

ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ «ЗДОРОВОГО» НАРЦИСИЗМУ

Klymenko M. R. Self-regulatory features of the «healthy» narcissism / M. R. Klymenko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufriieva. – Issue 37. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2017. – P. 142–155.

M. R. Klymenko. Self-regulatory features of the «healthy» narcissism. The results of the theoretical study of concepts «healthy» and «pathological» personality narcissism are presented. Current theoretical approaches to the understanding of the optimal narcissism and narcissistic states are analyzed. Characteristics of narcissistic states, which can be short-term, volatile, long-term, sustainable are investigated, and a dynamic self-regulatory processing model of narcissism is described.

It is generalized that self-regulation is a psychological construct that reflects an individual way of coordinating mental processes, states, properties, it also works as mechanism of compensation of some deficient psychic elements and as an optimization potential of people's capabilities. According to the general idea, this kind of regulation can be divided into two directions: conscious and unconscious self-regulation. Narcissistic self-regulation is exactly unconscious one. It functions on the maintaining the emotional balance, feelings of internal stability, self-worth, self-confidence, personal well-being, sense of life, summarizing – it makes person's Self be congruent and able to adapt to changing conditions of reality.

We draw connections between different models and theories of narcissism to create a synthesized idea of self-regulatory features of the «healthy» narcissism. And the conclusion is: the narcissistic self-regulation is a kind of mechanism that works on maintaining confidence and well-being, creates life senses and values, an idea of life fullness and is a determinative source of integration the human's life experiences, it also operates as a base of person's self-realization and as the principle of «healthy» features manifestations: ambitions, inspiration and ideals.

Key words: conscious and unconscious self-regulation, narcissistic self-regulation, Self-system, structure of Self, object relations, normal narcissism, narcissistic traits, ambitious-Self, self-esteem.

М. Р. Клименко. Особливості саморегуляції «здорового» нарцисизму. Теоретично проаналізовано проблему функціонування нарцисичної

саморегуляції особистості. Узагальнено, що саморегуляція – це психологічний конструкт, що відображає індивідуальний спосіб координації психічних процесів, станів, властивостей, компенсації дефіцитарних та оптимізації потенційних якостей і можливостей. Виділяють усвідомлювану (управління різними видами і формами довільної активності для безпосередньої реалізації та досягнення прийнятих людиною цілей) та неусвідомлювану саморегуляцію (механізм подолання конфліктної афективної напруги, що виникає в процесі регуляції, для контролю взаємодії суб'єкта з навколишнім світом з метою збереження та підтримки позитивного самоствалення). До неусвідомлюваної і власне належить нарцисична, що функціонує для підтримання афективної рівноваги щодо почуттів внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості в собі і гарного самопочуття, тобто почуття власного конгруентного Я. Виявлено, що нарцисична саморегуляція – механізм, який здатен ефективно підтримувати цілісність та зв'язок усіх елементів Я-системи, зберігати позитивне уявлення людини про себе, забезпечувати адекватну та здорову любов до себе та самооцінку, почуття своєї значущості, позитивного самоствалення. Зроблено висновок, що нарцисична саморегуляція – це механізм підтримування впевненості в собі і гарного самопочуття (тобто почуття цінності власного Я), наповненості життя сенсом та є джерелом інтегрування всього життєвого досвіду людини. Вона є основою «самоздійснення» та прояву «здорових» рис: амбійцій, натхнення, ідеалів.

Ключові слова: свідомі і невідомі саморегуляція, нарцисична саморегуляція, система Я, структура Я, об'єктні стосунки, нормальний нарцисизм, нарцисичні риси, Я-грандіозне, самоповага.

М. Р. Клименко. Особенности саморегуляции «здорового» нарцисизма. Проанализирована проблема функционирования нарцисической саморегуляции личности. Саморегуляция – это психологический конструкт, отражающий индивидуальный способ координации психических процессов, состояний, свойств, компенсации дефицитарных и оптимизации потенциальных качеств и возможностей. Выделяют осознаваемую (управление различными видами и формами произвольной активности для непосредственной реализации и достижения принятых человеком целей) и неосознаваемую саморегуляцию (механизм преодоления конфликтного аффективного напряжения, для контроля взаимодействия субъекта с окружающим миром с целью сохранения и поддержания положительного отношения к своей личности и к миру). К неосознаваемой, собственно, и принадлежит нарцисическая, функционирующая для поддержания равновесия аффектов, чувства внутренней стабильности, самооценности, уверенности в себе. Это чувство, или скорее переживание, собственного Я как конгруэнтного.

