

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ,
ПСИХОЛОГІЇ ТА БЕЗПЕКИ**

Кафедра практичної психології

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ НАРЦИСИЧНОЇ ОСОБИСТОСТІ

кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти
другого (магістерського)
рівня вищої освіти
заочної форми здобуття освіти
спеціальності 053 «Психологія»
Володимира ДАЦКО

Науковий керівник
Доцент кафедри практичної
психології,
кандидат психологічних наук
Петро КОЗИРА

Рецензент
Доцент кафедри загальної та
соціальної психології,
кандидат психологічних наук
Ольга УГРИН

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

_____ 2026 р., протокол № _____
завідувач кафедри практичної психології
кандидат психологічних наук, доцент

_____ **Галина ОДИНЦОВА**

Львів-2026

АНОТАЦІЯ

Дацко В. Психологічний портрет нарцисичної особистості

У магістерській роботі досліджено психологічні особливості нарцисичної особистості у дорослому віці. Проаналізовано основні теоретичні підходи до розуміння феномену нарцисизму в сучасній психології; розкрито зміст, структуру та специфіку проявів явного і вразливого (прихованого) нарцисизму. Проведено емпіричне дослідження з метою виявлення взаємозв'язків між рівнем нарцисичних проявів, показниками самооцінки та особливостями емоційної сфери дорослих осіб. Отримані результати дозволили охарактеризувати психологічний портрет нарцисичної особистості, визначити особливості самооцінки та емоційної регуляції, а також окреслити вікові й статеві тенденції прояву нарцисизму. На основі результатів дослідження розроблено програму психологічної підтримки рекомендаційного характеру та сформульовано практичні рекомендації для психологічного консультування осіб з нарцисичними рисами. Наукова новизна роботи полягає в інтегративному аналізі явного і вразливого нарцисизму у взаємозв'язку з самооцінкою та емоційною сферою особистості з урахуванням сучасного соціокультурного контексту.

Ключові слова: нарцисизм, нарцисична особистість, психологічний портрет, вразливий нарцисизм, явний нарцисизм, самооцінка, емоційна сфера, емоційна регуляція, дорослий вік, психологічна підтримка.

ABSTRACT

Datsko V. Psychological portrait of a narcissistic personality

The master's thesis examines the psychological characteristics of a narcissistic personality in adulthood. The main theoretical approaches to understanding narcissism in modern psychology are analyzed; the content, structure, and specific manifestations of grandiose and vulnerable (covert) narcissism are explored. An empirical study was conducted to identify the relationships between narcissistic traits, self-esteem indicators, and emotional sphere characteristics of adults. The obtained results made it possible to outline the psychological portrait of a narcissistic personality, determine the features of self-esteem and emotional regulation, and identify age- and gender-related tendencies in narcissistic manifestations. Based on the research findings, a recommendation-based psychological support program was developed, and practical guidelines for psychological counseling of individuals with narcissistic traits were formulated. The scientific novelty of the study lies in an integrative analysis of grandiose and vulnerable narcissism in relation to self-esteem and emotional functioning, taking into account the contemporary sociocultural context.

Key words: narcissism, narcissistic personality, psychological portrait, vulnerable narcissism, grandiose narcissism, self-esteem, emotional sphere, emotional regulation, adulthood, psychological support.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЧНОЇ ОСОБИСТОСТІ	9
1.1. Концептуальні підходи до розуміння нарцисизму в сучасній психології.....	9
1.2. Психологічні чинники формування нарцисичної особистості в дорослому віці.....	15
1.3. Прояви та особливості функціонування нарцисичної особистості в осіб дорослого віку.....	18
Висновки до першого розділу.....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НАРЦИСИЧНИХ ПРОЯВІВ ОСОБИСТОСТІ	23
2.1. Характеристика методів та вибірки дослідження.....	23
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	29
Висновки до другого розділу.....	46
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО РОБОТИ З ОСОБИСТІСТЮ З НАРЦИСИЧНИМИ РИСАМИ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ	49
3.1. Психологічні особливості нарцисичних проявів у дорослих осіб за результатами емпіричного дослідження.....	49
3.2. Обґрунтування програми психологічної підтримки дорослих з нарцисичними проявами.....	51
3.3. Умови реалізації та очікувані психологічні ефекти програми психологічної допомоги.....	53
Висновки до третього розділу.....	54
ВИСНОВКИ	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	58
ДОДАТКИ	65

ВСТУП

Актуальність дослідження. Нарцисичні риси та їх прояви у дорослому віці залишаються однією з найбільш дискусійних і водночас практично значущих проблем сучасної психології. Соціокультурні трансформації, зростання індивідуалістичних цінностей, домінування самопрезентаційних практик у цифровому середовищі та високі вимоги до професійного й особистісного успіху сприяють актуалізації нарцисичних стратегій саморегуляції. У наукових джерелах підкреслюється, що саме дорослий період життя є критичним для стабілізації особистісних патернів, оскільки цей етап пов'язаний зі складними внутрішніми конфліктами, переоцінкою життєвих досягнень, переглядом соціальних ролей і стосунків. Це робить групу осіб дорослого віку особливо чутливою до проявів як грандіозного, так і вразливого нарцисизму.

У межах даного дослідження дорослий вік розглядається у широкому психологічному значенні, що охоплює період ранньої та середньої дорослості. Водночас емпіричне дослідження зосереджене на вибірці осіб віком від 18 до 45 років, що є релевантним для аналізу структурних і функціональних особливостей нарцисичної особистості.

Сучасні дослідження [3; 9; 11] демонструють, що нарцисична особистість у дорослому віці характеризується складною системою психологічної саморегуляції, де прагнення до визнання поєднується з високою чутливістю до критики та залежністю від зовнішньої оцінки. Водночас дані міжнародних робіт [33; 34; 38; 42] свідчать про зростання ролі міжособистісних і мотиваційних чинників [30] у формуванні патологічних та непатологічних форм нарцисизму. Це визначає потребу в поглиблених дослідженнях, які враховують як соціокультурний контекст, так і вікову специфіку дорослої особистості.

Актуальність теми також посилюється тим, що у вітчизняній науковій традиції недостатньо робіт, присвячених комплексному психологічному портрету нарцисичної особистості саме серед дорослих осіб. Більшість

сучасних досліджень стосується молоді або неклінічних студентських вибірок, що створює наукову нішу для вивчення особливостей прояву нарцисизму у дорослому віці, його зв'язку з мотиваційною, емоційною та поведінковою сферами, а також умов формування продуктивних моделей функціонування особистості.

Об'єкт дослідження: нарцисичні прояви особистості.

Предмет дослідження: психологічні особливості нарцисичних проявів особистості в дорослому віці.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості проявів нарцисизму у дорослому віці, а також на основі отриманих результатів розробити рекомендації психологічного характеру щодо роботи з особами з нарцисичними рисами.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасні теоретичні підходи до розуміння феномену нарцисизму та нарцисичної особистості у психології.
2. Визначити психологічні чинники формування та особливості функціонування нарцисичної особистості у дорослому віці.
3. Емпірично дослідити психологічні особливості проявів нарцисизму особистості у вибірці осіб віком від 18 до 45 років.
4. На основі результатів емпіричного дослідження розробити психологічні рекомендації щодо роботи з особистістю з нарцисичними рисами у дорослому віці.

Реалізація поставлених завдань забезпечила логічну послідовність дослідження та відповідність між теоретичним аналізом, емпіричними результатами й практичними рекомендаціями.

Гіпотеза дослідження: ймовірно, що у дорослих осіб нарцисичні прояви мають диференційовану структурну організацію, представлену поєднанням явного та вразливого нарцисизму, які по-різному взаємопов'язані з рівнем самооцінки.

Теоретико-методологічна основа дослідження: робота спирається на сучасні підходи до вивчення нарцисизму й нарцисичного розладу особистості, зокрема: концепції Г. Кохута та О. Кернберга [15]; дослідження грандіозного та вразливого нарцисизму N. Mahadevan [38], I. Weinberg & E. Ronningstam [42]; українські та міжнародні емпіричні дослідження Г. Васильєва [3], М. Клименко [11], Ю. Кашпур & Я. Молочко [9], Н. Пилат, О. Сенік, І. Кривенко-Горбаль [20], Г. Католик, З. Живко, Г. Одинцова [8], S. Coleman et al., [32], N. Day et al., [33]. У теоретичному аналізі також використано наукові праці Н. Баранової [1], Н. Загрудної [7], Н. Меленчук і А. Шудри [14], Н. Сенюка [24] та інших дослідників, які вивчають детермінацію й прояви нарцисичних рис.

Методи та методики дослідження:

- **теоретичні методи:** аналіз, синтез, узагальнення, систематизація наукових джерел;
- **емпіричні методи:** для вивчення рівня нарцисизму було використано низку наступних психодіагностичних методик:
 - опитувальник особистісного нарцисизму (NPI-16) (адапт. Н. Пилат, О. Сенік, І. Кривенко) [40];
 - шкала сенситивного нарцисизму (HSNS) (адапт. І. Кривенко, Н. Пилат, О. Сенік) [13];
 - шкала самооцінки М. Розенберга (RSES) [29].

методи обробки даних: описова статистика, кореляційний аналіз, порівняльний аналіз.

Вибірка дослідження: у дослідженні брали участь дорослі особи віком від 18 до 45 років. Вибірку сформовано за принципом добровільної участі; вона є репрезентативною за статтю, рівнем освіти та соціальним статусом. Загальна кількість учасників 88 осіб.

Наукова новизна дослідження:

- уперше здійснено комплексний аналіз психологічних характеристик нарцисичної особистості дорослих у контексті сучасних теоретичних моделей;
- окреслено структурні компоненти нарцисичних проявів у дорослому віці;
- визначено специфічні взаємозв'язки між нарцисизмом та психологічними параметрами функціонування особистості;
- поглиблено розуміння ролі соціокультурних та вікових чинників у формуванні нарцисичної саморегуляції.

Теоретичне значення дослідження: результати уточнюють теоретичні уявлення про структуру й динаміку нарцисичних рис у дорослому віці, розширюють концептуальне розуміння взаємодії мотиваційних, емоційних та міжособистісних механізмів нарцисичного функціонування.

Практичне значення дослідження: на основі отриманих емпіричних даних можуть бути розроблені рекомендації для практичних психологів, консультантів і психотерапевтів щодо супроводу осіб із нарцисичними проявами; результати можуть бути використані в освітніх програмах, тренінгових системах та програмах особистісного розвитку дорослих.

Надійність і вірогідність дослідження забезпечено: використанням валідних психодіагностичних методик, репрезентативною вибіркою дорослих, дотриманням вимог до статистичної обробки даних та відповідністю методологічних процедур меті й завданням дослідження.

Структура дослідження: магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів (теоретичного, емпіричного та практичного), висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел, який налічує 42 сучасних джерела і додатку (Програма психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними проявами). Загальний обсяг становить 66 сторінок. Робота містить 6 таблиць та 5 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРЦИСИЧНОЇ ОСОБИСТОСТІ

Проблематика нарцисизму посідає особливе місце у сучасній психологічній науці, оскільки виявляє багатовимірний характер та поєднує як особистісні, так і соціокультурні чинники. Зростання індивідуалізму, інтенсивний розвиток цифрової комунікації, зміна форм соціальної взаємодії та самопрезентації актуалізують питання психологічного портрета дорослої нарцисичної особистості. У науковому дискурсі спостерігається тенденція до інтеграції психодинамічних, когнітивно-поведінкових, гуманістичних і соціально-психологічних підходів, що дозволяє глибше розкрити природу нарцисичної структури характеру, її механізми та динаміку упродовж життя.

Для дорослого віку, характерна стабілізація базових рис особистості, формування професійної ідентичності, а також переосмислення соціальних ролей. Саме тому дослідження нарцисичних проявів у цьому віці дає змогу відстежити сталі механізми саморегуляції, міжособистісної взаємодії та особливості функціонування особистості в умовах соціальних викликів.

У межах теоретичного аналізу першого розділу нарцисична особистість розглядається у широкому контексті дорослого віку, який у сучасній психології охоплює період від ранньої до середньої дорослості. Водночас емпіричне дослідження зосереджене на вибірці осіб віком 18-45 років, що відповідає етапу ранньої та початкової середньої дорослості.

1.1. Концептуальні підходи до розуміння нарцисизму в сучасній психології

У сучасній психологічній науці феномен нарцисизму розглядається в межах різних теоретичних підходів, що охоплюють як клінічні, так і неклінічні форми його прояву. Особливу увагу дослідників привертає аналіз

нарцисичних рис у дорослому віці, зокрема на етапах ранньої та середньої дорослості, коли відбувається відносна стабілізація особистісної структури, формування стійких моделей саморегуляції та закріплення соціальних і професійних ролей. Саме в цей період нарцисичні прояви набувають більш вираженого функціонального характеру та починають істотно впливати на міжособистісну взаємодію й психологічне благополуччя особистості.

У межах дорослого віку, зокрема ранньої та середньої дорослості, відбувається стабілізація особистісних структур, що зумовлює доцільність аналізу нарцисичних проявів саме на цьому етапі життєвого розвитку [41].

По-перше, сучасні концепції розвитку дорослої особистості виділяють проміжки, у яких відбувається перехід від формування соціальних ролей і ідентичності до їхнього закріплення й осмислення, саме цей час охоплює рубіж між ранньою і середньою дорослістю [35].

По-друге, емпіричні та теоретичні огляди середньої дорослості підкреслюють, що у цьому віці особистість поєднує відносну стабільність рис (які дають змогу виявляти стійкі нарцисичні патерни) і активну рефлексію життєвих ролей (професійних, сімейних, соціальних), що робить цей період оптимальним для дослідження як консолідованих, так і трансформованих проявів нарцисизму. Це положення підкріплюють огляди про «середній вік» [37], як поворотний етап із характерними завданнями генеративності, стабілізації ролей і переосмисленням самооцінки [36].

По-третє, концепції «встановлена дорослість» (18-45 років) [39] та ширші межі середньої дорослості пояснюють, чому означені роки охоплюють критичні вікові й соціальні події (укріплення кар'єри, формування/реорганізація сім'ї, відповідальність за інших), що значно впливають на спосіб самопрезентації та на механізми саморегуляції, а отже є важливими для вивчення нарцисичних стратегій, які можуть бути як адаптивними, так і дезадаптивними.

