

## PSIHOLOŠKA OTPORNOST

### PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

Nihad Softić  
Tena Čale

#### APSTRAKT

Nažalost, život odraslih ljudi obojen je problemima iz djetinjstva, pri čemu poteškoće i nevolje koje nosimo još od malenih nogu do kraja života utiču na nas, posebno u emocionalnom smislu. Naša iskustva iz djetinjstva postaju otisak dobrog i lošeg koje nosimo u našem ličnom i profesionalnom životu. Istraživanja pokazuju da genetika čini 50 posto naše ličnosti, s tim da će određene biološke osobine koje od ranog djetinjstva nosimo "procvjetati ili uvenuti" u zavisnosti od toga da li su ojačani ili ugušeni od strane naših roditelja i okoline (vanjskog svijeta).

Studija Dr. Vincenta Felittija i Roberta Ande koju su sproveli na 17.000 ispitanika su pokazali da su poteškoće i nevolje u djetinjstvu rezultirale konstelacijom kroničnih stanja u odrasloj dobi. Istraživanje je, također, pokazalo da su djeca koja su tokom djetinjstva iskusila poteškoće i nevolje kao odgovor na stres doživjela psihofiziološku promjenu, a posljedice istog ostale do kraja njihovog života. Bili su reaktivniji na svakodnevne stresore koji su ih potom predisponirali na niz hroničnih zdravstvenih izazova kasnije tokom života. Psihološki, poteškoće i nevolje u djetinjstvu rezultiraju izolacijom i nemogućnošću povjerenja, što rezultira doživotnim strahom od nekoga ili nečega. Tačnije, rezultiraju izraženim nesamopouzdanjem.

Tokom petogodišnjeg istraživanja, Jude Miller Burke proučavala je grupu muškaraca i žena koji su uprkos svom teškom djetinjstvu među najuspješnijim u SAD. Ispitanici su tokom istraživanja prijavili višestruke poteškoće i neuspjehe tokom karijere, pa ipak imali su visok nivo otpornosti. Ova grupa ispitanika je imala znatno izraženiju sposobnost profesionalnog umrežavanja

i društvenog utjecaja. Nelson Mandela je bio onaj koji je pobijedio životne nedaće i pobijedio u ratu protiv rasizma, jednostavno rečeno, Mandela nije dozvolio da nesreća utiče na njegovu strast ili da ga zavede u zabludu.

Čini se da su poteškoće i nevolje koje su pratile izuzetne pojedince tokom njihovog odrastanja učinile žilavijim i otpornijima. Kako se to dogodilo? Odgovor na ovo pitanje pokazat će se kasnije temeljnim na putu ka samoaktualizaciji (eng: Self-actualization).

Otpornost (eng: Resilience) iako podsjeća na teorijski konstrukt, ipak otjelotvoruje čitav jedan nesvjesni psihičko odbrambeni i razvojni sistem, krenuvši od osjećaja inferiornosti prouzrokovane životnim poteškoćama i sramom pojedinca, do narcisoidnosti i njene grandioznosti.

**Ključne riječi:** otpornost, poteškoće i nevolje u djetinjstvu, stres, samoaktualizacija, psihički odbrambeni sistem, sram, narcisoidnost

#### ABSTRACT

Unfortunately, the life of adults is colored by the problems from childhood, where the difficulties and troubles that we carry from our little feet to the end of our lives affect us, especially in the emotional sense. Our childhood experiences become an imprint of the good and the bad that we carry in our personal and professional lives. Research shows that genetics make up 50 percent of our personality, with the fact that certain biological traits that we carry from early childhood will "bloom or wither" depending on whether they are strengthened or suppressed by our parents and the environment (the outside world).

The study of Dr. Vincent Felitti and Roberto Anda, which they conducted on 17,000 subjects, showed that difficulties and troubles in childhood resulted in a constellation of chronic conditions in adulthood. The research also showed that children who experienced difficulties and troubles during their childhood as a response to stress experienced a psycho-physiological change, and the consequences remained for the rest of their lives. They were more reactive to everyday stressors which then predisposed them to a series of chronic health challenges later in life. Psychologically, childhood hardships and adversity result in isolation and an inability to trust, resulting in a lifelong fear of someone or something. More precisely, they result in pronounced lack of self-confidence.

