

## ГРАНДИОЗНОЕ ОДИНОЧЕСТВО НАРЦИССИЗМ КАК АНТРОПОЛОГИЧЕСКО-ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН\*

АЛЬФРЕД ЛЭНГЛЕ

Проблематика самооценности, основная тема нарциссизма, проявляет себя не только в личном переживании, но с гораздо большей силой – во взаимодействии с другими людьми. Этой существенной характеристике нарциссизма посвящена первая часть данной публикации, где явление нарциссизма рассматривается с антропологической точки зрения в сопровождении ряда ссылок на социологический и культурно-исторический аспекты, а также психологию развития

Во второй части статьи дается описание интер- и интраперсональных предпосылок, необходимых для формирования Я. Раскрывается центральное понятие экзистенциально-аналитической психологии – бытие человека как Person. На этом фоне нарциссизм понимается как нарушение, затрагивающее именно сферу взаимодействия между структурой Я и бытием Person.

В заключение в свете представленного теоретического подхода дается яркое описание психопатологии и психопатогенеза нарциссических нарушений личности.

---

\* *Альфред Лэнгле (Австрия) – доктор медицины и философии, психотерапевт, председатель международного Общества логотерапии и экзистенциального анализа в Вене (GLE-International), преподаватель университетов Вены и Инсбрука.*

*Статья подготовлена автором по материалам его доклада на Международном конгрессе по нарциссизму в г.Зальцбурге (апрель 2002г.) специально для Московского психотерапевтического журнала.*

## 1. Нахождение себя – персональная тема бытия в обществе

*Само-становление* – то есть *интимное нахождение своего Я* и формирование *самоценности* в соотношении с внешним миром – обширная тема, сопровождающая каждого человека в течение всей его жизни. Кто из нас не сталкивался с такими вопросами как: „*Имею ли я право быть таким, каков я есть? Имею ли я право быть самим собой* – в профессии, в партнерстве, в отношениях с родителями?“

Однако эти вопросы мы решаем не только наедине с собой. Процесс самостановления ставит нас непосредственно перед *обществом*, заставляет взглянуть в зеркало общества. Поэтому тема нарциссизма касается каждой культуры и каждого сообщества.

У общества есть *нормы*; используя как официальные, так и негласные законы, общество решает, в какой степени отдельный человек имеет право быть самим собой и делать то, что он хочет. Общество поощряет все то, что для него желательно, наказуя иное. Методы, которые используются для “формирования Сверх-Я”, часто бывают достаточно скрытыми. Большой силой воздействия обладают, например, тенденции моды, правила и стереотипы поведения, которые принимаются или, напротив, бойкотируются молодежью и взрослыми. Открытость в отношениях друг с другом в коллективе, семье, школе часто регламентируется *неписаными законами*, говорящими о том, насколько далеко человек имеет право зайти в этой открытости. Имею ли я, например, право сказать коллеге, что беспокоюсь за него, потому что каждое утро от него пахнет алкоголем? Будет ли это рассматриваться как проявление моей заботы и ответственности или же как нарушение некой личной интимной границы? Существуют ли в данном случае какие-либо общественные табу? Или же здесь идет речь о моем собственном чувстве персональных границ, собственной моей неуверенности, может быть, стыдливости или вообще трусости?

Нужно также сказать, что современный *стиль воспитания* способствует проявлению нарциссических тенденций. Так, например, у молодежи и детей приветствуется стремление к успеху, а отнюдь не скромность, как это было всегда, – сегодня скромность больше не является “украшением” человека. Подчеркивается первостепенное значение индивидуальных потребностей, а не общего блага, значение самореализации, развития Собственного, креативного, ценности обладания и достижения и т.д.

С самостановлением неизбежно связан конфликт между Я и обществом, ибо для формирования Я, с одной стороны, требуется *отграничение* себя от других, а с другой – Я и общество *обуславливают* друг друга и в известном смысле являются неразделимыми. Тема нарциссизма, таким образом, находится в напряженном поле между *интимным и общественным*, между

отграничением и бытием открытым, между Я и Ты, между разносторонней зависимостью человека от общества и стремлением от этой зависимости освободиться. Подобное напряжение нередко становится причиной страха перед жизнью в обществе: „Если другие, увидев меня, поймут, каков я на самом деле, – будут ли они ценить, любить и уважать меня? Могу ли я любить себя, если другие меня не любят? В какой степени я должен подстраиваться к другим?“

## 2. Западный и восточный пути нахождения себя

В данной статье мы не имеем возможности подробно останавливаться на культурно-исторических рамках, представляющих собой увлекательную тему в контексте отношения индивидуума и общества. Однако ввиду того, что экзистенциально-аналитическая точка зрения образует некий мостик между Западом и Востоком, здесь можно коротко упомянуть о противоположности культур, ни в какой другой сфере не проявляющей себя так сильно, как в отношении к индивидуальности:

- на Западе господствует *центрирование на субъекте*;
- на Востоке культивируются практики *отказа от себя, опустошения, чистой само-трансценденции*.

Запад с давних пор и до настоящего времени идет по пути *индивидуализации*. Формирование самости, автономности и самоответственности, развитие собственной инициативы и защита частной жизни здесь закреплены обществом. Как известно, над входом в Дельфийский оракул, подобно девизу нашей культуры, было начертано ставшее популярным высказывание: „Познай самого себя! – *Gnothi sauton!*“ Заниматься самим собой, познать себя, совершенствовать себя – это *западный* императив. Из этого источника берут начало такие западные “продукты” как самопознание, психоанализ, конкурирующее свободное рыночное хозяйство, демократия, маленькая семья и родители, воспитывающие детей в одиночку.

Совсем по-иному выглядят духовные установки на Востоке. Там провозглашается прямо противоположный путь: “Не обращай на себя внимания”. Отказаться от себя, стать “пустым”, не иметь желаний, тренироваться в том, чтобы пренебречь собственными побуждениями и позволить миру “забрать” себя – в этом заключается задача восточного человека. Данную цель невозможно достичь с помощью рационального познания. Только *Делать*, постоянно тренироваться, упражняться духовно (все это осуществляется с помощью медитации, физических упражнений, рисования мандал). *Дао* – это путь пустоты, стирания индивидуального, возврат к соединяющему все общему, потому что индивидуальное рассматривается как часть большего целого.

Эти два противоположных пути обозначают *полюса*, внутри которых происходит самостановление: познавать vs упражняться, искать себя vs

забыть себя, самопринятие vs самотрансценденция. Сегодня мы наблюдаем за интересным экспериментом, в ходе которого происходит спонтанное взаимопроникновение западной и восточной культур: у нас – благодаря возрастающему распространению восточных единоборств и философских течений, на Востоке благодаря приходу демократии и западного рыночного хозяйства.

Однако, как и прежде, в нашей цивилизации доминирует стремление к дальнейшему расширению индивидуальности. Западные люди чувствуют себя несчастными, если они не создали ничего своего, не смогли себя реализовать. Мы с пеленок учим этому наших детей – добиваться успеха, чего бы то ни стоило, быть в достаточной степени агрессивными. Мы претендуем на то, чтобы иметь собственные потребности, которые считаются оправданными просто потому, что они у нас есть.

