

Преживяванията на терапевта при работа с нарцистичен тип клиенти

Варна, 08 Октомври 2023
д-р Стефанка Томчева

ЛЕГЕНДАТА ЗА НАРЦИС, ПРЕРАЗКАЗАНА ОТ ОСКАР УАЙЛД

Тази легенда е за Нарцис - хубав младеж, който всеки ден ходел да съзерцава собствената си красота в едно езеро.

Бил толкова заслепен от самия себе си, че веднъж паднал в езерото и се удавил. Край мястото, където паднал, поникнало цвете, което нарекли нарцис. Когато Нарцис умрял, дошли ореадите, горски божества, и видели, че сладководното езеро се е превърнало в стомна, пълна със солени сълзи.

- Защо плачеш? - попитали ореадите.

- Плача за Нарцис - отвърнало езерото.

- О, не се учудваме, че плачеш за Нарцис - продължили те. - В края на краищата всички ние тичахме след него из гората, а единствено ти имаше възможността да съзерцаваш отблизо красотата му.

- Нима Нарцис беше красив? - попитало езерото.

- Та кой друг би могъл да знае това по-добре от теб? - отговорили изненадани ореадите. - Нали от твоя бряг той всеки ден се навеждаше над водата?

Езерото помълчало известно време. Най-сетне проговорило:

- Плача за Нарцис, но не бях забелязало, че Нарцис е красив. Плача за Нарцис, защото всеки път, когато той лягаше на брега ми, можех да видя отразена в дъното на очите му моята собствена красота...

Нарцистична рана

- Унижение и презрение към детските слабости;
- Отхвърляне на детската същност (такова, каквото е);
- Игнориране на неговите потребности и/или тяхното съществуване;
- Използване на детето за собствени (на родителите) нарцистични цели и „родените“ от това отношение чувства на безсилие, срам, завист, ревност, гняв и тъга.

Никой не е защитил детето в тази „неравна борба“! Никой не е застанал на негова страна!
Никой не е проявил съчувствие в неговата тъга! Никой не го е утешил в неговото отчаяние!

Детето само е създадо в себе си защита - идеализиран образ на самото себе си!

Как се формира „детето, което са използвали“?

- Следствие от неподходяща фрустрация при себеизразяването на детето.
- Сложни и разнообразни разочарования.
- Сепарацията предизвиква неподходяща и негативна реакция от страна на значимите лица.
- Детето се използва да отразява, да повишава стойността, да изпълнява амбициите и идеалите на родителите си.
- Неговото истинско човешко значение и експресивност не се подкрепят. Родителите по-скоро искат детето да бъде нещо повече от това, което е и го идеализират, или нещо по-малко и след това го унижават, или и двете.
- Реконструкцията на нарцистичен случай често разкрива факта, че такъв човек е бил многократно унижаван и „нарцистично нараняван“ в миналото в опитите си за амбициозно себеизразяване.
- В динамиката се открива също, че единият от родителите го идеализира и произтичащата от това нарцистична травма възниква поради неспособността на детето да оправдае тези високи очаквания. В същото време другият родител, почувствал застрашен от истинската важност на детето и изключителното фокусиране на вниманието на партньора му върху него започва да го унижава.

Обектни отношения

- Сливане - чувството за сигурност и самооценката се усещат, чрез сливане с другите. В този случай нарцистичната личност свободно използва другите, без усещане реалните граници между другите и себе си;
- Близнечество (побратимяване) - засиленото чувство за идентичност и самооценката, зависят от преувеличените прилики между него / нея и другите;
- Отразяване - когато нарцистичният се отнася към друг човек, като разпознава изключително и само онези негови функции, които допринасят за укрепване на нейното / неговото чувство за самооценка, както и когато разпознава другия като разбиращ и възнаграждаващ „частичен обект“;
- Идеализация - когато другите засилват целостта на усещането за себе си и неговата / нейната стойност, като перфектни в една или много области и стават обект за конкуренция.

