UOT 159.9

Şəhla Aqil qızı İbrahimova
fəlsəfə doktoru proqramı üzrə doktorant,
Bakı şəhəri, N. Nərimanov rayonu 258 nömrəli məktəbin psixoloqu
0009-0000-8953-1438

NARSİSTİN FACİƏSİ

Шахла Агиль гызы Ибрагимова
докторант по программе доктора философии,
психолог школы № 258 Наримановского района города Баку

ТРАГЕДИЯ НАРЦИССА

Shahla Agil İbrahimova
doctorial student in the program of doctor of philosophy,
psychologist
of school №. 258 of the Narimanov district of Baku city

THE TRAGEDY OF THE NARCİSSİST

Xülasə. Müəllif təqdim olunan məqalədə narsist şəxsiyyətin cəmiyyətdə tutduğu mövqe, xarakter xüsusiyyətləri və sosial münasibətlərdə ona qarşı tərəfə olan təsirlərini müzakirə etmişdir. Aydındır ki, günümüzdə narsist şəxsiyyətin yetişməsində ailə mühitinin rolu böyükdür. Məqalədə, həmçinin erkən uşaqlıq dövründə ailə amilinin önəmi ilə əlaqədar olaraq aktual məsələlərin ədəbiyyat icmalı üzrə təhlili aparılmışdır. Məqalədə narsist şəxsiyyətin sosial, dostluq, sevgi münasibətlərində müşahidə olunan xarakterik xüsusiyyətlər nəzərdən keçirilmişdir. Tədqiqatların icmalı göstərir ki, uşağın narsist yetkinə çevrilməsində ailə dəyərləri mühüm amildir.
Açar sözlər: *narsizm, ideallaşdırma, dəyərsizləşdirmə, utanc*

Резюме. В представленной статье автор рассмотрел положение нарциссической личности в обществе, черты характера и влияние на другую сторону социальных отношений. Известно, что в настоящее время велика роль семейного окружения в развитии нарциссической личности. В статье также проанализирован обзор литературы по актуальным вопросам, связанным со значением семейного фактора в раннем детстве. Обзор исследований показывает, что семейные ценности являются важным фактором в развитии ребенка с нарциссической склонностью.
Ключевые слова: *нарциссизм, идеализация, обесценивание, стыд*

Summary. In the presented article, the author discussed the position of the narcissistic personality in society, character traits and the effects on the other party in social relations. It is clear that nowadays the role of the family environment in the development of narcissistic personality is great. The article also analyzed the literature review of current issues related to the importance of the family factor in early childhood. A review of foreign studies shows that the family approach is an important factor in the transformation of a child into a narcissistic adult.
Key words: *Narcissism, idealization, devaluation, shame*

Narsizm anlayışı Narcissus adlı şəxsin adı ilə bağlıdır. O, çox yaraşıqlı olduğu üçün hər kəs onu sevir. O isə insanları aşağılayaraq rədd edirdi. Daha sonra Narcissus gölməçədə öz əksini görür və özünə aşiq olduğu üçün intihar edir. Elmə daxil olan bu anlayışa dair bir çox mütəxəssislərin (Z. Freyd, O. Kernberg, H. Kohut) fərqli yanaşmaları olmuşdur. 1900-cu ildə Z. Freyd narsizmi psixoanalitik nəzəriyyənin bir hissəsi kimi araşdırmağa başladı [3]. Həmçinin