Вне сомнения, *наше время* несет в себе *значительные черты нарциссизма* в силу того, что эгоизм, индивидуализм, самореализация и саморазвитие, освобождение подавленной агрессии, собственная выгода культивируются всеми институтами либерального, способствующего развитию частной инициативы рыночного хозяйства. Такого рода духовная позиция словно бы служит мотором, который поддерживает на Западе движение всего: экономики, педагогики, частной жизни, политики, а также и психотерапии. Однако с не меньшими основаниями можно утверждать, что то же самое является и *бедой* нашего времени, – когда родители все менее становятся доступными для детей, дети все больше времени проводят не в кругу семьи, а у экранов телевизоров, когда старость становится все более одинокой, а число самоубийств, несмотря на улучшение качества медицинской и психологической помощи, в некоторых странах превышает число погибших в дорожных авариях.

### 3. Экзистенциальная задача Само-становления

Теперь мы подошли к *антропологической* перспективе – к вопросу о Я и Person. Речь здесь идет о следующих вопросах: „Кто я есть? – Как мне стать “я”, быть “я”, все больше и больше становиться “я”? – Что мне нужно сделать для того, чтобы не только найти это Я, но и научиться его *ценить*?” Для того чтобы быть самим собой, требуются две вещи: отграничивающее себя *отношение к миру* и к другим людям и достаточная ясность в *обхождении с самим собой* (что также можно назвать “отношение к самому себе”). То и другое, в свою очередь, предполагает наличие следующих предпосылок\* :

- восприятие самого себя и отграничение себя;
- соотнесение с Собственным;

\* По своему содержанию эти предпосылки имеют аналогию с „фундаментальными экзистенциальными мотивациями“ (см. (Лэнгле, 2001) и конец этой главы).

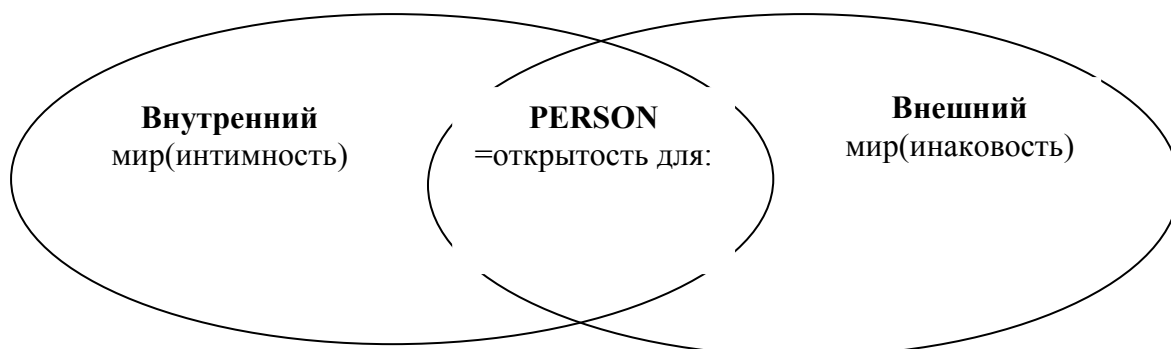
- суждение о самом себе;
- умение вписаться в общественный контекст (*Встреча*).

Конкретно это означает: чтобы стать самим собой, нужно сначала увидеть самого себя и составить *картину* себя, что становится возможным благодаря определенной внутренней и внешней *дистанции* по отношению к собственным чувствам, решениям, действиям. А для того, чтобы установить эту дистанцию по отношению к себе самому, в первую очередь требуется встреча с другим человеком. По контрасту с другим становится отчетливой отличие Собственного. Если теперь человек соотнесется с этим Собственным и станет также уважать Собственное другого человека, то становится возможной истинная *Встреча*. Достигнув такого *зрелого* уровня нахождения себя, человек может так вставить себя в контекст общества, что становится возможным свободное бытие собой в поле отличающегося от меня другого.

*Состоявшееся самостановление*, таким образом, означает бытие собой с чувством *внутреннего согласия* и с *данным себе разрешением* быть таким, несмотря на все отличия от других. Не нужно прятать, скрывать свое, можно предстать перед другими, не стыдясь за свои мысли, чувства, за свою биографию, идеалы, цели. Человек способен *стоять за себя*, смотреть самому себе в глаза и не бояться быть самим собой перед другими. А это возможно только тогда, когда при всей верности себе (*внутренний полюс*) адекватно относишься к другим, также предоставляя им возможность быть самими собой (*внешний полюс*); к другим, через взгляды которых ты был себе подарен, и благодаря кому для нас раскрылось наше Собственное. Без этих встреч мы не смогли бы стать теми, кто мы есть (см. ниже, глава 5).

Ни один человек не может стать самим собой без *встречающего взаимодействия* с другим. Бубер (1973) и Франкл (1975) так кратко сформулировали этот факт: „Я становится Я у Ты“. Образование Я-ядра может произойти только в *интерперсональной* среде. Я не может действительно состояться без того, чтобы дать себя затронуть, встретить, разбудить (вспомните о таком прекрасном сказочном образе, как Спящая Красавица). Вероятно, формирование Я не являлось бы необходимостью, если бы мы не были зависимы от общества и не должны были в нем утверждаться.

Таким образом, *динамическая структура бытия Person* заключается в *двойном соотношении*: вовне и вовнутрь. Одной стороной Person полностью находится в *интимности* своего внутреннего мира, а другой – в *публичности* бытия-увиденным другими и зависимости-от-других.



**Рис. 1.** Двойное соотнесение, характеризующее Person: иметь интимность и „лицо“ в обществе

Мы видим экзистенциальную задачу становления Person как необходимость обрести в этом двойном соотнесении собственную *самоценность*, обосновать ее внутренне (в чувствующем отношении к себе самому) и утвердить вовне (в поступках и в общении с другими людьми). Для этого в равной мере необходимы как помощь со стороны других, так и отграничение от них; включенность в сообщество, однако без того, чтобы симбиотически в нем раствориться\*. Несмотря на всю силу зависимости от других, следует добиваться собственной автономности, дабы индивидуальность в ее ценности смогла стать действительно плодородной.

В этой открытости и в этом дышащем обмене с другими таятся разного рода *опасности* – приспособления, зависимости, нескромности, обесценивания, различных злоупотреблений, потери Я. Опасности, которые приходят к Person извне и возникают изнутри вследствие незрелости, неопытности, недостаточного равновесия между желаниями и возможностями.

Person в этой своей *двойной функции* служит *мостиком* между Я и обществом. Благодаря Person интимность во внутреннем мире выступает в соотнесенности с ценностью другого. Парадоксальным образом общественное связано с собственным Внутренним, на многих уровнях имеется глубокая связь отдельного человека с другими людьми, поскольку, в принципе, другой – такой же, как я\*. Если мы хотим быть самими собой, мы не можем не прилагать усилий к тому, чтобы любить и ценить *другого*,

\* Eckhardt (1992) удалось эмпирически подтвердить, что самоценность складывается из обоих этих компонентов: из чувства по отношению к собственной ценности, т.е. по отношению к ценности собственной жизни (в соответствии со второй фундаментальной экзистенциальной мотивацией) и признания ценности собственных достижений (в соответствии с третьей фундаментальной экзистенциальной мотивацией).

\* Можно сказать, что это соответствует основной христианской заповеди: “Возлюби ближнего своего, как самого себя”.

встречать его. Так, уже в главной христианской заповеди любовь к ближнему сформулирована как базовая установка, поддерживающая культуру и способствующая человеческому взаимодействию.

