

15. dni dynamickej psychoterapie 24. októbra 2019 PN Ph. Pinela, Pezinok

## Zdravý vs. patologický narcizmus II. - pohľad psychológa

Anton Heretik

### Súhrn

Mýtus o Narkisovi má archetypálny význam, potvrdzuje, že individuálny narcizmus je odjakživa súčasťou ľudskej povahy. Naproti tomu spoločenský narcizmus je novým fenoménom, ktorý sa šíri vplyvom globalizácie, rozvojom komunikačných technológií a masmédií. Pre individuálny narcizmus ponúkame dvojdimenzionálny model tvorený dimenziami zdravý vs. patologický narcizmus a filobat vs. oknofil. Postavenie terapeutov na týchto dimenziách má veľký význam pre zvládanie protiprenosu a je výzvou pre výcvik terapeutov. Klientov v psychoterapii môže najčastejšie zaradiť do kvadrantu patologického a tenkokožieho narcizmu. V práci sú 2 ilustrácie práce s nevedomým materiálom – snom a imagináciou – u narcistických klientov. Cieľom psychoterapie z pohľadu 2-dimenzionálneho modelu je posunúť klientov smerom ku zdravému narcizmu, ktorý je dôležitý pre náš sebaobraz a emočnú stabilitu.

**Kľúčové slová:** mýtus o Narcisovi, spoločenský narcizmus, individuálny narcizmus, 2-dimenzionálny model narcizmu, psychoterapia narcizmu.

### Summary

The Narkissos myth has an archetypal sense and confirms that narcissism has always been part of the human nature. Contrary to that the social narcissism is a new phenomenon, spreads by influence of globalisation, communication technologies and massmedia. We offer 2-dimensional model of individual narcissism created by dimensions healthy vs. pathological narcissism, and filobat vs. oknofil. Localisation of therapists on these two dimensions has a great importance for countertransference and is a challenge for training of future therapists. We can find our psychotherapy clients mostly in the quadrant of pathological narcissism and the end of oknofil dimension. In the present article are two illustrations of the work with unconscious material (dream, imagination) in narcissistic clients. From the point of view of the 2-dimensional model, the goal of the therapy is to move our clients closer to healthy narcissism, so important for our self-image and emotional stability.

**Key words:** Narkissos myth, social narcissism, individual narcissism, 2-dimensional model, psychotherapy of narcissism.

### Úvod

V predhovore ku knihe *Narcizmus a narcistická porucha* (Marsalová, 2008) si prof. Žucha kládol otázku, aká je úloha mýtov v psychológii a psychopatológii a prečo vznikol mýtus o Narkisovi. Jeho odpoveď je brilantná, takže citujeme: „Mýty obsahujú základné ľudské problémy, také základné, že ich môžeme označiť za pra-problémy, významné pre pochopenie ľudskej existencie vôbec. Majú silný archetypálny náboj, sú silnými významovými žiaričmi. Sú trvalými pokušeniami myslenia. Narkissos sa videl v zrkadle vodnej hladiny.

Demonštroval nástroj, ktorý je pukušiteľský. Zrkadlo je objekt s archetypálnym pôsobením, je mimoriadne intenzívny významový žiarič. Všimnime si jeho trvalú prítomnosť v rozprávkach. Aj Narkisoss mal silnú potrebu sebareflexie.... Ľudská duša, alebo ľudský mozog, ako chceme, dostali dar: narcizmus. Dar sa môže zneužiť, čo príroda formuje, môže deformovať“ (Žucha, 2008, s. 3).

Zrkadlo ako fenomén sa skutočne vyskytuje v mnohých **rozprávkach** a v mnohých významoch. V Snehulienke Zlá kráľovná používa zrkadlo na potvrdenie vlastnej grandiozity a pýta sa ho opakovane, či je najkrajšia na tejto zemi. Odpoveď, že Snehulienka je najkrajšia, jej spôsobí narcistické zranenie a vyvolá v nej vražednú túžbu. Intelektuálka Alice z ríše zázrakov sa s jednoduchým zrkadlením neuspokojí, túži vedieť, čo je „za zrkadlom“ a táto túžba ju vedie k dobrodružnej ceste hľadania.

