

УДК 159.923

DOI: [https://doi.org/10.17721/upj.2023.1\(19\).5](https://doi.org/10.17721/upj.2023.1(19).5)

Корольов Д. К.,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної психології,
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка
E-mail: assessment@i.ua
ORCID: 0000-0002-9685-5286

ТЕМНА СТОРОНА ІДЕАЛЬНОГО КОХАННЯ: РОМАНТИЧНІ СТОСУНКИ З НАРЦИСОМ

У статті комплексно проаналізовано з використанням традиційних клінічних підходів та результатів широких статистичних досліджень останніх років розвиток та функціонування романтичних стосунків із нарцисом. Кохання є одним з найбільш популярних засобів реалізації нарцисичних прагнень. Ймовірно, для задоволення власного нарцисизму цей спосіб обирають особи з відповідним потенціалом: привабливістю, шармом, сексуально закличною поведінкою. Таким шляхом відносно легко досягти ідеалізації з боку романтичного партнера, його емоційної залежності та влади над ним. Такі перспективи створюють сподівання у нарциса на перетворення власного життя через наповнення себе любов'ю партнера, що має компенсувати дитячі емоційні травми та підкріпити вкрай завищену, але крихку самооцінку. В ініціації та на початковій фазі стосунків нарциси вкрай успішні, створюють враження ідеального кохання. Однак зазнають значних проблем на подальших етапах розвитку стосунків, оскільки зовсім не бажують будувати партнерство, завжди залишаються відкритими для нових стосунків. Коли вже не вдається підвищувати градус захоплення з боку партнера – переходять до стратегії суперництва. Через застосування різних форм аб'юзу, експлуатації, невірності нарцис підкріплює самооцінку, відчуває владу над партнером та його емоційну залежність. Зазначене спричиняє емоційні травми у партнера, який з часом також починає проявляти відкидання та уникнення щодо нарциса. Наслідками для нарциса є зниження якості життя, задоволеності стосунками та переживання самотності. Але, оскільки нарцисизм значною мірою обумовлений генетично, історією значущих стосунків у дитинстві та забезпечує частково успішну адаптацію, перспективи зміни через психотерапію нарцисичного стилю романтичних стосунків

песимістичні. Проте психологічна допомога потрібна та ефективна для романтичного партнера нарциса.

Ключові слова: особистість, риси особистості, нарцисизм, романтичні стосунки, кохання, емоційні труднощі, розлад особистості, психологічна допомога.

Вступ

Класична та сучасна популярна культура ідеалізує кохання. Шалена пристрасть оспівується у міфах, романах, віршах, фільмах, популярних піснях та відеокліпах. Прийняті особою ідеалізовані зразки кохання створюють очікування подібного перебігу власних романтичних стосунків, що мають наповнити та повністю перетворити життя. Проте хоча наблизений до ідеалу початок романтичних стосунків ймовірний з партнером-нарцисом, тривалі гармонійні стосунки з ним практично неможливі.

Постановка проблеми. Нарцис здатний підкорити, закохати у себе на початку, але не формує у подальшому надійні, глибокі партнерські стосунки (Wurst, 2017). Навпаки, романтична взаємодія з нарцисом загрожує емоційними травмами, що можуть потребувати втручання психолога (Day, 2022a, 2022b). У цій ситуації постає необхідність визначення змісту та спрямованості психологічної допомоги. Для цього необхідно розуміти закономірності розвитку та функціонування стосунків з нарцисом.

Великий внесок у вирішення проблеми зроблений як у межах традиційних психоаналітичних підходів, так і широкими кількісними дослідженнями. Перші мають сторічну історію, ними вироблено глибоке розуміння умов формування та закономірностей нарцисичної особистісної динаміки від батьківської родини до дорослого віку (Foster, 2011). Психоаналітичний підхід до вивчення нарцисизму відійшов на задній план більше сорока років тому після включенням до DSM-III нарцисичного розладу особистості.

Близько сорока років тому розпочались дослідження нарцисизму як особистісної риси за допомогою всього наявного для цього арсеналу методів, в першу чергу з використанням опитувальників на великих вибірках з наступною математико-статистичною обробкою даних (Crowe, 2019). Протягом останніх двох десятиріч ця робота різко активізувалась, значна увага стала приділятися психологічним проблемам, що пов'язані з романтичними та сексуальними стосунками нарциса (Foster, 2011). Проте такі дослідження, що неминуче зосереджені на окремих аспектах та зв'язках, необхідного для психологічної допомоги, цілісного бачення походження

та закономірностей динаміки нарцисичних романтичних стосунків у готовому вигляді не дають.

Мета статті – комплексно проаналізувати розвиток та функціонування романтичних стосунків з нарцисом.