Однако если естественная открытость Person *отвергается* другими людьми, если ею злоупотребляют, скрыто используют в своих целях, то человек утрачивает возможность проживать себя как Person. Это про является в чувстве *потери Я*<sup>\*\*</sup>. Бывает достаточно уже того, что ты в свое время не был замечен или принят всерьез, что взрослые не считали достаточно важным уделить ребенку несколько минут, вникнуть в то, что его трогает. Человек, которому нужен другой и который ищет другого – независимо от возраста – чувствует *потерянность*. Если подобное ощущение постоянно, как может быть преодолено собственное растворение, боль этой потери себя? Забегая вперед, скажем: через компенсацию за счет внешних объектов, если сам субъект так мало стоит. В *нарциссизме* поиски возможностей обосновать ценность бытия-самим-собой патологически деформируются.

Конечно, человек стоит не только перед задачей самостановления и формирования Я. Для полноты представлений здесь следует упомянуть о том, что в экзистенциальном анализе мы выделяем еще три такие же фундаментальные сферы, которые являются необходимыми для осуществления исполненной экзистенции. Так как они проявляют себя в любых решениях и действиях, мы называем их **фундаментальными экзистенциальными мотивациями** (Längle, 1999). Коротко говоря, они состоят в стремлении человека к тому, чтобы:

- справиться с *миром*, условиями, в которые он нас ставит, и предоставляемыми им возможностями;
- справиться с *жизнью* – ростом, созреванием, брэнностью существования и связанными с этим желаниями и страданиями;
- открыться своему *будущему*, всему, что предстоит, и тому бóльшему целому, во взаимосвязи с которым человек себя ощущает – то есть, действуя, посвятить себя *смыслу*.

#### **4. Экскурс в экзистенциально-аналитическую психологию развития**

Именно благодаря утверждению самоценности и формированию Я, мы не ограничиваем психологию развития только юношеским возрастом. Формирование Я, самости<sup>\*</sup>, самоценности, по нашим представлениям, находится в постоянном движении, проходит через разные фазы, которые, в зависимости от своих особенностей, могут способствовать этому процессу

---

<sup>\*\*</sup> Еще раз скажем, что под Самостановлением мы понимаем формирование Я и обретаемую благодаря этому возможность проживать себя как Person, что составляет основу Самоценности.

<sup>\*</sup> Под “самостью” в экзистенциальном анализе понимается пространство потенциальных возможностей, доступных для Я. В.Франкл (1975) определяет самость как “пространство, в котором Я дышит” (Прим. ред.).

либо затруднять его, и это продолжается *в течение всей жизни*. Нам не удалось установить фазы, в которых происходит некое “окончательное запечатление” этих внутренних инстанций, после которого дальнейшее их изменение практически прекращается. Если бы это было не так, то невозможным было бы и изменение посредством психотерапии.

Складывается впечатление, что человек *в любом возрасте чувствителен* по отношению к формированию самооценности. Чувствителен и раним. Уже у годовалого ребенка заметно возрастает чувство собственной значимости, если его хвалят, – за то, что он начал ходить, за каждое его небольшое самостоятельное действие, за его усердие и успехи в том, чтобы научиться самому “ходить в туалет”. И так же чувствует себя двухлетний малыш; ребенок, который начал ходить в детский сад, испытывая поначалу чувство неуверенности по отношению к другим детям; ребенок в школьном возрасте, который получает первый опыт обучения в группе сверстников. Затем следует фаза особой чувствительности в отношении формирования самооценности – *пубертатный период*, когда возникает задача обнаружить себя вновь – в изменившейся телесности, новом мире чувств и новом способе познания. Однако и вступление в мир профессии, в близкие отношения с человеком противоположного пола и в отношения со своей собственной жизнью представляют для самооценности новые нагрузки, новые задачи и возможности для развития. Далее – середина жизни, первый взгляд на то, что было достигнуто, весьма вероятно – кризис со всеми его атрибутами; конкуренция в профессии, первые проявления старения, взросление детей, возможно, увольнение, расставание с партнером, новые близкие отношения; климакс, выход на пенсию и т.д. – мы постоянно меняемся в нашей картине себя и в нашей самооценности, в обхождении с самими собой и с другими и постоянно должны соотноситься с новыми ценностями и возможностями.

Все эти процессы изменения Я происходят, конечно, не только в интимности восприятия человеком себя самого, но и в публичности бытия увиденным – в том, как ко мне обращаются, в моем воздействии на других. Они сопровождаются уверенностью и неуверенностью в себе, стремлением к пониманию себя и поисками себя в идентификации с различными персонажами во всей палитре образов – от Пеппи Длинныйчулок до Терминатора, если речь идет о детстве, до сопричастности различным социальным группам и клубам по интересам в более взрослом возрасте.

*Следующая характеристика* нашей психологии развития заключается в том, что, в отличие от разработчиков моделей глубинной психологии, мы не акцентируем роль “*значимых других*” (в основном, отца и матери) в такой мере, как они. Бесспорно, что психически-духовное развитие именно самооценности происходит в общении с другими, и, вне сомнений, самые близкие и важные контактные лица играют при этом выдающуюся роль.



Однако в нашей антропологии мы видим во взаимодействии с другими только одну – *внешнюю сторону* бытия Person. Другая же, не менее обширная и значимая – *внутренняя сторона, то есть* общение с самим собой, обхождение с собой, соотнесение с собственным внутренним миром и своей внутренней глубиной. Эту сторону, конечно, труднее наблюдать и труднее описывать, по сравнению с опытом, полученным вовне. Надо заметить, что Конструктивный *внутренний диалог* со своей собственной глубиной не является всего лишь интернализацией внешних интеракций, даже если они и прокладывают пути для внутренних процессов. Если вообще существует такое явление как *свобода*, то где же еще, как не в этом соотношении человека с самим собой, она может проявиться? Где же еще, если не здесь, может зародиться *действительно Персональное* и *Собственное* и присоединиться к тому, что было пережито в результате приходящего извне, – зародиться тихо, робко, вначале, вероятно, незаметно, или же, напротив, бурно, импульсивно пробиваясь вперед? С точки зрения экзистенциального анализа, на долю индивидуума приходится такая же степень содействия собственному психически-духовному развитию, как и на долю окружения. Его *задача* состоит в том, чтобы вступать в отношение с тем, что приходит к нему извне и изнутри, обрабатывать это и занимать по отношению к этому позицию. И только в тех случаях, когда жизненная ситуация предъявляет к человеку чрезмерные требования, в действие в виде копинговых реакций\* вступает психодинамика и временно отменяет внутреннюю свободу ради того, чтобы выжить. Однако и после таких вторжений мы вновь видим человека в его ответственности за самого себя.

### **5. Интерперсональные предпосылки образования Я**

Итак, “Кто же такой Я?” – так звучит наш вопрос. “Откуда я могу узнать, кто я такой; как я могу стать тем, кто я есть?” Для того, чтобы найти ответ на эти вопросы, человеку нужен другой, – сказали мы; без других он не сможет определить в себе Общее и Отличное.

Другие нужны человеку, чтобы приобрести три основополагающих вида опыта, необходимых для становления Я, а именно: уважительное внимание по отношению к себе, справедливое отношение и признание своей ценности со стороны других. Рассмотрим каждое из этих *внешних условий развития Я*.