Відтак, методологічний аргумент: аналізована група забезпечує достатній «віковий період», тобто особистість уже має сформовані життєві сценарії й

стійкі риси, але ще рідко підпадає під вплив явищ пізньої дорослості (старіння, великих фізичних змін), які можуть ускладнювати інтерпретацію психологічних проявів як суто нарцисичних або як наслідків вікових змін [36]. Наголосимо, що це зробить інтерпретацію результатів емпіричного дослідження більш однозначною.

Серед українських підходів до вікової психології існує усталена традиція виокремлення стадій дорослого віку, серед яких особливої уваги заслуговує так званий «середній дорослий вік», це період приблизно від 40-60 років, коли особистість досягає стабільності у самоідентичності, соціальних ролях, професійному становленні й міжособистісній поведінці [6]. Водночас ширша вікова рамка концепцій дорослості охоплює інтервал приблизно від 30 й до 60 років як проміжок, у якому завершується формування Я-концепції та закріплюються ключові стилі саморегуляції, самопрезентації, професійної й соціальної активності [22].

Тому вибір вікового періоду у нашому дослідженні цілком відповідає як українським, так і міжнародним моделям вікової періодизації: він охоплює перехід від ранньої дорослості до стабільної зрілості, коли більшість індивідів вже мають усталені життєві ролі, але ще не перебувають у фазі вікових змін, характерних для пізньої дорослості або старіння. Така вікова межа дає змогу спостерігати сформовані, але ще гнучкі, психологічні структури, що є особливо цінним для дослідження нарцисичних рис, їх стабільності або змін.

Представлені далі наукові підходи українських і зарубіжних дослідників дозволяють обґрунтувати теоретико-методологічну базу для подальшого аналізу психологічного портрета нарцисичної особистості в дорослому віці.

Концептуальні орієнтири сучасного розуміння нарцисизму в Україні ґрунтуються на роботах Н. Баранової [1], яка розглядає нарцисичний розлад як комплекс когнітивно-емоційних та поведінкових особливостей, що проявляються у стійкій потребі самозвеличення, пошуку захоплення та низькій толерантності до критики. Дослідниця наголошує, що в дорослому віці такі прояви часто маскуються під соціально прийнятні форми самопрезентації,

що ускладнює їх ідентифікацію. Тому теоретичний аналіз нарцисичних тенденцій у людей дорослого віку потребує врахування як зовнішніх, так і прихованих уявлень особистості про власну унікальність.

У дослідженні Я. Бикової [2] представлено клінічний та соціокультурний підхід до розуміння нарцисизму, де підкреслюється взаємодія внутрішніх психологічних структур із культурними сценаріями успіху та визнання. Авторка зазначає, що у дорослих індивідів нарцисизм може виконувати компенсаторну функцію: слугувати захистом від переживань внутрішньої порожнечі або невпевненості. Таким чином, у сучасній психології нарцисизм розглядається не лише як патологія, але і як спосіб адаптації, який стає особливо помітним у період стабілізації соціальних ролей.

Значний внесок у сучасну концептуалізацію нарцисизму зробила Г. Васильєва [3], яка пов'язує нарцисичні прояви з сепараційною тривогою та недостатньою сформованістю автономії. Вона звертає увагу, що у дорослому віці нарцисична особистість часто демонструє амбівалентність між прагненням до незалежності та залежністю від зовнішнього схвалення. Цей підхід посилює розуміння внутрішнього конфлікту, який стає основою багатьох дезадаптивних форм поведінки дорослого нарциса.

У роботі Н. Загрудної [7] акцент зроблено на психологічних чинниках становлення нарцисичного компоненту особистості, серед яких провідне місце займають порушені ранні прив'язаності, деформація образу «Я» та дефіцит емоційної підтримки. Авторка підкреслює, що у дорослому віці такі особи можуть демонструвати високий рівень самооцінки назовні, але внутрішньо залишаються вразливими та залежними від зовнішніх оцінок. Цей підхід дозволяє глибше зрозуміти динаміку розвитку нарцисичних патернів у людей дорослого віку.

Важливий соціально-психологічний аспект представлено у праці Ю. Кашпур та Я. Молочка [9], де нарцисичну спрямованість розглядають як чинник соціальної успішності. Автори доводять, що певні нарцисичні риси можуть сприяти професійній реалізації дорослої особистості, оскільки

пов'язані з амбітністю, упевненістю й активною самопрезентацією. Проте у дорослому віці такі риси можуть як сприяти кар'єрному просуванню, так і створювати складнощі у міжособистісних стосунках через домінантність та низьку емпатійність.

Психологічні детермінанти нарцисичного розвитку також висвітлює М. Кирницька [10], яка наголошує на впливі соціального середовища, домінуючих культурних норм та індивідуальних особистісних характеристик. Згідно з її підходом, у дорослих нарцисизм часто стає результатом тривалого взаємопідкріплення між особистісними очікуваннями та соціальними стимулами, що сприяють підтриманню високої значущості Я. Таким чином, розуміння нарцисичної особистості дорослого віку потребує комплексного аналізу середовищних і внутрішніх чинників.

Особливо важливим для аналізу дорослих осіб є підхід М. Клименко [11], яка розглядає нарцисичну саморегуляцію як механізм підтримання стабільності особистісної ідентичності. У її концепції нарцисизм виконує функцію контролю над емоційними станами, допомагаючи компенсувати відчуття недостатності або загрози самоповаги. Саме у дорослому віці цей механізм стає більш фіксованим, що дозволяє чітко окреслити структурні елементи нарцисичного портрета особистості.

Дослідження К. Справцевої [25] доповнює сучасну картину розуміння нарцисизму з позиції самопрезентації, яка для дорослих із нарцисичними рисами стає інструментом соціального контролю та підтримки бажаного іміджу. Авторка підкреслює, що особи дорослого віку частіше використовують стратегічні моделі поведінки для формування враження, що відповідає їх ідеалізованому образу «Я». Цей підхід допомагає пояснити, чому нарцисична поведінка у дорослому віці може бути менш очевидною, але більш цілеспрямованою та контрольованою.

Суттєвий внесок у концептуальне осмислення нарцисизму у міжособистісних стосунках подають Н. Пилат, О. Сенік та І. Кривенко-Горбаль [20], які досліджують психологічні індикатори нарцисизму за

допомогою адаптованих шкал. Вони підкреслюють, що у дорослому віці нарцисизм виявляється передусім у сфері інтимних стосунків, де стають помітними такі ознаки, як емоційна експлуатація, уникнення вразливості та потреба у домінуванні [17]. Цей емпіричний підхід підсилює розуміння міжособистісних труднощів нарцисичної особистості у дорослому віці.

Окремим напрямом є психодинамічні моделі, представлені у публікаціях про підходи Г. Кохута та О. Кернберга [15]. У цих концепціях нарцисизм пов'язують із порушеннями розвитку Я-структури, де у дорослому віці формуються або грандіозні, або вразливі прояви самості. Згідно з такими моделями, доросла нарцисична особистість характеризується нестабільністю самооцінки, труднощами у формуванні емоційної близькості та використанням захисних механізмів для підтримки позитивного образу «Я». Таким чином, психодинамічний підхід залишається базовим для пояснення внутрішніх конфліктів нарциса у дорослому віці.

Отже, сучасні концептуальні підходи до розуміння нарцисизму охоплюють клінічні, психодинамічні, соціокультурні та особистісно-орієнтовані моделі, що дозволяє комплексно описати психологічний портрет нарцисичної особистості. Більшість дослідників, зокрема Н. Баранова [1], Я. Бикова [2], М. Клименко [11], Н. Загрудна [7], Ю. Кашпур [9], та ін., наголошують, що у дорослому віці нарцисичні риси набувають більшої структурної стабільності, стають інтегрованими у поведінкові патерни та впливають на професійну, особисту й соціальну сфери життя.

Узагальнення представлених концепцій створює теоретичне підґрунтя для подальшого формування психологічного портрета дорослої нарцисичної особистості та визначення ключових параметрів її емпіричного дослідження. Водночас для повного розуміння специфіки нарцисичної особистості у дорослому віці необхідно звернутися до аналізу психологічних чинників, що визначають особливості її формування та подальшої динаміки, що й становить зміст наступного підрозділу.

1.2. Психологічні чинники формування нарцисичної особистості в дорослому віці

Формування нарцисичної особистості у дорослому віці зумовлюється комплексною взаємодією внутрішніх психологічних та зовнішніх соціокультурних чинників. У періоді ранньої та середньої дорослості особистість стикається з підвищеними вимогами до самореалізації, професійної компетентності та відповідності соціальним очікуванням, що актуалізує нарцисичні механізми самопідтримки. За умов нестійкої самооцінки або дефіциту емоційної підтримки такі механізми можуть набувати компенсаторного характеру, посилюючи як грандіозні, так і вразливі форми нарцисизму.

Одним із ключових чинників розвитку нарцисичних патернів після досягнення дорослості є *ранній травматичний досвід*, який, за даними Н. Загрудної [7], спричиняє деформацію базової структури «Я» та порушення механізмів емоційної підтримки. Вона зазначає, що нерозв'язані дитячі переживання відкинутості або нестабільної прив'язаності призводять до формування компенсаторних моделей поведінки, які у дорослому віці стають консолідованими рисами характеру. Таким чином, травма виконує роль першопричини, що визначає подальшу динаміку нарцисичної особистості.

Важливим аспектом раннього травмування є наявність *сепараційної тривоги*, яку детально описує Г. Васильєва [3]. На її думку, особи з нерозв'язаними сепараційними переживаннями демонструють одночасне прагнення до автономії та глибоку залежність від зовнішнього схвалення. У дорослому віці це проявляється у контрасті між зовнішнім самовпевненим образом і внутрішньою вразливістю, що стає фундаментальним компонентом нарцисичної структури.

Ключову роль у становленні нарцисизму відіграє *позиція сімейної системи*, на яку звертає увагу Н. Баранова [1]. Вона наголошує, що гіперінвестованість батьків, надмірні очікування або емоційна нестабільність у сім'ї формують у дитини переконання про необхідність постійного

самоствердження. На етапі ранньої та середньої дорослості ці моделі породжують риси грандіозності або, навпаки, прихованої нарцисичної вразливості, яка компенсується демонстративною поведінкою.

Сімейна динаміка також впливає на формування специфічних когнітивних схем, про що пише М. Кирницька [10]. Авторка зазначає, що у дисфункційних сім'ях створюються умови для розвитку переконань про власну унікальність як обов'язкову умову прийняття. У дорослому житті такі особи прагнуть підтвердження своєї цінності через соціальне середовище, що посилює нарцисичні тенденції у взаємодії з іншими.

Важливою умовою становлення нарцисичної особистості є механізми *саморегуляції*, які, за даними М. Клименко [11], забезпечують підтримання стабільності образу «Я». Дорослі особи з нарцисичними рисами використовують специфічні стратегії: уникання вразливості, знецінення інших, підкріплення грандіозних уявлень, для збереження внутрішньої рівноваги. Ці механізми стають більш автоматизованими у дорослому віці, що ускладнює їх модифікацію без психотерапевтичного втручання.

Формування нарцисичних рис у дорослому віці тісно пов'язане із соціокультурними впливами, які описує Я. Бикова [2]. У її дослідженні підкреслюється, що культура досягнень, змагання та постійного самопокращення створює зовнішній тиск на особистість, стимулюючи розвиток нарцисичних форм поведінки. Для людей, на етапі ранньої та середньої дорослості, це особливо актуально, оскільки саме в цей період соціум очікує професійної стабільності, успіху та визначеної самопрезентації.

Соціальне підкріплення нарцисичної поведінки також розкривають Ю. Кашпур і Я. Молочко [9], які вказують на взаємозв'язок між нарцисичними рисами та професійною успішністю. На їхню думку, у сучасному соціальному просторі амбіційність, домінантність і орієнтація на визнання часто винагороджуються, формуючи позитивний зворотний зв'язок, що закріплює нарцисичні патерни у дорослому віці.

Окрему увагу надають психологічним індикаторам нарцисизму у міжособистісній взаємодії Н. Пилат, О. Сеник та І. Кривенко-Горбаль [20]. Вони зазначають, що у дорослому віці нарцисичні тенденції проявляються, передусім, через експлуатацію емоційного ресурсу інших, уникнення глибокої близькості та прагнення контролю. Такі форми поведінки поглиблюють внутрішню тривогу особистості, водночас дозволяючи зберегти ілюзію самодостатності.

Поведінковий аспект нарцисичного розвитку висвітлює О. Справцева [25], акцентуючи на стратегічних моделях самопрезентації, які дорослі нарциси використовують для підтримання бажаного іміджу. Після входження у стабільні соціальні ролі такі особистості демонструють високу соціальну пластичність, використовуючи різноманітні засоби впливу для досягнення схвалення, що поглиблює залежність від зовнішніх оцінок.

Психодинамічні моделі, що ґрунтуються на ідеях Г. Кохута та О. Кернберга [15], дозволяють пояснити, як ранні порушення емоційного розвитку набувають сталої форми у дорослому віці. Згідно з цими підходами, особа формує або грандіозний, або вразливий тип нарцисизму, залежно від способів, якими вона компенсує дефіцити самої. На етапі ранньої та середньої дорослості ці механізми стають структурно інтегрованими та впливають на всі сфери життєдіяльності.

Завершальним аспектом є інтеграція психотравматичних, соціальних і внутрішньо особистісних чинників, яку підтримують усі розглянуті автори. Взаємодія цих факторів формує у дорослої особистості цілісну нарцисичну структуру, де саморегуляція, сімейні моделі, травма та соціокультурний тиск переплітаються в єдину систему, визначаючи особливості поведінки індивіда.

Таким чином, формування нарцисичної особистості в дорослому віці є результатом тривалої взаємодії психотравматичних переживань, сепараційних труднощів, специфічної сімейної динаміки, механізмів саморегуляції та соціокультурного контексту. Дослідження українських авторів, зокрема Н. Загрудної [7], Г. Васильєвої [3], М. Клименко [11],

Я. Бикової [2], Ю. Кашпур і Я. Молочка [9], доводять, що в осіб дорослого віку нарцисичні риси стають відносно стабільними та визначають особливості міжособистісної взаємодії, самопрезентації та професійної активності. Узагальнення цих чинників дозволяє сформувати ґрунтовну теоретичну базу для подальшого аналізу психологічного портрета нарциса у дорослому віці. З огляду на це виникає необхідність детальніше розглянути, як саме окреслені чинники проявляються у повсякденному функціонуванні дорослих із нарцисичними рисами, що і є предметом аналізу наступного підрозділу.

