

Нарциссизм: как общаться и стоит ли восхищаться?

В древнегреческой мифологии **Нарцисс** – сын речного бога и нимфы, прекрасный, но холодный и гордый, он жестоко отвергал любовь, за что был наказан богиней любви. Во время охоты он увидел в реке своё отражение, влюбился в самого себя, не смог с ним расстаться и умер от голода и страдания.

Когда пришли за его телом, его не было, но на том месте вырос цветок нарцисс. Такая вот легенда. Исходя из этой легенды, в современном мире имя Нарцисса стало символизировать гордость и самовлюбленность.

Нередко нам в жизни встречаются нарциссы – люди влюбленные только в себя, требующие восхищения и обожания, поглаживания «по шерстке» и согласия со всем, что они делают или говорят, не приемлющие критики в свой адрес, однако охотно критикующие всех и вся.

Особенно нелегко придется партнеру такого «цветочка». Основная **суть нарциссизма – использование других людей** в качестве зеркала для отражения собственного образа суперчеловека, каждый близкий просто обязан постоянно выражать восхищение и любовь к нему «необыкновенному»!

В паре отношения с нарциссом будут складываться по типу **«стремись добиться моего расположения»**, партнер (по мнению нарцисса) должен обязательно стараться удовлетворить все его желания, ежедневно добиваться расположения, а в случае успеха быть счастливым только от этого. К примеру, муж такого «цветка» должен осчастливиться только тем, что жена к нему благоволит сегодня.

К тому же нарцисс перекладывает ответственность за собственное благополучие на партнера. Именно партнер обязательно должен создавать для него все самые комфортные и необходимые условия и быть собственно источником благополучия, то есть нарциссу в паре должно быть удобно, уютно, приятно, вкусно, весело, легко, беззаботно (включая материальные блага) и, как в сказке про волшебное зеркальце,

нужно постоянно вторить: «Ты, конечно, всех милее, всех красивей и умнее».

Как правило, нарциссы сами по себе не «растут», их растят родители. **Чрезмерная опека**, когда родители, считая себя заботливыми и любящими, на самом деле лишь удовлетворяли свое тщеславие «я – образцовая мать (образцовый отец)». При этом они чрезмерно хвалили своего ребенка и были уверены в его неоспоримой талантливости, поэтому предъявляли к нему высокие требования (часто не соответствующие действительным возможностям ребенка), **истинные же его переживания и способности игнорировались**.

Ребенок старался максимально соответствовать ожиданиям и делал все возможное, чтобы заслужить похвалу любой ценой. Родители предупреждали малейшие желания своего ребенка, так что он даже не успевал как следует что-либо пожелать, впоследствии он уже не очень понимал, чего на самом деле хочет он, а что является желанием его родителей. Ребенку давалось так много лишнего взамен действительно нужного, что он не испытывал никакой радости от всего того, что ему предоставлялось. Родители всегда и во всем «спешили на помощь» своему ребенку. При этом они так усердствовали, что порой делали за него даже то, с чем он вполне мог справиться и сам. Результаты «его» труда родители с гордостью представляли своим знакомым со словами похвалы и восхищения, будто призывая других восхищаться вместе с ними. И знакомые почти всегда восхищались вместе с родителями.

Такой бестолково **сверхопекаемый ребенок**, вырастая, так и не обучился самостоятельно выбирать, решать, принимать ответственность, преодолевать трудности. Теперь, оказываясь в ситуации выбора, будучи взрослым, он испытывает нерешительность и беспомощность. Ему трудно определить, чего он действительно хочет, он не может адекватно оценить свои возможности, самостоятельно преодолевать препятствия. Он **может жить только в условиях нескончаемой поддержки, похвалы и восхищения.**

Осознавая свою несостоятельность, нарциссичный человек настолько не уверен в том, что похвалы соответствуют истине, что должен слышать их постоянно для поддержания своего равновесия. Если нарцисс не получает постоянно похвалу, признания и одобрение, он чувствует себя обездоленным и отверженным, и это вызывает в нем сильнейшую тревогу.

Все эти обстоятельства ведут к тому, что как только нарцисс начинает строить отношения, он стремится к тому, чтобы выглядеть в глазах партнера только «хорошим». Он скрывает свои истинные чувства и выражает только то, что, по его представлению, ожидает партнер. Он демонстрирует партнеру свои достижения и умения, будто убеждает, что тот выбрал качественный «товар».

Но делается все это далеко не бескорыстно, партнер взамен просто обязан взять на себя функцию «волшебного зеркала» и **продолжить «растить» и холить нарцисс...**

Автор - **Светлана Морозова**

[Источник](#)