

Яворська Г.Ю.

Черкаський державний технологічний університет

Геляс А.І.

Черкаський державний технологічний університет

ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ ТА ПСИХОТЕРАПІЯ НАРЦИСИЧНОГО РОЗЛАДУ ОСОБИСТОСТІ В МЕТОДІ ТРАНЗАКЦІЙНОГО АНАЛІЗУ

У статті представлено комплексний теоретико-практичний аналіз можливостей застосування транзакційного аналізу у психологічному консультуванні та психотерапії осіб із нарцисичним розладом особистості (НРО). Показано, що НРО супроводжується порушенням структури Его-станів, хронічною афективною вразливістю, нестабільною самооцінкою та глибокою залежністю від зовнішнього визнання. Вказані особливості ускладнюють побудову стійкого терапевтичного альянсу, зумовлюють проєктивну поведінку, труднощі з емоційною саморегуляцією та потребують особливої терапевтичної тактики. У теоретичному огляді розкрито актуальність застосування ключових концепцій ТА (модель Его-станів другого порядку, сценарні заборони, система психологічного визнання, життєві позиції) для розуміння та корекції динаміки НРО. Узагальнено уявлення про формування фальшивого «Я» у нарцисичних клієнтів як компенсаційного механізму в умовах емоційної депривації. Описано типовий внутрішній конфлікт між прагненням до самореалізації та страхом втратити схвалення, який закладається у життєвому сценарії. На основі праць М. Хайкіна проаналізовано психотерапевтичні стратегії, спрямовані на інтеграцію Его-структури, формування автентичного образу «Я» та розвиток внутрішньої опори. У межах консультативного підходу розглянуто інструменти стабілізації емоційного стану, підтримки самоцінності та формування початкових навичок саморефлексії. Обґрунтовано ефективність транзакційного аналізу як гнучкої методології, здатної забезпечити як глибинну трансформацію особистості, так і короткострокову підтримку клієнтів із нарцисичними рисами. Запропоновані підходи можуть бути корисними у психотерапевтичній практиці, роботі консультантів, а також у підготовці фахівців з психологічної допомоги. Психотерапевтичне застосування ТА в роботі з НРО дозволяє поєднати структурний аналіз особистості з емоційною підтримкою, що робить цей підхід особливо цінним у контексті сучасної практичної психології.

Ключові слова: нарцисичний розлад особистості, транзакційний аналіз, Его-стани, життєвий сценарій, погляджування, життєві позиції, психологічне консультування, психотерапія.

Постановка проблеми. Нарцисичний розлад особистості (НРО) залишається однією з найбільш складних та суперечливих форм патології у клінічній психології та психотерапії. У клінічній практиці особи з НРО демонструють виразний дисбаланс у системі внутрішньої регуляції та схильність до залежності від зовнішнього визнання, що призводить до повторюваних міжособистісних конфліктів і труднощів у побудові стійких терапевтичних альянсів. У зв'язку з цим виникає потреба у пошуку таких психотерапев-

тичних методів, які не лише дозволяють глибше зрозуміти внутрішню динаміку нарцисичної особистості, але й забезпечують ефективні інтервенції для її трансформації.

Один із перспективних підходів у роботі з нарцисичною організацією особистості становить транзакційний аналіз (ТА), який поєднує глибинну теоретичну базу з чіткою структурою психотерапевтичної взаємодії. Моделі Его-станів, життєвих сценаріїв, психологічних ігор і системи погляджувань у ТА створюють потужні аналі-

тичні інструменти для ідентифікації дисфункцій, пов'язаних із нарцисизмом і побудови стратегії особистісного відновлення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика нарцисизму як феномену особистості тривалий час перебуває у фокусі досліджень психоаналізу, клінічної психології та психотерапії. Класичні психоаналітичні моделі О. Кернберга та Г. Кохута розглядають нарцисичний розлад особистості як наслідок порушеного розвитку Самості, де основною проблемою є дефіцит стабільного внутрішнього образу «Я» та залежність від зовнішнього віддзеркалення для підтримання почуття власної цінності [10; 11]. У роботах Т. Міллера [13], Е. Роннінгстама [14] і Дж. Мастерсона [12] акцентовано на варіативності нарцисичної симптоматики – від компенсаторних форм до глибоко вразливих, а також на викликах, які виникають у процесі психотерапії таких клієнтів.