а) Каждому человеку прежде всего нужно, чтобы другие *принимали во внимание его границы*. Нужно уважение того, что является его решением, его желанием, его целью и намерением, – чтобы тем самым другие люди с уважительным вниманием относились к тому факту, что он – автономный

---

\* “Копинговые реакции” – спонтанные автоматические реакции преодоления, совладания с теми ситуациями, которые представляют для человека проблему. Аналог используемого в других направлениях психотерапии понятия “защитные механизмы” (Прим. ред.).

человек со свободной волей. Также нужно, чтобы с уважительным вниманием отнеслись к тому, что составляет его *интимность*, по поводу чего только он, персонально, должен принимать решения и куда для других доступа нет, разве что их туда пригласят. К данному кругу вещей и явлений относятся, например, собственная комната, дневник, личные отношения, взгляды, мотивы и чувства. Разумеется, это не исключает общения с другими, однако ни родители, ни воспитатели, ни братья и сестры не имеют право перешагивать через эти негласно установленные границы. Когда данным правилом пренебрегают, нарушается *граница Ты*. С тем же уважительным вниманием следует относиться к тому, что отличает людей друг от друга. Насколько бесцеремонно в этой связи нередко поступают в семье, в школе, в группах! Однако особенно разрушительной является форма неуважения границ там, где происходит *злоупотребление* отношением или там, где имеет место манипулирование или применяется сила, и кто-то завладевает Собственным другого, что в случае сексуального или эмоционального злоупотребления приводит к особенно глубокому нарушению интимности\*.

б) Второе условие формирования Я – *справедливое отношение со стороны других к тому, что является Собственным человека*. Обходиться с Собственным справедливо, то есть соразмерно тому, что оно собой представляет, смотреть на его содержание, признавать его значение и ценность. Не осуждать, не переоценивать, а *адекватно относиться* к другим с их особенностями – такова следующая большая задача, которая должна решаться интерперсонально. Каждому человеку требуется *оценка того, какой он есть*, но мерки этой оценки не должны отличаться от тех, по которым оценивают других. Каждому знакомо, как это болезненно, когда чувствуешь, что с тобой обошлись несправедливо, что тебя недооценили! Чувствовать, что тебя не замечают, быть высмеянным за хорошее намерение и проявление доброй воли, получить заниженную оценку того, что ты сделал, даже если речь идет всего лишь о плохой оценке в школе, – все это может потрясти Я. Если какие-либо значимые лица относятся к человеку несправедливо, или если к какому-то человеку в отношении важных для него вещей несправедливое отношение повторяется вновь и вновь, то можно просто потерять веру в то, что ты из себя вообще что-либо представляешь. Точно так же и чрезмерные требования могут вызвать стресс в отношении самооценки или вообще ослабить Я – если, например, не учитывается степень зрелости способностей при выдвижении требований в школе, в профессии, в близких отношениях. Справедливость означает: вести себя по отношению к другому должным образом – соответственно тому, что он из

---

\* Если в основе нарциссизма лежит злоупотребление, то в большинстве случаев оно происходит не через применение силы, а через совращающее манипулятивное вмешательство в Собственное.

себя представляет, соизмеримо с теми способностями и возможностями, которые находятся в его распоряжении. Справедливое отношение признает: “Каждому – свое”, как это провозглашалось уже в Римском праве.

в) И, наконец, для полного раскрытия способностей и свободы Я че-ловеку необходим опыт *признания его ценности другими*. Необходимо, чтобы другие люди сообщили, что это *хорошо и правильно* – то, какой он есть, то, как он себя ведет, в особенности если он действительно принимает решения самостоятельно, живет исходя из себя самого. Этот аспект особенно щекотлив в практике воспитания и нашей жизни в обществе, поскольку и в семье, и в группе признание ценности часто делается, исходя из того, что является необходимым или приятным для группы, хотя самого человека это часто обрекает на приспособление и механическое функционирование. Здесь групповой эгоизм, эгоизм воспитателей или родителей может в значительной степени способствовать искажению или ослаблению структуры Я, что, например, и происходит, если важнее иметь ребенка-паиньку, чем человека, который научился обращать внимание на согласование с самим собой и жить в соответствии с этим.

Признание ценности, подразумеваемое нами, касается не просто каких-либо относительно общих качеств человека, а того, благодаря чему он придает себе особенный отпечаток, особый облик. Оно основано на глубоком взгляде, являясь, по сути, *феноменологической установкой*, которая видит *сущность Я* как проявление бытия Person, – а именно, того, что человек может черпать из своей свободы, из согласованности со своей изначальностью. Это признание той безусловной ценности, которой обладает истинное, аутентичное, глубоко Собственное, – что человек в своем глубоком чувствовании и интуитивном чутье может охватить из глубины своего бытия Person, никогда до конца не поддающейся исчерпанию.

Этот росток Я приобретает *динамику* благодаря опыту взаимосвязей, в которые включается человек и которые он считает для себя важными. Таким экзистенциальным контекстом, адресующим индивиду соответствующие требования, запросы и предложения, может быть семья, структура профессиональной деятельности, близкие отношения.

Вероятно, вы почувствовали, что в ряде пунктов мы пересекаемся с терапевтическими установками Карла Роджерса (1959). Хотя у Роджерса речь по большей части идет не о том, что было здесь представлено нами, все же, как представляется, перечисленные выше элементы формирования Я содержатся и в терапевтической установке Роджерса:

Будучи *конгруэнтным*, или аутентичным, терапевт должен соотноситься только с собой, соблюдать свои *собственные границы* и говорить о том, что он действительно чувствует и думает, – то есть выражать только *действительно Собственное*.

В *эмпатии* он должен вчувствоваться в то, что является *Собственным другого*, и в то, как другой чувствует себя в своих границах.

В *безусловном принятии, или признании ценности* речь идет в точности о том, что было описано нами в последнем пункте. Это признание ценности в обязательном порядке касается не того, что другой человек в реальности делает, а того, что он не может сам произвести, и что ему, в конечном счете, дарится: а именно – его глубинной сущности.

### **6. Формирование Я самим автономным субъектом**

Уважительное внимание, справедливое отношение и признание ценности – это те “искры зажигания”, которые извне запускают формирование структуры Я и подпитывают самооценку человека. Полученное извне стимулирует, сообщает импульсы, готовит почву, создает необходимый климат – иными словами, производит то *индуктивное поле*, в котором могут быть соединены и внутренние, и внешние предпосылки, необходимые для формирования Я. То, что приходит извне, *еще нужно сделать своим*. Как же осуществляется это согласование с *Собственным*? *Встреча самого себя происходит посредством тех же самых трех структур*, которые приходят в качестве индукции извне. Человек использует уважительное внимание, справедливое отношение и признание ценности применительно к себе самому.