**Идеализацията може да послужи като основа за създаване на образ на перфектен обект на сливане, близнечество (побратимяване) или отражение.*

Тип нарцистичен характер в зависимост от наличието на определени преобладаващи и допълващи черти

- Зависим тип, обусловен от тенденцията за формиране на симбиотична привързаност към обект, на който се предават функциите на грижовен родител;
- Депресивно-мазохистичен тип, който включва съотнасяне на себе си към образа на „жертва на жестоката съдба“ със съпътстващите този образ самообвиняващи и самонараняващи модели;
- Фаличен тип, съответстващ на класическата концепция за арогантност и грандиозност като ключови характеристики на нарцисизма;
- Фобичен тип, чиито основни характеристики са предпазливост към другите и избягващи модели на поведение;
- Маниакално-депресивен тип, характеризиращ се с резки колебания в самоотношението от грандиозност до обезценяване;
- Хипохондричен тип, който включва прекомерна загриженост за здравето и като цяло за физическото и психическото състояние;
- Психопатичен тип, който включва контразависими нарцистични индивиди с изразени агресивни модели.

Основни подтипове на нарцистичната личност

Срещу другите (антагонистичен) – Алфа – нарцистичен тип

Основни характеристики:

- Завист; Склонност към експлоатация на другите;
- Арогантно отношение към партньора, целият фокус е само върху него самия; Грандиозна самонадеяност, обсебеност от идеята за собственото величие; Илюзорна представа за собствените си специални права;
- Липса на емпатия; Сляпа вяра в своята "изключителност";
- Фантазии за идеална любов от друг човек (без усилия и активни действия от негова страна);
- Илюзии за неговата неограничена власт; Непреодолима нужда от възторг по свой адрес;
- Неспособност за емпатия (приемане на друг човек); Липса на вина за собствените си злодеяния;
- Обезценяване на всичко, свързано с другите, и идеализиране на всичко, свързано с него.
- Цени и се радва на жестока конкуренция. Притежава разрушително желание да унищожи обекта (начин за поддържане на интрапсихически баланс и защита от поражение и непоносим срам.
- Постоянното желание за победа е придружено от постоянно търсене на начини за унижаване на противника.
- Агресивната завист (обезценяването и унищожаването на всичко, което се смята за добро), служи като защита срещу разочарованието и яростта, които са склонни да нарушават крехкото им вътрешно равновесие. В допълнение, такава стратегия помага да не се създава привързаност и да не зависи от другите.
- В живота се търси само триумф, цялото внимание е насочено към конкуренцията и успеха

Основни подтипове на нарцистичната личност

Избягващ другите – Контра-зависим нарцистичен тип

Основни характеристики:

- Активен, действащ ярко, силно, често външно демонстриращ висок социален успех.
- Чувство за превъзходство, стабилна представа за себе си като за най-добрите и това се изразява в пренебрежителна критика към другите, преувеличаване на собствените им способности и омаловажаване на другите.
- Панически не вярват на другите, защото се страхуват болезнено от последствията: те отказват да поискат помощ, дори когато ситуацията предполага това, те се стремят да бъдат напълно независими.
- Действат на принципа на избягване, в конфликти не изясняват мнението или нуждите на хората около тях, дори и да е необходимо.
- Трудно се отпускат, защото всичко изисква тяхното внимание и контрол, а да се доверяваш, да делегираш, да искаш носи преживяването на смърт за тях.
- Силна нужда от близки отношения и в същото време силен страх.