Транзакційний аналіз, запропонований Е. Берном [1], традиційно не був орієнтований на роботу з особистісними розладами. Проте подальший розвиток методу, зокрема через внесок К. Стайнера [2], М. та Б. Гулдінгів [8], а також сучасних дослідників, таких як М. Хайкін [9], відкрив нові можливості застосування ТА у роботі з глибинними структурними порушеннями особистості. М. Хайкін здійснив вагомий внесок у розробку моделей нарцисичної структури особистості в межах ТА, зокрема через поглиблений аналіз Его-станів другого порядку, внутрішніх сценарних заборон та системи погладжувань. Його підходи інтегрують класичну модель Его-станів із розумінням фальшивої самості та дезінтеграції образу «Я» у нарцисичних клієнтів, що є особливо цінним у психотерапевтичній практиці.

Попри зростаючий інтерес до теми, в українській психологічній науці досі обмежено висвітлено можливості застосування транзакційного аналізу у роботі саме з нарцисичним розладом особистості. Це зумовлює потребу в подальших дослідженнях, зокрема з опорою на практичні кейси, адаптацію технік ТА до специфіки нарцисичної динаміки та розробку рекомендацій для консультантів і психотерапевтів.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування та практичний аналіз можливостей застосування методології транзакційного аналізу у психологічному консультуванні та психотерапії осіб із нарцисичним розладом особистості, зокрема через дослідження структурної організації Его-станів, життєвих сценаріїв, системи психологічних погладжувань та терапевтич-

них стратегій, спрямованих на відновлення автентичної самооцінки та емоційної інтегрованості клієнта.

Виклад основного матеріалу. Згідно з сучасними уявленнями клінічної психології та психіатрії, НРО є серйозним психічним розладом, що характеризується вираженим егоцентризмом, відсутністю емпатії до інших осіб та надмірним прагненням до підтвердження власної значущості. Особи з НРО зазвичай мають підвищену потребу в увазі й схваленні з боку оточення, що суттєво впливає на їхні міжособистісні стосунки. Вони схильні сприймати інших переважно як засіб для підтримання власного позитивного самосприйняття, що обмежує їх здатність до автентичної взаємодії.

У повсякденній мові терміни «нарцисизм», «нарцисичний» чи «нарцис» часто мають негативне конотативне забарвлення й отожднюються із самозакоханістю, егоїзмом, марнославством або зарозумілістю. Проте у психологічному дискурсі важливо розрізняти між адаптивними формами нарцисизму та патологічними проявами, які вимагають клінічної оцінки та втручання.

У сучасному діагностичному полі, зокрема в DSM-5 [7], для НРО характерні неадекватно завищена самооцінка, віра у власну «винятковість», потреба в надмірній похвалі, демонстрація зверхньої поведінки і гордовитого ставлення до інших. Особи з нарцисичними рисами, як правило, схильні використовувати інших як засіб досягнення власних цілей, виявляють дефіцит емпатії, часто заздять та переконані, що інші також заздять їм. Вони можуть поринати у фантазії про безмежний успіх, владу, виняткову привабливість або ідеалізоване кохання. Усвідомлення власної обмеженості чи подібності до інших викликає у них інтенсивні переживання сорому або гніву, що нерідко трансформується у ворожу або агресивну поведінку щодо оточення.

