцій.

Особлива увага приділяється розвитку емоційної компетентності, усвідомленню власних почуттів і реакцій, формуванню здатності сприймати критику і виробленню адекватної самопідтримки без постійного порівняння себе з іншими.

3. Гуманістичний та екзистенційний підхід.

У гуманістичній традиції (К. Роджерс, В. Франкл, І. Ялом) нарцисизм розглядається як наслідок екзистенційного вакууму, втрати справжнього

контакту з самим собою, придушення справжніх почуттів і потреб. Деадаптивні прояви нарцисизму в даному контексті є спробою компенсувати відсутність глибокого сенсу зовнішніми досягненнями, статусом, визнанням.

Психокорекційна робота в гуманістичного напрямку орієнтована на формування самоприйняття без умов, розвиток автентичності, відновлення внутрішнього контакту з цінностями, почуття сенсу, відповідальності за власний вибір. Терапевт виступає рівноправним партнером у відносинах, забезпечуючи безумовне прийняття та емпатичне розуміння, дозволяючи нарцисичному клієнту поступово знижувати захисні бар'єри та інтегрувати свої вразливі частини.

4. Інтегративний і прикладний підходи.

Останнім часом ефективною є інтеграція різних підходів у роботі з нарцисичними клієнтами. Наприклад, схема-терапія (Д. Янг) поєднує КПТ з психодинамічними і гештальт-методами і дозволяє працювати з базовими емоційними потребами, фрустрація яких сформувала нарцисичну особистість.

Також використовуються тілесно-орієнтовані техніки, арт-терапія, групова терапія, які дозволяють нарцисичній особистості отримати досвід прийняття, приналежності до спільноти і розвинути більш гнучку структуру «Я».

Основні завдання корекції

У контексті психокорекційної роботи з нарцисичними клієнтами доцільно виділити такі основні завдання: розвиток реалістичної самооцінки; підвищення емоційної свідомості; формування здатності до співпереживання та співпереживання; зниження залежності від зовнішнього схвалення; корекція когнітивних спотворень, пов'язаних із самосприйняттям; розвиток навичок конструктивного реагування на критику; зміцнення здатності брати на себе відповідальність за власне життя.

Таким чином, корекція нарцисизму має на увазі не придушення нарциссических якостей, а їх психологічну трансформацію в бік зрілої, інтегрованої особистості. Успішна корекція можлива лише за умови створення

терапевтичного альянсу, створення безпечного середовища для роздумів, готовності клієнта визнати свої вразливі місця. Особливе значення має систематична робота з самооцінкою, ціннісною сферою особистості, розвитком самоприйняття і емоційної регуляції.

3.3. Програма розвитку емоційної зрілості та саморефлексії у нарцисично орієнтованих осіб

З огляду на результати дослідження, які продемонстрували наявність психологічних труднощів у осіб з високим рівнем нарцисизму, таких як емоційна нестабільність, труднощі з саморефлексією, потреба в зовнішньому схваленні і схильність до використання захисних механізмів, виникла необхідність розробки спеціальної програми психологічного впливу. Така програма спрямована не тільки на корекцію дезадаптивних проявів нарцисизму, а й на розвиток емоційної зрілості, внутрішньої стійкості, самосвідомості та соціальної чутливості.

Програма передбачає інтегративний підхід, який поєднує елементи когнітивно-поведінкової терапії, психоедукації, арт-терапії, емоційно фокусованих практик та технік розвитку саморефлексії. Він може бути реалізований як індивідуально, так і в груповому форматі. Оптимальна тривалість програми – 8-12 зустрічей, які проводяться щотижня і тривають 90 хвилин.

Мета програми: розвиток емоційної зрілості у нарцисично орієнтованих особистостей; формування навичок саморефлексії та емоційного самоконтролю; зменшення потреби у зовнішньому підтвердженні; усвідомлення власних нарцисичних установок та поведінкових стратегій; поліпшення міжособистісних відносин і здатності до співпереживання.

Цілі програми:

1. Сприяти усвідомленню емоційних реакцій та їх зв'язку з поведінкою.

2. Формувати здатність розпізнавати і переробляти нарцисичні імпульси.
3. Розвивати навички самопідтримки та стійкості до критики.
4. Зміцнити внутрішню мотивацію для особистісного розвитку.
5. Розвивайте здатність глибше рефлексувати і приймати себе.