During a five-year study, Jude Miller Burke studied a group of men and women who, despite their difficult childhoods, are among the most successful in the United States. During the research, the respondents reported multiple difficulties and failures during their careers, yet they had a high level of resilience. This group of respondents had a significantly more pronounced ability of professional networking and social influence. Nelson Mandela is one who overcame life's adversities and won the war against racism, simply put, Mandela did not allow adversity to affect his passion or mislead him.

It seems that the hardships and tribulations that accompanied exceptional individuals during their upbringing made them tougher and more resilient. How did that happen? The answer to this question will later prove fundamental on the way to self-actualization. Resilience, although reminiscent of a theoretical construct, nevertheless embodies an entire unconscious psychological defense and development system, starting from inferiority caused by life's difficulties and shame, to narcissism and its grandiosity.

**Key words:** resilience, difficulties and troubles in childhood, stress, self-actualization, psychological defense system,

shame, narcissism

## UOPĆE O OTPORNOSTI (POJAM, PRISTUPI, FAKTORI I VRSTE)

Otpornost je psihološka kvaliteta koja se obično definira kao sposobnost oporavka od teških životnih događaja.<sup>1</sup> Umjesto da dopuste da ih poteškoće, traumatični događaji ili neuspjesi savladaju i iscrpe njihovu odlučnost, otporni ljudi uvijek „nekako“ pronađu način da promijene kurs, emocionalno se izliječe, i na koncu, da pronađu svoju svrhu. Psiholozi su identifikovali neke od faktora koji čine osobu otpornijom, kao što su pozitivan stav, optimizam, sposobnost regulisanja emocija i sposobnost da se neuspjeh vidi kao oblik korisne povratne informacije.<sup>2</sup>

Jedan od najistaknutijih teoretičara i istraživača psihološke otpornosti u području kliničke, dječje i pozitivne psihologije je psihologinja prof. dr. sc. Ann S. Masten i jedna od zaslužnih što je se u proteklih četrdeset godina razvila četiri pristupa istraživanju psihološke otpornosti:

prvi pristup je usmjeren na utvrđivanje psihološke otpornosti pojedinaca i faktora (lični i vanjski) koji na njega/nju pozitivno ili negativno utječu,

Drugi pristup je usmjeren na procese prilagodbe i interakciju između pojedinaca i različitih sistema koji utiču na njegov razvoj, Treći pristup je usmjeren na povećanje

1 „To je vaša sposobnost da izdržite nedaće i da se vratite i rastete uprkos životnim padovima“, kaže Amit Sood, MD, izvršni direktor Globalnog centra za otpornost i dobrobit, kreator programa Resilient Option i bivši profesor medicine na klinici Mayo u Rochesteru, Minnesota.

2 Pokazalo se, na primjer, da optimizam pomaže u otupljivanju utjecaja stresa na um i tijelo nakon uznemirujućih iskustava. To ljudima daje pristup vlastitim kognitivnim resursima, omogućavajući hladnokrvnu analizu onoga što je možda pošlo po zlu i razmatranje puteva ponašanja koji bi mogli biti produktivniji. Ostali aspekti korijena otpornosti se još uvijek proučavaju. Čini se da postoji genetska predispozicija za otpornost, na primjer; ali rano okruženje i životne okolnosti igraju ulogu u tome kako se otporni geni na kraju izražavaju.

psihološke otpornosti uz pomoć intervencija, Na kraju, četvrti je pristup usmjeren na razumijevanje i integraciju psihološke otpornosti i rezultata istraživanja iz više područja (npr. epigenetskih i neurobioloških procesa, razvoja mozga te interakcije sistema koji oblikuju razvoj pojedinca).<sup>3</sup>

Pojam psihološke otpornosti pojedinca prema prvom pristupu najčešće se objašnjava kao njegov obrazac pozitivne adaptacije tokom i nakon značajne nezgode ili rizika.<sup>4</sup> Ili, kao skup sposobnosti i karakteristika koje u dinamičnom međuodnosu omogućavaju pojedincu da se oporavi, uspješno suočava i funkcionira iznad norme uprkos izloženosti značajnom stresu i nedaćama.<sup>5</sup> Kasnije definicije drugih pristupa su obuhvatnije, jer nastoje integrirati različite nivoe analize dinamičkih sistema (npr. sistema unutar osobe, osobe kao cjelovitog sistema, zajednice ili ekosistema) i disciplina.<sup>6</sup>