1.3. Прояви та особливості функціонування нарцисичної особистості в осіб дорослого віку

У дорослому віці нарцисичні прояви виявляються не лише у сфері самосприйняття, а й у характері міжособистісних взаємодій, професійній діяльності та емоційній регуляції. Для осіб з вираженими нарцисичними рисами типовими є коливання між прагненням до визнання та підвищеною чутливістю до критики, що особливо помітно в умовах оцінювання, конкуренції або загрози самоцінності. Такі особливості зумовлюють специфічні моделі поведінки, які можуть мати як адаптивний, так і дезадаптивний характер.

У емоційно-вольовій сфері дорослих нарцисичних особистостей домінує нестабільність самооцінки, на що вказує Н. Загрудна [7]. Незважаючи на зовнішню впевненість, такі індивіди характеризуються високою чутливістю до критики та схильністю до афективних коливань. У дорослому віці ці реакції набувають більш різкого та швидкого характеру, оскільки соціальні обставини ставлять перед особистістю високі очікування щодо успішності та контролю над емоціями.

Поруч із цим вольова регуляція у нарцисичних осіб проявляється через прагнення до домінування та наполегливість у досягненні власних цілей. М. Клименко [11] зазначає, що у дорослому віці такі особистості демонструють значну витривалість у тих випадках, коли діяльність сприяє

підвищенню їхнього статусу або позитивній самопрезентації. Водночас вони можуть виявляти імпульсивність у ситуаціях, які загрожують їхньому образу «Я».

Особливості міжособистісних стосунків нарцисичних осіб дорослого віку набувають чіткіших форм. Г. Васильєва [3] підкреслює, що дорослі нарциси мають значні труднощі зі встановленням емоційно глибоких зв'язків через страх втрати контролю та ризик розкриття власної вразливості. Це спричиняє формування взаємин, де переважають інструментальні мотиви, прагнення до влади або потреба у підтвердженні власної значущості.

У контексті соціальної взаємодії дорослі нарциси часто використовують стратегію знецінення, яка описана М. Кирницькою [10]. Цей механізм допомагає уникнути переживань, пов'язаних із соромом чи некомпетентністю. Замість визнання власних помилок особистість схильна перекладати відповідальність на інших, що ускладнює тривалі міжособистісні контакти. У дорослому віці така стратегія стає більш помітною, оскільки соціальні ролі вимагають відповідальності та емоційної стабільності.

У сфері самопрезентації нарцисичні дорослі особи демонструють високий рівень соціальної пластичності. О. Справцева [25] зазначає, що такі індивіди володіють значним умінням адаптувати власний образ до ситуації, вибудовуючи привабливу зовнішню картинку. Це проявляється як у використанні символів статусу, так і у стратегічному управлінні власною поведінкою для отримання схвалення та визнання.

Мотиваційні патерни дорослих нарцисів пов'язані з прагненням досягнень, престижу та підвищення соціального статусу. Я. Бикова [2] підкреслює, що культура постійної конкуренції стимулює дорослих осіб з нарцисичними характеристиками до постановки завищених цілей. Однак ці мотиви часто супроводжуються страхом невдачі, який породжує уникання ситуацій, де можливі ризики втрати іміджу.

У професійній сфері нарцисична доросла особистість може проявляти як високий потенціал, так і значні труднощі. За даними Ю. Кашпур і Я. Молочка

[9], прагнення до лідерства, статусу і відповідальності дозволяє таким особам досягати успіху в конкурентних середовищах. Проте надмірна орієнтація на визнання часто призводить до конфліктності, низької толерантності до критики та труднощів у роботі в команді.

Соціальна активність нарцисичних осіб дорослого віку характеризується вибірковістю та стратегіями побудови мережевих зв'язків. Такі індивіди, як зазначає Н. Баранова [1], активно формують оточення, яке сприяє підтриманню їхньої величі. Це включає участь у професійних спільнотах, онлайн-платформах, де вони можуть отримати публічність і схвалення. Проте за відсутності уваги їхня соціальна активність може різко знижуватися.

Коморбідні прояви у дорослих нарцисичних особистостей також набувають виразності. У роботах [19; 21; 23] наголошується на високій поширеності тривожних і депресивних симптомів, які маскуються зовнішнім образом успішності. На етапі ранньої та середньої дорослості такі симптоми можуть інтенсифікуватися через збільшення життєвих вимог та внутрішній конфлікт між реальним та ідеалізованим «Я».

Серед когнітивних особливостей дорослих нарцисів можна виокремити тенденцію до ригідності мислення та переоцінки власних компетенцій. Це підтверджується концепціями Г. Кохута та О. Кернберга [15], які стверджують, що у дорослому віці нарциси зберігають фіксовані уявлення про власну унікальність, що перешкоджає гнучкому реагуванню на критику чи нові умови.

Загалом функціонування нарцисичної особистості у дорослому віці характеризується внутрішньою суперечністю між грандіозністю та вразливістю. З одного боку, такі індивіди прагнуть підтримувати високий соціальний статус і демонструвати успішність, а з іншого, приховують чутливість до невдач і критику, що визначає їхню поведінку як емоційно нестабільну та залежну від зовнішніх оцінок.

Отже, особливості функціонування нарцисичної особистості у дорослій віковій групі визначаються стабілізацією як зовнішньо демонстративних, так і

прихованих вразливих проявів [5]. Емоційно-вольова нестійкість, складності міжособистісної взаємодії, стратегічна самопрезентація, мотиваційна орієнтація на досягнення та соціальний престиж формують цілісний комплекс характеристик, описаний українськими дослідниками, зокрема Н. Загрудною [7], Г. Васильєвою [3], М. Клименко [11], О. Справцевою [25], Я. Биковою [2] та ін. Загалом ці ознаки відображають глибоку залежність нарцисичної особистості від зовнішньої оцінки, що визначає її поведінку у професійній, соціальній та емоційній сферах у дорослому віці.

Висновки до першого розділу

У першому розділі було проведено комплексний теоретико-методологічний аналіз природи, чинників формування та особливостей функціонування нарцисичної особистості у дорослому віці, що дозволило сформулювати концептуальне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження. Узагальнення матеріалу показало, що феномен нарцисизму не є одновимірним, а включає внутрішньоособистісні, когнітивно-емоційні та соціально-поведінкові компоненти, які взаємодіють між собою впродовж усього життєвого циклу людини.

Розгляд концептуальних підходів до нарцисизму дав можливість простежити еволюцію наукових уявлень, від розуміння його як захисного механізму та форми емоційної регресії до трактування як відносно стійкої особистісної структури, що може проявляти як адаптивні, так і дезадаптивні риси. Окреслені особливості дозволяють стверджувати, що нарцисизм формується не лише у межах раннього досвіду, а й активно перебудовується на різних вікових етапах, включно з періодом зрілої дорослості [27].

Аналіз психологічних чинників становлення нарцисичних проявів у дорослому віці виявив значущість взаємодії декількох груп детермінант. Серед них ключовими є соціокультурні впливи, що пов'язані зі зростанням акценту на індивідуальних досягненнях та самопрезентації, а також вплив травматичного досвіду, який формує підвищену потребу в зовнішньому

підтвердженні цінності. Важливу роль відіграють особливості сімейної динаміки, порушення сепарації та труднощі з емоційною саморегуляцією, які можуть зберігатися у дорослому віці та впливати на характер міжособистісної поведінки.

Дослідження функціонування нарцисичної особистості у осіб дорослого віку засвідчило, що у цьому віковому періоді нарцисичні риси набувають більшого структурного оформлення та стабільності. Особливості емоційно-вольової сфери проявляються у високій чутливості до критики, складнощах із прийняттям власних обмежень та підвищеній залежності від зовнішнього схвалення. Міжособистісні стосунки характеризуються амбівалентністю: поєднанням прагнення до визнання з тенденцією до дистанціювання та уникнення глибокої емоційної взаємності. У професійній та соціальній активності простежується схильність до максимального підсилення позитивного образу «Я», що впливає на стиль самопрезентації і способи досягнення успіху.

Узагальнення зазначених аспектів дало підстави стверджувати, що нарцисична особистість у дорослому віці формується під впливом поєднання попереднього життєвого досвіду та актуальних соціальних вимог, а її функціонування визначається складними механізмами емоційної регуляції, специфічними стратегіями побудови стосунків та характерними мотиваційними орієнтаціями. Важливими є також можливі коморбідні прояви, які можуть маскуватися під зовнішню впевненість та адаптивність, проте суттєво впливають на якість життя та рівень психологічного благополуччя.

Отже, аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок, що у дорослому віці нарцисичні риси виступають важливим компонентом особистісного функціонування, впливаючи на самооцінку, мотивацію та міжособистісну поведінку, що зумовлює необхідність їх подальшого емпіричного дослідження.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НАРЦИСИЧНИХ ПРОЯВІВ ОСОБИСТОСТІ

Другий розділ магістерської роботи присвячений емпіричному дослідженню психологічних особливостей нарцисичних проявів особистості у дорослому віці. Його метою є експериментальна перевірка теоретичних положень, розглянутих у першому розділі, та конкретизація психологічних особливостей проявів нарцисизму у реальній вибірці досліджуваних. У розділі подано характеристику вибірки та обґрунтування використаних психодіагностичних методик. Особливу увагу приділено аналізу рівнів явного і вразливого нарцисизму, а також показників самооцінки. Отримані емпіричні результати стали підґрунтям для формулювання практичних рекомендацій, представлених у третьому розділі роботи.

2.1. Характеристика методів та вибірки дослідження

Метою емпіричного дослідження було вивчення психологічних особливостей нарцисичних проявів особистості у дорослому віці. У дослідженні було сформульовано такі гіпотези:
Гіпотеза 1. Існує взаємозв'язок між рівнем нарцисизму (явного та вразливого) та показниками самооцінки у дорослих осіб.
Дослідницьке припущення. Прояви нарцисизму можуть мати вікові та статеві особливості.

У межах даного дослідження терміни «вразливий», «прихований» та «сенситивний» нарцисизм використовуються як взаємозамінні відповідно до концептуалізації, закладеної в методиці HSNS, і відображають феномен внутрішньо вразливих, тривожних та емоційно нестабільних нарцисичних проявів.

Для аналізу взаємозв'язків між змінними використовувалися коефіцієнти кореляції Пірсона (для змінних із наближеним до нормального розподілом) та Спірмена (для змінних, розподіл яких відрізнявся від нормального).

Тестування здійснювалося анонімно, що дозволило забезпечити відкритість та щирість відповідей респондентів, а також відповідало етичним принципам психологічного дослідження. Використання платформи Google Forms дозволило зручно систематизувати дані для подальшої обробки та аналізу. Такий формат було обрано із огляду на умови воєнного часу, що зумовлюють необхідність забезпечення безпеки респондентів і гнучкості у формуванні вибірки. У дослідженні взяли участь 88 респондентів різного віку та статі. Вибірка характеризується віковою та гендерною різноманітністю, що дозволяє охопити ширший спектр психологічних особливостей у прояві нарцисичних рис.

За віковими показниками більшість респондентів належали до категорії 18-25 років – 36 осіб (40,9%) респондентів. Другу за чисельністю групу становили респонденти віком 26-35 років – 32 осіб (36,4%). До старшої вікової групи (36-45 років) належали 20 осіб (22,7%).

Щодо гендерного поділу, вибірка виявилася збалансованою: серед опитаних було 44 жінки (50%) та 44 чоловіки (50%). Така пропорційність забезпечує рівномірне представлення обох статей, що є важливим чинником при аналізі гендерних відмінностей у показниках нарцисизму.

Таблиця 2.1

Опис вибірки згідно з віковими та гендерними характеристиками

Вікова категорія	Кількість учасників	Жінки	Чоловіки	(%)
18-25 років	36	20	16	40,9%
26-35 років	32	16	16	36,4%
36-45 років	20	8	12	22,7%
Усього:	88	44	44	100%

Для вивчення рівня нарцисизму було використано низку наступних психодіагностичних методик:

1. Опитувальник особистісного нарцисизму (NPI-16) (адапт. Н. Пилат, О. Сенік, І. Кривенко) [16];
2. Шкала сенситивного нарцисизму (HSNS) (адапт. І. Кривенко, Н. Пилат, О. Сенік) [13];
3. Шкала самооцінки М. Розенберга (RSES) [29].

Розглянемо детальніше обрані нами методики.

Шкала сенситивного нарцисизму HSNS – це психодіагностичний інструмент, розроблений А. Хендіном та Дж. Чеком для вимірювання рівня *прихованого (сенситивного)* нарцисизму. Вона оцінює особистісні риси, характерні для людей із менш помітними, інтровертованими та вразливими проявами нарцисизму [13]. Особливістю цієї методики є те, що її результати майже не корелюють із показниками за опитувальником нарцисичної особистості, що підкреслює її специфічність та надійність у вимірюванні саме прихованих нарцисичних проявів.

Прихований нарцисизм проявляється через підвищену емоційну реактивність, вразливість до критичних зауважень, схильність уникати соціальної взаємодії. На відміну від явного нарцисизму, він не обов'язково помітний для оточення: людина може справляти враження скромної, замкненої або невпевненої у собі, проте внутрішньо відчуває сильну потребу у визнанні, гостро переживає критику, відчуває тривожність і має тенденцію до самоусунення. Для таких осіб характерна значна залежність від зовнішньої оцінки, нестійка самооцінка та постійна потреба у позитивному підкріпленні.

Шкала спрямована на виявлення:

- підвищеної чутливості до критики та оцінки;
- схильності до почуття образи та вразливості;
- прихованого почуття особливості й очікування визнання без відкритого самопросування;

- амбівалентного поєднання низької самооцінки та потреби в підтвердженні власної цінності;
- схильності до сором'язливості, уникання та соціального відчуження при одночасному прагненні до схвалення.

Методика HSNS містить 10 тверджень, відповіді на які фіксуються за п'ятибальною шкалою Лайкерта, від «Цілком не погоджуюсь» до «Цілком погоджуюсь». Пункти спрямовані на виявлення ознак емоційної чутливості, соціального уникнення, образливості, внутрішніх суперечностей і депресивних тенденцій.

Підрахунок результатів передбачає підсумовування балів за усіма твердженнями: мінімум – 10 балів, максимум – 50 балів. Вищі показники свідчать про значні прояви прихованого нарцисизму, тоді як нижчі результати відображають слабо виражені відповідні риси.

Таким чином, шкала HSNS дає змогу оцінити ступінь вираженості сенситивного (прихованого) нарцисизму та визначити його роль у структурі особистісних характеристик респондента.