Установлено, что нарцисическая саморегуляция – это механизм, который способен эффективно поддерживать целостность и связь всех элементов Я-системы, сохранять позитивное представление человека

о себе, обеспечивать адекватную и «здоровую» любовь к себе и реалистическую самооценку, чувство личной значимости, положительного самоотношения. Система действует в направлении поддержания уверенности в себе, чувства ценности Я, наполненности жизни смыслом и является источником интеграции всего жизненного опыта человека. Это основа самореализации и проявления «здоровых» черт, таких как: амбиции, вдохновение, наличие жизненных идеалов.

Ключевые слова: сознательная и бессознательная саморегуляция, нарциссическая саморегуляция, система Я, структура Я, объектные отношения, нормальный нарциссизм, нарциссические черты, Я-грандиозное, самоуважение.

Постановка проблеми. Все більш індивідуалістична орієнтація суспільства зумовлює зростання інтересу до нарцисичних тенденцій сучасного світу. Лише віднедавна «біла пляма» у вивченні функціонування нарцисичної саморегуляції (а іншими словами «здорового» нарцисизму людини) починає заповнюватися. Нарцисична саморегуляція, як один із механізмів невідомої саморегуляції, діє в напрямках: формування стратегій особистісного самоздійснення, зокрема, пошуку та прямування до сенсу життя; в освоєнні нових можливостей, нових форм почуттів, переживань, подій, думок; у визнанні себе та самовираженні. Поставлена проблема та її теоретичний аналіз є значимими для вирішення питань конструктивного розвитку і функціонування особистості в сучасному (достатньо гедонізованому та індивідуалізованому) суспільстві, з одного боку, і недостатністю теоретичних і емпіричних досліджень питання в психології – з іншого.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Існує багатогранна картина психологічних концепцій, які осмислюють проблему нарцисизму в межах психічної норми, проте неоднозначних. Проблемою нарцисичної регуляції як механізму, що впливає на інтегративну суб'єктивну модель внутрішнього світу людини і містить все те, що витікає із суб'єктивного переживання «Я-особистість», відображається у працях З.Фрейда, Х.Когута, О.Кернберга, Дж.Міллера, К.Морф, Д.Фостера й К.Кембела, Т.Міллона, Р.Раскіна, О.Шамшикової, Н.Клепікової, О.Соколової. До прикладу, О.Кернберг виокремлює нормальний нарцисизм дорослого – адаптивний спосіб саморегуляції, корекції і підтримання стабільної самооцінки і уявлень про себе, а також нормальний інфантильний нарцисизм – інфантильну регуляцію самооцінки шляхом задоволення вікових потреб маючи на увазі інфантильні потреби та заборони. Звертаючись до «витоків»

осмислення цього конструкту, варто зазначити, що й З.Фройд, теоретично обґрунтувавши поняття нарцисичної саморегуляції, стверджуючи, що рухливість лібідо (перехід об'єкт-лібідо в Я-лібідо) – це нормальна основа нарцисичної саморегуляції – «позитивний нарцисизм», притаманний усім людям. Ще одним прикладом різнобічного осмислення питання є сучасна теорія нарцисизму та нарцисичної саморегуляції, описана К.Морф та Ф.Родвальтом. Динамічну нарцисичну саморегуляцію розуміють вже як систему персональних стратегій зв'язку особистості із певною ситуацією, що є стимульованою і викликаною потребою досягнення цілей. Теорія фокусується на інтер- та інтрапсихічних динамічних регуляційних процесах, які здійснюються особистістю в різноманітних соціальних інтеракціях, для створення та підтримки знання про власне Я.