U području poslovne psihologije, trenutno prevladava prvi pristup temeljen na utvrđivanju psihološke otpornosti zaposlenika, menadžera i lidera, te ličnih i vanjskih faktora koji na nju pozitivno ili negativno utječu. Prema tom pristupu, psihološka otpornost se objašnjava kao pozitivan psihološki kapacitet za oporavkom od nesreće, nesigurnosti, sukoba, neuspjeha ili pak od pozitivne promjene, napretka i povećane odgovornosti.<sup>7</sup> Psihološka

otpornost omogućava reaktivan oporavak i proaktivno učenje i rast tokom i nakon negativnih ili pozitivnih događaja.<sup>8</sup> Iako svaki pojedinac posjeduje potencijal za psihološku otpornost<sup>9</sup>, smatra se da međuodnos pojedinca i okoline određuje stepen razvijenosti psihološke otpornosti.<sup>10</sup>

U literaturi se ističe da na otpornost koja se javlja prilikom i nakon nastupa negativnih ili pozitivnih događaja te koja omogućava povratak u prethodnu tačku ravnoteže (homeostaze) ili iznad nje, utiču tri skupine faktora: resursi, rizici i vrijednosti.<sup>11</sup> U lične resurse koji pozitivno utiču na bolju adaptaciju prema svim vrstama rizika (tzv. promotivni faktori) ili samo prema visokim rizicima (tzv. zaštitni faktori), kao i na razvoj psihološke otpornosti, spadaju: kognitivne sposobnosti, vještine rješavanja problema, temperament, pozitivna samopercepcija, vjera, smisao za humor itd. Vanjski resursi (promotivni i/ili zaštitni faktori) koji također pozitivno utiču na razvoj psihološke otpornosti obuhvataju obiteljske faktore (npr. stabilna i podržavajuća obitelj, uključenost roditelja u obrazovanje djece, akademska obrazovanost i socio-ekonomski položaj roditelja ili religiozna pripadnost), mjesne faktore (e.c. visoka kakvoća susjedstva, dobre škole i javno zdravstvo, prilike za zaposlenje roditelja i mladih) i socio-kulturne faktore (e.g. politike za zaštitu djece, vrijednosna i financijska potpora obrazovanju, spriječavanje i zaštita od političkog nasilja).<sup>12</sup>

Behavior, 23 (6), 2002, str. 702.

8 F. Luthans, C. M. Youssef, B. J. Avolio, Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge, Oxford university press, 2007, Ova knjiga integriše teoriju, empirijske nalaze i praktičnu primjenu na pozitivno orijentirane snage ljudskih resursa i psiholoških kapaciteta. Uključuje samo one kapacitete koji se mogu mjeriti, razviti i učinkovito djelovati u pravcu poboljšanja učinka na radnom mjestu.

9 A. S. Masten, Ordinary Magic: Resilience process in development. American Psychologist, 56 (3), 227-238.

10 K. Tusaie, J. Dyer, Resilience: A historical review of the construct, 4.

11 F. Luthans, Bruce J. Avolio, Carolyn M. Youssef, Psychological Capital and Beyond. Oxford university press, 2015.

12 O'D. Wright, M., A. S. Masten, A. J. Narayan,

3 O'D. M. Wright, A. S. Masten, A. Narayan, Resilience Processes in Development: Four Waves of Research on Positive Adaptation in the Context of Adversity. In S. Goldstein and R. B. Brooks (Eds.), Handbook of Resilience in Children, New York: Springer Science+Business Media New York 2013, str. 15 – 37. (dalje: O'Dougherty Wright i drugi, Resilience Processes in Development)

4 A. S. Masten, J. Cutuli, J. Herbers, M. Reed, Resilience in Development. U: S. J. Lopez, C. R. Snyder, (Ur.), Oxford handbook of positive psychology, New York 2009, str. 117 – 131.