Структура програми:

Модуль 1. Самопізнання та ідентичність

1. Діагностика рівня нарцисизму і емоційної зрілості.
2. Вправа «Моє справжнє Я»: виявлення внутрішнього образу себе.
3. Дзеркальна техніка: як мене бачать інші.
4. Дискусія: «Ким я насправді хочу бути?»

Модуль 2. Емоційна обізнаність

1. Міні-лекція: «Що таке емоційна зрілість і навіщо вона потрібна?»
2. Вправа «Емоційний словник»: розширення емоційного словникового запасу.
3. Техніка «Колесо емоцій»: вчимося розрізняти базові почуття.
4. Художня практика: візуалізація внутрішнього емоційного стану.

Модуль 3. Нарцисизм і самооцінка

1. Робота з когнітивними спотвореннями: «Я маю бути ідеальним».
2. Вправа «Мій внутрішній критик»: трансформація самонегативізму.
3. Методика «Цінуй себе»: формування справжньої самооцінки.

Модуль 4. Саморефлексія як ресурс

1. Щоденник емоцій: проведення самоспостереження.
2. Вправа «Точка відпочинку»: пошук внутрішньої опори.
3. Обговорення ситуацій з життя: як я реаую, чому і що це говорить про мене.

Модуль 5. Емпатія та соціальна взаємодія

1. Рольова гра: реагувати на критику, бути не визнаним, відмовлятися.

2. Вправа «Зрозумій мене»: розвиток емпатії.
3. Робота з емоційними тригерами у спілкуванні.

Модуль 6. Інтеграція та зростання

1. Вправа «Я через рік»: уявлення модифікованої версії себе.
2. Дискусія: «Які ресурси я знайшов у собі?»
3. Складання індивідуального плану особистого розвитку.

Очікувані результати програми:

- підвищення рівня емоційної свідомості та рефлексії;
- зменшення вираженості дезадаптивного нарцисизму;
- формування більш стійкої самооцінки;
- розвиток здатності до самозабезпечення, толерантності до невдач;
- підвищення рівня емпатії та соціальної зрілості;
- поліпшення загальної психологічної адаптації

Таким чином, програма розвитку емоційної зрілості і саморефлексії у нарцисично орієнтованих особистостей виконує не тільки коригувальну, але і профілактичну функцію. Вона допомагає людям, схильним до нарцисизму, трансформувати дезадаптивні установки в ресурс конструктивної поведінки, розвинути більш стійку особистість, навчитися жити в гармонії з собою та іншими. Реалізація такої програми може стати ефективним інструментом психологічної підтримки в професійній практиці психолога-консультанта.

3.4. Практичні рекомендації для психологів та педагогів по роботі з проявами нарцисизму в освітньому та соціальному середовищі

Прояви нарцисизму у молоді, студентів або соціально активних осіб можуть бути як конструктивними, так і деструктивними, в залежності від особистісної зрілості, рівня розвитку саморефлексії і соціальних установок. У навчальному та соціальному середовищі нарцисичні риси часто проявляються через завищені амбіції, претензії на лідерство, демонстративну поведінку, знецінення досягнень інших або надмірну залежність від зовнішньої оцінки.

Тому важливо вчасно розпізнавати такі тенденції та застосовувати індивідуально орієнтовані психологічні підходи.

Основні завдання фахівців по роботі з нарцисичними людьми: діагностика рівня нарцисизму і пов'язаних з ним емоційних/поведінкових характеристик;

сприяння розвитку самосвідомості, адекватної самооцінки та емоційної зрілості; корекція дезадаптивних стратегій у взаємодії з однолітками або командою; формування стійкої мотивації до особистісного розвитку; профілактика емоційного вигорання, залежності від зовнішнього оцінювання.

Рекомендації для практичних психологів:

1. Застосуйте діагностичний мінімум: використовуйте валідні інструменти (наприклад, тест на нарцисизм NPI, методи оцінки самооцінки, рівень емоційного інтелекту) для початкової оцінки проявів нарцисизму.
2. Створіть простір психологічної безпеки: клієнти з нарцисичними нахилами чутливі до критики. Важливо продемонструвати прийняття, але з акцентом на відповідальність за свою поведінку.
3. Застосовуйте техніки емоційної регуляції: навички заспокоєння, ведення емоційного щоденника, тілесно-орієнтовані практики допоможуть зменшити імпульсивність і тривожність.
4. Розвивайте рефлексію: такі питання, як «Чому це важливо для вас?», «Що ви відчували в цій ситуації?» сприяють усвідомленню внутрішніх мотивів.
5. Зосередьтеся на процесі, а не на результаті: наголошуйте на важливості поступового зростання, а не миттєвого успіху чи визнання.
6. Навчайте толерантності до критики: за допомогою методів рольових ігор і «зворотного зв'язку» розвивайте здатність приймати думки інших без розчарувань.

