

# Narcizam i narcistički poremećaj ličnosti u današnjem svijetu

Leda Lemaić  
Filozofski fakultet u Zagrebu  
Odsjek za psihologiju  
ORCID: 0000-0002-0373-2050

## Sažetak

Normalan narcizam dio je ljudske svakodnevnice, a patološki narcizam, s narcističkim poremećajem ličnosti kao oblikom teže manifestacije, teško je i rijetko dijagnosticirano stanje. Patološki narcizam varijabilnog je prikaza kod većine ljudi, a uglavnom se dijeli na grandiozni i ranjivi oblik. Živimo u vremenu u kojem se sve više cijeni visoko samopouzdanje i ambicioznost, ljudi teže k tomu da budu bolji od drugih i ne srame se to pokazati, a društvene mreže služe kao platforma za promoviranje sebe i svojih uspjeha. No nije uvijek lako odrediti granicu visokog samopoštovanja i narcizma. Nalazi pokazuju da narcisoidne tendencije u svijetu naglo rastu, većinom pod utjecajem individualističke kulture, tehnološkog razvoja i utjecaja slavni osoba. Narcizam općenito utječe na odnose s drugima, a čak i mali broj pojedinaca može utjecati na pokretanje društvenih promjena. Zato je potrebno osmisliti intervencije koje će smanjiti narcizam, ali neće smanjiti samopoštovanje. Osobe s narcističkim poremećajem ličnosti zahtjevno je liječiti psihoterapijom zbog njihove smanjene kooperativnosti, ali akumulirana literatura omogućuje izdvajanje nekih načina koji će omogućiti jednostavnije liječenje.

Ključne riječi: narcizam, narcistički poremećaj ličnosti, samopoštovanje, psihoterapija

## Uvod

Osnovni je problem svih definicija i istraživanja o narcizmu taj što je teško odrediti predmet mjerenja, odnosno postoji mnogo izoliranih i oprečnih empirijskih nalaza te različitih teorija koje otežavaju jasniju konceptualizaciju, definiciju i precizno mjerenje šireg konstrukta narcizma (Čuržik i Jakšić, 2012). Mnogo empirijske literature karakterizira narcizam kao crtu ličnosti koja može biti adaptivna ili otežavati adaptaciju na društvenu okolinu. Većina istraživanja oslanjala se na NPI (*eng. Narcissistic Personality Inventory*, Raskin i Hall, 1979), narcistički inventar ličnosti kojim se koristilo kao mjerom osobnosti za nekliničke razine narcizma. No taj je instrument često kritiziran zato što u isto vrijeme procjenjuje adaptivne komponente poput samopoštovanja, dobrobiti i vodstva kao i one koje nisu adaptivne poput grandioznosti i ovlaštenosti (*eng. entitlement*, osjećaj osobe da ima pravo na nešto) (Yakeley, 2018). Na temelju mnogih relevantnih istraživanja, opće je prihvaćena dihotomija manifestacije narcizma kao normalnog i patološkog (Yakeley, 2018). Pod utjecajem psihoanalitičara Kernberga i Kohuta raširena je uporaba koncepta patološkog narcizma kao posebnog tipa osobnosti, praćenog pojavom narcističkog poremećaja ličnosti u trećoj verziji DSM-a (*eng. The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) (Yakeley, 2018). No mnogi se ne slažu oko strukture konstrukta narcizma. Neki smatraju da se radi o dvama različitim dimenzijama ličnosti (Pincus i Lukowitsky, 2010) dok drugi smatraju da postoji spektar sa zdravim narcizmom na jednoj strani, narcisoidnim osobinama (normalnim narcizmom) koje variraju po ozbiljnosti u sredini i patološkim narcizmom te narcističkim poremećajem ličnosti na drugom kraju spektra (Rogoza i sur., 2018). Prema bilo kojoj od tih koncepcija normalan je narcizam osobina ličnosti koju karakterizira osjećaj nadmoći i želja za poštovanjem i divljenjem drugih (Brummelman i sur., 2016). S tom osobinom ličnosti mnogi žive i dolazi do izražaja samo povremeno (Rogoza i sur., 2018). Subklinički narcizam ili narcisoidne osobine poprimile su šire razmjere na razini društva s posljedicama poput veće razine pohlepe, opsjednutosti sobom, površnih odnosa, arogancije i taštine (MacDonald, 2014). Simptomi narcizma uključuju materijalizam, osjećaj jedinstvenosti, antisocijalno ponašanje i ovlaštenost (Twenge i Campbell, 2010). No subklinički narcizam strategija je koja može biti uspješna sve dok se previše ne proširi u općoj populaciji (Womick i sur., 2020). Istraživanja podupiru ideju da u određenim domenama narcizam može pridonijeti dobrobiti osobe jer je povezan s pozitivnim samopoimanjem (Morf i Rhodewalt, 2001). Rezultati istraživanja Womicka i suradnika (2020), u kojem je otkrivena povezanost narcizma i osjećaja smislenosti života, slaže se s prethodnim studijama koje pokazuju da su iskustva koja doprinose pozitivnom ljudskom funkcioniranju poput samopoštovanja, autentičnosti i ustrajnosti ka cilju povezane s narcizmom, a ne gube svoju važnost za dobrobit osobe. Paris (2014) navodi da nas moderno doba čini narcisoidnijima i da individualizam i nedostatak društvene podrške igraju ključnu ulogu u ovom porastu. No razumijevanje epidemije nar-

cizma te razumijevanje što stvarno jesu narcizam i narcistički poremećaj ličnosti važni su jer su dugoročne posljedice te rasprostranjenosti destruktivne za društvo (Twenge i Campbell, 2010). Neki od dokaza za epidemiju narcizma kao osobine ličnosti uključuju činjenicu da je stopa odobravanja izjave „ja sam važna osoba” porasla s 12 % 1963. godine na 77–80 % 1992. godine kod adolescenata (Newsom i sur., 2003). Također, korištenje narcisoidnih izjava poput „ja sam najbolji” povećalo se između 1960. i 2008. (Twenge i sur., 2013). Porast narcizma odražava se i u porastu važnosti slave, financijskog uspjeha i drugih individualističkih vrijednosti tijekom desetljeća (Uhls i Greenfield, 2011). Ta i mnoga druga zapažanja sugeriraju da su narcisoidni izrazi unutar individualističkih kultura postali češći (Vater i sur., 2018). Narcistički poremećaj ličnosti teško je i rijetko dijagnosticirano stanje (MacDonald, 2014). Sustavni pregled nekoliko objavljenih istraživanja prikazao je da je prevalencija narcističkoga poremećaja ličnosti otprilike jedan posto u populaciji (Dhawan i sur., 2010). Mnogi ljudi tijekom života razviju neka narcistička obilježja, ali ipak ne ispunjavaju dijagnostičke kriterije za narcistički poremećaj ličnosti (Rogoza i sur., 2018). Samo mali dio ljudi ima klinički dijagnosticiran narcistički poremećaj ličnosti (Choi-Kain, 2020). Narcistički poremećaj ličnosti teško je dijagnosticirati iz razloga što postoji vrlo varijabilna prezentacija poremećaja kod ljudi te široki raspon ozbiljnosti koji može karakterizirati narcističku patologiju (Caligor i sur., 2015). Nedosljednosti u konceptualizaciji narcističkog poremećaja ličnosti odrazile su se i u ograničenom opisu područja narcističkog poremećaja ličnosti (njegove prirode, fenotipa, izražaja i strukture) u DSM-u (Pincus i Lukowitsky, 2010). Ponašanje ljudi s ovim poremećajem ličnosti može se na različite načine očitovati kod različitih pojedinaca, a često se radi i o polarnim manifestacijama. Pojedinaac s narcističkim poremećajem ličnosti može biti društven ili društveno izoliran, odličan u svom poslu ili nesposoban održati stalno zaposlenje, uzoran građanin ili sklon asocijalnim aktivnostima (Caligor i sur., 2015). Bitno je istaknuti razlike između normalnog narcizma i narcističkog poremećaja ličnosti. Narcizam se često povezuje s dijagnozom narcističkog poremećaja ličnosti. Međutim, određeni stupanj narcizma može se smatrati bitnim kad se razmatra zdrava osobnost (McNeal, 2007). Ono što mnogi nazivaju zdravim oblikom narcizma, misleći na pozitivne aspekte normalnog narcizma, uključuje stabilan osjećaj vlastite vrijednosti, temeljen na istinskom postignuću, sposobnost oporavka od neuspjeha i pronalazak utjehe i podrške u odnosima s drugima (Horwitz, 2000). Rezultati pet istraživanja koja su proveli Sedikides i suradnici (2004) odbacili su prevladavajuće stajalište da narcisoidne osobe, s obzirom na svoje međuljudske deficite, moraju patiti od lošeg psihičkog zdravlja. Za dobro psihičko zdravlje zaslužne su, u znatnoj mjeri, njihove povišene razine samopoštovanja (Sedikides i sur., 2004). Naravno, „zdravo“ narcisoidno funkcioniranje može supostojati i s patološkim narcizmom te varirati ovisno o kontekstu i međuljudskim odnosima. No patološki narcizam definiran je krhkošću u samoregulaciji i samopoštovanju (Yakeley, 2018). Kod patološ-