5 K. Tusaie, J. Dyer, Resilience: A historical review of the construct. Holistic Nursing Practice, 18 (1), 2004, str. 3. (dalje: K. Tusaie, J. Dyer, Resilience: A historical review of the construct)

6 O'D. Wright i drugi, Resilience Processes in Development, 31.

7 F. Luthans, The need for and meaning of positive organizational behavior. Journal of Organizational

Među rizike kao mogućnost neželjenih i negativnih ishoda spadaju, na primjer, rat, terorizam, školsko nasilje, stres, izgaranje na poslu, loše zdravlje, neobrazovanost i nezaposlenost.<sup>13</sup> Psihološka otpornost omogućava djelovanje ličnih i vanjskih faktora na smanjenje rizičnih momenata unutar pojedinca i/ili njihove okoline.<sup>14</sup>

Iako se psihološka otpornost može pojaviti kao psihička osobina rijetkih pojedinca koja je relativno stabilna i manje promjenjiva (engl. trait-like), istraživanja pokazuju da je ona

Resilience Processes in Development: Four Waves of Research on Positive Adaptation in the Context of Adversity. In S. Goldstein and R. B. Brooks (Eds.), Handbook of Resilience in Children, New York 2013, str. 15 – 37.

13 Luthans, Isto, 121.

14 A. S. Masten, Ordinary Magic: Resilience process in development. American Psychologist, 56 (3), str. 227-238.

po svojoj prirodi psihičko stanje pojedinca koje je relativno promjenjivo i podložno razvoju (engl. state-like).<sup>15</sup> Dosadašnja empirijska istraživanja psihološke otpornosti u kontekstu radnog mjesta pokazala su značajnu pozitivnu povezanost između psihološke otpornosti kineskih zaposlenika tokom značajnih organizacijskih promjena i njihove radne uspješnosti procijenjene od nadređenih<sup>16</sup>, zatim pozitivnu povezanost psihološke otpornosti tvorničkih radnika sa zadovoljstvom poslom<sup>17</sup>, te pozitivnu povezanost psihološke otpornosti sa zadovoljstvom poslom, srećom na poslu i organizacijskom odanošću.<sup>18</sup>

15 Bonnano, 2005; Luthans i drugi, 2006; Waite i Richardson, 2004.

16 Luthans i drugi, 2005

17 Larson i Luthans, 2006.

18 Youssef i Luthans, 2007.

Šta znači biti otporan?	Otpornost je sposobnost povratka od teških životnih događaja. Biti otporan ne znači da ljudi ne doživljavaju stres, emocionalne potrese i patnju. Neki ljudi izjednačavaju otpornost s mentalnom žilavosti, ali demonstriranje otpornosti uključuje rad na emocionalnom boli i patnji.
Zašto je otpornost važna ?	Otpornost ljudima daje snagu potrebnu da procesuiraju i prevladaju teškoće. Oni kojima nedostaje otpornost lahko se preplave i mogu se okrenuti nezdravim mehanizmima suočavanja. Otporni ljudi koriste svoje snage i sisteme podrške kako bi prevladali izazove.
Kako da znam da li sam otporan?	Istraživanje koje je proveo Everyday Health, pokazalo je da 83% Amerikanaca vjeruje da imaju visok nivo te emocionalnu i mentalnu otpornost. U stvarnosti, samo 57% ih je ocijenilo kao otporno. Izvršite svakodnevnu procjenu zdravlja da saznate svoj rezultat otpornosti i naučite koje vještine trebate razviti da biste postali otporniji.
Koji su primjeri otpornosti?	Postoji emocionalna otpornost, u kojoj osoba može iskoristiti realističan optimizam, čak i kada se nosi sa krizom. Fizička otpornost se odnosi na sposobnost tijela da se prilagodi izazovima i brzo se oporavi. Otpornost zajednice odnosi se na sposobnost grupa ljudi da odgovore i oporave se od nepovoljnih situacija, kao što su prirodne katastrofe...
Šta je 7 Cs otpornosti?1	Model otpornosti 7 Cs razvio je pedijatar Ken Ginsberg, MD, kako bi pomogao djeci i adolescentima da izgrade otpornost. Kompetencija za učenje, samopouzdanje, povezanost, karakter, doprinos, suočavanje i kontrola je način na koji Ginsberg kaže da možemo izgraditi unutrašnju snagu i koristiti vanjske resurse - bez obzira na godine.