Мета статті: аналіз механізмів несвідомої та свідомої саморегуляції у контексті конструктивного та деструктивного способу функціонування нарцисичної саморегуляції особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Саморегуляція – індивідуальний спосіб координації психічних процесів, станів, властивостей, компенсації дефіцитарних та оптимізації потенційних якостей, властивостей і можливостей. Вона узгоджує темпи, ритми і спрямованості психічних процесів з подіями, умовами та вимогами діяльності в часі і просторі. Саморегуляція функціонує для підтримки стійкості психіки як цілісної системи по відношенню до деструктивних зовнішніх впливів, а також для підпорядкування змісту і структури діяльності особистісним цілям [1]. Як головний посередник між генетичними передиспозиціями, раннім досвідом людини та її вже зрілим функціонуванням, вона пов'язана із контролюванням реакції на стрес, втримуванням уваги, а також інтерпретування власних внутрішніх станів та станів інших осіб [8]. Саморегуляція – це процес, що забезпечує стабільність психічної системи, її відносну стійкість і рівновагу, інтеграцію різноманітних психічних процесів. Особливість саморегуляції полягає в тому, що вона не просто «приспосовує» людину, а й містить у собі механізм вироблення ефективної життєвої орієнтації, включаючи почуття своєї онтологічної прийнятності, цілісності, самоповаги [1].

Саморегуляція має складну ієрархічну структуру, що, за визначенням Б.Зейгарник, охоплює свідомо-вольовий рівень регуляції, різною мірою автоматизовані ситуативні рівні та несвідомий рівень. Залежно від виду здійснюваної активності провідними параметрами саморегуляції можуть бути як психоди-

намічні (емоційна стійкість, протидія стресовим впливам), так і змістовно-сміслові (протидія ситуативним впливам середовища або імпульсивним потягам), вольові тощо [1].

Усвідомлена саморегуляція – системно-організований процес внутрішньої психічної активності людини по ініціації, побудові, підтримці та управління різними видами і формами довільної активності, безпосередньо реалізує досягнення прийнятих людиною цілей. Поняття усвідомленої саморегуляції у науковій літературі часто вживається синонімом терміну «самоконтроль» [8].

Розглядаючи усвідомлену саморегуляцію довільної активності особистості, можна вважати, що багато труднощів довільного регулювання лежать і у сфері неусвідомлюваних суб'єктом установок, мотивів і відносин з навколишнім світом. «Несвідоме» не може не впливати на ефективність регуляції висування і досягнення прийнятої суб'єктом мети. Наприклад, функціональна роль несвідомих захисних механізмів у психічній регуляції здійснюється для подолання афективної напруги та для контролю взаємодії суб'єкта з навколишнім світом з метою підтримання позитивного самоствавлення. Деадаптивна саморегуляція має місце тоді, коли «система працює», та лиш результати цього не приносять особі бажаних результатів.

Несвідомі саморегуляція – динамічно організований феномен, який діє у напрямках: автоматичної регуляції процесів пізнання (автоматичні процеси, що пов'язані з досягненням цілей, впливають на селективну увагу, організацію інформації у пам'яті, її пригадування (К. Фіцсіммонс, 2004); автоматичної регуляції емоцій (через повторення певних способів копіювання в різноманітних емоційно насичених ситуаціях Я людини працює на переведення їх на рівень несвідомого автоматизму); несвідомої регуляції самооцінки (коли виникає ситуація, що загрожує позитивному образу Я, на несвідомому рівні фіксується прагнення до збереження цього образу); автоматичної регуляції поведінки (К. Фіцсіммонс стверджує, що соціальна поведінка є регульованою автоматизмами поміж мотивацією та перцепцією). Цілі можуть бути не лише активізовані поза свідомістю індивіда, але також впливати на її функціонування [9]. Варто згадати про концепцію «еластичності» несвідомих процесів саморегуляції (М. Гуфлейт-Лукасик, 2010): якщо людина має визначену довготривалу ціль – еластичність саморегуляції, її адаптаційні здібності можуть допомагати вирішувати конфлікти, які виникають між «центральною» цілями та цілями меншої важливості [9].

Нарцисична саморегуляція – один із механізмів несвідомої регуляції, який можна дослідити емпірично. Згідно із сучасними психоаналітичними уявленнями система нарцисичної саморегуляції є самостійною і важливою для психічного здоров'я. При цьому під нарцисичною регуляцією розуміється підтримання рівноваги афектів щодо почуттів внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості в собі і гарного самопочуття [5].