kog narcizma mogu postojati ozbiljni poremećaji u samopoštovanju koji mogu zarobiti pojedinca u svijet opsjednutosti sobom i grandioznosti bez toplih međuljudskih odnosa (Paris, 2014). Na krajnjem ekstremu patološkog narcizma nalazi se narcistički poremećaj ličnosti, patološko stanje koje uključuje ozbiljnu nerazmjernu preokupaciju osobnom kompetencijom, potrebu za moći te posljedično mogućnost da osoba nema osjećaj kontrole nad svojim životom (Paris, 2014). Prema Pincusu i Roche (2011) postoji podjela narcisoidne disfunkcije. Narcistička grandioznost odražava preuveličanu sliku o sebi, dojam o vlastitoj posebnosti i ovlaštenosti, nedostatak empatije i opsesivnu potrebu za divljenjem od strane drugih (Čuržik i Jakšić, 2012). Ranjivi narcizam karakteriziran je osjećajima nesigurnosti, niskog samopoštovanja i preosjetljivosti na kritiku (Čuržik i Jakšić, 2012). Osobe s ovom vrstom patološkog narcizma imaju poteškoća u uspostavljanju smislenih odnosa te su skloniji odbacivanju istih. Mnogi pojedinci s narcističkim poremećajem ličnosti fluktuiraju između grandioznog i ranjivog stanja ovisno o životnim okolnostima dok drugi mogu imati mješovite karakteristike (Caligor i sur., 2015). U novijim istraživanjima otkriveno je kako je grandiozni narcizam visoko povezan sa psihopatijom. Kowalchuk i suradnici (2021) tvrde da bi i psihopatske i patološki narcisoidne osobe imale visoke rezultate na klasičnim mjerama narcizma, ali da će osobe s visoko izraženim psihopatskim osobinama preferirati ishode koji im daju moć dok će osobe s visoko izraženim narcisoidnim osobinama preferirati ishode koji im daju status. S obzirom na to da su u svijetu moć i status često povezani, teško je odrediti granicu te dolazi do nejasnoća u literaturi o narcizmu (Kowalchuk i sur., 2021). Međutim, većina literatura grandiozni narcizam i dalje kategorizira kao formu narcističkog poremećaja ličnosti, a i sami dijagnostički kriteriji DSM-IV usmjerili su se isključivo na kliničku sliku grandioznog narcizma (Čuržik i Jakšić, 2012). U međuvremenu izašao je i DSM-V, no kriteriji se nisu promijenili. Postoji i skupina pojedinaca s narcističkim poremećajem ličnosti koja je opisana kao funkcionalna, egzibicionistička i autonomna. Ove su osobe natjecateljski nastrojene i traže pažnju dok pokazuju prilagodljivo funkcioniranje i koriste svoje narcisoidne osobine kako bi uspjeli. Zbog njihove visoke razine funkcioniranja, na prvi pogled pojedinac iz te skupine ne djeluje kao da ima poremećaj ličnosti, a dijagnoza narcističkog poremećaja ličnosti biva zanemarenom pri dijagnostičkoj procjeni (Caligor i sur., 2015). Kako tradicionalne društvene strukture slabe, korijeni u obitelji i zajednici postaju krhki. Modernizacijom društva, kolektivne vrijednosti postaju manje važne, a individualne potrebe sve su istaknutije (Markus i Kitayama, 1994). Individualizam se povećao tijekom posljednjih nekoliko desetljeća (Santos i sur., 2017). Postoje mnogi međusobno povezani trendovi koji su značajka uspona narcisoidnog društva od kojih su neki nepovratne promjene u obiteljskom životu, tehnološki razvoj u formi društvenih mreža, stavovi prema smrti i umiranju te obožavanje slavnih osoba (MacDonald, 2014). Lasch (1979)

je sugerirao kako je društveni razvoj tijekom dvadesetoga stoljeća pojačao narcističke osobine, stvarajući krhko samopoimanje, strah od obveza i trajnih veza, a i strah od starenja te pretjerano divljenje slavnima. Razvoj narcizma evoluirao je i u 21. stoljeću, posebno zahvaljujući pojavi društvenih mreža i korištenju njima (Manne, 2015). U ovom će se radu prikazati rezultati istraživanja koja su proučavala razvoj normalnog i patološkog narcizma u današnjem dobu i mogućnosti tretiranja patološkog te ublažavanja normalnog narcizma.

## **Razvoj narcizma i samopoštovanja**

Narcisoidne karakteristike i narcistički poremećaj ličnosti imaju nasljednu komponentu koja objašnjava 40 % varijance (Paris, 2014), što znači da je 40 % objašnjivo nasljeđem. Iz tog podatka proizlaze pretpostavke kako pojedinci ne mogu razviti narcistički poremećaj ličnosti ako za njega nemaju genetsku predispoziciju, no istraživanja iz područja bihevioralne genetike nalažu da je moguće da pojedinac razvije poremećaj zbog genetskih, ali i okolinskih utjecaja, kao i njihove kombinacije. Istraživanja koja zagovaraju učinak okolinskih utjecaja pokazala su da braća i sestre, premda su odrasli zajedno, nemaju neophodno slične osobine ni razine narcizma (Livesley i sur., 1998). Luo i Cai (2018) skupili su istraživanja o narcizmu koja su provedena na jednojajčanim blizancima te su iznijeli mnoge zaključke. Narcizam je nasljedan i to se odnosi na sve vrste narcizma, od narcizma kao osobine ličnosti sve do poremećaja ličnosti, a nasljednost varira od umjerene do visoke. Okolina može doprinijeti varijaciji narcizma, a ta varijacija proizlazi primarno iz nedijeljene okoline, a ne zajedničkog okruženja braće i sestara (Luo i Cai, 2018). Dakle, genetski faktori imaju ulogu u moduliranju varijacija narcizma, a utječu i na stabilnost narcizma te tendencije ponašanja.