Теоретичний аналіз

Чисельні емпіричні дослідження останніх двох десятиріч і, зокрема, узагальнюючі праці з використанням статистичної техніки мета-аналізу надали багато знань щодо складових, проявів та наслідків нарцисизму, у тому числі у романтичних та сексуальних стосунках, зв'язків між ними, їхніх зв'язків з іншими особистісними конструктами та особливостями стосунків у парі. Але, оскільки у цій сфері експериментальні дослідження в більшості випадків з практичних або етичних причин неможливі, а лонгітюдні не проводяться через їхню тривалість та ресурсомісткість, причинний характер винайдених зв'язків реконструюється на підставі теоретичних припущень. І тут ми наближаємось до старого клінічного підходу, напрацювання якого щодо нарцисизму значною мірою узгоджуються з результатами емпіричних досліджень останніх десятиріч. Оскільки емпіричний підхід за своєю суттю аналітичний, не здатний надати більше, ніж факти щодо окремих феноменів та окремо взятих зв'язків між ними, для вироблення цілісного бачення потрібно зробити певний мінімум припущень подібно до більш ранніх клінічних досліджень. Але тепер вже спираючись на встановлені емпіричні факти.

Крім того, для психологічної допомоги важливо реконструювати розвиток та функціонування нарцисичних стосунків не лише з позицій стороннього зовнішнього спостерігача, що можна було б вважати об'єктивним поглядом, а й зрозуміти «суб'єктивну логіку» сприйняття, осмислення, переживань та дій задіяних у нарцисичних романтичних стосунках осіб, у першу чергу нарциса та іншого партнера.

З метою чіткого та опуклого розуміння саме романтичних стосунків з нарцисом далі розглянемо лише прояви нарцисизму, абстрагуючись від інших складових темної тріади або тетради. Йдеться про пов'язані між собою на субклінічних, тобто таких, що не доходять до особистісного розладу, рівнях риси – нарцисизм, макіавеллізм, психопатію, а тепер ще й побутовий садизм (Bonfá-Araujo, 2022).

Попри встановлені у мета-аналітичному дослідженні кореляції та змістовий збіг у деяких проявах, складові темної тетради є окремими феноменами, тобто можуть проявлятися незалежно. Причому інтеркореляції

нарцисизму із іншими рисами, що знаходяться у діапазоні від слабких до середніх, найменші (Bonfá-Araujo, 2022). Отже, серед складових темної традиції нарцисизм є найбільш дистанційованим від інших.

Складові та прояви нарцисизму у романтичних стосунках для більш чіткої картини будемо аналізувати в їх найбільш повному, яскравому та сформованому вигляді з розумінням, що у реальних випадках це не завжди так. Якись складові та прояви можуть бути відсутніми або слабо вираженими, загалом картина може бути начебто «змазаною».

У літературі констатується, що, попри сторічну історію досліджень, продовжують існувати різні підходи до розуміння змісту та структури складових нарцисизму (Crowe, 2019). Протягом останніх двох десятиріч як найбільш загальні розглядаються два різновиди нарцисизму: грандіозний та вразливий. Для обох властивий міжособистісний антагонізм, що проявляється у впевненості в особливих правах, егоїзмі та не поступливості. Специфічними рисами грандіозного нарцисизму є висока самооцінка, комунікабельність, напористість та ексгібіціонізм. Вразливий нарцисизм зазвичай передбачає низьку самооцінку, соціальну замкнутість і негативну емоційність (Crowe, 2019).

Диференційовано структуру нарцисизму відображено у П'ятифакторному опитувальнику нарцисизму (FFNI), факторизація шкал якого надає три найбільш загальні фактори: фактор антагонізму, що включає схильність до міжособистісної експлуатації, нестачу емпатії, претензії на особливі права, пихатість, маніпулятивність, недовіру до інших, пошук гострих відчуттів; фактор дієвої екстраверсії — пошук визнання, потреба в авторитеті, грандіозні фантазії, ексгібіціонізм; фактор невротичного нарцисизму – переживання сорому, міжособистісна байдужість, потреба у захопленні, реактивний гнів (MacDonald, 2023).

Здійснюються спроби, що не отримали широкої підтримки, виділити дезадаптивний та адаптивний різновиди нарцисизму. До першого відносять ексгібіціонізм, претензії на особливі права, схильність до міжособистісної експлуатації. Другий представлений самодостатністю та впливовістю. Риси зверхності та марнославства розглядаються як нейтральні (Cai, 2018). Проте, виникають сумніви щодо доцільності вважати нарцисизмом не цілісний особистісний тип зі своїми закономірностями формування та функціонування, а окремо взяті риси.

Мета-аналітичний огляд показує, що чоловіки різних вікових груп порівняно з жінками більшою мірою демонструють такі прояви нарцисизму, як міжособистісна експлуатація / впевненість в особливих правах, лідерство / потреба в авторитеті. Менше відмінностей знайдено у

грандіозності / експібіціонізму (Grijalva, 2015). Висуваються припущення, що більша кількість нарцисів-чоловіків у субклінічних та клінічних групах пояснюється збігом деяких проявів грандіозного нарцисизму з маскуліною моделлю поведінки (Green, 2022). За вразливим нарцисизмом гендерних відмінностей мета-аналітичний огляд не показує (Grijalva, 2015).