Опитувальник особистісного нарцисизму (NPI-16) нормативного (непатологічного) нарцисизму у дорослих – тобто риси, пов'язаної із самозакоханістю, потребою у визнанні, почуттям власної унікальності й домінуванням, але в межах особистісної норми. Методика базується на теорії R. Raskini H. Terry. Пізніше Ames, Rose & Anderson створили коротку версію [31]. Методику складають 16 пар тверджень. Одна альтернатива у кожній парі відображає нарцисичну позицію, інша – ненарцисичну (нейтральну).

Українську адаптацію опитувальника NPI-16, пристосовану до національного соціокультурного контексту, здійснили Н. Пилат, О. Сенік та І. Кривенко. Цей варіант є надійним інструментом для оцінювання явного (грандіозного) нарцисизму. За допомогою NPI-16 можна визначити окремі аспекти нарцисизму, такі як завищена самооцінка, демонстративність, прагнення до лідерства та потреба у соціальному визнанні. Використання цього опитувальника дає змогу виявляти нарцисичні риси особистості, що

можуть впливати на рівень соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії [40].

Варто наголосити, що обрана нами методика є неклінічним інструментом, тобто не діагностує нарцисичний розлад, а вимірює особистісні риси у здоровому/неклінічному контексті виявляє риси, характерні для *грандіозного нарцисизму*:

- прагнення до уваги, визнання, домінування;
- віра у власну унікальність й особливий статус;
- потреба у лідерстві;
- змагання, зосередженість на собі;
- тенденція до експлуатації або маніпуляції (не завжди усвідомлена)

[28].

Процедура оцінювання результатів передбачає за кожне твердження, що відповідає нарцисичній установці, нараховується 1 бал, за невідповідність – 0 балів. Підсумковий показник відображає рівень вираженості нарцисичних рис: чим вищий загальний бал, тим вираженішими є нарцисичні тенденції у респондента.

Шкала самооцінки М. Розенберга є особистісним опитувальником, спрямованим на вимірювання особливостей самоповаги та складається із 10 тверджень, за які нараховуються бали. Підсумковий результат коливається у діапазоні 10-40 балів. Важливо також враховувати наявність зворотних запитань під час інтерпретації. Розподіл результатів: 10-18 балів – низький рівень самоповаги; 19-22 балів (помірний) ; 23-34 балів (середній рівень); 35-40 балів (високий рівень).

Таким чином, емпіричне дослідження здійснювалося із залученням трьох психодіагностичних інструментів: опитувальника NPI-16, спрямованого на діагностику проявів явного нарцисизму; шкали HSNS, що оцінює рівень сенситивного (прихованого) нарцисизму; та шкали RSES М. Розенберга, призначеної для визначення загального рівня самооцінки. Поєднання трьох зазначених методик дає можливість всебічно дослідити як внутрішні, так і

зовнішні прояви нарцисизму, визначити їх зв'язок із рівнем самооцінки та оцінити, наскільки виявлені особистісні характеристики є адаптивними чи дезадаптивними. Це дозволяє сформувати комплексне бачення психологічного портрету особистості.

Опитувальник NPI-16 спрямований на дослідження рівня грандіозного (явного) нарцисизму, фокусуючись на таких рисах, як потреба у зовнішній увазі, прагнення отримувати схвалення та переважати у соціальних контактах.

Натомість шкала сенситивного нарцисизму (HSNS) виявляє приховані, вразливі форми нарцисичних проявів, що проявляються у надмірній чутливості до критичних зауважень, відчутті сорому, соціальній тривожності та латентній потребі у визнанні, яка часто залишається непоміченою для інших.

Шкала самооцінки М. Розенберга (RSES) визначає загальний рівень самооцінки як важливий показник особистісної впевненості, самоповаги та емоційної стабільності. Низькі результати можуть свідчити про схильність до депресивних станів, емоційної нестійкості чи психоемоційного виснаження.

Разом ці методики створюють цілісну систему оцінювання особистісних особливостей, пов'язаних із самосприйняттям та нарцисичними тенденціями респондентів.

Для опрацювання результатів емпіричного дослідження застосовувалися статистичні методи аналізу: коефіцієнти кореляції К. Пірсона, Ч. Спірмена, а також тест В. Шапіро-М. Вілка, який використовувався для перевірки нормальності розподілу показників і подальшого визначення характеру взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

Таким чином, обрана вибірка та використаний комплекс психодіагностичних методик є адекватними меті й завданням дослідження та дозволяють всебічно проаналізувати психологічні особливості нарцисичних проявів у дорослих осіб. Застосування валідних і надійних методів забезпечує достовірність отриманих результатів. Обрані статистичні процедури дають змогу коректно інтерпретувати взаємозв'язки між досліджуваними змінними.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Першим етапом аналітичної роботи стало опрацювання результатів, отриманих згідно методики NPI-16. Отримані дані надали можливість визначити рівень вираженості грандіозного (явного) нарцисизму в кількісному вимірі. У таблиці 2.2 подано середні значення, діапазон варіативності та чисельність респондентів кожної підгрупи.

Отримані дані демонструють вікові та статеві відмінності у вираженості грандіозного нарцисизму, що відображає динаміку становлення самооцінки, стилю самопрезентації та потреби у визнанні.

Таблиця 2.2

Узагальнені результати дослідження згідно з опитувальником NPI-16

Вікова категорія	Стать	Кількість респондентів	Середній бал	Мінім. бал	Макс. бал	Станд-не відхилення
18–25 років	Жін.	22	5,25	1	10	2,97
18–25 років	Чол.	16	6,22	0	9	3,23
26–35 років	Жін.	14	7,00	6	10	1,31
26–35 років	Чол.	12	8,43	4	15	3,50
36–45 років	Жін.	10	5,00	1	8	2,61
36–45 років	Чол.	14	11,00	7	15	2,67

Що до вікових тенденцій, то у групі респондентів 18-25 років зафіксовано у жінок: $M=5,25$; $SD=2,97$ у чоловіків: $M=6,22$; $SD=3,23$. У цій групі показники є нижчими та більш варіативними, особливо у чоловіків (мінімально 0 – максимально 9). Це засвідчує нестабільність нарцисичних проявів, пов'язану із пошуком ідентичності та соціального становища. Для обох статей характерний помірний рівень грандіозності, що може бути проявом нормальних вікових процесів самоствердження.

У групі респондентів 26-35 років зафіксовано у жінок: $M=7,00$; $SD=1,31$, у чоловіків: $M=8,43$; $SD=3,50$. У цій групі спостерігається найбільш помітне

зростання показників. Особливо у чоловіків – одні з найвищих значень у вибірці (макс. 15), що може бути пов'язано з досягненням кар'єрних чи особистих цілей, підвищенням конкурентності та прагненням до соціального статусу. У жінок показники вирівняні та стабільні, що вказує на контрольованіші стратегії самопрезентації.

У групі респондентів 36-45 років у жінок зафіксовано: $M=5,00$; $SD=2,61$, у чоловіків: $M=11,00$; $SD=2,67$. Як бачимо, у жінок показники знижуються порівняно з 26-35 роками, що є ймовірним свідченням переорієнтації цілей та стабілізації самооцінки без потреби у зовнішньому підтвердженні. У чоловіків навпаки спостерігається пік нарцисичних проявів (найвище середнє значення серед усіх груп). Це може відображати: прагнення утримати соціальний статус, акцент на власних досягненнях, потребу визнання професійних і життєвих результатів.

Крім того, чоловіки систематично демонструють вищі показники грандіозного нарцисизму, ніж жінки у всіх вікових групах. Це узгоджується з попередніми дослідженнями, де у чоловіків частіше виявляється: демонстративність, домінантність, виражена потреба у статусності та перевазі. У жінок нарцисизм має помірніший, стабільніший характер, зі зниженням у зрілому віці. Грандіозний нарцисизму з віком у чоловіків зростає, досягаючи максимуму у групі 36-45 років. У жінок – хвилеподібна динаміка: підвищення у період активної самореалізації (26-35 років) та зниження у зрілому віці. Найвищі ризики нарцисичних дисфункцій (імовірні труднощі у міжособистісних стосунках, жорсткість самооцінки) мають чоловіки 36-45 років. Найбільша варіативність результатів характерна для молоді 18-25 років – показники нестабільні, що вказує на формування ідентичності.

Таким чином, простежується певна тенденція до зростання рівня нарцисизму у чоловіків із віком, що може бути пов'язане із чинниками особистісного й соціального розвитку – зокрема, підвищенням соціального статусу, професійним утвердженням і розвитком психологічної автономії. Натомість жінки демонструють більш стабільну динаміку, що, ймовірно,

зумовлено як біопсихо-соціальними факторами, так і особливостями соціалізації та рольових очікувань. Виявлені статеві відмінності потребують подальшого аналізу у межах гендерної психології, що дозволить глибше інтерпретувати отримані результати.

Отже, емпіричні дані свідчать про наявність вікових і статевих відмінностей у рівнях явного нарцисизму, які потребують подальшої перевірки засобами математичної статистики. Для наочності на рис. 2.1. представлено загальний розподіл рівнів нарцисизму серед респондентів.



Рис. 2.1. Розподіл рівнів явного нарцисизму за NPI-16

Описова статистика згідно методики (RSES) представлена у табл. 2.3. Інтерпретація результатів здійснювалась відповідно до класичного підходу шкали RSES: вищі бали свідчать про вищий рівень загальної самооцінки.

Таблиця 2.3

**Узагальнені результати за віком, статтю та рівнем самооцінки
(згідно з шкалою RSES)**

Вікова категорія	Стать	Кількість респондентів	Середній бал	Мін. бал	Макс. бал	Стандартне відхилення
18-25 р.	Жін.	14	23,86	22	26	1,68
18-25 р.	Чол.	10	21,20	18	24	2,28
26-35 р.	Жін.	12	23,00	19	27	2,88
26-35 р.	Чол.	24	22,25	17	26	2,93
36-45 р.	Жін.	8	20,75	18	24	2,50
36-45 р.	Чол.	20	22,20	16	26	3,20

Отримані дані відображають як вікову, так і статеву динаміку самооцінки. Усі середні значення знаходяться в межах нормальної або помірно підвищеної самооцінки, без критичних коливань, однак їхні тенденції є показовими для психологічного аналізу.

У груп респондентів 18-25 років у жінок зафіксовано: $M = 23,86$, у чоловіків: $M = 21,20$.

У цій групі жінки демонструють вищу та більш стабільну самооцінку, ніж чоловіки (нижчий SD). Це може свідчити про краще усвідомлення власних ресурсів, соціальну підтримку та впевненість у поточних ролях.

Чоловіки мають нижчу та більш варіативну самооцінку. Ймовірно, вони перебувають у процесі пошуку професійної та особистісної ідентичності, що робить їх самооцінку менш стабільною та більш чутливою до зовнішніх факторів.

У віковій групі 26-35 років зафіксовано у жінок: $M = 23,00$ у чоловіків: $M = 22,25$. У цьому віковому проміжку показники вирівнюються між статями. Це період активної самореалізації, накопичення досвіду, формування більш сталої ідентичності. Обидві групи демонструють помірно високу самооцінку, орієнтовану на досягнення, професійний розвиток і соціальне визнання.

У групі 36-45 років у жінок: $M = 20,75$ у чоловіків: $M = 22,20$, тобто у жінок спостерігається найнижчий показник серед усіх вибірок, що ймовірно пов'язано із: переоцінкою життєвих стратегій, зіткненням з реаліями професійної/сімейної ролі, зниженням зовнішніх джерел підкріплення самоцінності.

У чоловіків значення залишаються стабільними, хоч і без вираженого зростання. Це може свідчити про: досягнення певної соціальної/професійної стабільності, опору на зовнішні досягнення як основу самооцінки, більш жорстку структуру образу «Я».

Для груп жінок (18-25 та 26-35 р.) вища самооцінка, можлива через активне формування ідентичності, гнучкість у цілях, соціальну підтримку. Зниження самооцінки у жінок (36-45 р.), ймовірно є періодом переосмислення, корекції цінностей, також можливий конфлікт між очікуваннями й досягненнями. У чоловіків усіх вікових груп спостерігається відносна стабільність самооцінки, але неоднорідність: у молодших – нестійка, у старших – демонстративно впевнена, що може корелювати з нарцисичними проявами.

Таким чином, найвища самооцінка спостерігається у жінок 18-25 років та жінок 26-35 років. Найнижча самооцінка характерна для жінок 36-45 років. У чоловіків рівень самооцінки стабільний, але у молодому віці він нижчий, а в старшому – більш захищений (можливо, за рахунок компенсаційних механізмів). Динаміка результатів узгоджується з даними про рівень грандіозного нарцисизму (NPI-16), де: у чоловіків середнього та старшого віку більш високі показники нарцисизму можуть виступати як захисний механізм збереження самооцінки; у жінок зниження самооцінки у зрілому віці поєднується зі зменшенням нарцисичних проявів, що вказує на орієнтацію на внутрішні джерела цінності.

Варто наголосити, що висока самооцінка \neq нарцисизм, але у групах чоловіків 26-45 років можливе накладання цих феноменів. Зниження самооцінки у жінок 36-45 років може потребувати: роботи з образом «Я»,

перегляду цілей і життєвих стратегій, підтримки у зниженні самокритичності. Низька варіативність (низьке SD) у жінок 18-25 р. свідчить про кращу цілісність самообразу, ніж у чоловіків відповідного віку.

Загалом респонденти демонструють відносно високі бали згідно шкали RSES, що засвідчує достатньо стабільний рівень самооцінки. У психологічному аспекті це можна трактувати як сформованість Я-образу, позитивне сприйняття себе та наявність адаптивних соціально-психологічних механізмів самосприйняття.