Međutim, kao što je ranije spomenuto, okolina može imati i ima utjecaj na razvoj cijelog spektra narcizma. Twenge (2011) sugerira da sociokulturne promjene u roditeljskim praksama utječu na razinu narcizma. Roditeljska je popustljivost pozitivno povezana s patološkom mjerom narcizma, a to se odnosi i na ranjivi i na grandiozni narcizam (Campbell i Miller, 2011). Brummelman i suradnici (2015) prikazali su da se narcizam kod djece razvija roditeljskim precjenjivanjem, odnosno u slučaju kada roditelji vjeruju da je njihovo dijete posebnije i ima više prava od drugih. Također, otkriveno je da su emocionalna kontrola djeteta i hladnoća roditelja povezana s ranjivim narcizmom (Campbell i Miller, 2011). Takvi su dokazi često otkriveni korištenjem NPI testa. Postoje značajni dokazi koji povezuju roditeljsko ponašanje s dječjim narcizmom, a ti su dokazi u skladu s tradicionalnim kliničkim teorijama o etiologiji te osobine. Povećana rasprostranjenost narcizma može ovisiti o tome da su roditelji

sve popustljiviji, pretjerano ugađaju djetetu i promiču samopoštovanje neovisno o postignućima djeteta (Paris, 2014). Istraživanja su dokumentirala kako je u proteklim desetljećima grandiozni narcizam u porastu i na istoku i na zapadu (Cai i sur., 2012). Ti problemi nadilaze specifične obitelji i proizlaze iz kulture općenito, onemogućujući donošenje čvrstih zaključaka o narcizmu u djetinjstvu. Naime, roditeljstvo ne postoji kao zaseban ili izoliran slijed događaja, već je u sklopu složene mreže višesmjernih uzročnih utjecaja koji vjerojatno uključuju elemente makrokulture poput medija i društva, sustave vjerovanja, ali i mikrokulture kao što su utjecaji vršnjaka (Campbell i Miller, 2011).

Nalazi longitudinalnog istraživanja koje je provela Cramer (2011) pokazali su da je zdravi narcizam u mladoj odrasloj dobi povezan s ranim zadovoljenjem fizičkih i psihičkih potreba od strane roditelja. Pod zdravim narcizmom misli se na pozitivne dijelove normalnog narcizma koji su povezani sa samopoštovanjem. Ono što razlikuje narcizam i visoko samopoštovanje prisutnost je osjećaja superiornosti, negativne procjene drugih te iskorištavanje drugih što je povezano s narcizmom, ali ne nužno i s visokim samopoštovanjem (Newsom i sur., 2003). Prisutnost zdravih aspekata narcizma povezana je s roditeljskim korištenjem autoritativnim ili popustljivim stilom roditeljstva u kojima je roditelj osjetljiv na djetetove potrebe (Cramer, 2011). Korištenje autoritarnim stilom roditeljstva, koji nije osjetljiv na djetetove potrebe, bilo je negativno povezano sa zdravim aspektima narcizma. Neočekivan je bio nalaz da ravnodušni stil roditeljstva, pri kojem se ne reagira na djetetove potrebe, nije bio povezan s narcizmom (Cramer, 2011). Ovi rezultati sugeriraju da je kombinacija kontrolirajuće prirode roditelja s niskom razinom emocionalne topline povezana s razvojem narcizma (Cramer, 2011). U budućim istraživanjima bilo bi dobro ispitati dvosmjerne veze između roditeljstva i narcizma, odnosno kako razvoj djetetovog narcizma utječe na daljnje roditeljsko ponašanje te procijeniti nasljeđe, roditeljstvo i narcizam iz više izvora (Campbell i Miller, 2011). Ali neovisno o tome utječe li stil roditeljstva na narcizam, vrijedi se zapitati kako se treba odnositi prema djetetu da bi ono imalo visoko samopoštovanje koje ne graniči s narcizmom.

Zanimljivo je i razumjeti koje su razlike narcizma i samopoštovanja prema fenotipu, razvoju i posljedicama s obzirom na to da su vrlo slični, a posebno ih je teško razlikovati kod djece. Brummelman i suradnici (2016) predložili su razliku između narcizma i samopoštovanja koja se temelji na različitim socijalizacijskim iskustvima koja dovode do njih. Oni sugeriraju da narcizam i samopoštovanje razlikuje različita percepcija poštovanja od strane drugih. Narcizam je subklinička osobina ličnosti, a narcisi se osjećaju superiorno u odnosu na druge, vjeruju da imaju pravo na privilegije i žude za poštovanjem i divljenjem drugih (Brummelman i sur., 2016). Grandiozni tipovi

narcisa osjećaju se superiorno drugima po pokretačkim osobinama poput inteligencije, kompetencije i jedinstvenosti. Nasuprot tome, ljudi s visokim samopoštovanjem zadovoljni su sobom i svojom osobnošću, ali ne osjećaju se nužno superiorno drugima. I narcizam i samopoštovanje podrazumijevaju pozitivan pogled na sebe, ali ti su pogledi kvalitativno različiti (Brummelman i sur., 2016). Narcizam i samopoštovanje su, u skladu sa svojim različitim fenotipovima, slabo do umjereno povezani (Campbell i sur., 2002). Mnogi narcisi nemaju visoko samopoštovanje, nisu zadovoljni sami sa sobom, iako se vide izrazito boljima od svojih bližnjih. Suprotno tome, mnogi ljudi s visokim samopoštovanjem nisu narcisoidni jer cijene sebe, ali nemaju potrebu smatrati se boljima od drugih.

Narcizam i samopoštovanje prvi se put pojavljuju u djetinjstvu (Thomaes i sur., 2008) kada djeca steknu kognitivne sposobnosti za formiranje samoprocjena koje su u osnovi narcizma i samopoštovanja (Harter, 2012). Djeca te dobi također se koriste društvenim usporedbama kako bi procijenila sama sebe, omogućujući pojavu narcisoidnih samoprocjena poput „ja sam poseban/posebna, posebniji/a od ostalih“ (Harter, 2012). Narcizam i samopoštovanje manifestiraju se u istoj dobi, ali razlikuju se u svojim putanjama razvoja. Narcizam je na vrhuncu u adolescenciji, a zatim se postupno smanjuje u odrasloj dobi (Foster i sur., 2003), a samopoštovanje doseže najnižu točku u adolescenciji te se zatim postupno povećava tijekom odrasle dobi (Brummelman i sur., 2016). U osnovi je narcizma i samopoštovanja internalizacija poštovanja djeci bliskih ljudi. Dijete doživi riječi svojih roditelja i uklopi ih u svoju sliku o samome sebi. No roditelji znaju pokazivati različite oblike poštovanja. Mnogi roditelji hvale djecu čak i kad nema potrebe za tim u želji da se djeca osjećaju jedinstveno i posebno te da razviju visoko samopoštovanje. Takvo roditeljsko precjenjivanje moglo bi dovesti do porasta u narcizmu djeteta (Brummelman i sur., 2015). Vremenom takva praksa socijalizacije može dovesti do toga da djeca internaliziraju pogled na sebe kao superiornog pojedinca što je srž narcizma. Samopoštovanje je njegovano roditeljskom ljubavlju i zahvalnošću. Roditelji koji uspješno razvijaju samopoštovanje djeteta potiču u svom djetetu osjećaj da je ono važno. Ova praksa socijalizacije može navesti djecu da internaliziraju pogled na sebe kao vrijedne pojedince što je srž samopoštovanja. Prioritet budućih istraživanja trebao bi biti razvijanje odgojnih metoda koje istodobno podižu samopoštovanje i obuzdaju narcizam. Takvi bi roditeljski postupci onda mogli naučiti roditelje i odgojitelje da ističu zahvalnost i naklonost djeci bez da ih proglašavaju superiornima u odnosu na druge.