У транзакційному аналізі (ТА) явище нарцисизму має чітке теоретичне обґрунтування. Засновник методу Е. Берн [1] безпосередньо не використовував цей термін у своїх основоположних працях, але його концепції (зокрема теорія его-станів, життєвих сценаріїв, драйверів, ігор, люків і системи погладжувань) створюють потужну основу для розуміння механізмів нарцисичної поведінки. Розглянемо детальніше співвідношення концепцій ТА з НРО та можливості застосування їх для психотерапії та консультування.

У теорії ТА Его-стани розглядаються як структурні компоненти особистості, що відображають

сталі патерни мислення, емоційного реагування та поведінки. Відповідно до моделі Е. Берна, особистість містить три базові Его-стани: Родителя (Р), Дорослого (Д) та Малюка (М). Кожен із них може деталізовуватися в межах структурної моделі другого порядку, яка об'єднує внутрішню диференціацію Его-станів на підструктури, сформовані в більш ранньому віці. Зокрема, Его-стан Родителя поділяється на Раннього Позитивного Родителя (P_1^+) і Раннього Негативного Родителя (P_1^-), а Его-стан Малюка – на Раннього Позитивного Малюка (M_1^+) і Раннього Негативного Малюка (M_1^-), з можливим подальшим виділенням несвідомих ранніх форм. Така деталізація дозволяє точніше описати внутрішню організацію особистості та характер її психологічного функціонування.

У випадку нарцисичної організації особистості, як зазначає М. Хайкін [9], спостерігається суттєвий дисбаланс у системі Его-станів. Центральним є формування фальшивого «Я», що базується на взаємодії з позитивним зовнішнім об'єктом, який виконує функцію дзеркала та відображає ідеалізований образ «Я-нарциса». За відсутності такого об'єкта образ себе стає нестабільним, що активує негативні підструктури – Раннього Негативного Родителя (P_1^-), Раннього Негативного Малюка (M_1^-) та, парадоксально, елементи Раннього Позитивного Малюка (M_1^+), які не отримують підтвердження й опиняються в стані фрустрації (рис. 1).

Недостатній розвиток Его-стану Дорослого та Раннього Позитивного Родителя (P_1^+) унеможливує ефективну внутрішню регуляцію, знижує здатність до самозаспокоєння та блокує розвиток емпатії й емоційної близькості у стосунках. Це зумовлює хронічну вразливість особистості, її залежність від зовнішніх джерел схвалення та нестабільну самооцінку.

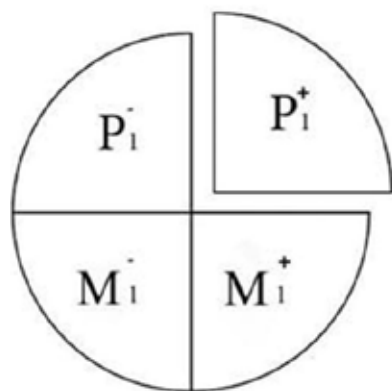


Рис. 1. Структурна модель Его-станів при нарцисичному розладі особистості за М. Хайкіним

Як підкреслює М. Хайкін, фальшиве «Я» у нарцисичній структурі формується через взаємодію з позитивним зовнішнім об'єктом, що виконує функцію дзеркала для ідеалізованого образу себе. Втрата такого об'єкта порушує почуття внутрішньої цілісності та активує негативні Его-стани, зокрема, Раннього Негативного Родителя (P_1^-) та Раннього Негативного Малюка (M_1^-), що супроводжується переживаннями сорому, провини та глибокої вразливості.

Нарцисична особистість, за М. Хайкіним, не здатна самостійно формувати й підтримувати стабільний позитивний образ себе. Через це зростає залежність від зовнішніх джерел схвалення, що компенсує нестачу внутрішньої самопідтримки. У терапевтичному процесі це проявляється у труднощах з емоційною саморегуляцією, низькою толерантністю до критики та потребою в постійному емоційному підкріпленні з боку іншої особи, зокрема терапевта.