Нарцисам властиві нестабільні емоції щодо центральної для них теми – власної значущості. Часті зміни настрою обумовлені вкрай залежною від інших людей самооцінкою та чутливістю до соціального порівняння, що, у свою чергу, провокує заздрощі та гнів (Czarna, 2018).

Прийнято вважати, що в основі нарцисизму знаходиться переживання надмірного глобального сорому, яке було сформоване в ранньому віці нереалістичними вимогами батьків та відторгненням дитини у разі недосягнення довершеності. У подальшому ці переживання актуалізуються невдачами та відторгненням іншими. Як захист від всеосяжного сорому дитина сформувала генералізований викривлений вкрай позитивний погляд на себе – зарозумілу гордість. Тому це неавтентичне відчуття себе настільки важливе, що не ставиться у залежність від реальних досягнень. Сумістити ці дві крайнощі вдалося лише через дисоціацію між позитивним експліцитним та негативним імпліцитним образом себе. У подальшому вся поведінка нарциса спрямована на використання інших людей для мінімізації переживання глобального сорому та максимізації – зарозумілої гордості (Czarna, 2018).

У походженні нарцисичного стилю романтичних стосунків значну роль відіграє спадковість. Так, огляд наявних досліджень показує, що близько половини варіацій нарцисизму пояснюється генетичними чинниками. В одному з досліджень, де окремо вивчались окремі складові нарцисизму, встановлено, що вони зазнають впливу переважно різних генетичних чинників та факторів середовища. Проте вплив генотипу більший на загальний нарцисизм, ніж на його складові. Крім того, відносний показник досліджуваного за нарцисизмом у вибірці дуже стабільний протягом років та пов'язаний більшою мірою з генотипом, тоді як різні фактори середовища мають тенденцію діяти на окремих етапах життя особи (Ліо, 2018).

Результати наявних досліджень не дозволяють визначити, що саме успадковується нарцисичною особистістю. Це можуть бути, наприклад, особливості зовнішності та привабливості, темпераментальні характеристики психічної динаміки та емоційності, що складають особисті адаптаційні ресурси, які роблять нарцисичний життєвий стиль значно легшим порівняно з іншими для реалізації.

Якщо ж врахувати, що традиційно розвиток нарцисизму пов'язують із ранніми стосунками з нарцисичними батьками, можна говорити не лише про адитивний вплив генотипу та раннього сімейного середовища як двох головних чинників нарцисизму, а про їх взаємодію. Ймовірно, найдоступнішим для дитини з урахуванням успадкованого особистого потенціалу способом відносно успішної адаптації спочатку до обумовлених нарцисичними батьками емоційних проблем, трансльованих ними очікувань та поведінкових зразків, у подальшому – загалом до соціуму, стає нарцисичний стиль життя.

Важливі також культурні та макросоціальні чинники розвитку нарцисизму. Встановлено зростання протягом останніх десятиріч рівня нарцисизму молоді, причини чого не повністю зрозумілі. Перш за все, це пов'язують із активним користуванням соціальними мережами, що різко збільшили можливості: конструювати власний образ у бажаному та вигідному світлі, самопрезентації, часто віртуальної побудови стосунків із значно більшою кількістю людей. Проте узагальнення наявних даних за допомогою техніки мета-аналізу засвідчує лише від слабкого до помірного зв'язок нарцисизму та різних аспектів проблемного використання соціальних мереж (McCain, 2018), зокрема із симптомами залежності від використання соціальних мереж (Casale, 2020). Ймовірним чинником зростання рівня нарцисизму також можуть бути культивовані суспільством споживання цінності власного задоволення та комфорту.

У подальшому нарцисизм може проявлятися у різних сферах дорослого життя. Можна припустити, що нарцис обирає у першу чергу ту сферу, де відповідно до власного потенціалу та обставин, що склалися, зможе досягти найбільшого нарцисичного самоствердження. Отже, його нарцисизм набуває специфічних проявів, стає «заточеним» для досягнення саме таких результатів. Відповідно, виділено специфічний різновид – сексуальний нарцисизм.

Сексуальний нарцисизм охоплює чотири нарцисичні компоненти, що активуються у сексуальній сфері: претензії на особливі сексуальні права; схильність до сексуальної експлуатації; низька сексуальна емпатія; безумовна впевненість у власних сексуальних вміннях (McNulty, 2014).

Вважаємо, що при дослідженні романтичних стосунків варто говорити про любовний нарцисизм. Останній зазвичай буде включати сексуальний нарцисизм як вкрай важливу складову. Адже нарциси у стосунках для досягнення захоплення власною особою як дуже дієвий спосіб широко використовують сексуальність. Але все ж таки ядром любовного нарцисизму

є використання емоційних прив'язаностей, закоханості для досягнення власних нарцисичних цілей.

За даними мета-аналітичного дослідження, нарциси у середньому є де-що більш зовнішньо привабливими, ніж інші люди. Хоча кореляція слабка, вона є одним із найтісніших зв'язків привабливості та певної особистісної риси (Holtzman, 2010). Можна припустити, що любовними та сексуальними нарцисами стають ті, хто має або може розвинути відповідний потенціал для завоювання партнера – фізичну привабливість та шарм. У літературі зазначається, що такий зв'язок відображений ще в античному міфі про Нарциса (Holtzman, 2010).