Z. Freyd narsizmi libidonun eqoya yönəlməsi kimi qiymətləndirir. Z. Freyd narsizmi birincili və ikincili narsizm olaraq 2 hissəyə ayırmışdır. Narsizm haqqında O. Kernberg, H. Kohutun əsaslı tədqiqatları və araşdırmaları müasir dövrümüzdə çox aktualdır. Kohutun araşdırmalarına əsasən, narsist şəxsiyyət pozuntusu şəxsin uşaqlıq illərində baş verən travmatik təcrübələrdən, xüsusən də ana ilə uşaq arasında yaşanan xəyal qırıqlıqlarından qaynaqlanır. H. Kohutun bu kontekstdəki nəzəriyyəsi erkən uşaqlıq dövründəki inkişaf prosesinin şəxsiyyətin formalaşmasında xüsusilə mühüm olduğunu qəbul edən bütün digər psixoanalitiklər ilə eynilik təşkil edir. H. Kohutun şəxsiyyət nəzəriyyəsindəki sağlam narsizm eqonun zəifliyi hesab edilən patoloji narsisizmdən fərqlidir. H. Kohut narsizmi güclü, sağlam və bacarıqlı mənliyin özünü ifadə forması kimi görür. İnsanlar öz zəifliklərini örtmək üçün özlərini böyütməyə meyl edə bilərlər, çünki onlar yalnız bu müdafiə mexanizmləri ilə daxili dünyalarını tarazlaya bilirlər. O. Kernberg narsist şəxsiyyət pozuntusunun antisosial şəxsiyyət pozuntusu ilə çox oxşar olduğunu və hər ikisinin empatiyadan məhrum olduğunu, cəmiyyətə qarşı gəldiklərini qeyd edir. O. Kernbergə görə narsist şəxslər hətta aşağılandıqları vəziyyətdə özlərini müdafiə etməyə davam edərlər. O. Kernberg, H. Kohutun narsistlər haqqında tədqiqatlarına əsasən, onların "asanlıqla incinə bilən" xüsusiyyətlərinin olmağına qarşı çıxır. Həmçinin O. Kernberg aqressiyanın insan yaradılışından gəldiyini qeyd edir və seanslarda bu aqressivliyin və şiddətə meylliliyin ortaya çıxarılmasının önəmli olduğunu qeyd edir. Həm O. Kernberg, həm də H. Kohutun araşdırmalarında əsas ortaq nöqtə ondan ibarətdir ki, hər ikisi narsist şəxslərin "digərləri" anlayışını qavraya bilməməsi və digər insanları özlərinin bir uzantısı kimi görməsidir.

Narsist şəxsiyyətlər öz bacarıq və qabiliyyətlərini həddən artıq şişirdirlər, bu, şişirdilmiş mənlik adlanır. Onların özlərini yüksək qiymətləndirməsi digər insanların dəyərsizləşdirilməsi ilə müşahidə olunur. Zövqlü paltarlar geyinmək, göstərişli əşyalar istifadə edərək insanları cəlb etmək bu insanların xarakterik xüsusiyyətidir. Narsist şəxsiyyət özündən daha bacarıqlı, daha istedadlı, işində uğurlu bir şəxslə qarşılaşdığı zaman şişirdilmiş balon partlayır və özlərinə qarşı qısamüddətli dəyərsizləşdirmə yaşayıb, sonra yenidən şişirdilmiş mənliyə geri dönürlər. Narsisistik pozğunluğu olan şəxslərin özünə hörməti başqalarının ona müsbət münasibətindən asılıdır [2]. Bu insanlar tez-tez başqalarının onlar haqqında nə düşündüyünü çox önəmsəyirlər və nə qədər yaxşı mühakimə olunduqlarını müşahidə edirlər. Başqalarının tənqidinə və uğursuzluqlara həssasdırlar, onlar üçün narahat olurlar, alçaldılmış və məğlub olduqlarını hiss edirlər. Narsist şəxslər daima narahatlıq, yetərsizlik duyğusu içindədirlər, ətrafın fikri onlar üçün çox önəmlidir, onların şişirdilmiş balonunun partlaması başqalarının onlara münasibətindən və özlərindən daha yüksəkdə bir şəxs görmələrindən aslıdır. Uğursuzluq nifrət və əsəblə özünü göstərir, ona görə də uğursuz ola biləcəkləri istənilən vəziyyətdən qaçırlar. Narsist şəxs üçün "ən yaxşı" və "ən pis" anlayışı vardır. Onlar qarşılarındakı insanı dəyərsizləşdirib, öz günahkarlıqlarını həmin insana deyə bilərlər. Narsist şəxslər özlərini digər insanlardan "seçilmiş" hesab edirlər. İnsanları manipulyasiya, idarə etmək bu insanlara xas xüsusiyyətlərdir və davamlı olaraq hər şeyi kontrolda saxlamaq istəyirlər. Bu insanlar ən kiçik söhbəti, müzakirəni belə haqlı olmadıqları halda davaya, mübahisəyə çox asanlıqla çevirə bilirlər.