Основни подтипове на нарцистичната личност

Търсец другите – Зависим нарцистичен тип

Основни характеристики:

- Чувствителен романтик, трудолюбив и вдъхновяващ.
- Понякога чувствителен, щедър, чаровен и заслужаващ доверие.
- Друг път изглежда повърхностен, неискрен, самовглъбен, контролиращ, натрапчив и дори поглъщащ.
- Силен афект, силно драматични и сложни взаимоотношения с другите, които се използват като защита, за да не се изпитват, разграничават и изразяват истински чувства.
- Поведението му е насочено, на първо място, към желанието да се получи вниманието на другия, в идеалния случай - неговото одобрение или доказателства за любов, а не в тревожното желание "да се погрижат за него".
- Често постига големи успехи, защото успехът носи уважение.
- В тази структура желанието за идеализиране и/или обезценяване на другите, както и способността за самовъзвеличаване и/или самоунижение са скрити под маската на силна емоционалност, която го въвлеча в сложни и заплетени взаимоотношения с другите.

Движещи мотиви и афекти при нарцистичния тип

- **Завист** - водещ афект при нарцистичната личност, всичко е пропито от завист и около нея се върти света на нарцистичния;
- **Алчност** - в нейния примитивен вариант (не в смисъла на аналната фаза на развитие - по-зрелия вариант), оралната фаза на психосексуалното развитие - стремеж напълно да бъде погълнат, присвоен („вампиризиран“) идеализираният обект, или този обект към, който се изпитва завист;
- **Срам** - „верен спътник“, възниква при несъответствие на собствения идеал. Всяка, дори и незначителна ситуация на неуспех, загуба, невъзможност при съпоставяне с другите да види себе си на първо място. Срамът идва винаги, когато нарцистичният усеща своята уязвимост и несъвършенство.
- **Изблици на гняв и мнителност** - въпреки, че се стреми непрекъснато да съхрани хладнокръвие, нарцистичния не съумява да избегне епизодичните пориви, изпълващи го с агресия и гняв. Особено, когато е бил уверен в победата, но е загубил! Тогава идва отмъстителността като „маневра“ за „възстановяване на справедливостта“ и връщане на чувството за превъзходство над по-успешния.
- **Депресия** - нарцистичната депресия е много тежко състояние, което често се съпровожда със саморазрушително и самонараняващо поведение (алкохол, наркотици), както и маниакални епизоди с компенсаторен характер (рисково поведение, екстремни спортове), суицидни опити и суицид.

Три форми на експресия при нарцисизма

Фалшив Аз

- Зависимост от успех;
- Педантизъм;
- Чувство за собствена значимост;
- Гордост;
- Излишна възискателност;
- Съсредоточеност към себе си.

Симптоматичен Аз

- Чувствителност към срам и унижение;
- Хипохондрия, психосоматика;
- Нищожност, самообезценяване;
- Изолация самолюбие;
- Депресия, инертност.

Истински Аз

- Усещане за празнота, безполезност, паника с отслабване и фрагментация на себе си.
- Архаична жажда за ново свързване: сливане, побратимяване, отражение и идеализиращ пренос.
- Чувство на ярост и болка от липсата на емпатийното разбиране на собствени потребности.
- Търсене, откриване и развитие на истинското Аз: вродени способности, идентификации, амбиции и идеали.

Усетете, помислете, опишете...

1)

Тяло - какво усетих, къде го усетих, какво ми казва? Дайте метафора или картина.

Фантазия / Бъдеще - Какво ви казва интуицията?
Вашите планове, надежда, предвиждане...

Дейност - Какво помислих за себе си като терапевт?

Контакти - Вашите чувства. Опишете ги, дайте метафора или картина.

2)

Аз - спомен. Кой, кога, как и защо ме е карал да се чувствам така?

Пра-Ние - Фантазии, очаквания, Страхове... От какво се ръководя?

Ти - Импулси, мисли, по отношение на моите родители. Оценки, които са ми давали. Образ, картина, метафора

Ние - Спомени, минал опит (училище, кварталната площадка...)
Асоциации и образи за това

5 стъпки при идентификацията и анализа на преживяванията на терапевта.