Razlike između narcizma i samopoštovanja često se pojavljuju i u društvenoj sferi jer narcisi nemaju želju za uspostavljanjem dubokih intimnih veza s drugima, već nastoje nadmašiti druge, koriste se drugima za postizanje društvenog statusa i teže

napredovanju (Campbell i sur., 2002). Ljudima visokog samopoštovanja važnije je slaganje nego napredovanje i žele uspostaviti duboke i intimne veze s drugima. Brummelman i suradnici (2016) navode da narcisi trebaju vanjsku validaciju jer im je njihov osjećaj nadmoći dragocjen. Iako svatko može biti vrijedan, ne može svatko biti superioran drugima. Otkriveno je i da je narcizam povezan sa subjektivnim blagostanjem i manjom razinom tjeskobe, depresije i usamljenosti. No ta se povezanost u potpunosti objašnjava samopoštovanjem koje je narcisima visoko, iako je ovisno o vanjskoj validaciji. Narcizam ima koristi za subjektivno blagostanje samo u mjeri u kojoj je povezan s visokim samopoštovanjem (Orth i sur., 2016). Precizno razumijevanje različitih korijena narcizma i samopoštovanja moglo bi omogućiti razvoj postupaka korisnih za podizanje samopoštovanja uz istovremeno smanjenje narcizma.

## Narcizam i moderno doba

Za potrebe ankete iz 2006. djeca u Velikoj Britaniji trebala su imenovati najbolje stvari na svijetu. Najpopularniji su odgovori bili: „biti slavna osoba“, „dobar izgled“ i „biti bogat“ (Twenge i Campbell, 2010). Ti odgovori povezani su s cijelim spektrom narcizma jer su narcisi usmjereni na to da im se drugi dive, a karakteristike osoba u prethodnim odgovorima povećavaju vjerojatnost za tim. Kada je krajnji standard raditi ono što je dobro za sebe, a ne za obitelj ili zajednicu, ljudi procjenjuju svoje postupke na temelju osobnog zadovoljstva, a ne prema predanosti višim idealima (Paris, 2014). Povjesničar Christopher Lasch uveo je pojam , *kulturni narcizam* kako bi opisao način na koji pretjerano individualističke vrijednosti utječu na suvremeno društvo. Lasch (1979) je pretpostavio da moderno društvo potiče pojedince da se usredotoče na sebe i opuste veze sa zajednicom te da se suvremena kultura usredotoči na slavu i bogatstvo, a ne na dužnost i čast. Iako je Lasch (1979) bio u pravu, nije mogao predvidjeti da će se porast u rezultatima mjere narcizma poklapati s uvođenjem, usvajanjem i širokom upotrebom društvenih mreža kao što su Facebook i Twitter (Parambousis i sur., 2016). Društvene mreže omogućuju samopromociju, potičući višestruke plitke odnose u kojima nema empatije i topline (Twenge i Campbell, 2010). Grupni narcizam može biti duboko ugrađen u društvo što ga čini teškim za iskorijeniti, a produkt je kulture (MacDonald, 2014). Kolektivni prijezir, zajedno s osjećajem ovlaštenosti, poricanja i racionalizacije objašnjava korupciju koja se odvija, kako u manjim grupama, tako i u organizacijama. Ljudi tada postaju ranjivi i u nemogućnosti su vjerovati mnogim organizacijama. Odnos između osobina vezanih za kulturu i individualnih osobina vjerojatno je recipročan, odnosno narcistička kultura proizvodi individualce s višom razinom narcizma te narcistički individualci potiču veću rasprostranjenost narcizma u kulturi (Twenge, 2011).



McCain i Campbell (2018) proveli su metaanalizu istraživanja kako bi utvrdili povezanost narcizma i društvenih mreža, a koristili su se i mnogim moderatorima učinka poput kulture, kohorte, platforme i prosječne dobi. Analiza je ograničena time što se oslanja na individualnu razinu rezultata i temelji se na samoprocjenama pojedinaca o vlastitom iskustvu na mrežama. Rezultati su pokazali slabu, ali značajnu povezanost grandioznog narcizma i vremena provedenog na mrežama, brojem postavljenog sadržaja i brojem postavljenih fotografija sebe. Patološki narcizam povezan je s vremenom provedenim na društvenim mrežama na uzorcima temeljenim na Facebook platformi i na uzorcima ljudi rođenih od 1981. do 1996., većinom iz Sjedinjenih Američkih Država. Azijski uzorci pokazali su isti učinak kao i SAD i Europa, iako to nije u skladu s prošlim istraživanjima (Hofstede, 1980) koja navode da azijske zemlje uobičajeno imaju kolektivističku kulturu te drugačije odnose narcizma i upotrebe društvenih mreža. Potrebno je još istraživanja kako bi se potvrdila robusnost povezanosti u više konteksta. Pokazalo se da pojedinci visoko na grandioznom narcizmu imaju više prijatelja na mrežama, češće ažuriraju status i objavljuju više slika sebe na društvenim mrežama nego oni koji nisu narcisi (McCain i Campbell, 2018). Rezultati su ponovno bili značajni za prije spomenutu kohortu ljudi, dok za adolescente nisu. Zbog mnogih utjecaja moderatora teško je iznijeti interpretaciju.

Postoje čvrsti dokazi da je grandiozni narcizam povezan s društvenim umrežavanjem u mnogim, ali ne svim uvjetima. To može biti jer su grandiozni narcisi više ekstrovertirani i više motivirani nagradom nego kaznom, zbog čega su skloni promotivnom sadržaju. Ranjivi narcisi oprezniji su oko približavanja te im je stalo do privatnosti (Ahn i sur., 2015). U skladu s tim nije se pokazala povezanost ranjivog narcizma s frekvencijom korištenja društvenim mrežama. Parambous i suradnici (2016) usmjerili su pozornost na povezanost narcizma, samopoštovanja i društvene mreže Instagram. Temeljeno na integraciji prethodnih istraživanja tvrdi se da narcističke tendencije poput traženja pažnje i egzibicionizma mogu biti olakšane upotrebom Instagrama zbog njegovih specifičnih funkcija usmjerenih na dijeljenje slika, posebno u sklopu grandioznog narcizma. Rezultati istraživanja pokazali su da je ranjivi narcizam bio negativno povezan sa samopoštovanjem, a grandiozni pozitivno. Isto tako, oni koji su bili visoki na ranjivom narcizmu više su emotivno reagirali na povratne informacije s Instagrama dok su grandiozni narcisi pokušavali privlačiti pozornost na sebe u svrhu samopromocije i zadržavanja uzvišenog mišljenja o sebi (Prambous i sur., 2016). Buduća bi istraživanja trebala imati više longitudinalnih podataka te više pozornosti obratiti na kulturalne razlike jer sadašnja analiza pokazuje kako postoje barem neke razlike u korištenju društvenim mrežama među kulturama (McCain i Campbell, 2018).

Pinsky i Young (2010) iznose mišljenje da je ponašanje slavnih osoba medijski uzdignuto i prenosi se na širu populaciju. Kultura takvo ponašanje počinje smatrati normalnim i

počinje ga odražavati. Mnogi mladi žele ući u krug slavnih što u današnje vrijeme društvene mreže i omogućuju (Young i Pinsky, 2006). Slavne su osobe uzdignute i velika vrijednost pridaje se bogatstvu i slavi koje se vrednuje samo po sebi, a ne zbog istinskog postignuća (MacDonald, 2014). Budući da su slavne osobe visoko cijenjene u društvu, njihovo se ponašanje smatra poželjnim i oni postaju širitelji narcizma (Twenge i Campbell, 2010). Često se javlja i fenomen da su slavni ljudi narcisoidni, uspijevaju u industriji zabave jer su više ekstrovertirani, natjecateljski nastrojani i šarmantni. Također, Erz i suradnici (2018) otkrili su da su potencijalne utjecajne osobe na društvenim mrežama (*eng. influencers*) narcisoidniji od svojih pratitelja i motiviraniji za sudjelovanje na Instagramu zbog traženja statusa. To dovodi do dvosmjernog odnosa koji je neraskidivo povezan: slava povećava narcizam te narcizam navodi pojedince da traže slavu (Wallace i Baumeister, 2002).