Katedra psychológie, Filozofická fakulta Univerzity Komenského v Bratislave

**Adresa pre korešpondenciu: Prof. PhDr. Anton Heretik, PhD.,**  
Katedra psychológie Filozofická fakulta Univerzity Komenského  
v Bratislave, Gondova 2, 814 99 Bratislava  
e-mail: anton.heretik@gmail.com

## Spoločenský narcizmus

Narcistická túžba po zrkadlení (sebareflexii, zážitku sebaobrazu) má svoju individuálnu i spoločenskú podobu. Individuálny narcizmus je (samozrejme v rámci interindividuálnej variability) relatívne stabilnou súčasťou dynamiky osobnosti. **Spoločenský narcizmus** však prechádza v posledných dekádach, vplyvom globalizácie a masmédií, dramatickým vývinom. Kult celebrit tvorí samostatnú oblasť popkultúry – existuje množstvo bulvárnych tlačných médií, či TV programov (u nás napr. Smotánka, či Showbiz). Tým, že masy majú možnosť sledovať hviezdy na plesoch, na dovolenkách v Karibiku, ale aj v ich súkromí, dostávajú sa do ich blízkosti a odlesk slávy, robí životy „obyčajných ľudí“ v nejakom smere mimoriadne. Technologický pokrok v spoločenskom narcizme však pomohol aj obyčajným ľuďom vynálezom selfie-tyče. Tá nám umožní odfotiť sa so Saganom, alebo sochou Davida a zažiť aspoň na chvíľu pocit výnimočnosti až grandiozity.

Čo sa týka kultu celebrit, výstižný je tento sexuálny vtíp: *Mladá žena nastúpi do výtahu v newyorskom mrakodrape. Po chvíli pozrie na muža, ktorý stojí v rohu výtahu a spýta sa: „Nie Ste vy Brad Pitt?“ „Som“ odpovedá muž. „No to je úžasné“, nadchne sa žena, „nemohla by som vám ho vyfajčiť?“ „No mohla...“ odpovedá Pitt, „ale čo z toho budem mať ja?!“*

## Individuálny narcizmus

Skúmanie spoločenského narcizmu je skôr výzvou pre sociológov. Vráťme sa preto ku individuálnemu narcizmu a jeho postaveniu v štruktúre osobnosti. Existuje **zdravý narcizmus** - *sebareflexia spojená s emóciami spokojnosti, radosti, so sebaobrazom aspoň trochu blížiacom sa ideálu* (Heretik a Uhrová, 1999). Kde je však hranica k **patologickému narcizmu**, kedy sa stávame obeťou nenaplnenia potreby grandiozity, obdivu, ideálu a trpíme a prípadne trpí aj naše okolie? Namiesto kategoriálneho pomáha skôr **dimenzionálny model** (obr. 1).



Obrázok 1. Dimenzia zdravý vs. patologický narcizmus.

Každý z nás sa nachádza v niektorom bode dimenzie medzi pólmi zdravého vs. patologického narcizmu. Naše miesto je určené práve v závislosti od toho, ako je naše prežívanie ovládané potrebou sebareflexie a nakoľko táto vedie ku stimulácii, či deformácii osobného rastu. Keď parafrázujeme definíciu psychopatie od Kurta Schneidera (1923) „*zdravosť, alebo patologickosť narcizmu je daná tým, nakoľko spôsobuje utrpenie postihnutému, alebo jeho okoliu, alebo obojstranám*“.