Рекомендації для вчителів:

1. Розвивайте в учнів ціннісні орієнтири: замість того, щоб культивувати успіх як абсолютну цінність, зосередьтеся на співпраці, творчості, етиці та доброзичливості.
2. Уникайте надмірного захоплення або покарання: обидві крайності можуть активізувати нарцисичну вразливість. Стимулювати самостійність у прийнятті рішень та відповідальність за наслідки.
3. Інтегруйте рефлексивні завдання: аналіз власних сильних і слабких сторін, написання есе про себе, обговорення емоційних переживань сприяють формуванню більш глибокої самосвідомості.
4. Розвивайте соціальні навички: групові проекти, робота в парах, зворотний зв'язок в групі вчать враховувати думки оточуючих, взаємодіяти і проявляти емпатію.
5. Сприяйте стабільній самооцінці: надавайте конструктивний зворотний зв'язок, не зосереджуючись виключно на досягненнях.
6. Використовуйте приклади морального вибору: освітній контекст дає можливість розглянути життєві ситуації, де важливі моральні орієнтири, а не лише особистий успіх.

Спільні підходи до роботи:

Індивідуалізація: кожен випадок нарцисизму унікальний. Рекомендації повинні бути адаптовані до віку, психоемоційного стану та життєвого досвіду людини.

Екологічне зворотне дзеркало: Допоможіть людині побачити себе очима інших безпечним способом.

Профілактична робота: проводити тренінги з особистісного розвитку, майстер-класи з емоційного інтелекту, бесіди про здорову самооцінку.

Міждисциплінарна взаємодія: співпраця психологів, педагогів, соціальних працівників забезпечує цілісну підтримку особистості.

Таким чином, ефективна робота з нарцисично орієнтованими особами в освітньому та соціальному середовищі передбачає не лише індивідуальну психологічну допомогу, а й педагогічну підтримку, яка формує у людини

адаптивну модель поведінки, здатність до емоційної зрілості, саморефлексії та поваги до соціального середовища. Такий комплексний підхід сприяє особистісному зростанню, гармонізації «Я-концепції» і конструктивної соціалізації.

Висновки до третього розділу

Встановлено, що різні рівні нарцисизму по-різному впливають на психологічне функціонування особистості. Високий рівень нарцисизму пов'язаний з низкою ризиків, серед яких: труднощі з встановленням глибоких міжособистісних відносин, висока залежність від зовнішнього визнання, схильність до емоційної нестабільності, гнів, захисні реакції і знецінення оточуючих. З іншого боку, помірний нарцисизм може виконувати адаптивну функцію, сприяючи самореалізації, впевненості, амбіціям і рішучості.

Аналізуються внутрішні психологічні ресурси осіб з нарцисичними рисами, до яких відносяться: здатність до самопрезентації, енергійність, лідерський потенціал, стратегічне мислення, прагнення до досягнень і сильна мотивація соціального успіху. В умовах спрямованого розвитку ці риси можуть стати основою для конструктивної реалізації особистості.

Окреслено сучасні психотерапевтичні та психолого-педагогічні підходи до корекції дезадаптивного нарцисизму. Встановлено, що ефективним є поєднання когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), методів розвитку емоційного інтелекту, технік арт-терапії, інтегративних підходів, спрямованих на зниження емоційної вразливості, розвиток саморефлексії, емпатії та самоконтролю.

Розроблена та обґрунтована програма психологічного розвитку емоційної зрілості у нарцисично орієнтованих осіб. Її зміст включає формування навичок саморефлексії, роботи з емоціями, толерантності до критики і вироблення свідомої «Я-концепції», що в цілому сприяє гармонізації особистості.