Riječ otpornost se često koristi sama za sebe i suočavanja, ali se može podijeliti na za predstavljanje ukupne prilagodljivosti kategorije ili tipove:

Šta je psihološka otpornost?	Psihološka otpornost se odnosi na sposobnost da se mentalno izdrži ili prilagodi neizvjesnosti, izazovima i nedaćama. Ponekad se naziva "mentalna snaga".
Šta je emocionalna otpornost?	Emocionalno otporni ljudi razumiju šta osjećaju i zašto. Oni koriste realan optimizam, čak i kada se nose sa krizom, i proaktivni su u korištenju unutrašnjih i vanjskih resursa. Kao rezultat toga, oni su u stanju da upravljaju stresorima kao i svojim emocijama na zdrav, pozitivan način.
Šta je fizička otpornost?	Fizička otpornost se odnosi na sposobnost tijela da se prilagodi izazovima, održi izdržljivost i snagu, te se brzo i efikasno oporavi. <sup>2</sup>
Šta je otpornost zajednice?	Otpornost zajednice odnosi se na sposobnost grupa ljudi da odgovore i oporave se od nepovoljnih situacija, kao što su prirodne katastrofe, akti nasilja, ekonomske poteškoće i drugi izazovi za svoju zajednicu.

*Prilog. Vrste otpornosti*

Izvor: <https://www.everydayhealth.com/resilience/all-articles/>

U skorije vrijeme istraživači su počeli da otkrivaju šta otporniji ljudi rade da emocionalno i mentalno nastave nakon neuspjeha. Ono što su naučili može pomoći drugima da i sami postanu otporniji. Na primjer, da li pripisujete lične i profesionalne neuspjehe isključivo svojoj vlastitoj neadekvatnosti – ili ste u stanju identificirati faktore koji doprinose specifičnim i privremenim? Tražite li savršen niz - ili ste u stanju prihvatiti da je život mješavina gubitaka i pobjeda? U svakom slučaju, ovaj posljednji kvalitet je vezan za veći nivo otpornosti. Najbolji način upravljanja stresom nije smanjenje ili izbjegavanje stresa, već da o stresu razmislite, pa čak i prihvatite to. Cilj je znati unaprijed šta bi moglo izazvati stresnu reakciju, a zatim praktimirati nove načine razmišljanja i biti vlasništvo da bolje upravljate njime.<sup>19</sup>

19 Više od polovine od 300 uspješnih muškaraca i žena koje sam proučavao naglasilo je važnost prihvatanja i dobrog rješavanja konflikta na poslu. Biti ugodan u rješavanju sukoba je ključan za uspjeh. Svi imamo situacije koje su stresne u našim karijerama, ali kada pogledate unazad, jasno je da presjek iskustava iz djetinjstva sa trenutnom stvarnošću određuje naše tumačenje i kako se ponašamo kao reakcija na događaj.

Pa ipak neophodno je vratiti se na početak i odgovoriti na pitanje kako je sve to nastalo, jer otpornost nije ništa drugo nego rezultat ili posljedica kojoj je prethodio neki uzrok.

### **NARCIZAM (ODBRAMBENI MEHANIZAM)**

Razni mislioci smatraju da osjećaj srama ima centralnu ulogu u formiranju selfa. Filozofi su pozicionirali osjećaj srama kao centralno mjesto u ontologiji ljudskog postojanja, tvrdeći da bez srama određeni kapaciteti svijesti i intersubjektivnosti ne bi bili mogući. Konkretno, tvrdi se da, bez srama, ne bismo imali sposobnost reflektivne samosvijesti niti bismo na kraju postali subjekti. Kao takav, sram je teoretiziran kao centralna ontološka struktura za konstituciju subjektivnosti i intersubjektivnosti.<sup>20</sup>

20 L. Dolezal, Shame, Vulnerability and Belonging: Reconsidering Sartre's Account of Shame, Theoretical / Philosophical Paper, 2017. Potvrdu gore navedenog razmišljanja dao je i Hajnc Kohut (3. maj 1913. – 8. oktobar 1981.) istaknuti američki psihoanalitičar rođen u Austriji, najpoznatiji po svom razvoju samopsihologije (engleski: Self-Psychology). Iako je u početku pokušao ostati vjeran tradicionalnom freudovskom analitičkom gledištu s kojim se

Potvrdu gore navedenog razmišljanja dao je i Hajnc Kohut (3. maj 1913. – 8. oktobar 1981.) istaknuti američki psihoanalitičar rođen u Austriji, najpoznatiji po svom razvoju self-psihologije (engleski: Self-Psychology). Iako je u početku pokušao ostati vjeran tradicionalnom frejdovskom analitičkom gledištu s kojim se povezao i promatrao sebstvo kao odvojeno, ali koegzistentno s egom, Kohut je kasnije odbacio Frejdovu strukturnu teoriju o idu, egu i superegu. Zatim je razvio svoje ideje oko onoga što je nazvao selfom, fokusirajući se na individualnu krivicu, emocionalne interese i potrebe ljudi koji se bore s pitanjima identiteta, značenja, ideala i samoizražavanja.