Таким чином, нарцисична організація особистості часто ґрунтується на розщепленні Его-станів і відсутності інтегрованого образу себе. *Завданням психотерапевта є зменшити вплив Раннього Негативного Родителя (P_1^-), посилити Раннього Позитивного Родителя (P_1^+), активізувати функції Его-стану Дорослого (Д) та підтримати Раннього Позитивного Малюка (M_1^+), стимулюючи здатність клієнта до самоприйняття, спонтанності й емоційної автентичності.*

У роботі з Его-станами нарцисичних клієнтів важливим завданням терапевта є зменшення впливу Раннього Негативного Родителя, який проявляється через надмірну самокритику, перфекціонізм і жорстке внутрішнє оцінювання. Натомість необхідно посилювати Его-стан Раннього Позитивного Родителя, стимулюючи здатність клієнта до самопідтримки, емпатії до себе та психологічної турботи. Доцільно вводити практики щоденного самоусвідомлення, зокрема ведення «щоденника досягнень і емоцій» як інструменту м'якої самопідтримки.

Паралельно необхідно розвивати Его-стан Дорослого шляхом опори на фактичну інформацію, реалістичну самооцінку та когнітивне осмислення ситуацій. У цьому контексті ефективними є запитання на кшталт: «Що ви реально знаєте?», «Чим ви цінні вже зараз, незалежно від результатів?», які допомагають клієнту дистанціюватися від сценарних установок і активізувати внутрішній ресурс.

Робота з Его-станом Раннього Позитивного Малюка (M_1^+) передбачає створення простору,

де клієнт може проявляти спонтанність, емоції та творчість без страху бути знеціненим або відкинутим. Використання елементів гри, експериментів, творчих завдань сприяє відновленню контакту з автентичним «Я» та підсиленню відчуття внутрішньої цілісності.

Життєві позиції і сценарії особистості та НРО. Життєві сценарії є центральною концепцією транзакційного аналізу, розробленого Е. Берном. Вони є підсвідомою програмою нашого життя, це модель поведінки, яка формується у ранньому дитинстві під впливом батьківських послань і впливає на доросле життя особистості. Життєвий сценарій визначає, як людина сприймає себе та інших, а також які ситуації людина несвідомо відтворює. Тому нарцисизм можна пов'язати зі сценарними рішеннями, які закладаються ще в дитинстві.

У сімейних системах, де домінує нарцисична батьківська фігура, часто формуються глибинні сценарні заборони, які порушують автентичність розвитку дитини. Відповідно до концепції М. Хайкіна, серед таких заборон найчастіше фігурують: «Не будь важливим», «Не будь собою», «Не будь близьким», «Не досягай», «Не зростаєш» та «Не приналеж». Згідно Боба та Мері Гулдінгів – ці послання можуть передаватися не прямо, а через емоційний фон, очікування, критичні реакції або ідеалізовані стандарти, які дитина змушена прийняти, щоб зберегти зв'язок з батьками. Як наслідок, формується внутрішній конфлікт між прагненням до самореалізації та потребою в адаптації до деструктивної прив'язаності.

Відповідно, це формує життєвий сценарій, у якому особистість з нарцисичними рисами або постійно прагне зовнішнього визнання як підтвердження власної значущості, або ж, боячись провалу й емоційної вразливості, уникає зусиль, що могли б сприяти реалізації її автентичних потреб і цілей.

Можемо припустити, що життєві позиції у нарцисичної особистості можуть бути такими:

«Я ОК – ти не ОК» (або Я+ / Ти -). Це домінуючий нарцис, який пригнічує інших, аби самому почуватися впевнено. Наприклад, керівник, який постійно критикує підлеглих, демонструючи свою вищість. В діалозі виявляється: «Без мене ви всі нічого не варті!»