Надано практичні рекомендації для психологів та педагогів, які працюють з нарцисичними особинами в освітньому та соціальному середовищі. Основні вектори роботи включають індивідуалізацію підходів, створення умов для психологічної безпеки, підтримку внутрішньої мотивації, розвиток соціальної компетентності та побудову зрілих міжособистісних відносин. Наголошено на важливості міждисциплінарного підходу в роботі з нарцисизмом. Для успішної корекції дезадаптивних рис і підтримки особистісного зростання необхідна взаємодія психологів, педагогів, соціальних педагогів і самої людини.

ВИСНОВКИ

1. Теоретичне завдання дослідження було реалізоване через детальний аналіз міждисциплінарних підходів до розуміння нарцисизму. Зокрема, було визначено, що в сучасній психології нарцисизм розглядається не лише як патологічний стан (у межах нарцисичного розладу особистості), але і як особистісна риса, що є частиною ідентичності та самосвідомості індивіда. Було встановлено, що нарцисизм пов'язаний з процесами самопрезентації, самоствердження, емоційної регуляції, а також зі схильністю до гіперкомпенсації внутрішніх почуттів нестачі визнання. Концепт «Я» в цьому контексті є центральним психологічним утворенням, через яке реалізуються як адаптивні, так і дезадаптивні стратегії функціонування особистості.

2. Методологія емпіричного дослідження була обґрунтована через використання надійних психодіагностичних методик, які охоплюють різні площини психологічного функціонування: особистісні риси, емоційні стани, задоволеність життям та рівень суб'єктивного контролю. Інструментарій дозволив виявити особливості взаємозв'язків між рівнем нарцисизму та такими психологічними конструкціями, як: самосприйняття, чутливість до оцінки, самооцінка, індекс життєвої задоволеності, суб'єктивна контрольність, а також домінуючі емоційні стани.

Зокрема, виявлено статистично значущі позитивні кореляції між нарцисичними проявами (N1, N2, N12, N17 тощо) та емоціями гніву, страху, тривоги, що свідчить про наявність внутрішньої напруги, вразливості до фрустрацій та активацію механізмів психологічного захисту. Водночас негативні кореляції з індексом задоволеності життям, життєвими цілями, самоактуалізацією й позитивною самооцінкою дозволяють говорити про наявність у нарцисичних осіб прихованих дефіцитів внутрішньої стабільності, незадоволених потреб у прийнятті, безпеці та визнанні.

3. Порівняльний аналіз психологічних характеристик осіб з високим і низьким рівнем нарцисизму показав, що ці дві групи демонструють

принципово різні стратегії адаптації до соціального середовища. Особи з вираженим нарцисизмом характеризуються домінуванням гіперкомпенсаторних механізмів, схильністю до експансивної самопрезентації, потребою в постійному підтвердженні своєї значущості, що часто супроводжується низькою толерантністю до критики, зниженою емпатією та підвищеною емоційною реактивністю. Такі особистості схильні до імпульсивної поведінки, демонструють риси домінування, конкурентності, емоційної лабільності, але при цьому можуть виявляти й високий рівень суб'єктивного контролю, якщо здатні реалізувати свої амбіції.

Натомість особи з низьким рівнем нарцисизму демонструють високий рівень емоційної зрілості, стабільну самооцінку, схильність до рефлексії, кооперативність та здатність до підтримки глибоких міжособистісних зв'язків. Їхня адаптація є більш соціально прийнятною та менш залежною від зовнішнього підкріплення, що дозволяє їм зберігати стабільність навіть у ситуаціях фрустрації чи стресу.

4. Корекційна компонента дослідження була реалізована через розробку психологічних рекомендацій та профілактично-корекційної програми, спрямованої на розвиток емоційної зрілості та саморефлексії у нарцисично орієнтованих осіб. Програма включає психоосвітні компоненти, арттерапевтичні практики, тренінгові вправи з розвитку емпатії, самосприйняття та регуляції емоцій. Практичні рекомендації адаптовані до умов освітнього та соціального середовища, з орієнтацією на психологів, педагогів та соціальних працівників.