Аби повноцінно вивчити питання такого типу саморегуляції спочатку потрібно креслити конструкт «Я». Психоаналітичне поняття Я (або Self) відображає в собі цілісність особистості, її біологічно-психічну єдність, охоплює усвідомлювану й несвідому сфери, є регуляторним, і тому стрижневим компонентом особистості. Під системою Я розуміється організована структура внутрішнього світу особистості, в центрі якої стоїть її Я. Можна окреслити три напрямки, які поняття Я-система в собі поєднує: досвід особистості, її суб'єктивне відчуття себе; спостереження, думки, почуття щодо себе; зусилля щодо регулювання власної поведінки. У підніжжя кожного з вище описаних пунктів, кожної сфери Я лежить здатність бути об'єктом власної уваги та думки [9]. Варто зазначити думку О.Кернберга щодо феномену Я. Я – це функція і структура Его, що стає надструктурою і вбирає в себе й усі інші функції Его, такі як пам'ять та когнітивні структури [2].

Феномен нарцисичної саморегуляції розглядається в рамках психодинамічного підходу та Его-психології, зокрема. Концепт уперше було описано З.Фройдом, який розглядав нарцисизм одночасно як особистісний «здоровий» та клінічний феномен. Він припустив, що Я особи здатне позбавлятися лібідо, коли те переходить на зовнішній об'єкт, і лібідо, спрямоване на об'єкт, знову здатне повертається до Я. Так, рухливість – це нормальна основа нарцисичної саморегуляції – «позитивний нарцисизм», що притаманна усім людям, а порушення рухливості призводить до патогенних процесів. Учений відзначає потенційну взаємозумовленість нарцисичної та ціннісної сфер особистості, взаємозв'язок особистісних і суспільних нормативів, акцентуючись на проблемі самоцінності в контексті нарцисичної регуляції [7].

Розпочнемо з осмислення питання нарцисизму патологічно-го, адже важливо окреслити розуміння науковцями його особливостей, аби на континуумі усіх його типів акцентуватись власне на «здорових» аспектах.

На думку Г.Розенфельда, нарцисична особистість через свою «всемогутність» інтроєктує «абсолютно хороший» примітив-

ний частковий об'єкт і/або проектує своє Я «всередину» такого об'єкта, таким чином заперечуючи будь-яку відмінність чи окремість Я від об'єкта. Це дозволяє заперечувати свою потребу у залежності від зовнішнього об'єкта. А залежність означала б потребу в люблячому та потенційно фруструючому об'єкті, на який направлений також інтенсивний гнів, що приймає форму задрощів. У пацієнтів із яскраво вираженою патологією нарцисичного спектру існує на високому ранзі ідеалізований Я-образ. Такі люди можуть швидко присвоювати цінності та ідеї інших людей, чи ж можуть несвідомо обезцінювати і руйнувати те, що отримують від інших. Я просочене зляканою сумішню лібідо та агресії, із переважанням останньої. І, як стверджує науковець, дуже важко «визволити здорові залежні частини Я із темряви нарцисичної структури особистості» [11].

Важливий внесок у теорію нарцисизму здійснив О. Кернберг. Він вважав, що розвиток нормального й патологічного нарцисизму завжди містить взаємини Я-репрезентацій з об'єкт-репрезентаціями та із зовнішніми об'єктами, а також конфлікти інстинктів. Більше того, не можна дослідити проблему нарцисизму, не вивчаючи метаморфози лібідо та агресії, а також й інтерналізованих об'єктів у психічній структурі. О. Кернберг, вивчаючи у клінічній практиці психопатологію та терапію нарцисичної особистості, підтвердив достовірність таких ідей:

- Хоч нормальний нарцисизм є проявом лібідо, що скероване на власне Я, нормальне Я формує структуру, в якій лібідо й агресія є інтегрованими. Інтеграція «хороших» та «поганих» Я-репрезентацій у реалістичній концепції Я, що вбирає в себе, а не роз'єднує різноманітні часткові Я-репрезентації, потрібна для лібідальних інвестицій нормального Я.
- На відміну від зазначених двох останніх непатологічних станів, патологічний нарцисизм виявляє себе тоді, коли лібідо скероване не на нормальну інтегровану структуру Я, а на патологічну. Це патологічно грандіозне Я містить у собі реальне Я, ідеальне Я й ідеальні об'єкти-репрезентацій.
- Патологічний нарцисизм, або деструктивно функціонуючу нарцисичну саморегуляцію, можна зрозуміти лише у світлі перетворень, які здійснюють лібідо та агресія.
- Відсутність протиріч в концепції Я, властиве тим психологічним станам, які все ж ближче до повноцінного здоров'я. Це клінічний прояв інтегрованого Я. «Нормальне» Я формується природним шляхом в міру того, як встановлюється й

інтегрується інтрапсихічна структура із трьох елементів (Ід, Его, Супер-Его) [2].