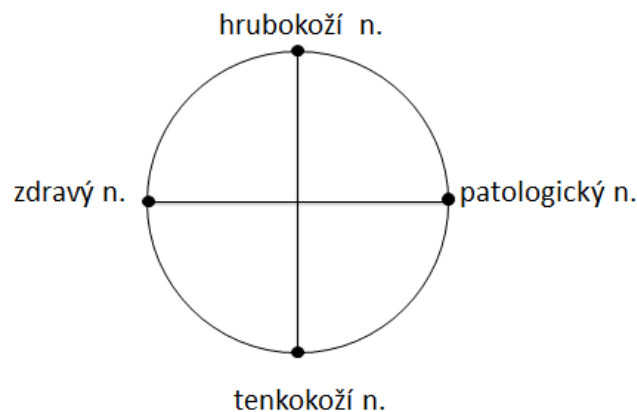
Zároveň však asi všetci cítíme istú plochosť tohto chápania a potrebu pridať ďalšiu narcistickú dimenziu osobnosti. Vnucuje sa dimenzia s pólmi **hrubokožieho narcizmu „filobata“** (nevšímavého, egocentrického, dobrodružného, arogantného,) a **tenkokožieho narcizmu „oknofila“** (ostrážiteho, senzitívneho, hanblivého, zraniteľného) (obr. 2).



Obrázok 2. Dimenzia hrubokoží narcizmus, filobat vs. tenkokoží narcizmus oknofil.

K tejto typológii prišli nezávisle na sebe Henseler (1984), Gabbard (1994), Rosenfeld ai.

Dvojdimenziálny model by, analogicky k Eysenckovmu modelu osobnosti (Ruisel a Mullner 1982), potom vyzeral nasledovne (obr. 3).



Obrázok 3. Dvojdimenziálny model narcizmu.

Dali by sa pridať aj ďalšie dimenzie Wink (in Praško a spol., 2015) na základe analýzy MMPI škál došiel aj k dimenzii **skrytý narcizmus** (vulnerabilita, senzitivita) a **otvorený narcizmus** (exhibicionizmus, grandiozita). Mohli by sme uvažovať aj o tom, že by hrubokožosť mohla korelovať s Eysenckovou treťou dimenziou psychotizizmu. Alebo ako by miera oknofilstva vs. filobatstva bola sýtená Clonningeryvymi faktormi temperamentu novelty seeking (vyhľadávanie nového) vs. harm avoidance (vyhýbanie sa poškodeniu) (Heretik, jr., 2019). Ostaňme však pri hypotetickom 2-dimenziálnom modeli. Intuitívne (zatiaľ nepoznáme štandardné diagnostické prostriedky, ide skôr o mentálny experiment) by sa v ňom vedel umiestniť každý z nás, vrátane odhadu intenzity.

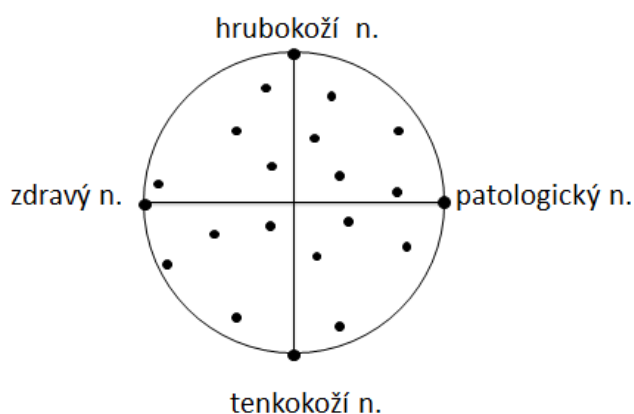
## Prípady Narkissos

*Narkissos pochádzal z Thespií, bol syn modrej nymfy Leiropy a riečného boha Kefissosa, ktorý riečnymi prúdmi obklúčil nymfy a znásilnil ju. Veštec Teiresias povedal Leirope veštbu o jej synovi: „Narkissos sa dožije požehnannej staroby, ak nikdy nespozná sám seba.“ Narkissos bol krásny, hrdý na svoju krásu, ale aj krutý. Cesta za ním bola posiatá odvrhnutými milenkami aj milencami. Bola do neho zamilovaná aj nymfa Echo. Narkissos ju ale kruto odmietol a povedal, že radšej umrie, akoby s ňou mal spať. Echo sa tak trápila láskou a zahanbením, že ostal po nej len hlas (ozvena). Narkissos tiež poslal meč svojmu najodhadnejšiemu nápadníkovi Ameiniovi a ten ním spáchal samovraždu na jeho prahu. Pred smrťou však požiadal bohov, aby ho pomstili. Artemis, preto zariadila, aby sa Narkissos zamiloval. V Donakóne našiel studienku, čistú ako zrkadlo a zamiloval sa do obrazu svojej*