Първа: Поемане на преносния материал (Н/Д)

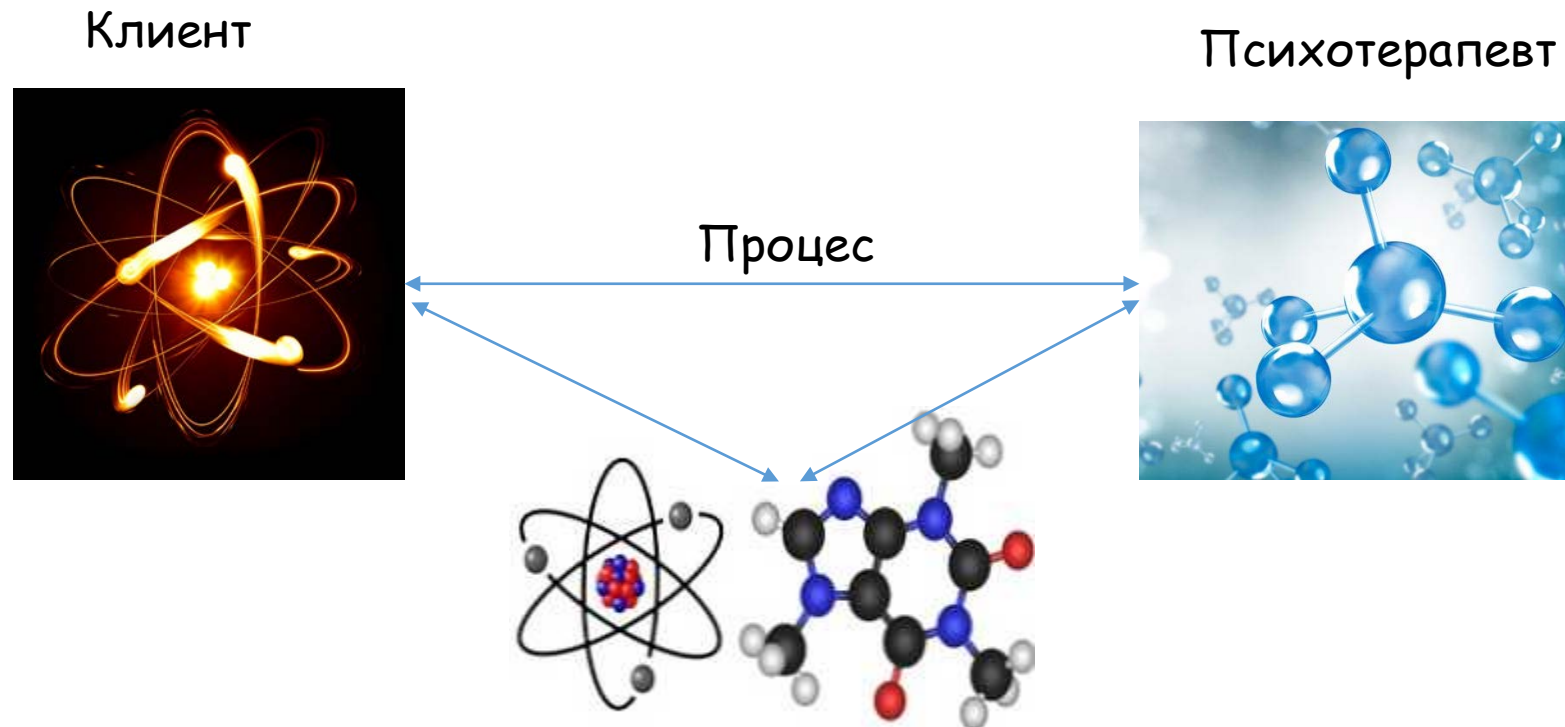
Втора: Задържане и разрешаване на регрес (И)

Трета: Декодиране - с кого, кога и в какво съм се чувствал/а така (СО)

Четвърта: Формулиране на хипотези (В)

Пета: Проверка на хипотези (РЦ)

Терапевтичен процес



Благодаря за вниманието!