Узагальнюючи результати, можна зробити висновок, що інтеграція теоретичних і емпіричних підходів до вивчення нарцисизму дозволяє краще зрозуміти психологічну природу цього явища, його функціональне значення для особистості та способи психокорекційного впливу для забезпечення більшої психологічної гнучкості, адаптивності й цілісності особистості в умовах сучасного суспільства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аврамченко С. М. Сучасні психоаналітичні дослідження проблеми нарцисизму. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2012. Вип. 36. С. 59-66.
2. Болтівець С. І. Нарцисизм. Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол.: І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2020.
3. Бабчук О.Г. Особливості толерантності осіб з різними типами емоційності: дис.. канд.психол.наук:19.00.01/ Одеса, 2012. 221с.
4. Белоусова Р.В. Індивідуально-типові особливості комунікативної креативності: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 /; Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К.Д.Ушинського м.Одеса. О., 2004. 19 с.
5. Бикова С. В. Саннікова О. П. Психологічна діагностика стійкої схильності до ризику: апробація оригінальної методики. Проблеми гуманітарних наук : наук. зап. Дрогобицького держ. пед. ун-ту ім. І. Франка. Дрогобич: Ред. видав. відділ ДДПУ імені І. Франка, 2008. Вип. 19. Психологія. С. 4-15.
6. Бех І. Д. Духовні цінності в розвитку особистості. *Педагогіка і психологія*.1997. №1. С. 124-129
7. Василенко І.А. Психологічні особливості емоційності і товарищескості дітей молодшого шкільного віку: автореф.дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол.наук: спец.19.00.07/ Одеса, 2005.19с.
8. Гладка Н. В. Нарцисизм на межі між літературознавством і психологією. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2010. № 11 [198] Ч. II С. 25-30.
9. Гордієнко І. О. Самоприйняття та нарцисизм: співвідношення показників. *Проблеми сучасної психології особистості*. Вип. 8: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів (25-26 травня 2017). Одеса : ВМВ, 2017. С. 62-67.

10. Децик М. П. Саннікова О. П., Пошук індивідуальних відмінностей у проявах нарцисизма. *Проблеми сучасної психології особистості*: Матер. Всеукр. наук.-практ. конф. мол. учених та студентів. Вип. 9 (17-18 травня 2018 р.). Одеса : ВМВ, 2018. С. 16- 22.
11. Енциклопедія сучасної України. Нарцисизм. URL: http://esu.com.ua/search_articles.php?id=71142
12. Емішянц О.Б. Зв'язок психологічного клімату з індивідуально-психологічними характеристиками особистості // *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 12: Психологічні науки : [збірник наукових праць]. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. Вип. 41 (65). С. 53-59
13. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності. Київ.: Міленіум, 2004. 265с.
14. Каліна Н.Ф. Основи психотерапії. Київ: Ваклер, 1997. 272с.
15. Католик Г. В., Кисіль З. Р. Глобалізація і нація: психотерапевтичний погляд на Я-концепцію сучасника (на основі аналізу психотерапевтичних кейсів). *Психологія особистості*. 2019. №2. С. 203– 243.
16. Керечан О. Гештальттерапія нарцисичних розладів. *Психологія особистості*. 2011. 1 (2). С.138 – 144.
17. Клименко М. Р. Особливості саморегуляції «здорового» нарцисизму. *Проблеми сучасної психології*, 37, 2017.С. 142-155.
18. Коширець В.В. Структурно-функціональна організація особистісного простору людини. Когнітивні та емоційно-поведінкові фактори повноцінного функціонування людини: культурно-історичний підхід: матеріали І-ої міжнародної науково-практичної конференції. Харків : ХНПУ, 2013. С. 366-368.
19. Король Л. Причини формування нарцисичної особистості. *Молодий вчений*. 2017. № 3. С. 263–266.