Kohut je pokazao veliko interesovanje na naučnom polju o tome kako razvijamo „osećaj sebe/sliku o sebi” koristeći narcizam kao model. Po Kohutu, ukoliko je osoba narcisoidna, to će joj omogućiti da potisne osjećaje niskog samopoštovanja. Afirmativno govoreći o sebi, pojedinac može eliminirati svoj osjećaj bezvrijednosti.<sup>21</sup>

Zanimljivo je spomenuti da je narcizam u literaturi i medijima prikazan uglavnom u negativnom kontekstu kao egocentričan stil ličnosti okarakteriziran kao pretjerano zanimanje za svoj fizički izgled i pretjeranu zaokupljenost vlastitim potrebama, često na račun drugih. Međutim, činjenice proistekle iz mnoštva naučnih istraživanja, koje će kasnije u radu biti prezentovane, pokazuju drugačija iskustva i rezultate.

U istraživanju koje je sprovedeno na uzorcima od 129 i 193 ispitanika ispitivan je odnos

---

povezao i promatrao sopstvo kao odvojeno, ali koegzistentno s egom, Kohut je kasnije odbacio Frejdovu strukturnu teoriju o idu, egu i superegu. Zatim je razvio svoje ideje oko onoga što je nazvao sopstvom, fokusirajući se na individualnu krivicu, emocionalne interese i potrebe ljudi koji se bore s pitanjima identiteta, značenja, ideala i samoizražavanja. Kohut je pokazao veliko interesovanje na naučnom polju o tome kako razvijamo „osećaj sebe” koristeći narcizam kao model. Ako je osoba narcisoidna, to će joj omogućiti da potisne osjećaje niskog samopoštovanja. Afirmativno govoreći o sebi, pojedinac može eliminirati svoj osjećaj bezvrijednosti. [https://en.wikipedia.org/wiki/Heinz\\_Kohut](https://en.wikipedia.org/wiki/Heinz_Kohut)

21 [https://en.wikipedia.org/wiki/Heinz\\_Kohut](https://en.wikipedia.org/wiki/Heinz_Kohut)

između narcizma i fantaziranja (sanjarenja), te je u uzorku 1, otkriveno je da narcisoidne osobe doživljavaju veći osjećaj postignuća, herojstva, seksualnosti, neprijateljstva, samootkrića i sanjarenja usmjerena ka budućnosti; i (2) istraživanje je pokazalo da sanjarenja predstavljaju koherentan “narcisistički” stil fantazije. U uzorku 2, narcisoidne osobe koje su doživljavale veći nivo svakodnevnog stresa tokom istraživanja pokazalo se da su povezana sa narcisističkom fantazijom, odnosno upotrebom narcisoidnih fantazija a sve u cilju kako bi se nosili adekvatno sa stresom.<sup>22</sup>

Teorija realizacije fantazija kaže da kada ljudi suprotstave svoje fantazije o željenoj budućnosti s refleksijama sadašnje stvarnosti, inducira se potreba za djelovanjem što dovodi do aktiviranja i korištenja relevantnih očekivanja. Jaka posvećenost cilju nastaje u svjetlu povoljnih očekivanja, a slaba posvećenost cilju nastaje u svjetlu nepovoljnih očekivanja. Naprotiv, kada ljudi samo maštaju o željenoj budućnosti ili samo razmišljaju o sadašnjoj stvarnosti, pojavljuje se umjerena posvećenost cilju neovisna o očekivanjima. Četiri eksperimenta koji se odnose na različite životne domene podržavaju hipoteze o pretvaranju slobodnih fantazija o budućnosti u obavezujuće ciljeve. Snaga posvećenosti cilju procjenjivana je u kognitivnom (npr. pravljenje planova), afektivnom (npr. osjećaj privrženosti) i bihevioralnim terminima (npr. uloženi napor, kvalitet učinka).<sup>23</sup>

Teorija realizacije fantazije objašnjava tri načina ili puta ka postavljanju ciljeva koje proizlaze iz načina na koji se ljudi nose sa svojim slobodnim fantazijama o željenoj budućnosti. Jedan put je zasnovan na očekivanjima, dok su druga dva nezavisna od očekivanja. Put zasnovan na očekivanjima postavljanjih ciljeva počiva na mentalno

22 R. Raskin, J. Novacek, Narcissism and the use of fantasy, *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 47, Issue 4 p. 490-499, July 1991.