Ймовірно, у любовних та сексуальних нарцисів найбільшою мірою проявляється властива нарцисам загалом переоцінка аж до рівня ідеалізації власної зовнішності, прагнення її покращити у будь-який спосіб, у тому числі через пластичну хірургію, потреба у постійному підтвердженні іншими власної краси та спокусливості. Тепер додався новий аспект – прагнення зробити найбільш привабливими власні фото та відео у соціальних мережах за допомогою так званих б'юти-фільтрів. Можна припустити, що нарциси вірять, що саме так вони насправді і виглядають, тому їх не зупиняє невідповідність зображень оригіналу та введення в оману через це інших людей.

У широких емпіричних дослідженнях підтверджений ряд проявів нарцисизму у романтичних стосунках. Нарциси демонструють сексуально-закличну поведінку, є успішними у зав'язуванні нових знайомств, короткострокових романтичних стосунках та сексуальних пригодах. Проте мають серйозні проблеми у тривалих стосунках (Wurst, 2017). Загалом для них характерний низький рівень емоційної близькості, віддачі, залучення до стосунків. Нарцис схильний до гри, невірності, розлучення, невибачливий (Czarna, 2022).

На початку стосунків успіхові нарциса сприяють властиві йому заклична та доглянута зовнішність, вміння приємно спілкуватись, впевненість, статусність та майже відсутні побоювання відторгнення з боку партнера. Крім того, нарцисам властива необмежена соціосексуальна орієнтація, тобто більше бажання випадкових сексуальних контактів. Внаслідок цього нарциси легше знаходять партнерів та отримують менше відмов. Нарцисизм прямо корелює з кількістю партнерів за побаченнями та сексуальними партнерами протягом життя (Wurst, 2017). Загалом нарцисизм пов'язаний з вищою сексуальною мотивацією, сексуальною самооцінкою, сексуальною самовпевненістю та нижчим рівнем негативних емоцій в сексуальному контексті (Pilch, 2019). Нарциси також надають більшого зна-

чення власному задоволенню, зокрема, тілесному у сексуальній взаємодії (Foster, 2011).

У триваліших стосунках нарцис проявляє егоїстичність, низьку зацікавленість у формуванні партнерства, нестачу емоційної близькості, емпатії, толерантності, довіри, тепла та піклування, схильність провокувати та небажання вирішувати конфлікти, відкритість до нових партерів (Wurst, 2017).

Нарцисам властиві кілька стилів кохання: манія – одержимість та ревності; людус – ігрові, полігамні, короткострокові та поверхові стосунки, прагма – раціональне, практичне ставлення до стосунків (Dinić, 2021).

Для нарциса не характерна властива кохання, особливо на ранньому етапі, переоцінка партнера, піднесення його у власних очах, що важливо для функціонування стосунків. Особи з менш вираженим нарцисизмом все ж переоцінюють партнера на ранній стадії стосунків, яскраві нарциси не роблять цього взагалі, що прогнозує незадоволеність та розрив стосунків. Навпаки, нарциси підносять та переоцінюють себе на фоні партнера, вважають, що більше привносять у стосунки, оскільки вони кращі та привабливіші за партнера (Czarna, 2022). Тому нарциси схильні вважати, що вони недоотримують у плані привабливості у стосунках. Більшою мірою цю тенденцію проявляють жінки (Rohmann, 2011). Нарцисизм також корелює із переживанням влади над партнером та впливовості у романтичних стосунках (Vrabel, 2020).

У відповідь на загрозу суперництва у стосунках нарциси проявляють змагальну поведінку та використовують дві стратегії: піднесення, просування себе як партнера та психологічний тиск та примус (Hart, 2018).

Нарциси схильні до безсоромного сексуального обману. Проте зміст цього обману різниться у жінок та чоловіків, оскільки стосується бажаних для представників іншої статі достоїнств партнера. Так, чоловіки більшою мірою обманюють щодо багатства, ресурсів, професійної діяльності, статусу, фізичних можливостей, жінки – щодо привабливості та зовнішності (Oswald, 2021).

Нарциси також практикують щодо інтимного партнера специфічну форму психологічного насильства – газлайтинг. Йдеться про маніпуляції та контроль через спробу примусити жертву здаватися собі божевільною шляхом створення сюрреалістичного міжособистісного середовища. Для дестабілізації жертви та формування в неї недовіри до оточення використовується брехня, дезорієнтація, применшення, заперечення, спростування, ізоляція, звинувачення, залякування, примусовий контроль, оспорування реальності (March, 2023).

Практично всі особливості поведінки нарцисів у романтичних стосунках можна пов'язати із використовуваними ними двома способами підтримання грандіозного образу себе: провокацією захоплення з боку інших та суперництвом – приниженням інших. Останнє потрібно не лише для того, щоб зупинити, знецінити, перекласти провину на тих, хто загрожує грандіозному образу себе, а й для того, щоб відчувати над ними владу та краще виглядати на їхньому фоні (Wurst, 2017).