«Я не ОК – ти ОК» (або Я- / Ти +). У цьому випадку це – вразливий нарцис, який шукає схвалення та боїться критики. Наприклад, людина, яка постійно запитує думку інших і боїться висловити власну точку зору. В діалозі: «Як ти думаєш, я точно зробив усе правильно?»

Відповідно, у процесі формування особистості з нарцисичними рисами розвивається специфічний життєвий сценарій. У таких осіб сценарна основа часто базується на глибокій потребі у зовнішньому визнанні як єдиному підтвердженні власної значущості. У той самий час страх бути неідеальним або зазнати приниження змушує уникати ситуацій, які потребують емоційної відкритості, саморозкриття або автентичної реалізації. Усе це перешкоджає розвитку автономних життєвих стратегій і підтримує залежність від зовнішньої оцінки.

Терапевту при роботі з життєвими позиціями та сценаріями у нарцисичних особистостей варто перш за все дослідити базову життєву позицію клієнта (можна запитати «Як ви сприймаєте себе у порівнянні з іншими?», використати вправу «Намалюйте своє місце у світі»). Також важливою є робота з переживаннями клієнта його вразливості і допомога йому у тому, щоб прийняти свою неідеальність без відчуття власної нікчемності. І, найважливіше, ціллю терапії є переключення клієнта на позицію «Я ОК – ти ОК» (або Я+ / Ти +). Це здорова позиція, при якій клієнт визнає свою цінність без зверхності чи залежності від оцінок інших людей та здатен до ширих, безманіпуляційних стосунків.

Працюючи з життєвими сценаріями терапевту спершу потрібно допомогти клієнту усвідомити його сценарій (питання, яке можна було б поставити «Що ви вирішили про своє життя у дитинстві?» та використати вправу «Фільм про вас», яким би був фінал цього фільму?) У ході терапевтичної роботи клієнт може переписати свій сценарій, змінивши при цьому свої чіткі сценарні рішення на альтернативні (наприклад замість «Я маю бути ідеальним» на «Я досить хороший такий, як я є», «Мене можна любити, тільки якщо я...» на «Мене можна любити просто так»).

Також терапевт має створювати безпечний простір для клієнта, у якому клієнт може бути самим собою, не боячись знецінення. Потрібно вчити клієнта просити про допомогу та відкрито висловлювати про свої почуття. Це дасть клієнту досвід нової поведінки.

Психологічне визнання (погладжування) у структурі НРО. Концепція психологічного визнання (погладжувань), запропонована К. Стайнером [2] у межах ТА, має ключове значення для розуміння міжособистісної поведінки та саморегуляції індивіда. Погладжування – це одиниці психологічного контакту, які можуть бути вербальними та невербальними, позитивними або

негативними, умовними або безумовними. Вони виконують функцію підтвердження існування особистості в системі стосунків та є базовим механізмом формування самооцінки.

У випадку НРО спостерігається характерна дисфункція в системі отримання, обробки та інтеграції погладжуваль. Така особистість зазвичай демонструє глибокий дефіцит безумовного позитивного визнання, тобто такого, що не залежить від досягнень або відповідності зовнішнім стандартам. У дитячому досвіді осіб із нарцисичною організацією особистості емоційне схвалення часто було обумовлене успіхами, поведінкою або досягненнями. Відтак формується установка: «Я цінний лише тоді, коли відповідаю очікуванням».

Для нарцисичних клієнтів особливо значущими є такі типи погладжуваль:

Безумовні позитивні погладження (наприклад, «Ти важливий сам по собі», «Я радий, що ти є»). Саме цей тип погладжуваль зазвичай відсутній у досвіді нарцисичних клієнтів. Їхня самооцінність не була визнана незалежно від поведінкових критеріїв, що зумовлює хронічну залежність від зовнішнього підтвердження значущості.