Повернемося до типів нормального нарцисизму, згаданих вище. Дослідник вбачав у нарцисичній саморегуляції фундамент підтримки нормальної непатологічної та цілісної структури Я. Узагальнимо виділені О.Кернбергом форми нормального нарцисизму:

- *Нормальний нарцисизм дорослого* – адаптивний спосіб саморегуляції, залежить від здорової структури Я: пов'язаний зі стабільністю уявлень особистості про себе та константності внутрішніх образів; характеризується здатністю індивіда до довготривалих міжособистісних відносин й розуміє під собою інтегрованість структури Я чи цільними інтерналізованими об'єкт репрезентаціями. У такому випадку самоповага регулюється за допомогою інтегрованого, у значній мірі індивідуалізованого та абстрагованого Супер-Его і за допомогою задоволення інстинктивних прагнень в контексті стабільних об'єктних відношень та стабільної системи цінностей.
- *Нормальний інфантильний нарцисизм*, що відображає нормальну структуру Я та інфантильну регуляцію самооцінки шляхом задоволення вікових потреб, маючи на увазі інфантильні потреби та заборони, також інфантильну ціннісну сферу особистості [2]. Інфантильний нарцисизм – важлива риса будь-якої патології характеру. Для такого стану характерні нормальна, хоч і у великій мірі, інфантильна структура Я.

Для патологічного ж нарцисизму, на відміну від описаних вище двох станів, характерною є ненормальна структура Я: 1) перший тип – Я особи патологічним чином ідентифікується з об'єктом, а репрезентація інфантильного Я проєктується на об'єкт; 2) другий тип – це тип патології характеру, наявність патологічно грандіозного Я.

Власне з ідеї «другого типу нарцисизму» науковець й виходить у описі його характерних рис: грандіозне почуття значущості; постійне перебування в полоні фантазій; віра у власну унікальність; потреба в постійній увазі і захопленні; очікування особливого ставлення; маніпуляції в міжособистісних відносинах; дефіцит емпатії; стурбованість почуттям заздрості; зухвала, зарозуміла поведінка [2].

Згодом О.Кернберг виявив, що нарцисичні риси можуть не досягати патологічного рівня і ввів поняття «нарцисичні стани»

як континуум перехідних форм. Такі стани можуть бути як короткотривалими, так і довготривалими. Їх продовжують визначати як варіанти психічної норми.

Х.Кохут пропонує свою метапсихологію для пояснення феномену нарцисизму. Він стверджує, що існує група пацієнтів, психопатологія яких перебуває між психозами та межовими станами, з одного боку, й неврозами та легкими розладами характеру – з іншого. А групу нарцисичних розладів можна відрізнити від інших лише за проявами захисного перенесення, а не згідно з «чисто клінічними» описовими критеріями (нарцисична психопатія, на думку Х.Кохута, виникає із травмуючого браку емпатії матері та порушення нормального розвитку процесів ідеалізації).

Все ж Х.Кохут одним із перших психоаналітиків чітко звертає увагу на вивчення питання «здорового» нарцисизму та його розвитку в процесі становлення особистості: оптимальні відносини з «віддзеркалюючим» Я-об'єктом сприяють формуванню нормальної ідеалізації Я-об'єкта, що приходить на зміну першопочатковому й ідеалізованому Я-грандіозному. Ідеалізація завершується інтерналізацією ідеалізованого Я-об'єкта в інтрапсихічну структуру, що породжує Его-ідеал та здатність Супер-Его до самостійної ідеалізації, що формує новий тип інтерналізованої регуляції самоповаги [4].