а) *Уважительное внимание* связано с *установлением дистанции* по отношению к самому себе и приводит к *восприятию собственных границ*. Дистанция позволяет посмотреть на себя как бы со стороны – достаточно немного отодвинуться от того, к чему ты стремишься, и что является для тебя важным, от того, как ты себя чувствуешь и как себя ведешь, – короче говоря, отодвинуться от того, какой ты есть спонтанно. При отсутствии хотя бы минимальной дистанции по отношению к себе мы не в состоянии себя *увидеть* и создать картину самих себя – не можем понять, кто мы есть с нашими склонностями, нашими потребностями и способностями. Без этой минимальной дистанции трудно понять, как нас *видят другие*, и что именно в нас тем или иным образом воздействует на других. Иначе говоря, без этой минимальной дистанции мы остаемся сами себе *чужими*, и другие также остаются чужими для нас, потому что мы не можем понять, почему они обходятся с нами тем или иным образом. Первый опыт такой дистанции мы можем получить уже в годовалом и двухлетнем возрасте, когда другие побуждают нас видеть, что мы делаем и к каким последствиям это приводит, чем мы причиняем боль или приносим радость другому. Зеркало другого, взгляд через очки другого – лучшее средство для того, чтобы создать картину себя. Но только другого недостаточно. *Нужны также и мы сами* –

собственные наши старания увидеть себя, наше мужество видеть себя такими, какие мы есть, наша скромность для того, чтобы удерживать себя в своих границах. Другой может быть нам в этом поддержкой. Но заменить нас он не может.

б) *Справедливое отношение* в плане внутреннем заключается прежде всего в *соотнесении с самим собой*. Речь идет о том, чтобы понять, что в собственных чувствах и интуиции человек воспринимает как важное и ценное, как изначально *свое*. Для того чтобы стать *адекватным самому себе*, требуется эта внутренняя *согласованность с Собственным*. Это означает, что человек должен учиться воспринимать всерьез то, что в нем возникает, – подхватывать это, не переступая через самого себя, позволять этому быть, удерживать это вблизи себя и оставаться с ним в резонансе. Только таким образом человек может “остаться у самого себя” и последовательно строить свое Я. Установка *открытости* по отношению к себе – своим чувствам, мыслям, страхам и радостям, своей тоске и своей боли – закладывает основу *аутентичности*. В итоге человек может находиться в сообществе, не подвергаясь риску раствориться в общей массе, и вместе с тем жить без страха одиночества – потому что у него *достаточно внутреннего пространства*, чтобы быть способным “остаться с самим собой”.

в) *Признание собственной ценности* закрепляется двояким образом: посредством критической самооценки и в чувствовании ценности своего бытия как Person.

Суждение о себе и оценка себя самого осуществляется с помощью *осознанной рефлексии* собственных переживаний и действий. Оценки, которым человек сам себя подвергает, позволяют *занять позицию* по отношению к себе перед лицом собственной совести и Сверх-Я как хранителя ценностей сообщества. Посредством согласования суждения о себе с собственными нравственными инстанциями возникает *оправдание перед собой*, которое дает человеку чувство оправданности собственного поведения и перед другими.

В конечном итоге, признание собственной ценности основывается на *чувстве ценности и тайны собственного бытия как Person* – той существующей в нас глубины, которая никогда не может быть исчерпана до конца. Хотя это интуитивное чувство дано нам непосредственно, благодаря всем вышеупомянутым ступеням оно расширяется, усиливается и становится более доступным. Это интуитивное чувствование также наполняет смыслом открытость в отношении себя самого – потому что то, что в самом человеке всплывает и растет, понимается им как *выражение более глубокой внутренней реальности*, безусловно достойной того, чтобы быть воспринятой и удостоенной самого пристального рассмотрения.

Краткий обзор внутреннего процесса формирования структуры Я представлен в таблице 1.

Способности познать самого себя в своих устремлениях, оставаться в контакте с собой и, несмотря на все тупики и ошибки, позволить себе

1. *УВАЖИТЕЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ по отношению К СЕБЕ:*

сделать себя объектом собственного внимания →  
для этого требуется *САМО-ДИСТАНЦИРОВАНИЕ*  
(покой, размышления, юмор...)

*Индукция:* Уважительное внимание со стороны других.

2. *СПРАВЕДЛИВОЕ ОТНОШЕНИЕ К САМОМУ СЕБЕ:*

воспринимать себя в своих переживаниях, интуиции, мыслях и поведении

и достигать такой степени согласования с собой, чтобы стать *адекватным собственным содержаниям и ценностям* →  
для этого требуется *ПРИНИМАТЬ СЕБЯ ВСЕРЬЕЗ*

= быть *открытым* по отношению к себе,  
оставаться в контакте с самим собой

*Индукция:* Справедливое отношение со стороны других к твоему Собственному.

3. *ПРИЗНАНИЕ ЦЕННОСТИ САМОГО СЕБЯ:*

оценка самого себя и суждение о себе → для этого требуется

а) осознанная *РЕФЛЕКСИЯ* собственных переживаний и действий,

согласование с собственной совестью и с ценностями общества,

*выработка позиции* по отношению к самому себе.

б) *ЧУВСТВОВАНИЕ* глубины и ценности собственного бытия как *Person*.

→ ведет к тому, что человек ощущает себя в своих действиях “*правильным*” и “*оправданным*” перед самим собой и другими.

*Индукция:* вынесение критических суждений и признание ценности со стороны других

*Все это приводит к способности проживать собственное бытие в качестве Person посредством “обрамления” его индивидуальным Я.*

**Табл.1.** Структурные функции Я: три центральные способности человека в работе с

собой, которые “индуцируются” извне, но которые должны быть “присвоены” человеком, чтобы стать автономным, аутентичным и продуктивным.

*быть* перед самим собой – рассматриваются нами как *внутренние структурные* элементы формирования Я и обоснования самооценности субъекта. Благодаря им у нас появляется возможность обратить взгляд к той глубине, которая редко нами осознается, но, несмотря на это, составляет самую основу формирования Я и самооценности: бытие Person.

### 7. Самая глубокая основа Я: бытие Person

Франкл (1975, s.214) называл Person “свободным в человеке” и в антропологическом аспекте отводил данному измерению центральное место в бытии человеком. Говоря о бытии самим собой, мы можем сформулировать это еще и следующим образом: Person – это самая глубокая основа Я. С другой стороны, одна из важнейших функций Я – создание человеку доступа к этой основе.