Умовні позитивні погладження (наприклад, «Ти добре це зробив», «Це твоя перемога»). Це найтипівший і водночас найбільш небезпечний тип погладжуваль для нарцисичної особистості, оскільки він посилює її схильність до зовнішньої оцінки. Успіх, статус, соціальне схвалення стають єдиними джерелами відчуття власної вартості.

Негативні погладження (наприклад, «Ти погано виглядаєш», «Це невдало»). У деяких випадках нарцисична особистість може свідомо або несвідомо провокувати негативні реакції, аби зберегти контакт із соціальним оточенням. Навіть критика, яка підтверджує їхню наявність у полі уваги іншого, сприймається як краще, ніж ігнорування.

Особливістю нарцисичних клієнтів є складнощі у сприйнятті щирих, безумовних погладжуваль. Такі особи часто не вміють приймати безкорисливу увагу, сумніваються в її автентичності, відкидають компліменти або підозрюють маніпуляцію. Вони не вірять, що можуть бути цінними просто так, без досягнень, зовнішньої привабливості чи інтелектуальної переваги. Це породжує хронічне внутрішнє напруження та страх: «Що буде, якщо я не відповідатиму ідеалу?»

Ще одним важливим аспектом є нездатність самостійно забезпечувати собі підтримку. Залежність від зовнішнього визнання робить таких клієнтів надзвичайно вразливими: у разі втрати

позитивних погладжуваль виникає стан емоційної порожнечі, який може супроводжуватися депресивною симптоматикою, фрустрацією або компульсивними діями з метою «повернути» увагу. У повсякденному житті це може проявлятися як демонстративна поведінка, маніпуляції похвалою або гіперчутливість до відсутності схвалення. Будь-яка критика розцінюється як особиста загроза, що викликає захисні реакції (агресію, уникання, знецінення). Самооцінка таких клієнтів нестабільна та прямо залежить від реакцій інших.

У терапевтичному процесі робота з системою погладжуваль набуває особливої значущості. *Завданням терапевта є поступове введення автентичних, безумовних позитивних погладжуваль, підтримка здатності клієнта приймати їх без недовіри, а також сприяння формуванню внутрішньої системи самопідтримки.* Розвиток здатності визнавати власну цінність незалежно від зовнішніх критеріїв є важливою умовою для зниження емоційної вразливості та побудови стабільного образу «Я».

Значний внесок у розробку підходів до психотерапії нарцисичної особистості в межах ТА зробив М. Хайкін. Він описав шість ключових етапів, що мають особливе значення для побудови ефективної терапевтичної взаємодії з такими клієнтами:

1. Встановлення терапевтичного контракту та меж: чітке окреслення тривалості сесій, теми для обговорення, правил конфіденційності. Це створює безпечний простір і знижує тривожність клієнта, запобігаючи ідеалізації або девальвації терапевта.

2. Розвиток Его-стану Дорослого: через аналіз транзакцій і когнітивних викривлень клієнт поступово формує навички самоспостереження, прийняття відповідальності й саморегуляції.

3. Формування автентичної самооцінки: інтеграція безумовних позитивних погладжуваль, перенесення уваги з досягнень на внутрішню цінність, заміна фальшивого образу на реалістичне «Я».

4. Навчання конструктивному сприйняттю критики через рольові моделювання, роботу з життєвими прикладами та обговорення афективних реакцій на зворотний зв'язок.

5. Опрацювання внутрішніх заборон: виявлення внутрішніх послань типу «Не помиляйся», «Будь досконалим», їх трансформація в адаптивні дозволи.

6. Перехід від зовнішнього до внутрішнього джерела підтримки: поступовий розвиток вну-

трішньої опори як альтернативи залежності від зовнішнього визнання.

У межах тривалої терапії, згідно з моделлю Дж. Мастерсона, клієнт проходить три основні фази:

- 1) фаза ідеального дзеркала, коли психотерапевт сприймається як винятковий об'єкт;
- 2) фаза розчарування, яка викликає кризу довіри та афективний регрес;
- 3) фаза відокремлення, що включає інтеграцію суперечливих образів терапевта та розвиток самостійної внутрішньої регуляції.