Narsistlər hadisələri dramatikləşdirməyə meylli, empatiya hissindən məhrum olmuş insanlardır. Empatiyanın yoxluğu cəmiyyətdə onları həddən artıq aqressiv, soyuqqanlı insanlar kimi göstərir, buna görə də bir çox hallarda olduqları toplumda özlərini izolyasiya edirlər. İş həyatlarında davamlı olaraq rəhbərliklə mübahisələr qaçılmazdır və dərin rəqabət hissləri onların münasibətlərinə mənfi təsir edir. Onlar hər zaman ən yaxşısına sahib olmaq istəyirlər və istədiklərini əldə edə bilməyəndə isə hirslənirlər, səbirlərini itirirlər. Maraqlıdır ki, çox vaxt narsisistik davranışın arxasında əslində aşağı özünə hörmət durur. Narsistlər tənqidə dözə bilmir, ya da özlərini daha yaxşı hiss etmək üçün qarşıdakı insanı dəyərsizləşdirirlər. Hətta onlar hər zaman haqlı olduqlarını düşünürlər, bəzən isə haqsız olduqları vəziyyətlərdə özlərini alçaltmaq onların müdafiə mexanizminə çevrilir. Narsistlər utanc hissinə qarşı çox həssasdırlar. Bu utanc hissinə qarşı olaraq başqalarına qarşı həd-

siz əsəb və başqalarını günahlandırma davranışları sərgiləyirlər [1, s. 27].

Narsist şəxslər istər dostluq, istərsə də sevgi münasibətlərində partnyorunu sanki sovururlar, buna görə də onların uzunmüddətli dostluq, evlilik, sevgi münasibətləri olmur. Bir çox hallarda isə cinsəl münasibət sevgi münasibətini əvəz edir. Qurduqları münasibətlərdə müəyyən müddətdən sonra hər kəs onlardan sıxılır və münasibətə son qoyurlar. Onlar çox tez bir zamanda aşiq ola bilir, tez bir zamanda da həmin insanı dəyərsizləşdirirlər. Bu şəxslər başqalarının istək və düşüncələrinə maraq göstərmir. Narsistlər daim başqalarını qısqanır və başqalarının da onları qısqandığına özlərini inandırırlar. Narsistlər fikirlərinin doğru olmadığını, haqsız olduqlarını qəbul etməzlər, buna görə də həmin vəziyyətdə həddən artıq hirs özünü göstərərək özlərini müdafiə etməyə çalışarlar.

Narsist şəxsiyyət əhval-ruhiyyənin qeyri-sabitliyi, impulsivlik, diqqəti cəlb etmə, empatiya olmaması, dərin rəqabət və utanc hissi ilə xarakterizə olunur [4]. Utanc hissi narsist şəxsiyyət üçün əsas müdafiə mexanizmidir, sosial münasibətlərində narsistik xüsusiyyətlərin yıxılacağından qorxurlar, utanc hissindən qaçmaq üçün sosial təcridolunma nümayiş etdirirlər. Narsist şəxs özünü digər insanlardan üstün zəkalı hesab edir, olduğu ortamda tək diqqət mərkəzində özünün olmağını arzu edir, eyni zamanda qarşılarındakı şəxsi (dost, partnyor) öz mənafeləri üçün manipulyasiya edə bilirlər. Narsist şəxslər ətrafa güvənsiz bağlanırlar, onlar birinə güvənməyi qəbul edə bilmirlər, çünki başqasının güvənli olduğunu qəbul etmək, onun daha üstün olduğunu qəbul etmək anlamına gəlir. Buna görə də onlara güvən verən insanı tez bir zamanda dəyərsizləşdirirlər.

Narsist şəxsiyyətin ideallaşdırma və dəyərsizləşdirmə kimi xarakterik xüsusiyyətləri var və bu iki xüsusiyyət narsizmi təmsil edir. Bunlardan birincisi ideallaşdırmadır. İdeallaşdırma narsistin fantaziyalı düşüncələridir. Narsist insanlar dostluq və ya sevgi münasibətində olduğu şəxsi ideallaşdıraraq, öz çatışmazlıqlarının fərqindədirlər və başqalarını dəyərlərinə və ideallıq dərəcəsinə görə sıralamağa meyllidirlər.