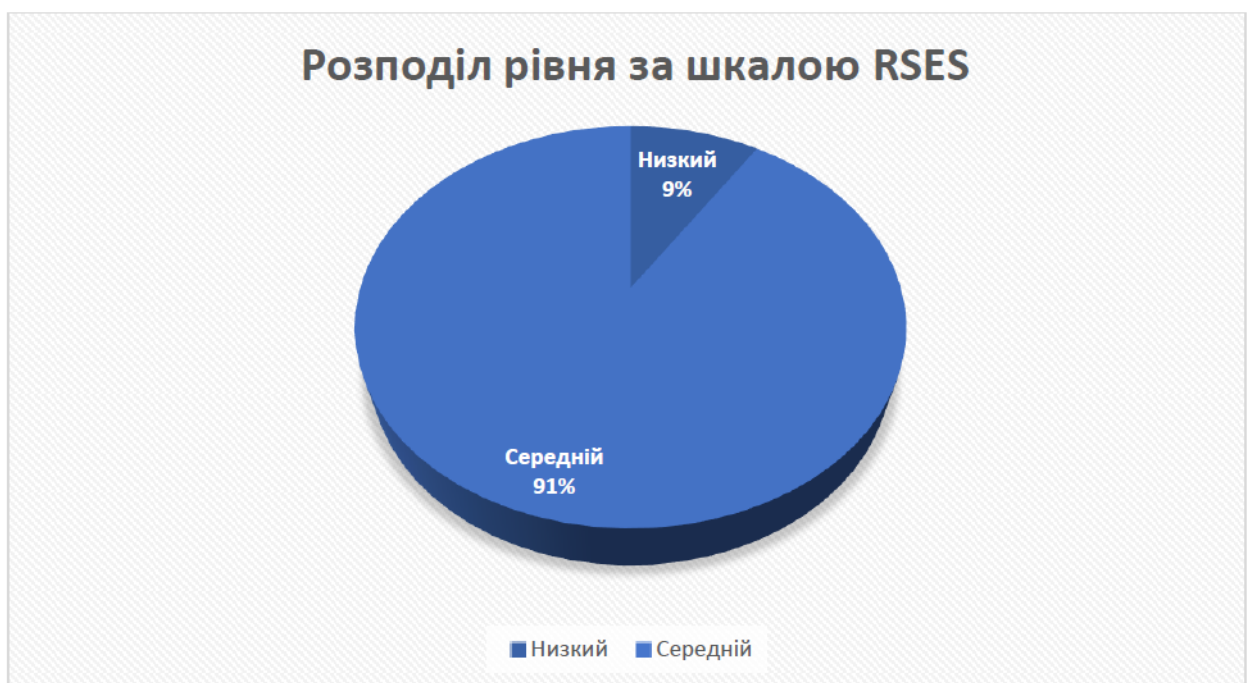


Рис. 2.2. Розподіл рівня самооцінки згідно шкали RSES

Отже, результати за шкалою (RSES), дозволили виявити певні відмінності у рівнях самооцінки. На рис. 2.2 представлено графічно розподіл рівнів самооцінки серед респондентів.

Нами також проводився аналіз якісних характеристик сенситивного нарцисизму на основі отриманих оцінок. Для комплексного кількісного й якісного аналізу отриманих нами результатів важливо визначити середні значення показників, діапазони балів й особливості їх розподілу залежно від віку та статі. Рівні сенситивного нарцисизму умовно поділено на три категорії:

низький (до 25 балів), середній(26-35 балів), високий (36 балів і більше), максимальна можлива оцінка – 50 балів.

У межах кількісного аналізу результати розподілено за трьома умовними рівнями:

- низький рівень – засвідчує низький рівень емоційної чутливості, впевненість у само презентації, соціальну незалежність й невисоку потребу у зовнішньому підтвердженні;
- середній рівень – характеризується помірною вразливістю, схильністю до самозаглиблення, потребою у схваленні із боку інших й потенційною нестабільністю самооцінки;
- високий рівень – вказує на підвищений рівень сенситивності, надмірне очікування негативної оцінки інших, схильність до уникання соціальних взаємодій і емоційне перенасичення у міжособистісних контактах.

У таблиці 2.4 подано узагальнені результати згідно шкали (HSNS), що дає змогу простежити певний розподіл рівнів прихованого нарцисизму серед респондентів. Аналіз отриманих емпіричних даних показав:

- 8 респондентів (9,1% вибірки) мають низький рівень прихованого нарцисизму, характеризуються високою адаптивністю, стабільною самооцінкою й низькою залежністю від оцінок інших.
- 58 осіб (65,9%) продемонстрували середній рівень, що засвідчує домінування помірно-сенситивного нарцисизму, що однак не переходить у крайнощі, але може включати певні епізодичні прояви соціального уникнення, емоційної вразливості чи занепокоєння оцінкою оточенням.
- 22 респондентів (25% вибірки) відзначили високий рівень, що може засвідчувати їх потенційну схильність до дезадаптивних реакцій на соціальні взаємодії (сприйняття зовнішніх впливів середовища як загрозливих, замкненість, труднощі у стабільності самооцінки).

Середнє значення сенситивного нарцисизму у вибірці: $M = 30,84$ бала, тобто середній рівень. $SD = 4,57$ бала, що вказує на певну варіативність оцінок, однак вибірка є умовно-однорідною.

Розподіл рівнів прихованого нарцисизму (HSNS)

Рівень прихованого нарцисизму	Кількість респондентів	Частка (%)
Низький	8	9,1%
Середній	58	65,9 %
Високий	22	25,0 %
Усього	88	100 %

Аналіз результатів дослідження рівня сенситивного (прихованого) нарцисизму (HSNS) відображає різний ступінь вразливості образу «Я» та залежності самооцінки від зовнішнього оцінювання. Найбільша частка досліджуваних (65,9%) продемонструвала середній рівень прихованого нарцисизму, що відповідає нормативній чутливості до соціальної взаємодії, ситуативній залежності від думки оточення та можливим коливанням самооцінки в емоційно значущих ситуаціях без виражених ознак дезадаптації. Такий рівень можна вважати умовно адаптивним, оскільки він не перешкоджає ефективному функціонуванню та, у більшості випадків, є характерним для звичайної популяції.

Разом з тим, високий рівень прихованого нарцисизму, властивий 25% респондентів, свідчить про помітну частку осіб із підвищеною внутрішньою вразливістю, нестабільністю самооцінки та схильністю до переживання власної недосконалості. Для цієї групи характерне поєднання прихованої потреби у визнанні з обережністю або униканням оцінювальних ситуацій, що може проявлятися у компенсаторній або захисній поведінці. Відтак, наявність такого сегменту вибірки може розглядатися як потенційна група ризику щодо труднощів у сфері самоприйняття та міжособистісних стосунків.

Найменша частка респондентів (9,1%) має низький рівень прихованого нарцисизму, що відображає або достатню стабільність самооцінки і внутрішніх механізмів самопідтримки, або ж використання захисних стратегій уникнення чи заперечення проблемних переживань. У більшості випадків низький рівень є індикатором самостійності у формуванні самоцінності та автономності від зовнішніх оцінних впливів.

Узагальнюючи результати, можна констатувати, що структура прихованого нарцисизму у вибірці характеризується домінуванням адаптивної норми при наявності, однак вираженої групи ризику, що потребує додаткової уваги із боку психологічного супроводу. Така конфігурація показників є важливою для подальшого аналізу зв'язку прихованого нарцисизму із самооцінкою та поведінковими стратегіями респондентів у соціальних взаємодіях. На рис. 2.3 представлено графічне зображення структури розподілу показників респондентів.



Рис. 2.3. Розподіл рівнів прихованого нарцисизму (HSNS)

Для оцінки нормальності розподілу показників за шкалами NPI-16, RSE та HSNS був використаний тест В. Шапіро-М. Вілка. У таблиці 2.5 наведено результати обчислення.

Таблиця 2.5

Результати тесту В. Шапіро-М. Вілка

Шкала	Статистика W	p-значення	Висновок
NPI-16	0.9475	0.0262	Розподіл відрізняється від нормального

RSES	0.9681	0.1212	Розподіл не відрізняється від нормального
HSNS	0.9821	0.5891	Розподіл не відрізняється від нормального

Перевірка нормальності розподілу даних за шкалами – NPI-16, RSES та HSNS – продемонструвала різний ступінь відповідності нормальному закону.

Для шкали NPI-16 р-значення становило 0,0262, що є менше за критичний рівень 0,05, що засвідчує статистично-значуще відхилення розподілу від нормального. Для шкали RSES отримане р-значення дорівнює 0,1212, а для шкали HSNS – 0,5891, обидва перевищують порогове значення 0,05, що дозволяє вважати розподіл цих даних нормальним.

Отже, лише шкала NPI-16 не відповідає нормальному розподілу. Це було нами враховано при виборі статистичних методів, зокрема параметричних тестів, що передбачають нормальність даних. В таких випадках доцільно застосовувати непараметричні методи.

Нами проведено кореляційний аналіз К. Пірсона згідно показників RSES та HSNS, результати якого, $r = 0,593$ ($p \leq 0,05$), вказують на помірний, статистично-значущий позитивний зв'язок між самооцінкою та проявами прихованого нарцисизму. Тобто, із підвищенням рівня самооцінки спостерігається певне збільшення рівня прихованих нарцисичних рис, і навпаки, нижча самооцінка асоціюється із меншими рівнями проявів прихованого нарцисизму.

Отриманий результат може здаватися парадоксальним з огляду на поширене уявлення про асоціацію прихованого (вразливого) нарцисизму з низькою або заниженою самооцінкою. Водночас у сучасних психодинамічних та інтегративних підходах наголошується, що вразливий нарцисизм може поєднувати зовнішньо достатньо стабільне відчуття самоцінності з глибинною потребою у схваленні та залежністю від соціального відображення. У такому разі самооцінка має умовний, нестійкий характер і підтримується переважно за рахунок позитивного соціального зворотного зв'язку, що узгоджується з виявленим позитивним кореляційним зв'язком між показниками вразливого нарцисизму та самооцінки у межах даного дослідження.

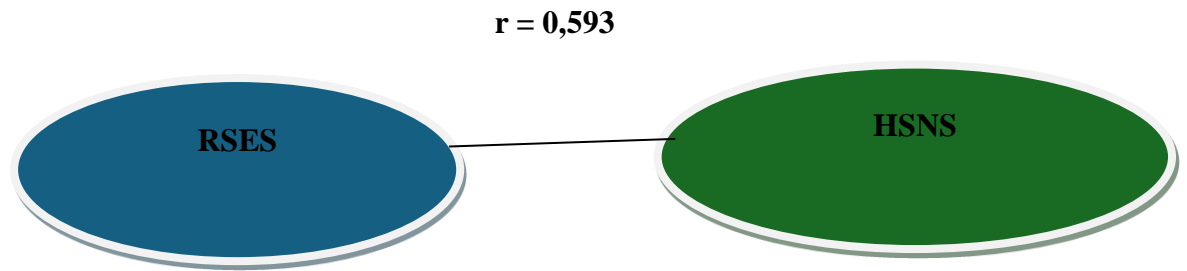


Рис. 2.4. Взаємозв'язок самооцінки (RSES) та сенситивного нарцисизму (HSNS) серед респондентів

Таким чином, респонденти із високою самооцінкою за RSES можуть водночас мати високий рівень прихованого нарцисизму. Це може свідчити про специфічний тип самооцінки, яка не є цілком автономною чи внутрішньо інтегрованою, а скоріше підтримується міжособистісним визнанням та схваленням. Така самооцінка залишається досить вразливою до зовнішньої критики і тому корелює із сенситивними нарцисичними рисами.

Варто зазначити, що сенситивний нарцисизм характеризується поєднанням: підвищеної чутливості до оцінки оточення, потреби у схваленні, вразливості до критики, внутрішнього конфлікту між потребою у визнанні й страхом негативної оцінки.

Позитивний зв'язок із самооцінкою може вказувати, що: частина респондентів підтримує відносно високу самооцінку за рахунок нарцисичних механізмів (самозахист, ідеалізація себе); самооцінка може бути нестійкою, залежною від зовнішніх підтверджень, навіть якщо її рівень формально високий; уразливий нарцисизм може виконувати функцію компенсації, допомагаючи зберігати суб'єктивне відчуття власної цінності при внутрішніх сумнівах.

Отримані нами результати можуть бути використані у розробці програм психологічної підтримки особистості, де необхідно враховувати, що висока самооцінка не завжди є індикатором психологічної стійкості, а може маскувати внутрішню вразливість; психологічного консультування, зокрема

при роботі з клієнтами, схильними до залежності від зовнішньої оцінки; первинної профілактики емоційного вигорання та тривожних розладів, оскільки нестабільні нарцисичні механізми самооцінності можуть підвищувати ризики психоемоційних порушень.

Таким чином, позитивний помірний кореляційний зв'язок між самооцінкою і сенситивним нарцисизмом засвідчує те, що для частини респондентів підтримка самооцінки може базуватися на нарцисичній уразливості та залежності від соціального визнання, що варто враховувати при подальших дослідженнях і практичній роботі психолога. У контексті соціалізації та розвитку особистості формування самооцінки в основі якого лежить зовнішнє підкріплення, може певним чином сприяти розвитку компенсаторних механізмів, й сенситивного нарцисизму в тому числі. Тобто підвищення самооцінки особистості без певної внутрішньої інтеграції її власної цінності може не зменшувати, але й дещо – посилювати нарцисичні риси, це особливо стосується чутливих осіб, що схильні до гіперреакцій на соціальні впливи [26].

Для дослідження взаємозв'язку між (RSES) та явним нарцисизмом (NPI-16) нами було обчислено коефіцієнт кореляції Ч. Спірмена, який дозволяє оцінити монотонний, тобто не обов'язково лінійний, характер взаємозв'язку між змінними. Його обчислення ґрунтується на рангах, а не на фактичних числових значеннях, що робить метод стійким до наявності викидів, асиметрії й порушення нормальності розподілу даних.

Зважаючи на статистичну обґрунтованість отриманого коефіцієнта та перевірку нормальності розподілу, використання коефіцієнта Ч. Спірмена було методологічно доцільним.

-0,3745

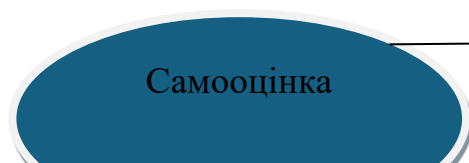


Рис. 2.5. Взаємозв'язок самооцінки (RSES) і явного нарцисизму (NPI-16)

Результати аналізу показали, що коефіцієнт кореляції Ч. Спірмена становить $-0,3745$ при ($p \leq 0,05$). Таке значення вказує на наявність помірно-зворотного зв'язку між рівнем явного нарцисизму й самооцінкою. Іншими словами, зі зростанням показників нарцисичних рис, виміряних за допомогою NPI-16, спостерігається певна тенденція до зниження самооцінки згідно (RSES). Це дає підстави припускати, що виявлені нарцисичні прояви можуть супроводжуватися менш стійким або менш позитивним самосприйняттям.

Тобто зі зростанням явного нарцисизму у спостерігається у респондентів тенденція до зниження самооцінки, і навпаки – вищі показники самооцінки пов'язані зі слабшим проявом нарцисичних рис.