tváre. Zármatok ho ničil, ale zároveň sa zo svojich múk radoval, vedel, že aspoň jeho obraz mu bude za všetkých okolností verný. Vrazil si dýku do prsa a tam, kde krv vsiakla do zeme, vyrašil biely kvet s červeným stredom – narcis (voľne podľa R. Gravesa, 2004). Je zrejmé, že Narkissos je archetypom patologického narcizmu, pravdepodobne by sme ho v našom modeli umiestnili na orbite hrubokožieho narcizmu. Pre svoj narcizmus trpel (a umrel) nielen on, ale trpeli (a umierali) aj ľudia v jeho okolí...

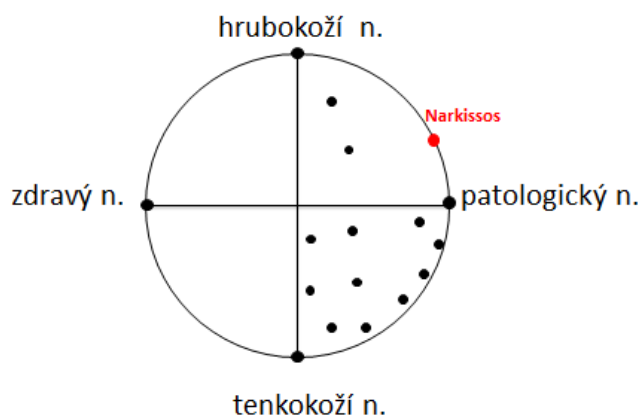
### Poznámky ku psychoterapii narcizmu

Pre psychoterapeutov je tento model výzva aj pre úvahy o vlastnom **protiprenose**. Môžeme predpokladať, že psychoterapeuti sú voľne rozptýlení vo všetkých štyroch kvadrantoch (obr. 4).



Obrázok 4. Hypotetická distribúcia psychoterapeutov v dvojdimenzionálnom modeli narcizmu.

Ako teda spracúvame narcistické zranenia spôsobené zákonitými neúspechmi v našej práci? Čo s nami robí kritika, nezáujem, odmietanie, ale aj prejavy vďaky a náklonnosti zo strany klienta? Je to obrovský priestor pre zážitkovú časť psychoterapeutického výcviku. Čo sa týka našich **klientov**, väčšina z nich pochádza z ľavého dolného kvadrantu tenkokoží/ patologický narcizmus (obr. 5).



Obrázok 5. Hypotetická distribúcia psychoterapeutických klientov v dvojdimenzionálnom modeli narcizmu.

Do psychoterapie ich privádzajú úzkostné a depresívne stavy sprevádzané senzitivitou na hodnotenie sociálnym okolím, sebaznehodnocovaním, prežívaním menejcennosti. Väčšinou si vyžadujú Kohutovský prístup s empatickým dosycovaním nenaplnených vývojových potrieb z raného detstva (Kohut, 1991). Hrubokoží narcisi sa dostávajú do terapie zriedka. Sú dotlačení ich partnermi, alebo hľadajú potvrdenie ich grandiózneho sebaobrazu pri ceste nahor po spoločenskom rebríčku. Často sa objavujú medzi politikmi. V masmédiách sa občas objavujú úvahy o tom, či súčasný americký prezident, alebo najnovší britský premiér trpia narcistickou poruchou osobnosti a sú teda na orbite kvadrantu hrubokožieho patologického kvadrantu. Samozrejme mohli by sme nájsť celý rad vhodných kandidátov aj na domácej politickej scéne. U hrubokožích narcisov je skôr indikovaný priamy konfrontačný prístup Kernberga (1999).