Наслідками нарцисизму є самотність, зниженням якості життя та задоволеності стосунками. Так, найбільш самотніми виявились нарциси з проявами сорому, недовіри до інших, грандіозних фантазій, потреби у захопленні, авторитеті, визнанні (MacDonald, 2023). Зниження якості життя фіксується як на клінічному, так і на субклінічному рівні прояву нарцисизму (Ellison, 2020).

Нарцис надає пріоритет зовнішнім (привабливість, успішність), а не внутрішніми (емоційна близькість, відданість) стандартам партнера та романтичних стосунків. Хоча реалізація у стосунках внутрішніх, а не зовнішніх ідеальних стандартів є провідним чинником задоволеності (Seidman, 2016).

Вважаємо, що любовний та сексуальний нарцисизм широко розповсюджені, оскільки саме у цій сфері можна відносно легко досягти найпотужнішого захоплення, ідеалізації та тривалої емоційної залежності з боку партнера. На початкових етапах стосунків можливо також короткочасне емоційне захоплення та ідеалізація іншої сторони нарцисом, що посилює його примарне сподівання перетворити своє життя, наповнившись коханням партнера.

Слід звернути увагу на те, що, на відміну від інших людей, які у схильній до ідеалізації кохання культурі очікують кардинальної зміни власного життя на краще за рахунок власних почуттів до романтичного партнера, нарцис сподівається, що його життя перетворять переживання саме партнером кохання, пристрасті до нарциса.

Це сподівання ніколи не реалізується не лише через те, що сила почуттів іншої людини не очевидна, а партнер переживає на потрібному нарцисові рівні інтенсивності захоплення ним лише на піку закоханості та на початку стосунків, а й тому, що змінні почуття іншої людини не можуть бути єдиним особистісним фундаментом дорослої людини. На відміну від маленької дитини, для якої емоційна прив'язаність дорослого є умовою виживання та розвитку.

Отже, нарцис швидко розчаровується в романтичному партнері через свої вкрай нереалістичні очікування. І якщо партнер не виправдав споді-

вань – потрібно шукати іншого. Звідси впливає відома емоційна відстороненість нарциса від партнера, його постійна відкритість до нових стосунків, сексуальна невірність, загалом нестабільність його романтичних стосунків та песимістичний прогноз щодо них.

Очевидно, що внаслідок таких змін у поведінці нарциса ставлення іншого партнера до нього та романтичних стосунків з ним також змінюється у гірший бік, що додатково посилює вже і так наявні деструктивні процеси. Загалом, невдовзі після швидкої радикальної втрати нарцисом емоцій до партнера, зміни відбуваються і з іншою стороною. Можна сказати, що нарцис втрачає нетривалу надію на ідеальне кохання, а його партнер – майже ідентичний ідеальному перший потужний етап закоханості. Як зазначалось, у нарциса зникає зацікавленість у стосунках, коли партнера вже завойовано і останній знаходиться на піку закоханості. Потім настає зовні несподіваний швидкий обрив. Далі нарцис періодично повертається до спокусливої поведінки з метою не дати партнеру повністю вийти зі стосунків, але лише для досягнення цієї мети і не більше.

Можна припустити, що прагнення нарциса мати паралельно кількох сексуальних партнерів з'являється, коли він вже частково втрачає свої нереалістичні сподівання на перетворююче його життя кохання з боку одного партнера. Можливо, захоплення та прив'язаності кількох партнерів одночасно буде достатньо? Коли ж з'ясовується, що і цього недостатньо, а полігамні стосунки лише провокують емоційні проблеми та конфлікти, нарцис може спробувати шукати підтвердження своєї винятковості у здатності прив'язати до себе кількох партнерів, які залишаються з ним, попри нехтування їхніми інтересами та відому їм наявність інших партнерів.

Нарциси використовують романтичних партнерів для просування себе, тому обирають привабливих, статусних осіб, що схильні повертати захоплення, але не емоційну близькість. Партнер розглядається як трофей, що засвідчує бажаний для нарциса статус (Czarna, 2022).

Можна припустити, що з набуттям негативного досвіду виходу партнерів із незадовільних для них стосунків з нарцисом, останній враховує також при виборі партнера, наскільки тому буде легко залишити стосунки. Такими бажаними для нарциса особливостями партнера є його специфічні емоційні потреби, якості, життєва ситуація, стиль життя тощо. Серед іншого це може бути емпатійність, прагнення допомагати, схильність захоуватись, емоційно прив'язуватись.

Встановлено, що на ранніх етапах стосунків з нарцисом їхні партнери більше задоволені, переживають стосунки як більш хвилюючі. Проте, наприкінці стосунків ситуація стає протилежною, їх вже оцінюють як менш

задовільні та хвилюючі порівняно із стосунками з іншими особистісними типами. Оцінка емоційної близькості залишається низькою на всіх етапах стосунків з нарцисом (Foster, 2011).