23 G. Oettingen, H. Pak, K. Schetter, Self-regulation of goal setting: turning free fantasies about the future into binding goals, *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(5), 736-753, 2001.

suprotnim fantazijama o željenoj budućnosti sa aspektima sadašnje stvarnosti koja stoji na putu dostizanja željene budućnosti. Mentalno kontrastiranje transformiše željenu budućnost u nešto što treba postići, a stvarnost u nešto što treba promijeniti. Shodno tome, neophodnost djelovanja je indukovano u pitanje „da li sadašnja stvarnost može zaista biti pretvorena u željenu budućnost?“. Odgovor pruža očekivanja osobe da može promijeniti stvarnost u željenu budućnost. Dakle, indukovana potreba da se deluje aktivira oslobađanje očekivanja (Olson et al., 1996), koja zauzvrat određuju snaga posvećenosti ostvarenju fantazije. Jaka posvećenost cilju će se pojaviti onda kada su očekivanja uspjeha visoka; tako isto, kada su očekivanja od uspjeha niska, bit će i posvećenost cilju slab.

Drugi put do postavljanja ciljeva izvire isključivo od fantazije o pozitivnoj budućnosti. Takvo maštanje zavodi osobu na mentalno uživanje o željenoj budućnosti i to, ovdje i sada, jer ne postoje refleksije o sadašnjoj stvarnosti koje bi upućivale na činjenicu da pozitivna budućnost još nije ostvarena. Dakle, čin se ne inducira, a očekivanja uspjeha se ne aktiviraju. Snaga posvećenosti ostvarenju fantazije isključivo odražava implicitnu motivaciju (povlačenje) koju pokreće zamišljanje željene budućnosti (McClelland, Koestner, & Weinberger, 1989). U ovom slučaju pojedinci će se više truditi kada su očekivanja od uspjeha mala, te neće se truditi dovoljno teško kada su očekivanja od uspjeha velika.

Treći put ka postavljanju ciljeva zasniva se na pukim razmišljanjima o negativnoj stvarnosti. Takva razmišljanja postaju vrtoglava a fantazije o pozitivnoj budućnosti određuju pravac u kojem treba ići. Dakle, potreba za djelovanjem nije indukovana, a očekivanja nisu aktivirana. Snaga posvećenosti fantaziji rezultat je isključivo implicitne motivacije (guranja) pokrenuto isključivo negativnom stvarnosti (McClelland et al., 1989).

Dakle, odgovor na pitanje „Kako neželjnu stvarnost promijeniti u željenu budućnost i steći otpornost na neugodne životne

situacije?“, daje nam teorija realizacije fantazije koja je, kao što smo iz prethodno pomenutog istraživanja mogli saznati, u pozitivnoj korelaciji sa narcizmom. (176)

Bitno je napomenuti da narcizam postoji na spektru koji se kreće od normalnog do abnormalnog izražavanja ličnosti, dokaz tome sa jedne strane Donald Trump i Nelson Mandela, sa druge strane. I jedan i drugi su u spektru zdravog/normalnog pa ipak na suprotnim karjevima jednog te istog spektra. Postoji značajna razlika između normalnog, zdravog nivoa narcizma i ljudi koji su teški/zaokupljeni sobom, ili ljudi koji imaju patološku mentalnu bolest kao što je narcistički poremećaj ličnosti. Freud je teoretizirao da je narcizam normalan, zdrav i prisutan od rođenja kod svih ljudi (primarni narcizam). Vremenom se razvija i uključuje naklonost prema drugima. Sekundarni narcizam, neuroza, nastaje kada pojedinci zaokrenu kurs i svoju naklonost usmjere nazad prema sebi.