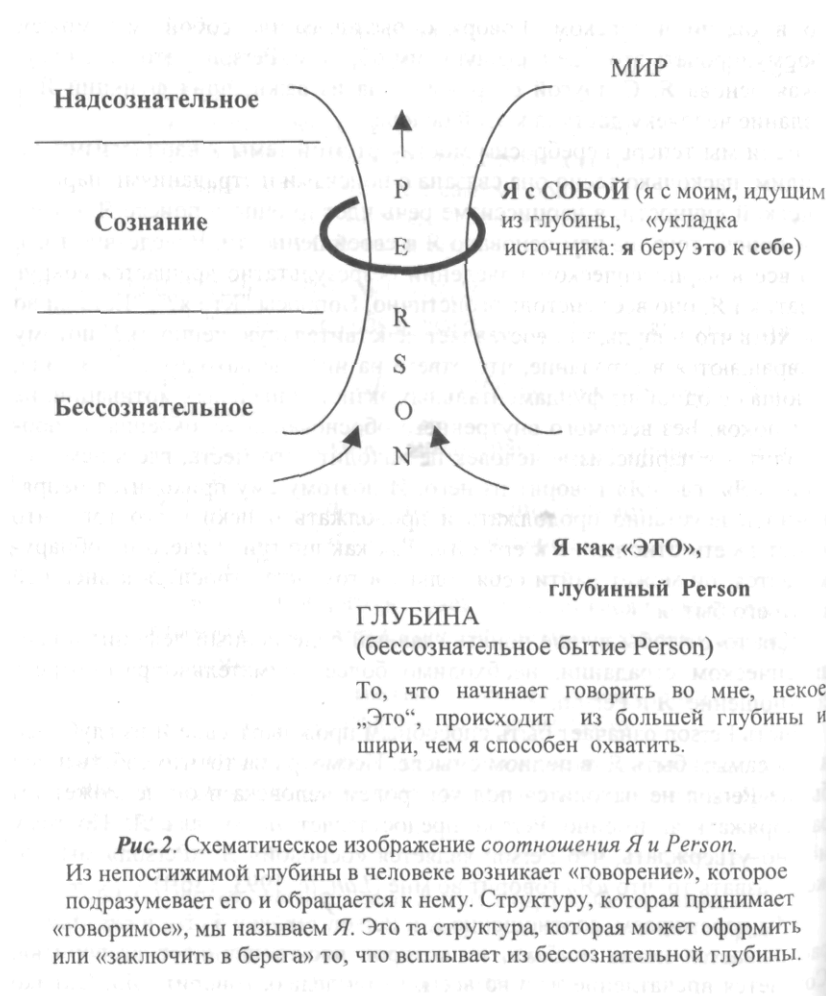
Если мы теперь перебросим мостик от этой темы к нарциссизму, то увидим, насколько тесно она связана с поисками и страданиями нарциссической личности: в нарциссизме речь идет именно о поиске Я, о вечном поиске того, на чем основано Я в своей ценности. Вследствие того, что все в нарциссическом поведении безрезультатно вращается вокруг тематики Я, оно всегда столь эгоистично. Вопросы “Кто я?”, “Есть ли во мне хоть что-нибудь, что составляет действительную ценность?” потому превращаются в страдание, что ответа на них не находится. Эта рана, зияющая в одной из фундаментальных экзистенциальных мотиваций, не дает покоя. Без весомого внутреннего обоснования успокоения не происходит – в нарциссизме человек не находит того места, где в нем говорит “Я”, где “Я” говорит из него. И поэтому ему приходится напряженно и неустанно продолжать и продолжать поиски всего того, что может иметь отношение к его “Я”. Так как внутри ничего не обнаруживается, он может найти себя только в том, что относится к внешней части его бытия.

Для того чтобы лучше понять главный болезненный дефицит в нарциссическом страдании, необходимо более внимательно рассмотреть соотношение Я и Person.

Быть Person означает быть способным проживать свое Я из глубины, и тем самым быть Я в полном смысле. Несмотря на то, что собственное бытие Person не находится под контролем человека и он не может им распоряжаться, именно Person предоставляет *почву* для Я. Поэтому можно утверждать, что Person является “основой” Я. “Person” мы можем назвать то, что “Я” говорит во мне (Längle, 1993, 136ff).

Мы переживаем соотношение Я и Person так, как будто в *середине Я* раскрывается некая *глубина*, из которой что-то начинает “говорить”. Создается впечатление, что во всем, что я делаю, говорит “Я”. Однако не только

“Я”, но также и другое говорит из этой непостижимой глубины и поднимается нам навстречу: чувства, интуитивное чутье, образы, слова. Все это говорит во мне и адресовано мне, всплывая из непостижимости, подступающей ко мне словно *грунтовые воды* – незаметно, но пропитывая все насквозь. „Это“ говорит мне и во мне – но и сам я также есть Это. Аналогично фундаментальной основе бытия, которая сообщает нам чувство того, что нас в жизни что-то поддерживает, и аналогично фундаментальной ценности, которая во всех случаях



Из непостижимой глубины в человеке возникает “говорение”, которое подразумевает его и обращается к нему. Структуру, которая принимает “говоримое”, мы называем Я. Это та структура, которая может оформить или “заключить в берега” то, что всплывает из бессознательной глубины. узнаваема как переживаемая нами ценность нашей собственной жизни, точно так же Person представляет собой ту *пра-основу*, из которой Я черпает свою духовную силу.

Рисунок 2 представляет собой попытку схематично изобразить соотношение, в котором мы рассматриваем Я и Person.



Если с целью лучшего понимания прибегнуть к метафоре, еще раз уподобив Person грунтовым водам, то *Я* окажется *обрамлением источника*, из которого вода попадает в “просвет бытия” (Heidegger, 1957). То, что индивидуум способен вобрать из этого источника, содержимое которого абсолютно свободно и непостижимо течет к каждому человеку из его глубины, и составляет истинное в нашем Я. Возможность черпать из этой глубины придает человеку силы и достоинство. Ввиду непостижимости ее природы мы можем лишь преклоняться перед этой глубиной.

### **8. Нарциссическая потеря Person – психопатология и психопатогенез**

*Нарциссизм* – это нарушение, которое на основании приведенного выше описания можно понимать как *недостаточное развитие Я*. Отсутствуют сформированные *функции Я*, с помощью которых можно черпать из внутреннего течения собственного бытия как Person. Поэтому нарцисс *внутренне слаб* – у него “нет себя”. Он не знает, *кто* он есть, так как *не может проникнуться бытием Person*. Он не знает, чего он может в самом себе *ценить*, потому что не знает своего внутреннего визави. Его Я в соотношении с внутренним попадает в пустоту. И поэтому, говоря образно, оно обеими руками хватается за соотношение с внешним – включая и ту руку, которая припасена для соотношения с внутренним.

Тезис о недостаточном развитии функций Я, с антропологически обоснованной точки зрения экзистенциального анализа, является *ключом для понимания нарциссизма*. От этой недостаточности происходит вся его симптоматика и психопатология. В норме здоровые функции Я обеспечивают Я *структуру*, которая делает возможным доступ к бытию Person. Благодаря этому Person может проявляться в повседневной жизни со всеми своими свойствами – такими как открытость для себя и для других, эмпатия, нравственность, знание того, чего ты хочешь сам и т.д. *Сила Я* состоит в способности использовать функции Я также и в отягощающих жизненных обстоятельствах. Нарцисс же лишь демонстрирует вовне силу Я (в форме высокомерия, превосходства, обесценивания других), которой противостоит внутренняя потерянности.

Недостаточное развитие Я-функций или потеря Я приводит к следующему:

- *потере чувства собственных границ и картины себя, что означает слабость внутренне закрепленной идентичности и автономности;*
- *потере чувства своего Собственного, что означает недостаток ау-  
тентичности и нравственности* \*;
- *потере способности занимать позицию по отношению к самому себе, что ведет к отсутствию прочности, устойчивости Я.*

\* С точки зрения экзистенциального анализа, Person, помимо прочего, является носителем этического, нравственного начала человека (Прим. ред.)

Вследствие слабости структуры Я, которое, образно говоря, прокладывает русло для внутреннего источника, нарциссическая личность лишь в незначительной степени может участвовать в духовном течении собственного бытия Person. В человеке *отсутствует “внутреннее говорение”*, внутри словно мертво, пусто. Внутренние недра не приносят плодов, изнутри течет лишь скудная духовная жизнь. И поэтому нарциссическая личность не может быть наедине с самим собой – внутреннее соотнесение остается глухим, бесплодным, сухим. “Когда-то я очень хорошо закрылся, и с тех пор больше не могу открыть себя”, – жалуется пациент-нарцисс.