Партнери вказують на фізичний, вербальний, емоційний, сексуальний аб'юз з боку нарцисів, проблемну фінансову (нав'язування боргів) та сексуальну (невірність) поведінку, своє прагнення до взаємозалежності та його фрустрацію, взаємну ідеалізацію та знецінення. Внаслідок цих проблем партнери проявляють тривогу, депресію, агресію до себе, хворобливі стани та психосоматичні проблеми (Day, 2022b).

У відповідь на відкидання, напади, спроби підкорення партнери нарцисів також демонструють відкидання та уникнення. Унаслідок формується патологічний цикл конфліктів та відчуження, що, в свою чергу, підтримує нарцисичний розлад (Day, 2022b).

Після формування відносно цілісного бачення романтичних стосунків нарциса постає проблема можливості та доцільності психологічної допомоги йому. Ця проблема зводиться до питання: чи може та хоче нарцис змінитися, відмовитись від властивого йому стилю романтичних стосунків на користь більш партнерського та стабільного? Складається враження, що неподоланні, непідвладні рішення нарциса внутрішні перешкоди для цього відсутні, але в нього відсутня мотивація до змін.

Вище зазначалось, що нарцис сприймає свій стиль стосунків як правильний для такої особливої людини як він. Науковою мовою можна було б сказати, що вважає, хоча навряд чи це для себе так формулює, таку поведінку адекватною, адаптивною з урахуванням наявного власного потенціалу та емоційних потреб відповіддю на життєві виклики. Підстав щось змінювати він не бачить допоки здатний на успішні короткострокові стосунки, а у довгострокових – може досягати емоційної залежності партнера від себе. Брати на себе моральні зобов'язання щодо партнера вважає не вигідним, а старатись заради побудови партнерських стосунків — не вартою ставок грою.

Із зазначеним узгоджується підхід ряду авторів, які розглядають нарцисизм як тісно пов'язаний із захисними механізмами компенсаторний процес (Kamre, 2021) або стратегію адаптації. Зокрема, неодноразово встановлений прямий зв'язок нарцисизму та рівня доходу (Luo, 2022), нарцисизм також розглядають як чинник успішності короткострокової сексуально-шлюбної стратегії (Holtzman, 2010).

У цьому контексті звернення нарцисів до психотерапевтів пов'язані із різними запитами, але не з реальним прагненням до трансформації нарцисичного стилю життя та стосунків. Тому психотерапія нарцисизму така складна та малоуспішна.

Припускаємо, що нарцис може змінитись, якщо в нього з'явиться мотивація. У літературі зустрічається сподівання, що це відбудеться, коли такий стиль стосунків заведе в глухий кут. Проте здатність подобатись на початковому етапі стосунків та потім на короткий час відновлювати свій шарм може утримати від гострої особистісної кризи через консервацію її хронічного перебігу.

Більш перспективною є психологічна допомога партнеру нарциса, перш за все, у формі коучингу. Йдеться про допомогу у розумінні причин та закономірностей стилю стосунків нарцисичного партнера, розумінні того, що причина проблем у стосунках саме в нарцисі, а не в іншому партнері. Нарешті, розумінні того, що ідеальний початок не має і не буде мати продовження, а попереду очікує лише деградація стосунків. Зазвичай рекомендують уникати стосунків із нарцисом, а якщо такі виникли – якнайшвидше та повністю їх залишати.

Тим, хто вирішив не цуратись романтичних стосунків із нарцисом, рекомендують не очікувати від нього розуміння та підтримки, не будувати планів та не розраховувати на партнера, не прив'язуватись, отримувати задоволення від поточного моменту та бути готовими у будь-який момент вийти із стосунків. Звертаємо увагу, що така поведінка значною мірою збігається зі стилем романтичних стосунків самого нарциса.

Тим, хто глибоко залучився до стосунків із нарцисом та отримав як їх цілком очікуваний наслідок зрозумілі емоційні травми, може знадобитися психотерапія.

Висновки

Романтичні стосунки є чи не найбільш підходящою сферою реалізації нарцисичних прагнень. Ймовірно, такий спосіб нарцисичного самоствердження обирають особи з відповідним потенціалом: привабливістю, шармом, сексуально закличною поведінкою. З цим потенціалом та виробленими маніпулятивними вміннями та сценаріями у романтичних стосунках відносно легко досягти ідеалізації з боку партнера, його емоційної залежності та влади над ним. Такі перспективи створюють сподівання на перетворення власного життя через наповнення себе любов'ю партнера, що має компенсувати дитячі емоційні травми та підкріпити вкрай завищену, але крихку самооцінку нарциса. В ініціації та на початковій фазі стосунків нарциси надзвичайно успішні, створюють у партнерів враження ідеального кохання. Однак, зазнають великих

проблем на подальших етапах розвитку стосунків, оскільки категорично не готові будувати партнерство, завжди залишаються відкритими для нових стосунків. Коли вже не вдається підвищувати градус захоплення собою з боку партнера, переходять до стратегії суперництва. Через застосування різних форм аб'юзу, експлуатації, невірності нарцис самостверджується, відчуваючи владу над партнером та його емоційну залежність. Зазначене спричиняє емоційні травми у партнера, який з часом також починає проявляти відкидання та уникнення щодо нарциса. Наслідками для нарциса є зниження якості життя, задоволеності стосунками та переживання самотності. Але, оскільки нарцисизм значною мірою обумовлений генетично, історією значущих стосунків у дитинстві та забезпечує частково успішну адаптацію, перспективи зміни через психотерапію нарцисичного стилю романтичних стосунків песимістичні. Проте психологічна допомога потрібна та ефективна для романтичного партнера нарциса.