20. Клименко М. Р. Нарцисична саморегуляція особистісного самоздійснення *Психологія особистості*. 2018. № 1. С. 44-51.
21. Католик Г., Живко З., Одинцова Г. Особливості прояву депресивності у нарцисичних осіб: дослідження в часі війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, (2(70), 2023. 147–158.
22. Лазаренко О. Процесуальність у гештальттерапії депресій осіб з нарцисичним розладом особистості. 2018. URL: <http://orgpsy.org/articles/protsesualnist-u-geshtaltterapiyi-depresij-osib-z-nartsisichnim-rozladomosobistosti/>.
23. Лісовенко А. Ф. Заздрість та нарцисизм. *Наука і освіта : наук.-практ. журнал*. 2016. № 2-3. С. 83-90.
24. Моляко В.О. Психологічні проблеми конструювання образу світу (загальні положення робочої концепції). *Актуальні проблеми психології. Т.12. Психологія творчості*. Вип.24. 2018.С.5-18.
25. Михайлова О.І. Психологія життєвої кризи: навчально-методичні матеріали. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2018. 57 с.
26. Меленчук Н. І., Беленцова О. В. Нарцисизм як предиктор авантюристичності особистості. *Проблеми сучасної психології особистості. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: матеріали Всеукраїнської наук.–практ. конф.* (21 березня 2019 р.). Одеса : ВМВ, 2019. С. 113-120.
27. Маланьїна Т. Нарцисизм як компонент міжособистісних стосунків учителя // *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2017. Вип. 5. Т.2. С. 85–90
28. Майерс, Д. (2011). Соціальна психологія. <https://library.nusta.edu.ua/depositary/%D0%9E%D1%86%D0%B8%D1%84%....PDF>
29. Меднікова Г. І. Взаємозв'язок самооцінки і рівня домагань як предмет психологічних досліджень *Вісник ХДПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія*. Харків: ХДПУ, 2001. Вип. 6. С. 57-61.

30. Меленчук Н.І. Нарцисичні прояви авантюристів. *Наука і освіта*. Одеса. 2015. №10. С.91-97
31. Зборовська Н. В. Психологія і літературознавство : Посібник К. : Академвидав, 2003. 392 с.
32. Психологія: Навч. посіб. / О.В. Винославська, О.А. Бреусенко-Кузнєцов, В.Л. Злишков та ін.; За наук. рад. О.В. Винославської. 2-е вид., перероб. та доповн. Київ: Фірма ІНКІОС, 2009. 390 с.
33. Приходько, Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник: Навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. К.: Каравела, 2020. 418 с.
34. Психологія життєвої кризи /відп.ред. Т.Титаренко. Київ: Агропромвидав України. (2018). 348с.
35. Рамнеро, Й.,Торнеке, Н. Основи людської поведінки : для практикуючих психологів. Київ: Вид-во «Діалектика» 2021.288с.
36. Розвиток особистості в контексті життєвих ситуацій. / Укл. Н. В. Гришина.2021. С.279-285.
37. Роменець В.А. Вчинок і світ людини .Основи психології: Підручник. /За ред.. О.В.Киричука, А.В.Роменця. 4-е вид.,стереотип.К.: Либідь,1999.С.383-402.
38. Саннікова О.П. Феноменологія особистості: Вибрані психологічні праці. Одеса: СМІЛ, 2003. 256 с.
39. Смольницька О.О. Перверзний нарцисизм на прикладі образів у вибраних класичних і сучасних творах: психоаналітичний аспект *Філологічні трактати* 2019. Т.11, №3-4. С. 111-131.
40. Саннікова О. П. Актуальні проблеми психології особистості : теорія, досвід, практика : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (28-29 квітня 2022 р.). Одеса :ФОП Бєлий А.Є., 2022. 168 с.
41. Свиначенко Ю.В. Поняття нарцисизм та його характеристика/*Психологічне консультування і психотерапія*. 2014. Вип. 1–2. С.265–271.

42. Свинаренко Ю. В. Особливості нарцисичної регуляції особистості дівчат з різним типом прихильності до партнера // *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 3. С. 486–493
43. Смульсон М. Л. Дослідження ментальної моделі світу методом наративізації. /*Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика* / за ред. Н. В. Чепелевої. К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. Т. 2, вип. 6. С. 25–34.
44. Смольницька О. Нарцисизм і язичницька Аніма в народних казках: юнгіанський аналіз // *Філологічні обрії: Збірник наукових праць*. Вип. 4. Кривий Ріг, 2010. С. 204–206.
45. Швалб Ю.М. Психологічні моделі соціалізації особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2015. 17, вип 38. С.503-517
46. Єрмакова, Н., & Мережкіна, А. Феномен нарцисизму в зарубіжній та вітчизняній психологічній науці. *Молодий вчений*, 12 (52). 2017. 71-75.
47. Abraham K. Selected Papers of Karl Abraham. London, Hogarth Press, 1973.
48. Ahn, H., Kwolek, E. A., & Bowman, N. D. Two faces of narcissism on SNS: The distinct effects of vulnerable and grandiose narcissism on SNS privacy control. *Computers in Human Behavior*, 45. 2015. 375–381.
49. Ames, D. R. , Rose, P., Anderson, C.P. The NPI-16 as a short measure of narcissism. *Journal of Research in Personality*, 40(4). 2006. 440-450
50. Deneke F.-W., B. Hilgenstock. Das Narzissmusinventar. Bern: Hans Huber, 1989. 84 s. URL: <https://forpsy.ru/works/indeksfunktsionirovaniya-self-sistemyi>.
51. Grieve, R., March, E., & Watkinson, J. Inauthentic self-presentation on Facebook as a function of vulnerable narcissism and lower self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 102. 2020. 144–150.
51. Jones E. The God Complex: The Belief that One is God, and the Resulting Character Traits. In *Essays in Applied Psycho – Analysis Vol. 2*, London, Hogarth Press, 1951.