Teoretičari socijalnog učenja tvrde da trendovi u našem društvu pridonose porastu rizika za razvijanje narcističkog poremećaja (Goodman i Leff, 2011). Neki su od nabrojanih kulturalnih trendova mediji centrirani na slavne umjesto na prosječne ljude, važnost osobe temeljena na statusu i postignućima te slabljenje religioznih i društvenih institucija koje su poticale zajedništvo umjesto individualizma (Goodman i Leff, 2011). Individualizam je najveća rastuća kulturna vrijednost u Sjedinjenim Američkim Državama i mnogim drugim kulturama, a Campbell i Twenge (2015) narcizam smatraju tamnom stranom individualizma. Slava se može, umjesto kao posljedica talenta, promatrati kao dostupna svima koji su spremni biti primijećeni (Young i Pinsky, 2006). Primjer je toga razvoj društvenih mreža poput Tik Tok-a u sklopu kojeg su mnogi stekli slavu na različite načine koji nisu povezani s tradicionalnim shvaćanjem talenta. Mediji potencijalno igraju ulogu u povećanju kulturnog narcizma nudeći mogućnost grandiozne samopromocije (Campbell i Twenge, 2015).

Jauk i suradnici (2021) proveli su istraživanje na uzorku ljudi iz Japana i Njemačke, zemljama poznatim po kolektivističkoj, odnosno individualističkoj kulturi. Ranjivi narcizam bio je više prisutan u japanskoj kolektivističkoj kulturi, no međuljudski problemi u svezi s ranjivim narcizmom više su bili prisutni u Njemačkoj. Zaključak je toga da je narcizam povezan s međuljudskim problemima u objema kulturama, no teret za pojedince s visokom ranjivosti može biti veći u kulturnom kontekstu koji cijeni individualizam i asertivnost (Jauk i sur., 2021). Isto tako, grandiozni je narcizam bio više prisutan u individualističkoj kulturi, no povezan s više mentalnih problema u kolektivističkoj. Očito je da grandiozni narcizam više tereti kulture koje cijene skromnost i povezanost (Jauk i sur., 2021).

Postoje brojni dokazi da su se uobičajeni poremećaji mentalnog zdravlja, kao što su tjeskoba, depresija i napadaji panike, značajno proširili (MacDonald, 2014). Također, sve

je više konzumiranja opojnih sredstava, antisocijalnog ponašanja i površne seksualnosti (MacDonald, 2014). Raširen materijalizam, taština i krajnje nezadovoljstvo imaju sve gori utjecaj na dobrobit mladih ljudi (Sales, 2013). Takve društvene promjene ne čine nas sretnijima. Narcisoidni pojedinac često se osjeća usamljeno, ali, nažalost, rijetko traži pomoć s obzirom na to da je narcisoidna osoba sklona kriviti druge ljude za svoje poteškoće (MacDonald, 2014).

Čak i mali broj pojedinaca može ostvariti utjecaj. Budući da žele utjecati na druge, narcisoidni pojedinci mogu biti jedan od primarnih pokretača društvenih promjena. Iako individualističke kulture imaju mnoge prednosti poput manjka predrasuda i većih mogućnosti za uspjeh ljudi bez obzira na njihovu društvenu pozadinu, takve kulture mogu graničiti s narcizmom što dovodi do negativnih ishoda (Campbell i Miller, 2011). Stoga je potrebno odrediti kako, kao kultura, možemo smanjiti negativne učinke

## **Narcistički poremećaj ličnosti i terapija**

Narcistički poremećaj ličnosti predstavlja disfunkciju koja utječe na život pojedinca, a ukorijenjen je kao osobina koju pacijenti smatraju normalnom (Ronningstam, 2011). Ako narcistički poremećaj ličnosti nije povezan s istaknutim simptomima, to može pojasniti zašto ti pacijenti, osobito oni s pretežno grandioznim karakteristikama, možda neće prihvatiti psihološku pomoć (Pincus i Lukowitsky, 2010). Paris (2014) iznosi problematiku toga da određene vrste terapija potiču višu zaokupljenost sobom. Razgovor o sebi s terapeutom koji pažljivo sluša i nudi podršku može se čak smatrati narcisoidnim ostvarenjem sna. Neki oblici psihološke pomoći riskiraju podržavanje upravo one osobine koja dovodi do disfunkcije narcisoidne osobe. No to nije slučaj u svim tretmanima, primjerice u kognitivno-bihevioralnoj i interpersonalnoj terapiji čiji je tijek više orijentiran na trenutno društveno okruženje. Identifikacija osobina koje mogu biti ciljne također može pomoći u definiranju elemenata koje je potrebno uključiti u specifične terapije za narcistički poremećaj ličnosti (Paris, 2014). Stoga bi se tijekom liječenja trebali pronaći načini za učinkovito suprotstavljanje grandioznosti i pružiti alati za smanjenje ranjivosti. Ljudima s narcističkim poremećajem ličnosti također može biti potrebna i bolja ravnoteža između individualnih ciljeva i društvenih odnosa te veza. Razvoj modela koji se temelji na ovim načelima trebao bi uslijediti kliničkim ispitivanjima kako bi se utvrdila njegova učinkovitost (Paris, 2014).

Posao je terapeuta da pomogne pacijentu identificirati konkretne, realistične i mjerljive ciljeve koje pacijent identificira kao svoje (Weinberg i Ronningstam, 2020). Ciljevi liječenja sidro su terapije te stvaraju motivaciju za promjenu i pomažu pacijentu da

nastavi s terapijom unatoč poteškoćama. Paris (2014) upozorava psihoterapeute i psihologe da moraju izbjegavati promicanje vrijednosti koje imaju potencijal podržati narcističke osobine. Većina vještih terapeuta koji rade s pacijentima s poremećajima ličnosti izbjegava stvaranje okruženja koje bi poslužilo za pogoršanje narcističke strategije. Čak i da terapija povisuje narcizam, taj utjecaj nije toliko velik koliki su kulturni utjecaji na koje se trebamo usredotočiti (Twenge i sur., 2014).

Povijesno je najstariji terapijski pristup psihodinamski (Campbell i Baumeister, 2006). Taj se pristup usredotočuje na negativna iskustva iz djetinjstva kao ključna za etiologiju narcističkog poremećaja ličnosti, a koriste se i dinamičkim tehnikama u terapiji. Iz psihodinamske perspektive, specifičan je oblik dinamike identiteta srž narcističke patologije. Umjesto objektivno utemeljenog doživljaja sebe koji karakterizira normalno formiranje identiteta, slika o sebi u narcističkom poremećaju ličnosti krhka je i donekle udaljena od stvarnosti (Caligor i sur., 2015). To se odnosi i na grandiozne i na ranjive podtipove jer su u tom slučaju osjećaji manje vrijednosti skriveni grandioznošću. Održavanje grandiozne slike o sebi može pružiti stabilan doživljaj sebe kao pojedinca s narcističkim poremećajem ličnosti, ali ima i cijenu, a to je da zahtijeva povlačenje od stvarnosti ili poricanje iste (Caligor i sur., 2015).

Noviji kognitivno-bihevioralni pristupi usredotočeni su na trenutačne manifestacije narcizma i spoznaje koje ih prate (Campbell i Baumeister, 2006). To se odnosi na grandiozni pogled na sebe, nedostatak empatije i burne reakcije na negativne povratne informacije (Campbell i Baumeister, 2006). Cilj je terapije ublažiti ta uvjerenja i ponašanje tehnikama koje mogu varirati od striktno kognitivnih do drugih koje uključuju naglasak na prošlost što je tipično za psihodinamsku terapiju (Campbell i Baumeister, 2006). Tim se pristupima koristilo kod narcističkog poremećaja ličnosti, no ne postoji puno istraživanja o ishodima liječenja.