Якщо скеровувати увагу далі до питання функціонального підтримування нормального нарцисизму, то Х.Кохут визначає нарцисичну саморегуляцію як механізм задоволення нормальних нарцисичних потреб Я. Дослідник визначив таку схему регуляції: в центрі системи знаходиться реальна особистість, яка є носієм почуття власної цінності. Вона отримує підтримку від ідеальної особистості (Его-ідеалу), яку слід розглядати в тісній функціональній єдності з реальною особистістю. Его-ідеал є наслідком інтерналізації «віддзеркалюваного» об'єкту (наприклад, матері) і в дорослому віці, поєднуючись із здатністю Супер-Его до ідеалізації, створює специфічний тип (нарцисичний тип) інтерналізованої регуляції самоповаги [4]. Отже, центральним завданням нарцисичної саморегуляції, на думку Х. Кохута, є піклування про збереження здорового почуття власної цінності та самоповаги, і це непатологічний сценарій її функціонування. Якщо було порушено нормальний розвиток процесів ідеалізації – це призводить до фіксації на стадії архаїчного інфантильного грандіозного Я. Х.Кохут називає внутрішній ідеал (Его-ідеал) особистості джерелом саморегуляції, фундаментом стабільнос-

ті системи цінностей та самооцінки, а його викривленість може стати причиною постійних соціальних конфліктів, афективного виснаження, навіть до прояву станів депресії, оскільки внаслідок викривлення Его-ідеалу формується ненадійний спосіб саморегуляції системи-Я, зокрема нарцисичної [4].

Сучасне формулювання позиції Х. Кохута можна прослідкувати в підході Н. Йоффе і Дж. Сандлер, що розглядають здорову форму нарцисизму в аспекті розвитку її самосвідомості як такої психічний стан, який в нормі супроводжує гармонійний та інтегрований розвиток усіх сторін особистості. Особистість же є системою, що здатна до саморегуляції свого цілісного та неперервного Я. Оптимальні нарцисичні стани, які визначаються як «ідеальні стани» хорошого самопочуття – це «стани, які супроводжують гармонійне й інтегроване функціонування всіх біологічних і ментальних структур Я. Також відбувається й безпосередня підтримка енергетичного балансу прагнень та підтримка афективного балансу [3].

Ще один сучасний підхід до розуміння проблеми нарцисичної саморегуляції пропонують американські науковці К. Морф та Ф. Родвальт. Узагальнена процесуальна саморегуляційна теорія фокусується на інтер- та інтрапсихічних динамічних регуляційних процесах, які здійснюються особистістю в різноманітних соціальних інтеракціях, для створення та підтримки знання про власне Я. К. Морф та Ф. Родвальтом динамічна саморегуляція розуміється як система персональних стратегій зв'язку особистості із певною ситуацією, що є стимульованою і викликаною потребою досягнення цілей [10]. Загалом, на думку науковців, у системі нарцисичної саморегуляції можна виокремити такі ланки:

- **Інтерперсональна регуляція Я** – діє у напрямку підтримки конструктивних відносин із особами навколо, встановлення стосунків, що не потерпають від патологічного знецінення, формування адекватних думок стосовно інших людей. При деструктивному функціонуванні – маніпулятивні чи агресивні дії, знецінення, перверсивні тенденції до самозвеличення, тенденції уникання довірливих відносин.
- **Інтраперсональна регуляція Я** – когнітивні, афективні, мотиваційні саморегуляційні процеси. Найбільш яскравим проявом нормального функціонування нарцисичної саморегуляції у цьому ключі є адекватна самооцінка індивіда. І навпаки ж, якщо саморегуляційні процеси набувають ха-

рактеру неадаптивних станів – це крихка самооцінка, перебільшена залежність від соціального зворотнього зв'язку, епізоди крайніх емоційних станів (агресивна реакція на депривацію потреби в усвідомленні грандіозності власного Я).

- **Елемент самопізнання** – погляд на Я в його соціальному контексті «тут і тепер». Сюди відносяться знання людини про себе, ціннісні та сенсожиттєві орієнтації (сенси, ідеали, цілі).
- **Власне соціальні інтеракції** – це те, що фактично виникає з інтерперсональної регуляції Я однієї та іншої особи, які перебувають у безпосередньому акті комунікації, а також усі наслідки такого зв'язку (при неадаптивному функціонуванні нарцисичної саморегуляції має місце «нарцисичний парадокс» – у стосунках особа прагне підтримувати високу самооцінку її грандіозного Я [10]).