Dəyərsizləşdirmə idealizasiyanın əksidir. İnsan həyatında mükəmməl heç nə yoxdur, gec-tez ideallaşdırılmış obyektdə məyusluq və ona bağlanan ümidlərin süqutu olur, yəni narsistlər digər insanları yalnız dəyərsizləşdirmək üçün şüuraltı səviyyədə ideallaşdırır. Eyni zamanda, dəyərsizləşdirmə uşaqların erkən inkişafının gedişində, xüsusən də valideyn fiqurlarından ayrılma-individuallaşma dövründə özünü göstərir. Bu dövrdə uşaqda narsisistik xüsusiyyətlər müşahidə olunur, uşaq anadan ayrı bir fərd olduğunu dərk edir. Məhz bu dövrdə utanc hissi dominantdır, əgər valideyn uşağın utanc hissini onu rahatladaraq, empatiya quraraq tənzim edə bilirsə, uşağın gələcəkdə narsist şəxsiyyət olma ehtimalının qarşısını alır. Uşaq utanc hissini yaşamalıdır, uşağın utanc hissindən qaçması, gələcəkdə utanc hissi ilə baş edə bilməyən narsist olmağına gətirib çıxarır. Uşağın öz hiss və duyğularını idarə edə bilməsi üçün, ilk növbədə, ona baxım verən şəxs öz duyğularını idarə etməyi bacarmalıdır. Çünki uşaq ona baxım verən şəxsdən duyğularını idarə etməyi öyrənir.

Narsist valideyn modeli necə olur? Ümumiyyətlə, qüsursuz valideyn anlayışı yoxdur, əksini düşünmək isə ancaq bir narsistə məxsusdur [1, s. 76]. Narsist ana övladını "mükəmməl" görmək istəyər. Əgər doğulan uşaq ona xəyal qırıqlığı yaşadarsa, istədiyi kimi "mükəmməl" olmazsa, özünü də, uşağı da dəyərsizləşdirəcək, hirs və utanc hiss edəcək. Məhz buna görə narsist ana həqiqi uşağı ilə deyil, xəyalındakı uşaqla bağ qurar.

Narsist ana hamiləlik dövründə xəyali olaraq mükəmməl valideyn obrazı qurar, digər tərəfdən də bədən quruluşunun dəyişikliyə uğramasına görə depressiv hallar yaşayarlar. Həmçinin, istər hamiləlik, istərsə də hamiləlikdən sonrakı dövrlərdə uşağa qayğı göstərmək və özlərini diqqətdən kənarda qoymaq narsist ananın özünü pis hiss etməsinə imkan verir.

Ümumiyyətlə, birləşmə - müstəqilləşmə dönəmini uğurla tamamlamış yetkinlər uşaqlarının da bu dönəmi uğurla tamamlamasına yardımçı ola bilirlər. Narsistlər, birləşmə-ayrılma dönəmini tamamlaya bilməyən şəxslərdir. Simbiotik münasibətdə, yəni birləşmə dönəmində uşağa həmin dönəmdə baxım verən şəxs onun üçün çox önəmlidir. Narsist ana ilə uşaq arasında təbii simbiotik münasibət olmaz, çünki ana uşağa öz həqiqi kimliyi ilə yanaşmır, bu isə uşaq üçün çox zərərlidir. Yəni ana öz həqiqi kimliyi ilə uşağa baxım verə bilməyəcək, çünki onu