Još je jedan od problema u dijagnosticiranju narcističkog poremećaja ličnosti to što se preklapa s drugim poremećajima poput antisocijalnog ili graničnog poremećaja ličnosti (Caligor i sur., 2015). Korisno je razlikovati ne samo grandiozni i ranjivi klinički podtip već i razine ozbiljnosti narcističkog poremećaja ličnosti. Oni koji imaju najizraženiji oblik poremećaja skloni su biti vidljivo agresivni prema drugima, deteriorira im međuljudsko, a nerijetko i moralno funkcioniranje. Često je potrebno pacijente spriječiti da budu destruktivni te je posljedično tome potrebno smanjiti sekundarne dobitke, odnosno dobrobiti koje proizlaze iz stanja „bolesti” (Caligor i sur., 2015). To uključuje inzistiranje na tome da pacijent potraži odgovarajuće zaposlenje, a može zahtijevati i uključivanje člana obitelji u liječenje. Najteži oblik, maligni narcizam, karakteriziran je zadovoljstvom svojom agresijom i sadizmom prema drugima. Njihov sadizam i užitak u kontroli često onemogućuje terapijski rad. Također, sekundarne dobiti, koje mogu

biti financijske ili međuljudske, pružaju snažnu motivaciju za održavanje kontinuiteta. U tom slučaju često nema nade za promjenu, osim ako tim za liječenje ne radi s pacijentovim društvenim sustavom kako bi ograničili sekundarni dobitak (Caligor i sur., 2015).

Procjena i dijagnoza najučinkovitije su u intervjuu u kojem pacijenti često otkriju izrazito površnu kvalitetu dojma drugih i odnosa s njima, odnosno otkrivaju da ne smatraju druge jednakima sebi te im odnosi s drugima nisu autentični (Caligor i sur., 2015). Česte su reakcije kliničara na osobe s narcističkim poremećajem ličnosti da se osjećaju pod pritiskom da nađu brzi lijek. Znaju se osjećati poniženo i obezvrijeđeno te kao da nisu sposobni. S obzirom na to da se narcistički poremećaj ličnosti preklapa s mnogim drugim poremećajima, potrebno je napraviti diferencijalnu dijagnozu, a pri tome je dobro osvrnuti se na međuljudske probleme pojedinca ili pojedinčevu sliku o sebi (Caligor i sur., 2015). Grandioznost i potreba za divljenjem karakteristike su koje najjasnije razlikuju narcistički poremećaj ličnosti od drugih dijagnostičkih skupina (Caligor i sur., 2015). Za pojedince s narcističkim poremećajem ličnosti preporučuje se terapija usmjerena na shemu i na razumijevanje mentalnog stanja, zato što to stvara realistična očekivanja pacijenta i otvara vrata za daljnji razgovor o liječenju. Prema dostupnoj literaturi Caligor i suradnici (2015) iznose neke prijedloge za rad s pojedincima s narcisoidnim tendencijama. Bitno je napraviti diferencijalnu dijagnozu, procijeniti ranjive i grandiozne oblike narcističke patologije, procijeniti patologiju moralnog funkcioniranja i antisocijalna obilježja te zajedno s pacijentom postaviti ciljeve liječenja. Također je važno probati se osvrnuti na riječi pacijenta kao potkrepljenje za vlastite argumente jer je vjerojatnije da će pacijent tada prihvatiti riječi terapeuta. Terapeut bi trebao pokušati što manje osuđivati pacijenta, ne reagirati emotivno na njega niti se dovoditi u konflikt s njegovom grandioznošću. Potrebno je i da terapeut pomogne razviti osjećaj djelovanja kod pacijenta tako da identificira njegove jake i slabe strane te ih pomogne integrirati s ciljevima liječenja (Weinberg i Ronningstam, 2020).

Liječenjem se želi postići koherentnija percepcija samoga sebe jer tako pacijent postaje sve sposobniji priznati i prihvatiti širi raspon unutarnjih iskustva i razviti osjećaj vlasništva nad njima. Kao rezultat toga pacijent je sposoban odmaknuti se od patološke izvjesnosti i doći k toleranciji neizvjesnosti te znatizelje o sebi i o drugima (Weinberg i Ronningstam, 2020). Uspostavljanje i održavanje terapijskog saveza s pacijentom s narcističkim poremećajem ličnosti otežano je, ali uz prihvaćanje, manjak osuđivanja i diskusiju moguće je doći do odgovora na to zašto pacijent negativno odgovara na druge, a ultimativno i na sebe (Caligor i sur., 2015).

Patološki narcizam, dakle, zahtijeva neku vrstu liječenja, no to nije nužno kod

subkliničkog, normalnog narcizma. S obzirom na to da svi imaju neke karakteristike narcizma, čak i ako su nisko izražene, korisno je znati da ima načina kako umanjiti tu tendenciju u svakodnevnicu. Jedan je od najboljih načina za borbu protiv osjećaja veće vrijednosti zahvalnost za ono što već imate jer je zahvalnost suprotna ovlaštenosti, usredotočujući se na ono što osoba ima umjesto na ono što zaslužuje, a nema (Twenge i Campbell, 2010). Ključ za vježbu osobnog razvoja postavljanje je cilja poput „želim doživjeti svijet bez konstantnog razmišljanja o sebi“ i uspostavljanje skupa akcijskih koraka poput „aktivno ću slušati druge“ ili „radit ću nešto što zahtjeva moju potpunu koncentraciju da ne mogu misliti o sebi“.

Twenge i Campbell (2010) opisuju narcizam kao epidemiju koja se rješava karantenom, odnosno izolacijom. Narcisima se najčešće prirodno dogodi da su izolirani od ostalih jer se izrazi njihova egocentričnost. Način na koji bi se svi mogli dodatno odmaknuti od vlastitog razvijanja narcizma jest izbjegavanje izvora narcizma, na primjer tračeva o slavnima (Twenge i Campbell, 2010). Isto tako, korisno je uključiti se u aktivnosti koje podržavaju vrijednosti zajednice. Općenito su skromni ljudi više povezani s drugima te manje usredotočeni na sebe što može dovesti do uspostavljanja boljih odnosa s drugima i širim svijetom (Twenge i Campbell, 2010). Bitno je imati empatije za sebe jer to povisuje empatiju za druge i ugodne emocije, a smanjuje doživljavanje ljutnje i nekontroliranih misli o sebi (Twenge i Campbell, 2010). Istraživanja kontinuirano otkrivaju da ljudi koji se usredotočuju na status i materijalizam imaju veću vjerojatnost razvitka depresije, a oni koji se usredotočuju na bliske odnose sretniji su. Zato je bitno koristiti se i strategijama koje su ustvari jednostavni načini pružanja pomoći i stvaranja zajednice. Radi se o predlaganju ili organiziranju okupljanja obitelji i prijatelja ili čuvanju djece mladih roditelja (Twenge i Campbell, 2010). Bitno je prisjetiti se beskrajnih veza koje dijelimo s toliko ljudi diljem svijeta i boriti se s narcističkim tendencijama usredotočujući se na to kako možemo dati zauzvrat onoliko koliko primamo (Twenge i Campbell, 2010).

## Zaključak

Većina ljudi na svijetu ima neku od mnogih karakteristika narcizma. Dozu narcizma možemo ublažiti zahvalnošću, brižnošću i skromnošću. Ako imamo suosjećanja sami za sebe, bit ćemo manje ljuti i samokritični te više u mogućnosti suosjećati s drugima. Kako se naše društvo i kultura mijenjaju te, uz neke prednosti individualističkog društva, teže ka svijetu u kojem ima sve više narcizma, potrebno je to početi osvještavati. Grupni narcizam produkt je kulture, a razvoj medija sve više potiče na procjenu ljudi prema njihovim postignućima i statusu. Narcizam je u porastu, a to je najizraženije u individualističkim kulturama u kojima se pojedinci prvenstveno zalažu za ispunjavanje osobnih ciljeva, a manje su usredotočeni na ciljeve grupe ili zajednice. Normalan narcizam i narcistički poremećaj ličnosti različito se izražavaju kod različitih ljudi zbog čega je teško identificirati značajke koje ukazuju na njih. Također, mnoge se dijagnoze preklapaju s dijagnozama narcističkog poremećaja ličnosti što dodatno otežava proces. Narcističkom poremećaju ličnosti predstoji dug put do konkretnijih dijagnoza i otkrića načina liječenja. No neki su temelji postavljeni i jasno je da moderno doba dovodi do sve veće rasprostranjenosti narcizma kao osobine ličnosti i mnogih psihičkih poremećaja.