Перспективи подальших досліджень пов'язані із розробкою засобів психологічної допомоги особам, що знаходяться у романтичних стосунках з нарцисом або виходять із них.

Декларація про конфлікт інтересів. Автор заявляє про відсутність потенційного конфлікту інтересів стосовно дослідження, авторства та / або публікації цієї статті.

Список використаних джерел / References

Bonfá-Araujo, B., Lima-Costa, A. R., Hauck-Filho, N., & Jonason, P. K. (2022). Considering Sadism in the Shadow of the Dark Triad Traits: A Meta-Analytic Review of the Dark Tetrad. *Personality and Individual Differences*, 197, 1–12. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111767>

Cai, H., & Luo, Y. L. L. (2018). Distinguishing Between Adaptive and Maladaptive Narcissism. In A. D. Hermann, A. B. Brunell, & J. D. Foster (Eds.), *Handbook of Trait Narcissism* (p. 97–104). Springer Cham. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-92171-6>

Casale, S., & Banchi, V. (2020). Narcissism and Problematic Social Media Use: A Systematic Literature Review. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 1–10. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100252>

Crowe, M. L., Lynam, D. R., Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2019). Exploring the Structure of Narcissism: Toward an Integrated Solution. *Journal of Personality*, 87(6), 1151–1169. DOI: <https://doi.org/10.1111/jopy.12464>

Czarna, A. Z., Śmieja, M., Wider, M., Dufner, M., Sedikides, C. (2022). Narcissism and Partner-Enhancement at Different Relationship Stages. *Journal of Research in Personality*, 98(6), 1–9. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104212>

Czarna, A. Z., Zajenkowski, M., & Dufner, M. (2018). How Does It Feel to Be a Narcissist? Narcissism and Emotions. In A. D. Hermann, A. B. Brunell, & J. D. Foster (Eds.), *Handbook of Trait Narcissism* (p. 255–263). Springer Cham. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-92171-6>

Day, N. J. S., Townsend, M. L., & Grenyer, B. F. S. (2022a). Pathological Narcissism: An Analysis of Interpersonal Dysfunction within Intimate Relationships. *Personality and Mental Health, 16*(3), 204–216. DOI: <https://doi.org/10.1002/pmh.1532>

Day, N. J. S., Townsend, M. L., & Grenyer, B. F. S. (2022b). Living with Pathological Narcissism: Core Conflictual Relational Themes within Intimate Relationships. *BMC Psychiatry, 22*(1), 1–11. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03660-x>

Dinić, B. M., & Jovanović, A. (2021). Shades of Narcissistic Love: Relations Between Narcissism Dimensions and Love Styles. *Personality and Individual Differences, 175*(6), 1–4. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110707>

Ellison, W. D., Acuff, M. C., Kealy, D., Joyce, A. S., & Ogrodniczuk, J. S. (2020). Narcissism and Quality of Life: The Mediating Role of Relationship Patterns. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 208*(8), 613–618. DOI: <https://doi.org/10.1097/nmd.0000000000001170>

Foster, J. D., & Twenge, J. M. (2011). Narcissism and Relationships: From Light to Dark. In W. R. Cupach, & B. H. Spitzberg (Eds.), *The dark side of close relationships II* (p. 381–407). Routledge/Taylor & Francis Group. DOI: <https://doi.org/10.4324/9780203874370>

Green, A., MacLean, R., & Charles, K. (2022). Female Narcissism: Assessment, Aetiology, and Behavioural Manifestations. *Psychological Reports, 125*(6), 2833–2864. DOI: <https://doi.org/10.1177/00332941211027322>

Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, M. B., Harms, P. D., Robins, R. W., et al. (2015). Gender Differences in Narcissism: A Meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin, 141*(2), 261–310. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0038231>

Hart, W., Tortoriello, G. K., Richardson, K., & Adams, J. (2018). «S/he's Taken»: Effects of Grandiose and Vulnerable Narcissism on Responses to Relationship Threats From Rivals. *Journal of Individual Differences, 39*(4), 212–219. DOI: <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000266>

Holtzman, N. S., & Strube, M. J. (2010). Narcissism and Attractiveness. *Journal of Research in Personality, 44*(1), 133–136. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.10.004>

Kampe, L., Bohn, J., Remmers, C., & Hörz-Sagstetter, S. (2021). It's Not That Great Anymore: The Central Role of Defense Mechanisms in Grandiose and Vulnerable Narcissism. *Frontiers in Psychiatry, 12*, 1–14. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.661948>

Luo, Y. L. L., & Cai, H. (2018). The Etiology of Narcissism: A Review of Behavioral Genetic Studies. In A. D. Hermann, A. B. Brunell, & J. D. Foster (Eds.), *Handbook of Trait Narcissism* (p. 149–156). Springer Cham. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-92171-6>