52. Kohut H. *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press, 1971.
53. Kohut H., Wolf E.S. The disorders of the self and their treatment: an outline. *The International Journal of Psychoanalysis*. 1978. Vol. 59. P. 413-425.
54. Klein M. (1957). Envy and gratitude. *In The Writings of Melanie Klein*. Vol. 3, Envy and Gratitude and Other Works. London: Hogarth Press. 18. Klein M. (1952). Vol 3, Envy and Gratitude and Other Works. London: Hogarth Press.
55. Kernberg O. F. Contrasting viewpoints regarding the nature and psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *Journal of the American Psychoanalytical Association*, 222. 1974. P. 255-267.
56. McWilliams N. *Psychoanalytic diagnosis, understanding personality structure in the clinical process* (2nd Ed.). New York, NY: The Guildford Press. 2011. 426 p.
57. Miller J. D., Maples J. Trait personality models of narcissistic personality disorder, grandiose narcissism, and vulnerable narcissism. *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments*. John Wiley & Sons, Inc. 2011. P. 71-88
58. Miller, J. D, Hoffman, B. J, Gaughan, E. T, Gentile, B., Maples, J., Campbell W. K. Grandiose and vulnerable narcissism: a nomological network analysis. *Journal of Personality*, 79(5). 2011. P. 1013-1042.
59. Henseler H. *Narzisstische Krisen. Zur Psychodynamik des Selbstmords*. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag GmbH, 2000. 208 S. URL: <https://forpsy.ru/works/indeks-funktsionirovaniya-self-sistemyi>.
60. Eaton N. R., Rodriguez-Seijas C., Krueger R. F., Campbell W. K., Grant B. F., Hasin D.S. Narcissistic Personality Disorder and the Structure of Common Mental Disorders. 2017. *Journal of Personality Disorders*, 31(4) 1-13
61. Caligor E, Levy K. N, Yeomans F. E. Narcissistic personality disorder: diagnostic and clinical challenges. *The American Journal of Psychiatry*, 172(5). 2015. P. 415–422.

62. Casale, S., Fioravanti, G., Rugai, L. (2016) Grandiose and Vulnerable Narcissists: Who Is at Higher Risk for Social Networking Addiction? *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(8), 510-515.
63. Freud S. On Narcissism. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works, p. 67-102.
64. Fossati, A., Somma, A., Borroni, S., & Markon, K. E. (2017). On studying narcissism in personality inventories rather than the Narcissistic Personality Inventory: Reply to Miller and Lynam. *Psychological Assessment*, 29(11), 1417–1419.
65. Sannikova O. Individual-typical variations of narcissism. *Hayka i osvima*. Одеса. 11. 2017/CLXIV. C.179-186
66. Sherman, E. D., Miller, J. D., Few, L. R., Campbell, W. K., Widiger, T. A., Crego, C., & Lynam, D. R. Development of a Short Form of the Five-Factor Narcissism Inventory: The FFNI-SF. *Psychological Assessment*, 27(3). 2015. 1110–1116.
67. Triandis H. C. Collectivism and individualism: A reconceptualization of a basic concept in cross-cultural psychology. / Triandis. // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1988. – №54.
68. Wink, P. (1991). Two Faces of Narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 590–597.
69. Wolven, K. E. (2015). Grandiose and Vulnerable Narcissism: Where Do the Emotional Differences Lie? *Psychology Theses*. Aiken, SC: University of South Carolina.
70. Zajenkowski, M., & Szymaniak, K. Narcissism between facets and domains. The relationships between two types of narcissism and aspects of the Big Five (2019). *Current Psychology*, pp. 1–10. Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s12144-019-0147-1>