Kako bismo se što više informirali, bilo bi dobro da se buduća istraživanja usredotoče na longitudinalne podatke te na heterogene uzorke. Bitno je istražiti utjecaje nekih novijih društvenih mreža, roditeljskih strategija i utjecaja drugih pojedinaca na narcističke karakteristike osobe. Iako je otkriveno da je narcizam djelomično i genetski predisponiran, na razvoj narcizma utječe i okolina, a i različite odgojne strategije. Mnoga su istraživanja pokazala kako postoji razlika u razinama narcizma u različitim zemljama i kulturama te bi istraživanja o razlikama korištenja tehnologijama i raznim drugim utjecajnim čimbenicima mogla približiti mogućnost smanjenja narcizma. Također, iako smo sada sigurni da normalni oblik narcizma raste, nema mnogo istraživanja o tome kako spriječiti taj rast ili ga barem umanjiti pa bi bilo dobro da se buduće teorije usredotoče na načine suzbijanja narcizma bez istovremenog smanjenja samopoštovanja. Ishodi znanih metoda liječenja nisu pretjerano istraženi te nema mnogo informacija o tome uspijevaju li terapijske metode zaista poboljšati kvalitetu života narcisa i ljudi oko njih. Iako trend opsjednutosti slavnim osobama uvelike utječe na razvoj narcizma, doveo je do zaključka da percepcija sličnosti među ljudima smanjuje narcizam. Vrijeme uobičajeno provedeno na društvenim mrežama može se iskoristiti za doprinos zajednici ili ljudima oko sebe. Naposljetku, globalne pozitivne promjene započinju promjenom ponašanja tek nekolicine pojedinaca.

# Literatura

- Ahn, H., Kwok, E., i Bowman, N. D. (2015). Two faces of narcissism on SNS: The distinct effects of vulnerable and grandiose narcissism on SNS privacy control. *Computers in Human Behavior*, 45, 375–381. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.032>
- Brummelman, E., Thomaes, S., Nelemans, S. A., Orobio de Castro, B., Overbeek, G., i Bushman, B. J. (2015). Origins of narcissism in children. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(12), 3659–3662. <https://doi.org/10.1073/pnas.1420870112>
- Brummelman, E., Thomaes, S., i Sedikides, C. (2016). Separating Narcissism From Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 25(1), 8–13. <https://doi.org/10.1177/0963721415619737>
- Bushman, B. J., i Baumeister, R. F. (1998). Threatened egotism, narcissism, self-esteem, and direct and displaced aggression: Does self-love or self-hate lead to violence? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 219–229. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.219>
- Cai, H., Kwan, V. S. Y., i Sedikides, C. (2012). A Sociocultural Approach to Narcissism: The Case of Modern China. *European Journal of Personality*, 26(5), 529–535. <https://doi.org/10.1002/per.852>
- Caligor, E., Levy, K. N., i Yeomans, F. E. (2015). Narcissistic personality disorder: diagnostic and clinical challenges. *The American journal of psychiatry*, 172(5), 415–422. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2014.14060723>
- Campbell, W. K., i Baumeister, R. F. (2006). Narcissistic Personality Disorder. *Practitioner's Guide to Evidence-Based Psychotherapy*, 423–431. [https://doi.org/10.1007/978-0-387-28370-8\\_42](https://doi.org/10.1007/978-0-387-28370-8_42)
- Campbell, W. K., i Miller, J. D. (Eds.). (2011). *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments*. John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118093108>
- Campbell, W. K., Rudich, E. A., i Sedikides, C. (2002). Narcissism, Self-Esteem, and the Positivity of Self-Views: Two Portraits of Self-Love. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(3), 358–368. <https://doi.org/10.1177/0146167202286007>
- Campbell, K. W., i Twenge, J. M. (2015). Narcissism, Emerging Media, and Society. *The Wiley Handbook of Psychology, Technology, and Society*, 358–370. <https://doi.org/10.1002/9781118771952.ch20>
- Clifton, A. (2011). Narcissism and social networks. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (pp. 360–370). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118093108>
- Choi-Kain L. (2020). Commentary on the Special Issue: Narcissistic Personality Disorder: A Coming of Age. *Journal of personality disorders*, 34(Suppl), 210–213. <https://doi.org/10.1521/pepi.2020.34.supp.210>
- Cramer, P. (2011). Young adult narcissism: A 20 year longitudinal study of the contribution of parenting styles, preschool precursors of narcissism, and denial. *Journal of Research in Personality*, 45(1), 19–28. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.11.004>
- Čuržik, D., & Jakšić, N. (2012). Patološki narcizam i narcistični poremećaj ličnosti - pregled suvremenih spoznaja. *Klinička Psihologija*, 5, 21–36. <http://hrckak.srce.hr/file/233774>
- Dhawan, N., Kunik, M. E., Oldham, J., i Coverdale, J. (2010). Prevalence and treatment of narcissistic personality disorder in the community: a systematic review. *Comprehensive Psychiatry*, 51(4), 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2009.09.003>
- Erz, A., Marder, B., i Osadchaya, E. (2018). Hashtags: Motivational drivers, their use, and differences between influencers and followers. *Computers in Human Behavior*, 89, 48–60. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.07.030>
- Foster, J. D., Keith Campbell, W., i Twenge, J. M. (2003). Individual differences in narcissism: Inflated self-views across the lifespan and around the world. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 469–486. [https://doi.org/10.1016/s0092-6566\(03\)00026-6](https://doi.org/10.1016/s0092-6566(03)00026-6)
- Goodman, C. L., & Leff, B. (2011). *The Everything Guide to Narcissistic Personality Disorder: Professional, reassuring advice for coping with the disorder - at work, at home, and in your family*. Simon and Schuster.
- Harter, S. (2012). Construction of the self: Developmental and sociocultural foundations. Guilford Press.
- Hofstede, G. (1980). Culture's consequences. Beverly Hills, CA: Sage.
- Horton, R. S., Bleau, G., i Drwecki, B. (2006). Parenting Narcissus: What Are the Links Between Parenting and Narcissism? *Journal of Personality*, 74(2), 345–376. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00378.x>
- Horwitz, L. (2000). Narcissistic Leadership in Psychotherapy Groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, 50(2), 219–235. <https://doi.org/10.1080/0027284.2000.11490999>
- Jauk, E., Breyer, D., Kanske, P., i Wakabayashi, A. (2021). Narcissism in independent and interdependent cultures. *Personality and Individual Differences*, 177, 110716. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110716>
- Konrath, S., Bushman, B. J., i Campbell, W. K. (2006). Attenuating the Link Between Threatened Egotism and Aggression. *Psychological Science*, 17(11), 995–1001. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01818.x>
- Kowalchuk, M., Palmieri, H., Conte, E., & Wallisch, P. (2021). Narcissism through the lens of performative self-elevation. *Personality and Individual Differences*, 177, 110780. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110780>
- Lasch, C. (1979). The culture of narcissism. New York, NY: Warner.
- Livesley, W. J., Jang, K. L., i Vernon, P. A. (1998). Phenotypic and Genetic Structure of Traits Delineating Personality Disorder. *Archives of General Psychiatry*, 55(10), 941. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.55.10.941>
- Luo, Y. L. L., i Cai, H. (2018). The Etiology of Narcissism: A Review of Behavioral Genetic Studies. *Handbook of Trait Narcissism*, 149–156. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-92171-6\\_6\\_16](https://doi.org/10.1007/978-3-319-92171-6_6_16)
- MacDonald, P. (2014). Narcissism in the modern world. *Psychodynamic Practice*, 20(2), 144–153. <https://doi.org/10.1080/14753634.2014.894225>
- Manne, A. (2015). *The Life of I Updated Edition: The New Culture of Narcissism*. Melbourne Univ. Publishing.
- Mark Young, S., i Pinsky, D. (2006). Narcissism and celebrity. *Journal of Research in Personality*, 40(5), 463–471. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.05.005>
- Markus, H. R., i Kitayama, S. (1994). A Collective Fear of the Collective: Implications for Selves and Theories of Selves. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(5), 568–579. <https://doi.org/10.1177/0146167294205013>
- McCain, J. L., i Campbell, W. K. (2018). Narcissism and social media use: A meta-analytic review. *Psychology of Popular Media Culture*, 7(3), 308–327. <https://doi.org/10.1037/ppm0000137>
- McNeal, S. (2007). Healthy Narcissism and Ego State Therapy. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 56(1), 19–36. <https://doi.org/10.1080/00207140701672987>
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the Paradoxes of Narcissism: A Dynamic Self-Regulatory Processing Model. *Psychological Inquiry*, 12(4), 177–196. [https://doi.org/10.1207/s15327965pl1204\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pl1204_1)
- Newsom, C. R., Archer, R. P., Trumbetta, S. L., & Gottesman, I. I. (2003b). Changes in Adolescent Response Patterns on the MMPI/MMPI-A Across Four Decades. *Journal of Personality Assessment*, 81(1), 74–84. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8101\\_07](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8101_07)
- Orth, U., Robins, R. W., Meier, L. L., i Conger, R. D. (2016). Refining the vulnerability model of low self-esteem and depression: Disentangling the effects of genuine self-esteem and narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(1), 133–149. <https://doi.org/10.1037/pspp0000038>
- Parambousis, O., Skues, J., i Wise, L. (2016). An Exploratory Study of the Relationships between Narcissism, Self-Esteem and Instagram Use. *Social Networking*, 05(02), 82–92. <https://doi.org/10.4236/sn.2016.52009>
- Paris, J. (2014). Modernity and narcissistic personality disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5(2), 220–226. <https://doi.org/10.1037/a0028580>
- Pincus, A. L., i Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological Narcissism and Narcissistic Personality Disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6(1), 421–446. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215>
- Pincus, A. L., i Roche, M. J. (2011). Narcissistic grandiosity and narcissistic vulnerability. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (pp. 31–40). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118093108>
- Pinsky, D., i Young, M. S. (2010). *The Mirror Effect: How Celebrity Narcissism Is Endangering Our*