analıq etməyə məcbur edən nüans narsisistik xüsusiyyətləri olacaq. Beynində qurduğu “mükəmməl valideyn” obrazını həyata keçirdiyi zaman özünü tam hiss edəcək və buna görə də uşaqda saxta kimlik formalaşmış olacaq. Narsist ana uşa-ğa uzun müddət baxmaq istəməz, uşağının ehtiyaclarının altında əzildiyini hiss edər, buna görə də uşağa baxacaq başqa şəxs axtarmağa başlayar. Yəni uşaq anası ilə simbiotik münasibətə başlayan zamanda ana ona baxacaq başqa şəxs tapmış olacaq. Bəs narsist ata modeli necədir? Deyək ki, uşaq doğuldu, ana davamlı olaraq uşağa qayğı göstərir, ata isə diqqətdən kənarda qalır, bu vəziyyət narsist ataya xoş gəlməz. Burada 2 vəziyyət yarana bilər. 1-ci halda ata oğlu ilə rəqabət aparar, hətta uşaqla yarışmaq üçün daha tələbkar birinə çevrilər. 2-ci halda isə uşağa oyuncaq və ya uşağın diqqətini çəkəcək əşyalar verərək onu anadan uzaqlaşdırmağa çalışar. Narsist ata həyat yoldaşını ya həddən artıq çox dəyərli edər, ya da çox aşağılayar, hər vəziyyətdə özünü haqlı görməyə çalışar. Öz utanc duyğusunu basdırmaq üçün narsist ata sadist hərəkətlər, şiddət göstərməyə meyllidir. Həm ata, həm də ana narsistdirsə, o evdə “sözdə sözə baxan” uşaq böyüyər. Yəni uşaq valideynlərinin bitməyən istəklərini qarşılamaqla məşğul olar, uşaqdan “uşaq kimi davranmamasını”, “böyüməsini” istəyərlər. Bu uşaqlar böyüdükcə əvvəlcə valideynlərini, sosiallaşmanın müxtəlif dövrlərində dostlarını, yaşıdlarını məmnun etməyə çalışırlar. Həmçinin “sözdə sözə baxan ” uşaqlar hər şeydə “ən yaxşı” olmağa çalışırlar. Başqaları üçün fədakarlıq etmək onların eqolarını məmnun edən əsas amilidir. Ümumiyyətlə, narsist valideyn öz eqosunu məmnun etmək üçün uşağın ona həzz verən, lakin uyğun olmayan davranışlarını mükafatlandırar, uşağını olduğu kimi görməsinə kömək etmək əvəzinə uşağı xəyali özgüvənə təşviq edər, beləliklə, böyüyən uşaq narsist valideynlərin bir parçasına çevrilər. Narsist valideynlərin ortaq nöqtələri “mən” olur. Narsist valideyn himayəsində böyüyən uşaqlar ya onların bir parçasına çevrilir, yəni narsist yetkin olur, ya da başqalarına qarşı çox fədakar və həssas olurlar, çünki bu şəxslər uşaqlıq dönəmində narsist valideynlərinin istəklərini həyata keçirməyə çalışan, öz istəklərindən məhrum olan və davamlı olaraq onları məmnun etməyə çalışan uşaqlar olub. Həm “sözdə yetkin” uşaqlar, həm də “hər şeydə haqlı olduğunu düşünən” uşaqlar narsist valideynlərin məhsuludur və hər iki uşaq modeli saxta kimliklə böyüyən yetkinlər olurlar [1, s. 77].

Narsistlər daim ifşa olunmaq qorxusuna qalib gəlməyə çalışırlar, buna görə də onlar bir şeydə daha yaxşı görünənlərə və ya sahib olmadıqları şeylərə nail olmaqda kömək edə biləcək xüsusiyyətlərə sahib olanlara həsəd aparırlar. Həmçinin tipik narsistlərdə sadizm və xarakterik bir paranoid tərəf vardır, həsəd hissi tez bir zamanda hirs və aqressiv davranışla əvəz olunur [5, s. 100].

Narsist insanlarda bir kombinasiya vardır. Bu insanlarda ideal mənlik özəlliyi, digər tərəfdə isə başqalarının ideal tərəflərini mənimsəmək və həqiqi mənlik özəlliyinin təcrid olunması vardır. Bu şəxslər adətən topluma, cəmiyyətə qarşı çıxarlar, eyni zamanda, əxlaqlı davranışlar sərgiləməyə çalışarlar [5, s. 101].

Narsist şəxsiyyət pozuntusu olan şəxs effektiv müalicə üçün, ilk növbədə, problemi qəbul etməlidir. Bir çox hallarda bu insanlar problemi qəbul etmir, səbəb isə hər hansı şəxsin (terapevtin) ona kömək etməsini qəbul edə bilməməkdir.

Problemin aktuallığı. Narsist şəxsiyyət modeli cəmiyyətdə çox geniş yayılmışdır.

Problemin elmi yeniliyi. Ailə amili fərdin narsistə çevrilməsinə səbəb olur.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Məqalə doktorantlar və gənc tədqiqatçılar üçün faydalı olacaqdır.

Ədəbiyyat:

1. S. Hotchkiss. Narsisitik bir dünyada hayatta kalma rehberi. Sandy Hotchkiss, -2002.
2. https://www.msdmanuals.com/ru
3. https://psyfactor.org/alienism/narkissizmus.htm
4. https://empathycenter.ru/articles/nartsissicheskaya-lichnost/
5. O. Kernberg. Sapıklıklarda ve kişilik bozukluklarında saldırganlık. Otto F. Kernberg, M.D, -1992.

E-mail: shahla.aqill@gmail.com
Rəyçilər: *ped.ü.fəls.dok.* **A.K. Mirzəyeva**
ped.ü.fəls.dok., dos. **A.F. Səməndərova**
Redaksiyaya daxil olub: 03.05.2023.