*Нарциссическое страдание* – это „пустое одиночество“, *внутренняя глухота*, пугающая *потеря себя – потеря своего внутреннего Я*. Это страдание представляет собой сильную *боль*, которая, однако, в течение длительного времени может не ощущаться ввиду включения копинговых реакций. Она проявляется в полной мере, когда к отсутствию внутреннего добавляется утрата нарциссом возможностей идентифицировать себя с внешними объектами, находя в них свое отражение. В принципе это состояние *невыносимо* и невероятно болезненно: быть в такой степени от самого себя отторгнутым, в такой степени себя не знать, быть вынужденным застыть в таком сильном *отчуждении* с самым интимным ближним – самим собой. Это ужасно: внутренне остаться без ответа в отношении всего пережитого, ничего не услышав по этому поводу от своего “внутреннего партнера”; быть настолько одиноким, оставшись без какого-либо сопровождения, – без того, чтобы кто-то с тобою заговорил, без отклика из своей внутренней глубины.

Как возникают такие нарушения структуры Я? В качестве *причин* развития нарциссизма могут быть приведены как общие, так и специфические факторы. К *общим* относятся те, которые вообще ведут к нарушениям личности. Среди них:

- *унаследованные предрасположенности*;
- *научение* определенным установкам, подкрепленное жизненным опытом;
- специфические *дефициты* и травмы.

*Специфические* дефициты следует разделить на интер- и интраперсональные. Как уже говорилось, для формирования структуры Я человеку требуется уважительное внимание, справедливое отношение и признание его ценности со стороны других людей. В этом *интерперсональном климате* происходит активизация и развитие функций Я. Противоположный опыт делает это развитие невозможным или существенно его ослабляет.

В дополнение к этому, как говорилось выше, человеку необходимо в своей интраперсональной среде принять и использовать эти базовые функции Я также и по отношению к себе самому. Ввиду действия внут-

ренных защитных механизмов, а также из-за неправильных установок, решений, способов восприятия и т.д. становление этих способностей Я тоже может не произойти или быть ослаблено.

*Сверхстимуляции, дефициты* или *злоупотребления* в специфической сфере формирования структуры Я встречаются, прежде всего, в семейных отношениях. Часто это – “особое положение”, которое ребенок занимает у одного из родителей или у бабушки с дедушкой (Deneke, 1997), что может приводить к несоразмерным похвалам, вытесняющим общение с самим собой и конструктивную критику со стороны других. По нашему мнению, генератором возникновения нарциссизма является *совращение*, понимаемое нами в широком смысле как “совращение с пути истинного”. При совращении другие люди посредством манипулирования добиваются того, что человек начинает вести себя так, как ему изначально не хотелось бы себя вести, и делать то, чего ему изначально не хотелось бы делать. Это приводит к недостаточному использованию функций Я и, как следствие, к описанной выше потере бытия Person.

Для того, чтобы становиться Person, человек должен быть способен также переживать и выдерживать страдания. Переживание страдания делает нас ближе к самим себе, расширяя для нас доступ к нашей внутренней глубине. С другой стороны, страдание приводит к рефлекторному установлению дистанции по отношению к тому, что причиняет боль. Таким образом, переживание страдания содержит в себе предпосылки для формирования двух первых из рассмотренных нами в главе 6 функций Я.

### **9. Нарциссический ответ**

Для того, чтобы справиться с подобной утерей внутреннего, чтобы вообще вынести эту невыразимую словами боль ненайденной индивидуальности, небытия как *Person* и постоянного духовного иссыхания; для того, чтобы выжить в этом внутреннем одиночестве, включается *психодинамика*, защищающая нарциссическую личность от возможных глубоких психологических травм. Она приводит к следующим типичным паттернам нарциссического реагирования:

- *дистанцированно-отстраненное*, формально-холодное поведение, которое делает нарцисса недоступным и высокомерным;
- гиперкомпенсации во *внешнем* через *активизмы*\*;
- *завистливость, ревность, соперничество*, обусловленные чувством нарцисса, что он постоянно *чего-то недополучает* (что действительно имеет место вследствие отсутствия соотнесения с внутренним);

---

\* *Активизмы* – выделяемый в экзистенциальном анализе тип копинговых реакций, проявляющийся в компенсации дефицита чего-либо за счет чрезмерно активной деятельности (Прим. ред.).

– агрессия, начиная от упрямства и – через часто встречающуюся форму возмущенного раздражения (“Ну почему это должно было случиться именно со мной?”) – кончая гневом;

– рефлекс мнимой смерти<sup>\*\*</sup>: прежде всего, возникает расщепление когниции и эмоций.

Мы предполагаем, что при нарциссизме (как и при личностных нарушениях вообще) активизмы и рефлекс мнимой смерти оказываются доминирующими (Längle, 2002).

Помимо этих паттернов реагирования и наряду с ними осуществляется попытка духовного преодоления, которая уже обозначена в предыдущих рассуждениях. Эти люди принимают решения относительно определенного стиля жизни. Хотя для людей с нарциссическими нарушениями соотношение с внутренним закрыто, для них остается соотношение с внешним, и поэтому они намеренно и зачастую с интересом включаются во внешние взаимосвязи.

Все силы и все внимание, которые находятся в распоряжении здорового человека для соотношения с внутренним, перенаправляются наружу и реализуются в соотношении с внешним. Благодаря этому в качестве компенсации удается в усиленной форме использовать не затронутые патологией способности Person<sup>\*\*\*</sup> (способность делать выбор и принимать решения, способность нести ответственность, способность находить смысл и т.д.). То, что к нарциссу не приходит изнутри, он стремится получить извне: картину себя, собственную ценность, собственную силу. Посредством идентификации с внешними объектами он стремится заменить недостающую Я-структуру, недостающую способность быть самим собой. В этом заключается специфический способ преодоления нарциссизма: “идти вовне”, заменять Я идентификациями, т.е. объектами, которые служат Я-представителями. Ими нарциссический человек окружен как стеной, которая дает ему снаружи опору для того, чтобы выжить, однако одновременно отодвигает его на недостижимое расстояние по отношению к другим.

Нарцисс живет практически только из соотношения с внешним. Все, что ему принадлежит, все то, с чем он себя идентифицирует – его партнер, его дети, его профессия, его имя, его марка машины (и этот ряд можно произвольно расширять, но, к сожалению, и произвольно заменять) – имеет для него значение выживания, чрезвычайную значимость, потому что все это

<sup>\*\*</sup> Рефлекс мнимой смерти – выделяемый в экзистенциальном анализе тип копинговых реакций, проявляющийся в параличе и потере чувств по отношению к тому, что представляет для человека проблему (Прим. ред.).

<sup>\*\*\*</sup> Можно предположить, что одна из причин длительности времени, требующегося для терапии нарциссизма (как и нарушений личности вообще), состоит в компенсаторном использовании не затронутых патологией способностей Person. Это, с одной стороны, ведет к тому, что у человека, страдающего нарциссизмом, отсутствует субъективное чувство, что он болен или имеет серьезный дефицит. С другой стороны, это также приводит к тому, что в глазах окружающих людей нарциссические нарушения рассматриваются просто как “особенности поведения”, “недостаток нравственности” или “жизненный стиль”.