Тобто, терапія з такими клієнтами вимагає високої толерантності до амбівалентності, емоційної витривалості терапевта та здатності витримувати коливання між знеціненням і залежністю. *Основна мета терапії: сприяти поступовій інтеграції автентичного «Я», здатного функціонувати незалежно від зовнішніх джерел визнання.*

У той час як глибока психотерапевтична робота з нарцисичною особистістю передбачає тривалі інтервенції, у практиці психологічної допомоги часто виникає потреба у форматі короткострокового втручання. У таких випадках доцільним є використання інструментів психологічного консультування, що дозволяють стабілізувати емоційний стан клієнта, знизити залежність від зовнішнього визнання та сформувати початкові навички самопідтримки. Саме тому розгляд особливостей *психологічного консультування осіб із нарцисичними рисами особистості* в межах методології ТА є необхідним компонентом психокорекційної практики.

У межах консультативного підходу ключовим завданням фахівця є не стільки глибинна трансформація особистісної структури клієнта, скільки створення умов для емоційної стабілізації, підтримки функціонального рівня самооцінки та розвитку базових навичок саморефлексії. З огляду на чутливість таких клієнтів до оцінювання, схильність до ідеалізації або девальвації консультанта, особливої ваги набуває формування безпечного терапевтичного простору, де клієнт може відчувати прийняття, емпатію й фахову структурованість.

У цьому контексті основними завданнями консультанта є:

- допомогти клієнту усвідомити власну залежність від зовнішніх оцінок і схвалення;
- підтримати формування стійкого уявлення про власну цінність, незалежно від досягнень чи соціального статусу;
- навчити розпізнавати та приймати як умовні, так і безумовні позитивні погладження;
- розвивати базові навички емоційної саморегуляції, що сприяють зниженню афективної вразливості.

Психологічне консультування осіб із нарцисичними рисами в межах ТА сприяє емоційній стабілізації, розвитку самопідтримки та зниженню залежності від зовнішньої оцінки. Саме на цьому етапі важливо закласти основу для подальшої глибокої терапевтичної роботи з інтеграції Его-станів і формування автентичного «Я».

Висновки. Нарцисичний розлад особистості супроводжується дисбалансом Его-станів, нестабільною самооцінкою та залежністю від зовнішнього визнання, що ускладнює терапевтичну взаємодію. Концепції транзакційного аналізу (модель Его-станів, життєві сценарії та система погладжуваль) створюють ефективну основу для розуміння внутрішньої динаміки нарцисичної особистості.

Транзакційний аналіз може бути ефективно застосований як у довготривалій психотерапії, так і в межах короткострокового консультування нарцисичних клієнтів. Психотерапевтична робота з нарцисичною особистістю в межах транзакційного аналізу передбачає поетапне відновлення внутрішнього балансу Его-станів, зміцнення автономного «Я» та формування здатності до емоційної саморегуляції. Особливого значення набуває підтримка процесів самоприйняття, автентичності та формування внутрішнього джерела самоцінності. У межах консультування, коли неможлива глибока реконструктивна робота, доцільним є фокус на емоційній стабілізації, розвитку базових навичок саморегуляції та формуванні більш реалістичної самооцінки. Це створює основу для подальших глибинних інтервенцій.

Список літератури:

1. Берн, Е. Ігри, у які грають люди. Психологія людських взаємин / Е. Берн. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2024. – 256 с.
2. Стайнер, К. Сценарії життя людей / К. Стайнер. Київ : Фабула, 2021. 448 с.
3. Яворська, Г. Аутистичні та рекетні почуття: концептуальний аналіз та практичне застосування / Г. Яворська / *Наукові інновації та передові технології. Серія «Психологія»*. 2025. № 4 (44). С. 2109–2019.