На базі аналізу теоретичних підходів було сконструйовано узагальнену систему елементів нарцисичної саморегуляції, в якій представлені інтернальні і поведінкові компоненти:

1. Когнітивний компонент: містить усі усвідомлювані або динамічно неусвідомлювані спогади, думки, фантазії, які мають відношення до власної особистості (когнітивна оцінка грандіозності Я, власної самодостатності, ресурсності чи наявності потенціалу надії), Я-репрезентації (тобто об'єктний досвід).

2. Афективний компонент: емоційно-оцінкове ставлення до власної особистості та Я-репрезентації (способи переживання конгруентності Я та ставлення до окремих компонентних структур Я).

3. Поведінковий компонент: вчинки, крізь призму яких особистість репрезентує переживання, думки, ставлення до власного Я (та чинників зовнішнього середовища, що афективно стосуються Я (значимих об'єктів)).

Отже, виявлено, що в основу здорового нарцисизму покладе-на універсальна і специфічна система саморегуляції, що спрямована на захист, заповнення та збереження структурної цілісності, часової стабільності і позитивного афективного забарвлення уявлення особистості про себе [5]. Така саморегуляція – це механізм, який здатен ефективно підтримувати цілісність та зв'язок елементів Я, наприклад, при враженому самолюбстві чи інших реальних або потенційних загрозах внутрішній стабільності особистості. Система саморегуляції спрямована на задоволення потреб чуттєво-тілесних, впевненості/безпеки, стабільності самоо-

цінки, сенсу життя, освоєння нових можливостей, визнання себе та самовираження [5].

Висновки. Саморегуляція – це індивідуальний спосіб координації психічних процесів, станів, властивостей, компенсації дефіцитарних та оптимізацій потенційних якостей, властивостей і можливостей. Виділяють усвідомлювану та неусвідомлювану саморегуляцію (механізм подолання конфліктної афективної напруги, що виникає в процесі регуляції, для контролю взаємодії суб'єкта з навколишнім світом). До неусвідомлюваної належить нарцисична, що функціонує для почуття внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості в собі і гарного самопочуття, тобто почуття власного конгруентного Я. Також цей механізм, який здатен ефективно підтримувати цілісність та зв'язок усіх елементів структури Я, зберігати позитивне уявлення людини про себе, забезпечує адекватну та здорову любов до себе та самооцінку, почуття самозначимості, хорошого самоствавлення. В систему елементів нарцисичної саморегуляції включаються афективні, когнітивні та поведінкові елементи, що функціонують в площинах інтерперсональної та інтраперсональної регуляції системи Я.

Перспективою подальших досліджень проблеми є з'ясування зв'язку функціонування нарцисичної саморегуляції та особистісного самоздійснення людини (екзистенційної сповненості існування). Вивчення «нормального нарцисизму» стимулюється соціокультурними змінами у суспільстві, що заохочують зростання індивідуалізму в різних сферах життєдіяльності, підсилюють нарцисичні тенденції, культ гідності, породжуючи набір життєвих домінант, які сьогодні сприймаються як норма, формують стратегії пошуку життєвих сенсів і специфічний душевний світ людини.

Список використаних джерел

1. Зейгарник Б.В. Саморегуляция поведения в норме и патологии / Б.В. Зейгарник, А.Б. Холмогорова, Е. Мазур // Психологический журнал, т. 2, № 2. – 1989. – С. 122–131.
2. Кернберг О. Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии / О. Ф. Кернберг. – М. : Независимая фирма Класс, 2000. – С. 225–299, 343–361, 426–446.
3. Клепикова Н.М. Динамика оптимального нарциссизма и нарциссически состояний личности / О. А. Шамшикова, Н.М. Клепикова // Сибирский педагогический журнал: Психологические исследования. – 2013. – № 3. – С. 195–200.