Отримане значення-р підтверджує, що цей зв'язок не є випадковим, а має психологічну достовірність для вибірки дослідження. Така динаміка може вказувати на неузгодженість між зовнішньою демонстративною впевненістю, притаманною нарцисичним особистостям, та їх внутрішнім відчуттям власної цінності. У цьому контексті явний нарцисизм може виконувати функцію компенсаторного механізму, який приховує нестійку або занижену самооцінку.

Таким чином, результати кореляційного аналізу дозволяють припустити, що явні нарцисичні риси у частини досліджуваних можуть бути пов'язані з внутрішньою уразливістю та потребою у зовнішньому підтвердженні власної значущості. Це важливо враховувати при подальшій інтервенції, психодіагностиці та розробці профілактичних й психокорекційних програм, які спрямовані на підтримку здорової самооцінки.

Підсумовуючи результати кореляційного аналізу показників, варто зазначити, що встановлений нами помірний і статистично-значущий позитивний зв'язок між самооцінкою респондентів й показниками прихованого нарцисизму підкреслює те, що підвищення самооцінки асоціюється зі зростанням проявів сенситивних нарцисичних рис. Наголосимо, що такий результат узгоджується із сучасними психодинамічними уявленнями, відповідно до яких прихований нарцисизм поєднує зовнішню впевненість та внутрішню вразливість, а самооцінка таких особистостей часто є умовною й підтримується через позитивно-соціальний зворотний зв'язок.

У разі явного нарцисизму в особистості спостерігається демонстративність, цілковита зосередженість на своїй винятковості, гостра потреба у визнанні й схваленні із боку інших. Натомість низька чи нестійка самооцінка може стимулювати формування компенсаторних механізмів, нарцисизм у тому числі. Іншими словами, особи із нестабільним почуттям власної гідності можуть демонструвати прагнення до самозвеличення, що виконує функцію внутрішньої компенсації їхньої прихованої вразливості.

Водночас важливо зауважити, що від'ємна кореляція Ч. Спірмена не означає абсолютно протилежну спрямованість зв'язку для всіх респондентів, а відображає загальну тенденцію. Аналіз первинних даних показує, що частина учасників має досить високі оцінки згідно обох шкал, що свідчить про складність індивідуальних профілів особистості та можливе поєднання різноманітних стратегій саморегуляції.

Отже, отримані нами результати можуть бути корисними під час консультування, психодіагностики, психокорекційної роботи з особами, у яких є прояви нарцисичних рис, так і труднощі самосприйняття.

Далі представимо узагальнену якісно-кількісну характеристику ступеню вираженості нарцисизму респондентів за результатами емпіричного дослідження. Узагальнений розподіл респондентів за рівнями прихованого і

явного нарцисизму та самооцінки, їхні психологічні характеристики, представлено нами в таблиці 2.6.

19% респондентів мають високі показники явного нарцисизму. Це група з яскраво вираженою демонстративністю, потребою у захопленні, прагненням привертати увагу та брати лідерські ролі. 36% перебувають на середньому рівні – схильні до контрольованої демонстративності, вибіркової потреби в схваленні. 45% – низький рівень, але за характеристиками видно, що вони теж можуть проявляти лідерство й демонстративність. Ймовірна суперечність у даних або суб'єктивність шкали, що може вказувати на: тенденцію до соціально бажаних відповідей специфіку вибірки (професійні, вікові або освітні особливості). Загалом у вибірці домінує помірно виражений явний нарцисизм, що може відображати загальну норму соціальної самопрезентації.

Що до психологічних характеристик прихованого нарцисизму, (HSNS) то 25% респондентів мають високі показники. Це найуразливіша група: підвищена чутливість, образливість, страх знецінення.

У 66% респондентів – середній рівень: є схильність коливатись між потребою у прийнятті та обережністю, можливе приховане внутрішнє напруження. У 9% респондентів виявлено низький рівень: емоційна стабільність, відсутність надмірної чутливості. Отже, вибірка характеризується домінуванням прихованих нарцисичних тенденцій, що засвідчує внутрішню напругу, чутливість до оцінки та прагнення прийняття.

**Розподіл за рівнями
явного й сензитивного нарцисизму і самооцінки**

Тип показника	Рівень	Кількість респондентів	Відсоток (%)	Характеристики
Явний нарцисизм (NPI-16)	Низький	40	45%	Соціальна незалежність й невисока потреба у схваленні, низький рівень емоційної чутливості, впевненість у само презентації
	Середній	32	36%	Помірна потреба у схваленні, деяка демонстративність
	Високий	16	19%	Високий рівень демонстративності, прагнення до лідерства, Потребав захопленні
Сензитивний нарцисизм (HSNS)	Низький	8	9%	Відсутність підвищеної Чутливості до критики, емоційна стабільність
	Середній	58	66%	Можлива вразливість й обережність у соціальних контактах, потреба у прийнятті
	Високий	22	25%	Висока емоційна чутливість, страх критики, схильність до образ
Самооцінка (RSES)	Низький	8	9%	Невпевненість у собі, Нестійкий рівень самосприйняття, схильність до самозниження
	Середній	80	91%	Прийняття себе, стабільна самооцінка, внутрішній баланс

Самооцінка (RSES) більшості респондентів є відносно стабільною, однак може залежати від зовнішнього зворотного зв'язку, особливо у групах із прихованим нарцисизмом. 91% респондентів мають середню, загалом адаптивну самооцінку. Лише 9% – низьку самооцінку з ризиком формування залежності від зовнішньої оцінки та самознецінення.

Психологічний портрет особистостей, які характеризуються явним нарцисизмом (високі показники за NPI-16) містить певні специфічні риси. Самосприйняття та особистісні риси таких осіб характеризуються

впевненістю у власній цінності, орієнтації на досягнення, потребі у публічному визнанні, захопленні, статусі. Демонстративна поведінка таких осіб є певним способом самоствердження. Для них притаманні схильність до лідерства, конкуренції, ігнорування потреб інших заради підтримки власного іміджу. Вони добре почуваться у ситуаціях, де можна проявити себе. Що до емоційної сфери, то зовнішня впевненість може прикривати залежність від оцінки. Їм притаманна низька толерантність до критики, схильність до захисних реакцій (заперечення, раціоналізація), прагнення виділитися, бути кращим, залишити враження. Такі особи цінують статусні досягнення та соціальні бонуси. Їм притаманна харизма, ініціативність, сильна енергія досягнення. Однак, вони схильні до емоційного вигорання, конфліктів, формування залежності від зовнішнього схвалення.

Для осіб з прихованим нарцисизмом (*високі показники за HSNS*) характерні потреба у визнанні, але страх відторгнення, внутрішня невпевненість поєднується з відчуттям унікальності. Як правило, самопрезентація стримана або сором'язлива, такі особи уникають прямої конкуренції. Їм притаманна підвищена чутливість до соціальних стимулів, тонке сприйняття відтінків ставлення, можлива недовіра, схильність до дистанціювання, залежність від позитивної реакції значущих інших. Такі особи схильні до образ, почуття приниження, фрустрація. Їм притаманні внутрішні коливання між почуттям грандіозності та неадекватності. Однак, критика спричиняє самозахисні механізми: уникнення, пасивна агресія, самознецінення. Вони прагнуть до ідеального образу себе, але часто паралізовані страхом помилки, використовують фантазії про успіх як спосіб емоційної компенсації. Часто такі особи відчувають соціальну ізоляцію, тривожність, депресивні тенденції, залежність від оцінки.

Загалом, вибірка характеризується поєднанням соціальної активності та демонстративності з внутрішньою вразливістю та потребою у прийнятті. Це може вказувати на деяке напруження між «Я-ідеальним» та «Я-реальним», а

також на контраст між зовнішньою впевненістю та внутрішньою залежністю від оцінки.

Результати можуть бути корисними для практичних психологів, зокрема під час складання психологічного портрету нарцисичної особистості, психодіагностики, консультування й психокорекційної роботи із особистостями, у яких є прояви нарцисичних рис та труднощі із самосприйняттям.

Висновки до другого розділу

У емпіричному дослідженні психологічних особливостей нарцисичних проявів особистості взяли участь 88 респондентів різного віку та статі. Охарактеризовано три психологічні змінні – явний нарцисизм (NPI-16), прихований нарцисизм (HSNS), самооцінку (RSES) – із урахуванням вікових та статевих особливостей, зафіксовано статистично-значущі взаємозв'язки між ними. Встановлено, що чоловіки демонструють вищі показники явного нарцисизму, ніж жінки у всіх вікових групах. У жінок явний нарцисизм має помірніший, стабільніший характер, зі зниженням у зрілому віці. Явний нарцисизму з віком у чоловіків зростає, досягаючи максимуму у групі 36-45 років. У жінок спостерігається хвилеподібна динаміка: підвищення у період активної самореалізації (26-35 років) та зниження у зрілому віці. Найвищі ризики нарцисичних дисфункцій (імовірні труднощі у міжособистісних стосунках, жорсткість самооцінки) мають чоловіки 36-45 років. Найбільша варіативність результатів характерна для молоді 18-25 років – показники нестабільні, що вказує на формування ідентичності.

Самооцінка (RSES) більшості респондентів є відносно стабільною, однак може залежати від зовнішнього зворотного зв'язку, особливо у групах із прихованим нарцисизмом. 91% респондентів мають середню, загалом адаптивну самооцінку. Лише 9% – низьку самооцінку з ризиком формування залежності від зовнішньої оцінки та самообесцінення. Найвищі значення у рівнях самооцінки зафіксовано у жінок віком 18-25 років, найнижчі у жінок

вікової групи 36-45 років. Чоловіки загалом продемонстрували більш стабільну самооцінку.

Більшість респондентів (65,9%) належали до групи середнього рівня прихованого нарцисизму, що засвідчує схильність до інтроспекції, помірну емоційну вразливість, та залежність від схвалення інших. Високий рівень прихованого нарцисизму спостерігався у 25% учасників, що вказує на підвищену чутливість, тривожність у соціальних контактах та потенційну нестабільність самооцінки. Вибірка характеризується поєднанням соціальної активності та демонстративності з внутрішньою вразливістю та потребою у прийнятті. Це може вказувати на можливе напруження між «Я-ідеальним» та «Я-реальним», а також на контраст між зовнішньою впевненістю та внутрішньою залежністю від оцінки. В цілому, помірною емоційною вразливістю є домінуючою характеристикою вибірки і може впливати на соціальні взаємодії респондентів.

Встановлено статистично-значущий помірний кореляційний позитивний зв'язок між показниками самооцінки й прихованого нарцисизму. Респонденти із високою самооцінкою можуть водночас мати високий рівень прихованого нарцисизму. Це може свідчити про специфічний тип самооцінки, яка не є цілком автономною чи внутрішньо інтегрованою, а скоріше підтримується міжособистісним визнанням та схваленням. Така самооцінка залишається досить вразливою до зовнішньої критики і тому корелює із сенситивними нарцисичними рисами. Сенситивний нарцисизм характеризується поєднанням: підвищеної чутливості до оцінки оточення, потреби у схваленні, вразливості до критики, внутрішнього конфлікту між потребою у визнанні й страхом негативної оцінки. Позитивний зв'язок із самооцінкою може вказувати, що: частина респондентів підтримує відносно високу самооцінку за рахунок нарцисичних механізмів (самозахист, ідеалізація себе); самооцінка може бути нестійкою, залежною від зовнішніх підтверджень, навіть якщо її рівень формально високий; уразливий нарцисизм може виконувати функцію

компенсації, допомагаючи зберігати суб'єктивне відчуття власної цінності при внутрішніх сумнівах.

Зафіксовано зворотний кореляційний зв'язок середньої сили між рівнем самооцінки та явним нарцисизмом, який підтверджує, що високий рівень явного нарцисизму часто асоціюється із нижчими показниками самооцінки. Зовнішня демонстрація впевненості може компенсувати внутрішнє відчуття нестабільності або неповноцінності. Таким чином, прояви нарцисизму можуть бути зовнішнім маркером внутрішньої нестійкості самооцінки.

Отже, гіпотези дослідження підтверджено. Виявлені закономірності підкреслюють багатовимірний характер нарцисизму як психологічного феномену. Результати можуть бути корисними для практичних психологів, зокрема під час складання психологічного портрету нарцисичної особистості, психодіагностики, консультування й психокорекційної роботи із особистостями, у яких є прояви нарцисичних рис та труднощі із самосприйняттям.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО РОБОТИ З ОСОБИСТІСТЮ З НАРЦИСИЧНИМИ РИСАМИ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ

Третій розділ присвячений практичному осмисленню результатів теоретичного та емпіричного дослідження нарцисичних проявів у дорослому віці. У ньому здійснено аналіз психологічних особливостей осіб з нарцисичними рисами з урахуванням отриманих емпіричних даних. На цій основі обґрунтовано програму психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними рисами (*Додаток А*). Особливу увагу приділено визначенню умов реалізації психологічної допомоги та очікуваних психологічних ефектів. Запропоновані підходи мають прикладний характер і можуть бути використані у практиці психологічного консультування дорослих осіб.

3.1. Психологічні особливості нарцисичних проявів у дорослих осіб за результатами емпіричного дослідження

Результати емпіричного дослідження дозволили поглибити уявлення про специфіку нарцисичних проявів у дорослих осіб та співвіднести їх із теоретичними положеннями, розглянутими у попередніх розділах. Аналіз отриманих даних засвідчив, що нарцисизм у дорослому віці має багатовимірний характер і не зводиться до єдиної поведінкової моделі. У вибірці досліджуваних простежується поєднання як явних, так і вразливих форм нарцисизму, що відповідає сучасним науковим уявленням про структуру цього феномену [11]. Виявлені показники підтверджують положення про те, що нарцисичні риси можуть виконувати компенсаторну функцію у структурі особистості [12].

Інтерпретація виявлених психологічних особливостей здійснюється з урахуванням кореляційного характеру дослідження та не передбачає встановлення причинно-наслідкових зв'язків.

Особливу увагу привертає те, що нарцисичні прояви у дорослих осіб тісно пов'язані з особливостями самооцінки та самосприйняття. Отримані результати свідчать про неоднорідність самооцінки у досліджуваних з підвищеними показниками нарцисизму, що узгоджується з висновками вітчизняних дослідників щодо внутрішньої нестабільності нарцисичної особистості [3]. У частини респондентів спостерігається тенденція до зовнішньо завищеної самооцінки, яка поєднується з внутрішньою вразливістю та підвищеною чутливістю до оцінювання з боку інших. Такі особливості підтверджують концепцію двофакторної структури нарцисизму, що включає грандіозний і вразливий компоненти [13].