V dynamickej psychoterapii nám pomáhajú v lokalizácii klientov v tomto modeli aj pomocné techniky práce s nevedomím – imaginácie a analýza snov (Heretik a Uhrová, 1998).

### Ponúkame dve stručné ilustrácie z vlastnej praxe

Imaginácia obrazu seba v zrkadle u 43-ročného muža v rámci vyššieho stupňa AT: *Kráčal som dlhou, zahnutou chodbou, bola to kancelárska chodba v budove firmy, do ktorej služobne chodievam. Na chodbe boli pootvárané dvere do kancelárií. Do každej som nazrel a sledoval, ako sa tvária ľudia v nich, ako na mňa reagujú. Takto som dlho kráčal až do konca imaginácie...* Tento klient na koniec chodby s veľkým zrkadlom vôbec nedošiel. Nedošiel pre odpor k vlastnému sebaobrazu. Klient je chronicky nespokojný so svojim výzorom pre nadváhu a dlhoročné neúspechy zvládnuť ju cvičením a diétami. Vždy sa viac zaujímal o šťastie svojich kolegov a rodinných príslušníkov ako o seba. Napriek zjavným úspechom v podnikaní a akceptácii v relatívne harmonickom rodinnom prostredí, je chronicky nespokojný sám so sebou, plný obáv a strachov z budúcnosti...

Sen 36-ročného klienta. *V lese som bojoval s množstvom neznámych nepriateľov, išlo tam o život môj a aj zástupu ľudí, ktorých som viedol. Zrazu som zistil, že sa viem v tom lese a tme orientovať, že dokážem svojich protivníkov jedného po druhom zdolávať, že mám na to, aby som tých ľudí, čo idú za mnou, z lesa vyviedol... zažíval som až extatický pocit...* Išlo o „veľký sen“ klienta, ktorého do terapie dovedli partnerské problémy a ktorý je angažovaný v politike.

Je zrejmé, do ktorej kategórie obaja klienti patria.

### Záver

Záverom môžeme konštatovať, že dlhodobým **cieľom psychoterapie** je posunúť čo najviac našich klientov do oblasti zdravého narcizmu, ktorý im pomôže zvládať ťažkosti každodenného života, prípadne aj naplňať svoje túžby a sny.

## Literatúra

- Gabbard, G.:** Psychodynamic psychiatry in clinical practice. The DSM-IV Edition. American Psychiatry Press, Washington, 1994.
- Graves, R.:** Řecké mýty. KMa vyd.: Praha, 2004.
- Henseler, H.:** Teória narcizmu. Interný materiál Psychiatrického oddelenia NsP: Trenčín, 1984.
- Heretik, A., jr.:** Aktuálne pohľady na poruchy osobnosti a ich dôsledky pre prax a výskum. Univerzita Komenského: Bratislava, 2019.
- Heretik, A., Uhrová, D. E.:** Narcizmus v sne a sen o narcizme. Psychiatria, 5, 1998, 3, s. 140-144.
- Kernberg, O.:** Normální a patologická láska. Portál: Praha, 1999.
- Kohut, A.:** Úzdrava Self. Psychoanalytické nakl.: Praha, 1991.
- Marsalová, A.:** Narcizmus a narcistická porucha osobnosti. Lundbeck: Bratislava, 2008.
- Praško, J. a kol.:** Poruchy osobnosti. Portál: Praha, 2015, 2. vyd.
- Ruisel, I., Mullner, J.:** Dopen – príručka. Psychodiagnostické a didaktické testy: Bratislava, 1982.
- Schneider, K.:** Die psychopathischen Persönlichkeiten. Fr. Deitige: Leipzig, 1923.
- Žucha, I.:** Predhovor. In Marsalová A., c.d., 2008, s. 3-4.

*Do redakcie došlo 12.11.2019.*