4. Кохут Х. Анализ самости. Системный подход к лечению нарциссических нарушений личности / Х. Кохут. – М. : Когито-Центр, 2003. – С. 123–134, 223–260.
5. Процедура стандартизації зарубешной методики «Selbst. Narzissmus inventar» F.W.Deneke, B.Hilgenstock, R.Müller (1989–1994) // Развитие человека в современном мире: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Новосибирск: НГПУ. – 2006. – С. 260–286.
6. Соколова Е. Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен // Вопросы психологии. – 2009. – С. 67–80.
7. Шамшикова О. А. К вопросу о верификации концепта «нарциссизм» / О. А. Шамшикова, Н.М. Клепикова // «Психологическая диагностика». – 2006. – № 1. – С. 39–71.
8. Шамшикова О. А. О некоторых аспектах аффективной и нарциссической регуляции, психической травмы и переживании пустоты / О. А. Шамшикова // Социокультурные проблемы современной молодежи. Материалы Международной научно-практической конференции. – 4.1. – Новосибирск : НГПУ. – 2006. – С. 49–60.
9. Huflejt-Łukasik M. Ja i procesy samoregulacji / M. Huflejt-Łukasik. – Scholar, 2010. – S.17–19, 31–36, 61–86, 101–110, 147–149.
10. Morf C., Rhodewalt F. Unraveling the Paradoxes of Narcissism: A Dynamic Self-Regulatory Processing Mode / C. Morf, F.Rhodewalt // Psychological Inquiry. – 2001. – Vol. 12. – P. 177–196.
11. Rosenfeld H. A Clinical Approach to the Psychoanalytic Theory of the Life and Death Instincts: An Investigation Into the Aggressive Aspects of Narcissism / H.Rosenfeld. – Int. J. Psychoanal., 1971. – P.169–178.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Zejgarnik B. V. Samoreguljacija povedenija v norme i patologii / B.V. Zejgarnik, A.B. Holmogorova, E. Mazur // Psihologicheskij zhurnal, t.2, № 2.–1989. – С. 122–131.
2. Kernberg O.F. Tjzashelye lichnostnye rasstrojstva: Strategii psihoterapii. / O. F. Kernberng. – М. : Nezasivimaja firma Klass, 2000. – S. 225–299, 343 –361, 426–446.
3. Klepikova N.M, Dinamika optimal'nogo narcissizma i narcissicheskikh sostojanij lichnosti / O.A. Shamshikova, N.M. Klepikova

- va // Sibirskij pedagogicheskij zhurnal. Psihologicheskie issledovanija. 2013. № 3. – S. 195–200.
4. Kohut H. Analizsamosti. Sistemnyjpodhod k lecheniju narcis-sicheskikh narushenij lichnosti / X. Kohut. – M. : Kogito-Centr, 2003. – S. 123–134, 223–260.
 5. Procedura standartizacii zarubezhnoj metodiki «Selbst. Narzissmusinventar» F.W.Deneke, B. Hilgenstock, R. Müller // Razvitie cheloveka v sovremennom mire: Materialy Vse-rossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii. Novosibirsk : NGPU. – 2006. – S. 260–286.
 6. Sokolova E.T. Narcissizm kak klinicheskij i sociokul'turnyj fenomen // Voprosy psihologii. – 2009. – S. 67–80.
 7. Shamshikova O.A. K voprosu o verifikacii koncepta «narcis-sizm» / O.A. Shamshikova, N.M. Klepikova // «Psihologicheskaja diagnostika». 2006. – № 1. – S. 39–71.
 8. Shamshikova O.A. O nekotoryh aspektah affektivnoj i narcissi-cheskoj reguljacii, psihicheskoy travmy i perezhivanii pustoty / O.A. Shamshikova // Sociokul'turnye problemy sovremennoj molodezhi. Materialy Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. – 4.1. – Novosibirsk : NGPU. – 2006. – S. 49–60.
 9. Huflejt-Łukasik M. Ja i procesy samoregulacii / M. Huflejt-Łukasik. – Scholar, 2010. – S. 17–19, 31–36, 61–86, 101–110, 147–149.
 10. Morf C., Rhodewalt F. Unraveling the Paradoxes of Narcis-sism: A Dynamic Self-Regulatory Processing Mode / C. Morf, F. Rhodewalt // Psychological Inquiry. – 2001. – Vol. 12. – P. 177–196.
 11. Rosenfeld H. A. Clinical Approach to the Psychoanalytic The-ory of the Life and Death Instincts: An Investigation In to the Aggressive Aspects of Narcissism. / H. Rosenfeld. – Int. J. Psy-cho-Anal., 1971. – P. 169–178.

Received February 24, 2017

Revised March 26, 2017

Accepted April 25, 2017