Аналіз результатів також показав, що нарцисичні прояви у дорослих осіб мають чіткий зв'язок із емоційною сферою. Особи з високими показниками вразливого нарцисизму демонструють підвищений рівень емоційної напруженості, схильність до переживання тривоги та внутрішнього дискомфорту. Це узгоджується з дослідженнями, які вказують на зв'язок нарцисизму з депресивними та тривожними проявами, особливо в умовах соціальної нестабільності [8]. У дорослому віці такі емоційні особливості можуть ускладнювати процес професійної самореалізації та міжособистісної взаємодії.

Отримані емпіричні дані підтверджують, що нарцисичні риси у дорослих осіб не завжди мають дезадаптивний характер. У частини досліджуваних вони виконують функцію психологічного захисту, сприяючи підтриманню почуття власної значущості та стабільності Я-образу [23]. Водночас за несприятливих умов такі риси можуть посилювати внутрішні конфлікти та сприяти розвитку психологічних труднощів. Це підтверджує необхідність диференційованого підходу до оцінювання нарцисичних проявів у дорослому віці.

Значущим є й той факт, що нарцисичні прояви пов'язані з особливостями міжособистісної взаємодії. Особи з вираженими нарцисичними рисами демонструють схильність до потреби у визнанні та підтвердженні власної цінності з боку оточення. За відсутності такого підтвердження у них можуть виникати реакції фрустрації або емоційного відсторонення. Подібні результати узгоджуються з теоретичними підходами психоаналізу, представленими у межах психодинамічних та сучасних інтегративних підходів до розуміння нарцисизму, а також сучасними концепціями самопсихології [21].

Таким чином, результати емпіричного дослідження підтверджують складність і багатовимірність нарцисичних проявів у дорослих осіб. Вони засвідчують, що нарцисизм у дорослому віці слід розглядати як динамічний феномен, що формується під впливом індивідуальних та соціальних чинників. Це створює підґрунтя для розробки психологічних рекомендацій і програм підтримки, спрямованих на гармонізацію особистісного функціонування.

3.2. Обґрунтування програми психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними проявами

Розробка програми (див. Додаток А) психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними проявами ґрунтується на результатах теоретичного аналізу та емпіричного дослідження. Зокрема, при розробці програми було враховано виявлений зв'язок між вразливим нарцисизмом і нестабільною самооцінкою, а також підвищеним рівнем емоційної напруженості та чутливості до оцінювання з боку оточення. Виявлені особливості нарцисизму у дорослому віці зумовлюють необхідність комплексного підходу до психологічної роботи. Програма має бути спрямована не на усунення нарцисичних рис, а на їх усвідомлення та конструктивну інтеграцію у структуру особистості. Такий підхід відповідає сучасним уявленням про нарцисизм як багатовимірний феномен.

Основною метою програми є зниження дезадаптивних проявів нарцисизму та розвиток здатності до саморегуляції й емоційної стабільності у межах рекомендаційного та підтримувального підходу. Особливий акцент робиться на роботі з вразливими формами нарцисизму, які супроводжуються внутрішньою нестійкістю та зниженою самооцінкою. Це узгоджується з результатами досліджень, що вказують на тісний зв'язок між вразливим нарцисизмом і психологічним неблагополуччям [3]. У межах програми передбачається формування більш реалістичного та стійкого Я-образу.

Важливим завданням психологічної підтримки є розвиток навичок емоційної регуляції. Особи з нарцисичними проявами часто мають труднощі у розпізнаванні та прийнятті власних емоцій. Робота в цьому напрямі сприяє зменшенню внутрішнього напруження та підвищенню рівня психологічного комфорту. Зазначене відповідає положенням про роль емоційної сфери у функціонуванні нарцисичної особистості [8].

Програма також передбачає розвиток навичок конструктивної міжособистісної взаємодії. Особливу увагу доцільно приділяти формуванню здатності до емпатії та прийняття іншого без знецінення або ідеалізації. Це дозволяє зменшити конфліктність у стосунках і підвищити якість соціальної взаємодії. Подібний підхід відповідає сучасним психотерапевтичним моделям роботи з нарцисичними клієнтами [18].

Важливою складовою програми є робота з самооцінкою. Зміцнення внутрішніх опор особистості сприяє зниженню потреби у зовнішньому підтвердженні власної цінності. Це дозволяє зменшити залежність від оцінювання з боку оточення та підвищити рівень автономності. Такий напрям роботи відповідає висновкам досліджень щодо ролі самооцінки у структурі нарцисичної особистості [23].

Отже, запропонована програма психологічної підтримки базується на результатах емпіричного дослідження та сучасних теоретичних підходах. Вона спрямована на гармонізацію особистісного функціонування дорослих

осіб з нарцисичними проявами та створює умови для їх психологічного благополуччя.

З урахуванням отриманих емпіричних результатів та сучасних наукових підходів до розуміння нарцисичних проявів було обґрунтовано програму психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними рисами. Розгорнутий опис програми, її мету, завдання, структуру та очікувані психологічні ефекти подано у Додатку А.

3.3. Умови реалізації та очікувані психологічні ефекти програми підтримки

Ефективна реалізація програми психологічної підтримки (Додаток А) потребує дотримання низки організаційних та психологічних умов. Насамперед важливим є забезпечення безпечного та приймального простору для учасників програми. Це дозволяє знизити рівень психологічного захисту та сприяє більш відкритій взаємодії. Для осіб з нарцисичними проявами відчуття безпеки є особливо значущим [18].

Важливою умовою є індивідуалізація психологічної роботи з урахуванням рівня та типу нарцисичних проявів. Диференційований підхід дозволяє врахувати як грандіозні, так і вразливі аспекти нарцисизму. Це відповідає сучасним уявленням про необхідність гнучких психологічних інтервенцій [11]. Програма має бути адаптованою до індивідуальних потреб учасників.

Очікуваними психологічними ефектами реалізації програми є зниження рівня емоційної напруженості та підвищення емоційної усвідомленості. Учасники можуть набути здатності краще розпізнавати власні емоції та адекватно на них реагувати. Це сприяє покращенню психологічного самопочуття та загального рівня адаптації. Подібні ефекти описані у вітчизняних дослідженнях з проблеми нарцисизму [3].

Ще одним очікуваним результатом є стабілізація самооцінки та формування більш реалістичного образу «Я». Це дозволяє зменшити потребу

у зовнішньому схваленні та підвищити рівень внутрішньої автономії. У довгостроковій перспективі це сприяє гармонізації міжособистісних стосунків. Такі зміни відповідають цілям психологічної роботи з дорослими особами [22].

Особливого значення у роботі з особами з нарцисичними проявами набуває усвідомлення психологом власних емоційних реакцій, ризиків контрпереносу та дотримання професійних меж, що забезпечує безпечний і ефективний консультативний процес.

Таким чином, дотримання визначених умов реалізації програми створює підґрунтя для досягнення позитивних психологічних змін. Очікувані ефекти програми узгоджуються з результатами емпіричного дослідження та сучасними теоретичними підходами до розуміння нарцисизму.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі магістерської роботи здійснено практичне узагальнення результатів теоретичного та емпіричного дослідження нарцисичних проявів у дорослому віці. Проаналізовано психологічні особливості осіб з нарцисичними рисами з урахуванням рівнів явного та вразливого нарцисизму, а також специфіки самооцінки.

Встановлено, що нарцисичні прояви у дорослому віці мають складний і суперечливий характер, поєднуючи зовнішню впевненість із внутрішньою емоційною вразливістю. Такі особливості впливають на характер міжособистісних стосунків і стратегії саморегуляції.

Показано, що нарцисичні риси [4], можуть виконувати компенсаторну функцію щодо нестабільної самооцінки. Водночас за несприятливих умов вони можуть сприяти формуванню дезадаптивних поведінкових реакцій. На основі результатів емпіричного дослідження обґрунтовано необхідність цілеспрямованої психологічної підтримки осіб з нарцисичними проявами. У розділі запропоновано програму психологічної допомоги, орієнтовану на стабілізацію самооцінки та розвиток емоційної регуляції. Програма враховує

особливості як явного, так і вразливого нарцисизму. Визначено основні умови її реалізації у практиці психологічного консультування.

Підкреслено важливість професійної позиції психолога та дотримання етичних принципів роботи. Особливу увагу приділено створенню безпечного психологічного простору. Окреслено очікувані психологічні ефекти реалізації програми. До них належать зниження емоційної вразливості та стабілізація самооцінки. Також прогнозується покращення якості міжособистісних стосунків. Розроблена програма психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними проявами має цілісний та науково обґрунтований характер, а її структурно-логічна побудова та очікувані психологічні ефекти дозволяють розглядати її як практичний інструмент діяльності психолога. Детальний зміст програми подано у Додатку А. Реалізація програми сприятиме підвищенню рівня внутрішньої автономії особистості. Очікувані результати матимуть стійкий характер за умови систематичної роботи. Запропоновані підходи мають прикладне значення. Вони можуть бути використані у практичній діяльності психологів. Отримані висновки підтверджують доцільність комплексного підходу до роботи з нарцисичними проявами у дорослому віці.

ВИСНОВКИ

1. Проаналізовано сучасні теоретичні підходи до розуміння феномену нарцисизму та нарцисичної особистості у психології. Розглянуто основні концепції нарцисизму в межах психодинамічного, гуманістичного, когнітивного та інтегративного підходів. Показано, що у сучасній психології нарцисизм розглядається як багатовимірний феномен. Він включає як адаптивні, так і дезадаптивні форми функціонування особистості. Особливу увагу приділено розмежуванню явного та вразливого нарцисизму. Проаналізовано їх психологічний зміст і функціональні відмінності. Встановлено, що нарцисичні риси не завжди мають патологічний характер. У ряді випадків вони виконують регулятивну та захисну функцію. Теоретичний аналіз дозволив окреслити ключові характеристики нарцисичної особистості. Отримані узагальнення створили концептуальне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження.

2. Визначено психологічні чинники формування та особливості функціонування нарцисичної особистості у дорослому віці. Показано, що дорослий вік є важливим етапом стабілізації особистісних рис. Нарцисичні прояви у цей період набувають більш структурованого характеру. Значну роль у їх формуванні відіграють особливості самооцінки та емоційної регуляції. Визначено вплив соціальних ролей і професійної самореалізації на інтенсивність нарцисичних проявів. Показано, що потреба у визнанні зберігає свою актуальність у дорослому віці. Нестабільна самооцінка може посилювати компенсаторні нарцисичні механізми. Такі механізми сприяють підтриманню позитивного образу «Я». Водночас вони можуть ускладнювати міжособистісну взаємодію. Виявлено зв'язок між внутрішніми конфліктами та нарцисичними стратегіями самозахисту. Це дозволяє глибше зрозуміти психологічну природу нарцисизму у дорослому віці.

3. Емпірично досліджено психологічні особливості нарцисичних проявів особистості у вибірці дорослих осіб віком від 18 до 45 років. У дослідженні використано валідні психодіагностичні методики. Це забезпечило

надійність отриманих результатів. Встановлено різні рівні вираженості явного та вразливого нарцисизму. Показано наявність вікових і статевих відмінностей у нарцисичних проявах. Чоловіки в середньому демонструють вищі показники явного нарцисизму. У жінок нарцисичні прояви мають більш помірний і стабільний характер. Молодший вік характеризується більшою варіативністю показників. Це пов'язано з процесами формування ідентичності. Виявлено, що у зрілому віці нарцисичні риси стають більш стабільними. Отримані результати підтверджують складну структуру нарцисизму. Емпіричні дані узгоджуються з теоретичними положеннями.

4. На основі результатів емпіричного дослідження та теоретичного аналізу обґрунтовано психологічні рекомендації щодо роботи з особистістю з нарцисичними рисами у дорослому віці. Розроблена програма психологічної підтримки (Додаток А) має рекомендаційний характер і спрямована на зниження дезадаптивних проявів нарцисизму, розвиток емоційної саморегуляції, стабілізацію самооцінки та формування більш зрілих моделей міжособистісної взаємодії. Програма враховує особливості як явного, так і вразливого нарцисизму, а також специфіку емоційної сфери дорослих осіб. Визначено основні умови її реалізації та очікувані психологічні ефекти, що узгоджуються з отриманими емпіричними даними. Запропоновані рекомендації можуть бути використані у практиці психологічного консультування дорослих осіб.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Баранова Н. В. (2024) Нарцисичний розлад особистості // Матеріали до 80-ї звітної студентської наукової конференції: Секція «Факультету психології та соціальної роботи». Підсекція «Психологія», Підсекція «Соціальна робота», Підсекція «Освітні, педагогічні науки» (Одеса, 23-25 квіт. 2024 р.). Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2024. С. 32-37. URL: <https://dspace.onu.edu.ua/items/76b3def0-50fb-4944-93c4-338a7dacd573>.

2. Бикова, Я. В. (2025). Психологічне дослідження нарцисизму: клінічний та соціокультурний аспект : кваліфікаційна робота / науковий керівник – к. пед. н., доцент Гапоненко Лариса Олександрівна. Кривий Ріг, 2025. 64 с. URL: https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/11750/1/%d0%91%d0%b8%d0%ba%d0%be%d0%b2%d0%b0%20%d0%af.%d0%92.%d0%ba%d0%b2_%d0%b1%d0%b0%d0%ba.pdf.

3. Васильєва, Г. В. (2021) Нарцисичні прояви та сепараційна тривога. Психологія особистості. С. 57-61. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2021/22-2021/11.pdf>

4. Горбатенко, К. В. (2025). Синдром Доріана Грея та нарцисичні риси особисті: кваліфікаційна р-та освітнього ступеня «бакалавр», студентки IV курсу, 41 групи, спец. 053 «Психологія» / керівник: к. псих. н., доцент С.П. Дерев'янка / Навчально-науковий інститут психології та соціальної роботи; Кафедра загальної, вікової та соціальної психології імені М. А. Скока. Чернігів, 2025. 59 с. URL: https://epub.chnpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/11589/1/%d0%93%d0%be%d1%80%d0%b1%d0%b0%d1%82%d0%b5%d0%bd%d0%ba%d0%be_%d0%a1%d0%b8%d0%bd%d0%b4%d1%80%d0%be%d0%bc%20%d0%94%d0%be%d1%80%d1%96%d0%b0%d0%bd%d0%b0%20%d0%93%d1%80%d0%b5%d1%8f.pdf.

5. Дванадцять ознак вразливого нарциса. URL: https://www.verywellmind.com/signs-of-a-vulnerable-narcissist-7369901?utm_source.