4. Яворська, Г.Ю. Методика «Діагностика автентичних і сценарних почуттів особистості»: психотерапевтичний інструмент у контексті транзакційного аналізу / Г.Ю. Яворська / *Наукові перспективи*. 2025. № 6 (60). – С. 1642–1654.
5. Шлегель, Л. Короткий словник транзакційного аналізу / упоряд. Г. Яворська, К. Репецька. Черкаси : ІнтролітаТОР, 2025. 608 с.
6. Сербанеску, Б. Спокуса дзеркал. Еволюція транзакційно-аналітичної моделі людських взаємин / Б. Сербанеску. Черкаси : ІнтролітаТОР, 2021. 160 с.
7. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5 / American Psychiatric Association. 5th ed. Arlington, VA : American Psychiatric Publishing, 2013. 991 p.
8. Goulding R.L., Goulding, M.M. Changing Lives Through Redecision Therapy / R.L. Goulding, M.M. Goulding. New York : Grove Press, 1976. 278 p.
9. Haykin M.D. Type casting: The influence of early childhood experience upon the structure of the Child ego state. *Transactional Analysis Journal*, 10(4) 1980. pp. 354–364.
10. Kernberg O.F. Borderline Conditions and Pathological Narcissism / O.F. Kernberg. New York : Jason Aronson, 1975. 437 p.
11. Kohut H. The Analysis of the Self / H. Kohut. New York : International Universities Press, 1971. 383 p.
12. Masterson J.F. The Narcissistic and Borderline Disorders: An Integrated Developmental Approach / J.F. Masterson. New York : Brunner/Mazel, 1981. 240 p.
13. Millon T. Disorders of Personality: Introducing a DSM/ICD Spectrum from Normal to Abnormal / T. Millon. 3rd ed. Hoboken : Wiley, 2011. 624 p.
14. Ronningstam E. Identifying and Understanding the Narcissistic Personality / E. Ronningstam. Oxford : Oxford University Press, 2005. 304 p.

Yavorska H.Yu., Helias A.I. PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY OF NARCISSISTIC PERSONALITY DISORDER IN THE METHOD OF TRANSACTIONAL ANALYSIS

The article presents a comprehensive theoretical and practical analysis of the application of transactional analysis (TA) in psychological counseling and psychotherapy for individuals with narcissistic personality disorder (NPD). It is shown that NPD is accompanied by disturbances in the structure of ego states, chronic affective vulnerability, unstable self-esteem, and deep dependence on external validation. These features complicate the establishment of a stable therapeutic alliance, provoke projective behavior, emotional dysregulation, and require specific therapeutic strategies. The theoretical overview highlights the relevance of key TA concepts (second-order Ego states, script injunctions, the system of psychological recognition, and life positions) in understanding and correcting the dynamics of NPD. The formation of the false self is conceptualized as a compensatory mechanism resulting from early emotional deprivation. A typical internal conflict is described between the striving for self-realization and the fear of losing approval, which is rooted in early life scripts. Based on the work of M. Haikin, therapeutic strategies are analyzed that aim to integrate the ego structure, form an authentic self-image, and develop internal support. Within the framework of counseling, tools for emotional stabilization, self-worth reinforcement, and the development of basic self-reflection skills are considered. The effectiveness of TA is substantiated as a flexible methodology capable of providing both deep personality transformation and short-term support for clients with narcissistic traits. The proposed approaches can be useful in psychotherapeutic practice, counseling work, and the training of mental health professionals. Psychotherapeutic use of TA in working with NPD allows for the integration of structural personality analysis with emotional support, making this approach especially valuable in the context of modern applied psychology.

Key words: narcissistic personality disorder, transactional analysis, ego states, life script, strokes, psychological counseling, psychotherapy.

Дата надходження статті: 31.07.2025

Дата прийняття статті: 26.08.2025

Опубліковано: 30.09.2025