является заменой его отсутствующего Я. Поэтому он живет в безупречной внешности партнерши, поэтому она живет служебным статусом или стальным телом партнера; поэтому он живет профессиональной деятельностью и полностью уходит в нее; поэтому он в такой степени обращает внимание на защиту своей собственности и своих ценностей. Любая *критика* всего этого смертельна для нарцисса. Она его стирает. Всякий, кто лучше его, кто больше имеет или более успешен, подвергает опасности его Я. Каждую собственную неудачу он воспринял бы как саморазрушение, и поэтому ее просто не может быть. И потому неудача никогда не происходит по его вине, это вина других – только в таком свете она может быть для него понятной.

У нарцисса нет доступа к своему внутреннему потоку. У него нет настоящей аутентичности. Он не знает свою внутреннюю ценность, свое *Особенное*, свое Я и свое бытие Person. В его переживаниях не возникает Собственное, он не черпает его из своей глубины. Он может искать это только во внешнем мире – пытаясь вырвать самооценку у других, заявляя перед другими претензию на особенность, не имея для нее реального внутреннего обоснования, даже не предполагая, что ее нужно обосновывать. Так как Я у нарцисса не питается изнутри, его безграничная нужда в этом выходит во внешнее, приобретая грандиозные размеры.

Итак, с точки зрения *психопатогенеза*, внутреннее Я в нарциссизме *заменяется внешними идентификациями* – отсутствующее соотнесение с внутренним компенсируется чрезмерным, преувеличенным соотнесением с внешним.

Самым трагичным во всем этом является то, что несмотря на интенсивное погружение во внешнее, *не происходит Встреч*. Так как у нарцисса отсутствует доступ к самому себе, он не может постичь сущность другого. Объекты собираются, коллекционируются, он полностью ими поглощен, однако при этом он всего лишь их использует – они служат замещением его Я и поэтому отчуждаются от своего собственного внутреннего содержания, овеществляются и подчиняются диктату нарцисса. Так как у него нет себя самого, он не может *вчувствоваться* в другого. Так же, как он не чувствует свою ценность, он не чувствует и *ценность другого*. Так же, как не уважает свое внутреннее, он не замечает интимное другого и *перешагивает через него*. Не имея Собственного, он *инструментализирует* свои внешние возможности, потому что они не могут быть проникнуты его Person и его внутренней сущностью. И то же самое происходит с его отношениями с другими людьми и со всей его жизнью, остающейся не проникнутой его внутренней сущностью, а лишь пронизанной борьбой за глубокую ценность, которая есть у Person, и болью Я, которое ее не находит.

Он не знает сочувствия и может быть холодным, как лед, и бессовестным, потому что он не чувствует сам себя. Он не считается с другими, но в равной же степени и с самим собой, эксплуатируя себя для своих целей. *Он любит не себя, он любит свой отблеск в сиянии объектов.* То, что он при этом чувствует – это, конечно, не любовь, а защитное поведение, касающееся только того, что способствует повышению самооценности. И в любви к другому человеку он тоже любит только то, что повышает его самооценку. Это замечательно карикатурно подмечено в одном анекдоте, когда павлин и курица приходят регистрировать брак. Ответственный чиновник очень удивлен и спрашивает павлина, что побуждает его сочетаться браком с таким не равным ему партнером. Тот, однако, говорит с гордостью: “Моя невеста и я меня несказанно любим”.

Так как все служит повышению самооценности, *похвала*, конечно же, вызывает райское наслаждение. При похвале у нарцисса возникает чувство, что он *идентичен сам себе*. Для того, чтобы вот так взлетать на небеса, для того, чтобы постоянно возникало чувство, что ты полноценный и даже исключительный, появляется влечение, сходное по своим проявлениям с зависимостью. Однако любой, кто будет оспаривать его место под солнцем, его преимущества, его “особенное”, делает его ревнивым и завистливым, делает из него соперника. Из-за того, что у него недостаточно самооценности, он постоянно думает о своей выгоде и для ее достижения использует других. До тех пор, пока его выгода сохраняется, с ним хорошо сотрудничать. В противном случае возникают сложности: его воля становится подавляющей, и все должно идти только так, как он это себе представляет. Если же он наталкивается на сопротивление, то либо уходит на дистанцию и делает то, что хочет, тайно или исподтишка, либо борется, вступая в соперничество и обесценивая других. Евгений Рот (1982) так сказал об этом: “Это встречается нередко – человек, который есть ничто, не дает также ничему быть”.

Быть Person – неизмеримая ценность. Однако, оставаясь слепым в отношении этого глубинного источника в собственном Внутреннем, нарцисс видит ценность только в зеркале того, что ему принадлежит или появляется благодаря ему. Поэтому нарциссический отец может вполне серьезно сказать своей дочери: “Я так сильно люблю тебя, потому что я продолжаю в тебе жить”.

Больше всего нарцисс *боится* потери тех объектов, которые выполняют роль его Я. Больше всего его радует то, что, укрепляя его Я, утверждает его собственную ценность, поискам которой он посвящает всего себя.

С терапевтической точки зрения, основной упор необходимо сделать на развивающем побуждении к самооценке. Ему необходима аутентичность терапевта, его терпеливость, его объяснения и его сопровождение для того, чтобы трансформировать детские части нарциссической личности во

взрослую установку. При этом следует обратить внимание на все специфические элементы, обеспечивающие этот процесс, чтобы не спровоцировать преждевременное прекращение терапии. Так, следует придерживаться обязательного признания ценности, необходима высокая степень уважительного внимания и принятия всерьез. Вследствие его сильного чувства стыда, следует обращать внимание на максимальную самостоятельность, привлекая его к качеству ко-терапевта для самого себя. В заключение для закрепления терапии требуется глубинная работа и работа с биографией.

Однако это не легко – прорваться к этому слабому, маленькому, испытывающему боль, дрожащему, скрываемому, отторгнутому, невидимому, но истинному Я, достичь его основания, дать ему почву и питание, помочь ему в становлении и развитии, преодолев все страхи и искушения нарциссизма.

Перевод: **О. Ларченко**

Научная редакция: **Институт  
экзистенциально-аналитической  
психологии и психотерапии**

## ЛИТЕРАТУРА

- Лэнгле А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью. // *Московский психотерапевтический журнал*. – 2001. – № 1 (28), с.5-23.
- Buber M. *Das dialogische Prinzip*. – Heidelberg: Schneider, 1973.
- Deneke F-W. *Narzißmus als gewöhnliches und pathologisches Phänomen*. // In: *Persönlichkeitsstörungen*. – 1997. – 2, 63-73, 71.
- Eckhardt P. *Selbstwert und Werterleben aus existenzanalytischer*. – Sicht Dplomarbeit, 1992.
- Frankl V. *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. – Bern: Huber, 1975.
- Heidegger M. *Sein und Zeit*. – Tübingen: Niemeyer, 1957.
- Längle A. *Personale Existenzanalyse*. // In: Längle A. (Hrsg) *Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge*, – Wien: GLE-Verlag, 1993. – 133-160.
- Längle A. *Die existentielle Motivation der Person*. // In: *Existenzanalyse*. – 1999. – 16, 3, 18-29.
- Längle A. *Die Persönlichkeitsstörungen des Selbsts. Eine existenzanalytische Theorie der Persönlichkeitsstörungen der hysterischen Gruppe*. // In: Längle A (Hrsg) *Hysterie*. – Wien: Facultas, 2002. – 127-156, 134.
- Rogers C. *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. – Köln: GwG, 1959/1987.
- Roth E. *So ist das Leben*. – München: dtv, 7°, 1982. – 35.