6. Дзюба Т. М., Коваленко О. Г. (2013). Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. URL: https://ksp.cnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/68/2021/05/%D0%92%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F-4.pdf?utm_source=chatgpt.com.
7. Загрудна Н. А. (2025) Психологічні чинники становлення нарцисичного компоненту в структурі особистості : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник Ю. М. Чемодурова. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 82 с. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/bitstream/12345/25726/1/%d0%97%d0%b0%d0%b3%d1%80%d1%83%d0%b4%d0%bd%d0%b0%20%d0%9d.%d0%90..pdf>
8. Католик, Г., Живко, З., & Одинцова, Г. (2023) Особливості прояву депресивності у нарцисичних осіб: дослідження в часі війни. Вчені записки Університету «КРОК», (2(70)), 147-158. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-70-147-158>.
9. Кашпур, Ю., Молочко Я. (2025) Нарцисична спрямованість як чинник соціальної успішності // Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки : зб. наук. праць / за наук. редакцією І. С. Булах. – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Вип. 27 (72). С. 77-85. URL: <https://enpuir.udu.edu.ua/entities/publication/618bb664-3023-4c8e-8cf1-21f8c1f482f4>.
10. Кирницька М. О. (2023) Чинники формування особистості з нарцисичною детермінантою: магістерська кваліфікаційна робота. Київський інститут сучасної психології та психотерапії. URL: <https://surl.lu/pajhtx>.
11. Клименко М. Р. (2021) Нарцисична саморегуляція як чинник особистісного самоздійснення : дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії : 053 – психологія / Марія Романівна Клименко ;

Міністерство освіти і науки України, Львівський національний університет імені Івана Франка, Національний університет «Львівська політехніка». – Львів, 2021. – 268 с. URL: <https://ena.lpnu.ua/items/2790233d-508a-4cf1-91d7-aeee809c6800>.

12. Король Л. В. (2017) Причини формування нарцисичної особистості. *Молодий вчений*, (3), 263-267. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_3_63.

13. Кривенко, І., Пилат, Н., та Сенік, О. (2022). Вимірювання «блакитного» обличчя нарцисизму: психометричні властивості українського перекладу шкали гіперчутливого нарцисизму в неклінічних групах. *Журнал освіти, культури та суспільства*, 13 (2), 395-414. URL: <https://doi.org/10.15503/jecs2022.2.395.414>.

14. Меленчук Н. І., Шудра А. А. (2021) Особливості нарцисичних проявів особистості у осіб з різним рівнем локусу контролю. *Вісник післядипломної освіти* Вип. 16(45). С. 58. URL: http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/visnyk_PO/16_45_2021/social/Bulletin_16_45_Social_and_behavioral_sciences_Melenchuk_Shudra.pdf?utm_source=chatgpt.com.

15. Нарцисизм у терапії: порівняння підходів Кохута і Кернберга (2025) URL: <https://thepsychologist.com.ua/top-article/nartsysyzm-u-terapii-kokhut-i-kernberg>.

16. Нарцисичний опитувальник особистості (NPI-16) URL: https://www.eztests.xyz/tests/narcissistic_npi16/#google_vignette.

17. Павлюк В., Гупаловська В. (2023) Роль нарцисизму у формуванні сексуальних сценаріїв жінок. URL: https://archive.journal-grail.science/index.php/2710-3056/article/view/1886?utm_source=chatgpt.com.

18. Паламарчук Л. В. (2020) Особливості нарцисичного розладу особистості і корекційна робота з особами нарцисичного типу. URL: https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2021/10/stattia-burkovska_2020.pdf#page=116.

19. Пастушенко В. (2025) Дослідження рівня нарцисизму серед української молоді: соціокультурні фактори та психологічні наслідки. Психологічний журнал. 11(9):25-40. URL: https://www.researchgate.net/publication/396982347_RESEARCH_ON_THE_LEVEL_OF_NARCISSISM_AMONG_UKRAINIAN_YOUTH_SOCIOCULTURAL_FACTORS_AND_PSYCHOLOGICAL_CONSEQUENCES.
20. Пилат Н., Сенік О., Кривенко-Горбаль І. (2021) Українська адаптація короткої версії дослідник особистісного нарцисизму (NPI-16): Аналіз психометричних показників. Наукові студії з соціальної та політичної психології. Вип. 48(51). Соціальна психологія особистості. С. 76-89. URL: https://www.researchgate.net/publication/358434646_Ukrainskomovna_adaptacia_kороткої_версії_опитувальника_особистісного_narcisizmu_NPI-16_Analiz_psihometricnih_pokaznikiv.
21. Романова О. (2020) Нарцисизм: філософські та психоаналітичні аспекти вибору любові в бутті сучасної людини. URL: https://www.researchgate.net/publication/348854753_NARCISIZM_FILOSOFSKI_J_PSIHOLOGICNI_ASPEKTI_VIBORU_LUBOVI_V_BUTTI_SUCASNOI_LUDINI.
22. Савчин М. В., Василенко Л. П. (2024) Психологія дорослості // Вікова психологія: навчальний посібник. 6-те видання, перероблене, доповнене. 2024. С. 279-303. URL: https://textbook.com.ua/psihologiya/1473452492/s-39?utm_source=chatgpt.com.
23. Саннікова О. (2021) Прояви неклінічного нарцисизму: пошук індивідуальних детермінант. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. С. 87-98. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/36458/Sannikova.pdf?sequence=1>.
24. Сенюк Н. (2024) Особливості прояву нарцисизму у сучасної молоді. Магістерська кваліфікаційна робота на здобуття наукового ступеня магістра за спеціальністю 053 – Психологія. Національний університет

«Львівська Політехніка», м. Львів, 2024. URL: <https://ena.lpnu.ua:8443/server/api/core/bitstreams/2d00c1c8-3dd5-40f1-9d1c-b3a1bb44c050/content>.

25. Справцева К. (2023) Особливості прояву нарцисизму при самопрезентації у соціальних мережах // Наукові перспективи. № 12(42). 2023. С. 931-945. URL: <https://perspectives.pp.ua/index.php/np/article/view/8339/8384>.

26. Фільц О., Мединська Ю. До поняття конструктивної нарцистичної регуляції. URL: <https://uipu.com.ua/do-ponyattya-konstruktyvnoyi-narczystych/regulyacii>.

27. Чуйко Г. Нарцисизм і самоактуалізація особистості URL: https://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/download/670/256.

28. Шевчук О. М., Яковлева О. С. (2024) Нарцисичний розлад особистості: що це, причини та як проявляється. URL: https://apteka.net.ua/articles/nartsysychnyy-rozlad-osobystosti-shcho-tse-prychyny-ta-yak-proyavlyayetsya?utm_source=chatgpt.com.

29. Шкала самоповаги М. Розенберга URL: <https://life-psy.blog/2019/02/02/%D1%82%D0%B5%D1%81%D1%82-%D0%BD%D0%B0-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%B3%D1%83/>.

30. Яремко Л. (2020) Особливості мотивації у студентів з різним рівнем нарцисизму: магістерська робота. УКУ. URL: <https://er.ucu.edu.ua/bitstreams/f044cd39-d928-4662-b34c-1a326fada8a7/download>.

31. Ames, D. R., Rose, P., & Anderson, C. P. (2006). *The NPI-16 as a short measure of narcissism*. Journal of Research in Personality, 40(4), 440–450. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0092656605000504>

32. Coleman S. R. M., et al. (2022) *Delay discounting and narcissism: A meta-analysis* // Journal (meta). 2022. URL: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9064993/?utm_source=chatgpt.com.

33. Day, N. J. S. , Townsend, M. L. , &Grenyer, B. F. S. (2022). Pathological narcissism: An analysis of interpersonal dysfunction within intimate relationships. *Personality and Mental Health*, 16(3), 204-216. 10.1002/pmh.1532. URL: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9541508/?utm_source=chatgpt.com.
34. Kapetanovic S., Andersson L., Svensson R. (2024). *Validation of the Super-Brief Pathological Narcissism Inventory (SB-PNI) among adolescents // Current Psychology*. 2024. https://www.researchgate.net/publication/378494382_Validation_of_the_Super-Brief_Pathological_Narcissism_Inventory_SB-PNI_among_Swedish_adolescents.
35. Kjellström, S., & Stålné, K. (2017). Adult development as a lens: Applications of adult development theories in research. *Behavioral Development Bulletin*, 22(2), 266–278. <https://doi.org/10.1037/bdb0000053>. URL: <https://psycnet.apa.org/fulltext/2017-04406-001.html>.
36. Lachman M., Teshale S., Agrigoroaei S. Midlife as a Pivotal Period in the Life Course: Balancing Growth and Decline at the Crossroads of Youth and Old Age. <https://doi.org/10.1177/0165025414533223>.
37. Lachman, M. E. (2015). Mind the Gap in the Middle: A Call to Study Midlife. *Research in Human Development*, 12(3–4), 327–334. <https://doi.org/10.1080/15427609.2015.1068048>. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15427609.2015.1068048>.
38. Mahadevan N. (2024) *Conceptualizing grandiose and vulnerable narcissism as alternative status-seeking strategies // Social and Personality Compass (огляд/теорія)*. URL: compass.onlinelibrary.wiley.com.
39. Mehta, C., Arnett, J. J., Palmer, C. G., & Nelson, L. J. (2020). Established Adulthood: A New Conception of Ages 30 to 45. *American Psychologist*, 75, 431-444. doi.org/10.1037/ amp0000600. URL: https://scholarsarchive.byu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=5649&context=facpub&utm_source=chatgpt.com

40. Pylat, N., Senyk, O., & Kryvenko, I. (2021). Українськомовна адаптація короткої версії опитувальника особистісного нарцисизму (NPI-16): аналіз психометричних показників. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 48(51), С. 76–89.
https://www.researchgate.net/publication/358434646_
41. Sgaramella, T. M., Zammitti, A., & Magnano, P. (2024). Navigating Adult Life from Emerging to Middle Adulthood: Patterns of Systemic Influences and Time Perspective in Migrants. *Behavioral Sciences*, 14(2), 86.
<https://doi.org/10.3390/bs14020086>. URL: https://www.mdpi.com/2076-328X/14/2/86?utm_source=chatgpt.com.
42. Weinberg I., Ronningstam E. (2022) Narcissistic personality disorder: Progress in understanding and treatment // Focus. 2022.
<https://psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.focus.20220052>.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ДОРΟΣЛИХ ОСІБ З НАРЦИСИЧНИМИ ПРОЯВАМИ

1. Загальна характеристика програми.

Програма психологічної підтримки дорослих осіб з нарцисичними проявами розроблена з урахуванням сучасних наукових уявлень про нарцисизм як континуум особистісних рис, що можуть мати як адаптивний, так і дезадаптивний характер. Програма має рекомендаційний характер і спрямована на використання у практичній діяльності практичних психологів, психотерапевтів та фахівців психологічної служби.

Програма не передбачає обов'язкової клінічної діагностики нарцисичного розладу особистості, а орієнтована на роботу з нарцисичними рисами та проявами, що виявляються у дорослому віці та впливають на міжособистісні стосунки, емоційну регуляцію і професійну реалізацію особистості.

2. Мета та завдання програми.

Мета програми: психологічна підтримка дорослих осіб з нарцисичними проявами шляхом розвитку емоційної саморегуляції, усвідомлення особистісних особливостей, зниження дезадаптивних форм нарцисизму та формування більш зрілих способів взаємодії з оточенням.

Завдання програми:

1. Сприяти усвідомленню особистістю власних нарцисичних рис та їх впливу на міжособистісні стосунки.
2. Розвивати здатність до емоційної рефлексії та емпатії.
3. Формувати навички конструктивної самопідтримки та адекватної самооцінки.
4. Зменшувати прояви емоційної вразливості, тривоги та захисної агресії.
5. Підтримувати розвиток відповідальності за власні почуття і поведінку.

3. Цільова аудиторія програми.

Цільовою аудиторією програми є дорослі особи віком від 25 до 45 років, у яких спостерігаються виражені нарцисичні риси (грандіозність, потреба у визнанні, підвищена чутливість до критики, труднощі в емпатії), що ускладнюють міжособистісну та професійну взаємодію, але не потребують спеціалізованого психіатричного лікування.

4. Теоретико-методологічні засади програми.

Програма ґрунтується на положеннях:

- психодинамічного підходу (розуміння нарцисизму як захисного механізму особистості);
- гуманістичної психології (орієнтація на особистісний розвиток і самоприйняття);
- когнітивно-поведінкового підходу (робота з дезадаптивними переконаннями та поведінковими стратегіями);
- сучасних концепцій емоційної регуляції та психологічної зрілості.

5. Структура програми.

Програма реалізується у формі індивідуальної або групової психологічної роботи та включає три взаємопов'язані етапи:

Етап 1. Діагностико-орієнтаційний. Спрямований на первинне психологічне обстеження, формування терапевтичного контакту, уточнення запиту та підвищення мотивації до психологічної роботи.

Етап 2. Корекційно-розвивальний. Передбачає роботу з емоційною сферою, самооцінкою, особистісними межами, переживанням критики та формуванням більш адаптивних моделей міжособистісної взаємодії.

Етап 3. Підсумково-інтегративний. Спрямований на закріплення позитивних змін, розвиток навичок самопідтримки та інтеграцію набутих психологічних ресурсів у повсякденне життя.

6. Форми та методи роботи.

У межах програми можуть використовуватися такі форми і методи психологічної роботи (наприклад, аналіз реакцій на критику, робота з образом «ідеального Я», рефлексія ситуацій знецінення):

- психологічне консультування;
- елементи психологічної освіти;
- рефлексивні бесіди;
- техніки усвідомлення емоційних станів;
- робота з життєвими сценаріями;
- вправи на розвиток емпатії та самоприйняття

7. Очікувані результати реалізації програми.

Очікуваними психологічними ефектами реалізації програми є:

- підвищення рівня емоційної усвідомленості;
- зниження дезадаптивних проявів нарцисизму;
- формування більш стабільної та адекватної самооцінки;
- покращення міжособистісних стосунків;
- розвиток навичок конструктивної саморегуляції.

8. Обмеження програми.

Програма не є психотерапевтичним втручанням у клінічному розумінні та не призначена для осіб із діагностованим нарцисичним розладом особистості у важкій формі. У таких випадках рекомендоване звернення до спеціалізованої психотерапевтичної допомоги. Ефективність реалізації програми значною мірою залежить від рівня мотивації клієнта до саморефлексії та готовності працювати з власною вразливістю.