*Families-and How to Save Them* (Reprint). Harper Perennial.

- Raskin, R. N., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports, 45*(2), 590. <https://doi.org/10.2466/pr0.1979.45.2.590s>
- Rogoza, R., Żemojtel-Piotrowska, M., Kwiatkowska, M., & Kwiatkowska, K. (2018b). The Bright, the Dark, and the Blue Face of Narcissism: The Spectrum of Narcissism in Its Relations to the Metatraits of Personality, Self-Esteem, and the Nomological Network of Shyness, Loneliness, and Empathy. *Frontiers in Psychology, 9*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00343>
- Ronningstam, E. (2011). Narcissistic Personality Disorder. *Journal of Psychiatric Practice, 17*(2), 89–99. <https://doi.org/10.1097/01.pra.0000396060.67150.40>
- Sales, N. J. (2013b). *The Bling Ring: How a Gang of Fame-Obsessed Teens Ripped Off Hollywood and Shocked the World*. It Books.
- Santos, H. C., Varnum, M. E. W., & Grossmann, I. (2017). Global Increases in Individualism. *Psychological Science, 28*(9), 1228–1239. <https://doi.org/10.1177/0956797617700622>
- Sedikides, C., Rudich, E. A., Gregg, A. P., Kumashiro, M., & Rusbult, C. (2004). Are normal narcissists psychologically healthy?: Self-esteem matters. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(3), 400–416. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.400>
- Thomaes, S., Stegge, H., Bushman, B. J., Olthof, T., & Denissen, J. (2008). Development and Validation of the Childhood Narcissism Scale. *Journal of Personality Assessment, 90*(4), 382–391. <https://doi.org/10.1080/00223890802108162>
- Tracy, J. L., Cheng, J. T., Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2009). Authentic and Hubristic Pride: The Affective Core of Self-esteem and Narcissism. *Self and Identity, 8*(2–3), 196–213. <https://doi.org/10.1080/15298860802505053>
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Gentile, B. (2013). Changes in Pronoun Use in American Books and the Rise of Individualism, 1960-2008. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 44*(3), 406–415. <https://doi.org/10.1177/0022022112455100>
- Twenge, J. M. (2011). Narcissism and culture. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (pp. 202–209). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118093108>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2010). *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. Free Press.
- Twenge, J. M., Miller, J. D., & Campbell, W. K. (2014). The narcissism epidemic: Commentary on Modernity and narcissistic personality disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment, 5*(2), 227–229. <https://doi.org/10.1037/per0000008>
- Uhls, Y. T., & Greenfield, P. M. (2011). The Rise of Fame: An Historical Content Analysis. *Journal of Psychosocial Research, 5*(1). <https://cyberpsychology.eu/article/view/4243/3289>
- Vater, A., Moritz, S., & Roepke, S. (2018b). Does a narcissism epidemic exist in modern western societies? Comparing narcissism and self-esteem in East and West Germany. *PLOS ONE, 13*(1), e0188287. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188287>
- Wallace, H. M., & Baumeister, R. F. (2002). The performance of narcissists rises and falls with perceived opportunity for glory. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(5), 819–834. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.5.819>
- Weinberg, I., & Ronningstam, E. (2020). Dos and Don'ts in Treatments of Patients With Narcissistic Personality Disorder. *Journal of Personality Disorders, 34*(Supplement), 122–142. <https://doi.org/10.1521/pedi.2020.34.supp.122>
- Womick, J., Atherton, B., & King, L. A. (2020). Lives of significance (and purpose and coherence): subclinical narcissism, meaning in life, and subjective well-being. *Heliyon, 6*(5), e03982. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e03982>
- Yakeley, J. (2018). Current understanding of narcissism and narcissistic personality disorder. *BJPsych Advances, 24*(5), 305–315. <https://doi.org/10.1192/bja.2018.20>

## **Abstract**

Normal narcissism is a part of everyday life, but pathological narcissism, with narcissistic personality disorder as the more severe form of manifestation, is a difficult and rarely diagnosed condition. Pathological narcissism has a variable presentation in most people and is mainly divided into the grandiose and vulnerable form of narcissism. We live in a time where having a lot of self-confidence and ambition is increasingly valued, where people strive to be better than others and are not ashamed to show it, and where social media serve as platforms where people can promote themselves and their successes. However, it is not always easy to determine the line between high self-esteem and narcissism. Findings show that narcissistic tendencies are on the rise worldwide, mostly due to the influence of an individualistic culture, technological development and celebrities. In general, narcissism affects one's relationships with others, and even a small number of individuals can initiate a social change. That is why it is necessary to create interventions that will reduce narcissism but will not reduce self-esteem. People with narcissism and narcissistic personality disorder are difficult to treat with therapy because of their reduced cooperativeness, but the accumulated literature makes it possible to single out some ways that will allow easier treatment.

Keywords: narcissism, narcissistic personality disorder, self-esteem, therapy