Luo, Y. L. L., Kovas, Y., Wang, L., Stalikas, A., Kyriazos, T. A., Gianniou, F.-M., et al. (2022). Sex Differences in the Dark Triad are Sensitive to Socioeconomic Conditions: the Adaptive Value of Narcissism in the UK, Greece, and China. *Current Psychology, 42*(1), 1–13. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03302-9>

MacDonald, K. B., & Schermer, J. A. (2023). Loneliness and Narcissism. *Current Research in Behavioral Sciences, 5*(1), 1–8. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2023.100127>

March, E., Kay, C. S., Dinić, B. M., Wagstaff, D., Grabovac, B., & Jonason P. K. (2023). «It's All in Your Head»: Personality Traits and Gaslighting Tactics in Intimate Relationships. *Journal of Family Violence, June*. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10896-023-00582-y>

McCain, J. L., & Campbell, W. K. (2018). Narcissism and Social Media Use: A Meta-analytic Review. *Psychology of Popular Media Culture, 7*(3), 308–327. DOI: <https://doi.org/10.1037/ppm0000137>

McNulty, J. K., & Widman, L. (2014). Sexual Narcissism and Infidelity in Early Marriage. *Archives of Sexual Behavior, 43*(7), 1315–1325. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s10508-014-0282-6>

Oswald, F., Khera, D., Walton, K. A., & Pedersen, C. L. (2021). Blatant Sexual Deception: Content, Individual Differences, and Implications. *Personality and Individual Differences*, 183(1). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111118>

Pilch, I., & Smolorz, K. (2019). The Dark Triad and the Quality of Sexual Life. *Personality and Individual Differences*, 149, 78–82. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2019.05.041>

Rohmann, E., Bierhoff, H.-W., & Schmohr, M. (2011). Narcissism and Perceived Inequity in Attractiveness in Romantic Relationships. *European Psychologist*, 16(4), 295–302. DOI: <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000025>

Seidman, G. (2016). Narcissism, Intrinsic and Extrinsic Romantic Ideals, and Relationship Satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(8), 1018–1030. DOI: <https://doi.org/10.1177/0265407515615693>

Vrabel, J. K., Zeigler-Hill, V., Lehtman, M., & Hernandez, K. (2020). Narcissism and Perceived Power in Romantic Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 124–142. DOI: <https://doi.org/10.1177/0265407519858685>

Wurst, S. N., Gerlach, T. M., Dufner, M., Rauthmann, J. F., Grosz, M. P., Küfner, A. C. P., et al. (2017). Narcissism and Romantic Relationships: The Differential Impact of Narcissistic Admiration and Rivalry. *Journal of Personality and Social Psychology*, 112(2), 280–306. DOI: <https://doi.org/10.1037/pspp0000113>

Abstract

Korolov D. K.,

PhD (Candidate of Psychological Sciences),

Associate Professor (docent)

Social Psychology Department

Taras Shevchenko National University of Kyiv

E-mail: assessment@i.ua

THE DARK SIDE OF PERFECT LOVE: A ROMANTIC RELATIONSHIP WITH A NARCISSIST

Using traditional clinical approaches and the results of extensive statistical researches of recent years, the author comprehensively analyzed the development and the functioning of a romantic relationship with a narcissist. Love is one of the most popular means providing narcissistic aspirations. Probably, this way is chosen by individuals with the appropriate potential (attractiveness, charm, sexually inviting behavior) to satisfy their own narcissism. It is relatively easy to achieve an idealization from a romantic partner, her/his emotional dependence and power over him/her. Such perspectives create hope for a narcissist to transform his/her life by filling him/herself with the love of the partner, which

should compensate childhood emotional traumas and reinforce the narcissist's extremely inflated but fragile self-esteem. Narcissists are extremely successful in the relationship initiation and its initial phase, creating an impression of ideal love. However, they experience significant problems in the later stages of relationship development. They do not want to build a partnership at all, always remain opened to new relationships. When it is no longer possible to increase admiration by his/her partner, they switch to the strategy of rivalry. Through the use of various forms of abuse, exploitation and infidelity, the narcissist strengthens his/her self-esteem, feeling power over his/her partner and her/his emotional dependence. This causes the partner's emotional injuries, who over time also begins to reject and avoid the narcissist. The consequences for the narcissist are: reduced quality of life, low relationship satisfaction and feelings of loneliness. But since narcissism is largely determined genetically, by a history of significant relationships in childhood and provides partially successful adaptation, the prospects for changing the narcissistic style of romantic relationships through psychotherapy are pessimistic. However, psychological help is necessary and effective for a narcissist's romantic partner.

Key words: *personality, personality traits, narcissism, romantic relationships, love, emotional difficulties, personality disorder, psychological help.*

Отримано – 15 лютого 2023

Рецензовано – 17 лютого 2023

Прийнято – 21 лютого 2023

Received – February 15, 2023

Revision – February 17, 2023

Accepted – February 21, 2023