Nažalost, termin “narcizam” se često koristi u svakodnevnom razgovoru na način koji sugerise da je svako ko pokazuje narcističke osobine psihopata koji nema empatiju i nije u stanju da se oseća krivim ili kajanjem. Istina je ipak malo drugačija, naime narcizam je jednostavno “prenapuhan” osjećaj vlastite važnosti, a da li se to smatra poremećajem ličnosti pitanje je stepena njegovog izraženosti

Zdrav narcizam može biti od pomoći! - Grandioznim ljudima je pomogao.

Narcizam je suštinska komponenta osnovnog i zrelog samopoštovanja. U suštini, narcisoidna ponašanja su sistem intrapersonalnih i interpersonalnih strategija posvećenih zaštiti nečijeg samopoštovanja. Pretpostavlja se da je zdrav narcizam povezan s dobrim psihičkim zdravljem. Samopoštovanje radi kao posrednik između narcizma i psihičkog zdravlja. Stoga, zbog svog povišenog samopoštovanja, koje proizilazi iz samopercepcije kompetentnosti i dopadljivosti, veliki narcisi su relativno oslobođeni od brige i sumornosti.

Neki kritičari tvrde da je američko

stanovništvo postalo sve narcisoidnije od kraja Drugog svjetskog rata. Ljudi se snažno takmiče za pažnju. U društvenim situacijama imaju tendenciju da usmjere razgovor uglavnom prema sebi. Obilje popularne literature o “slušanju” i “upravljanju onima koji stalno govore o sebi” sugeriraju njenu sveprisutnost u svakodnevnom životu. Ova tvrdnja je potkrijepljena rastom “reality TV” programa, rastom online kulture u kojoj digitalni mediji, društveni mediji i želja za slavom generiraju “novu eru javnog narcizma”. Također, studije su pokazale da su pojedinci koji imaju visoke ocjene na ljestvici narcizma (samodovoljnost, sujeta, liderstvo i zahtjev za divljenjem) objavljivali selfije na stranicama društvenih medija više od pojedinaca koji pokazuju niske ocjene narcizma. Muškarci koji objavljuju selfije imali su izražajni narcizam od žena.<sup>24</sup>

Da li smo svi mi narcisoidni? Gotovo je nemoguće ne otkriti barem jednu narcisoidnu osobinu kod sebe. Evo i zašto:

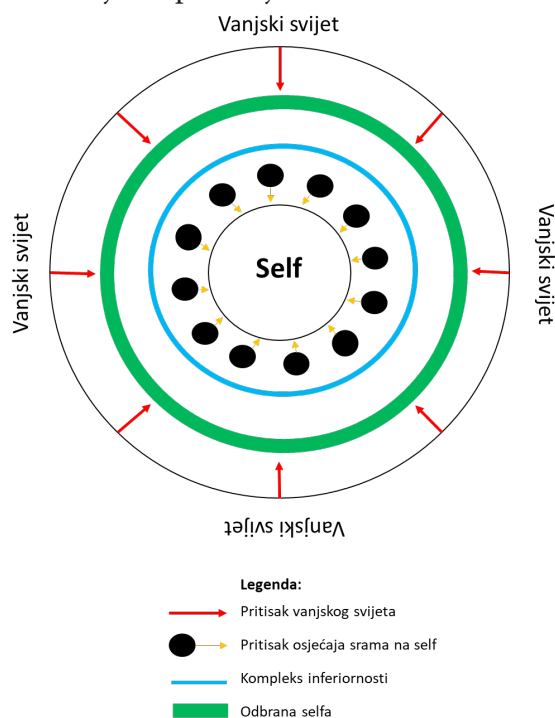
Još kao djeca bili smo akutno ranjivi. Nismo bili spremni da se brinemo o sebi, tako da u potpunosti smo ovisili o našim skrbnicima za život, koji nas često kritikovali. Istina, oni su možda samo pokušavali da nas nauče odgovarajućem ponašanju postavljajući granice - u određenom smislu, željeli su da nas “civiliziraju”. Ali s vremenom takve negativne ocjene uzimaju svoj danak. Obično nanose štetu našem suštinskom osjećaju sebe i tjeraju nas da se zapitamo da li nešto nije u redu s nama, ukratko, da li smo dovoljno dobri?

Sumnjajući u sebe postajemo nesigurni da li uopšte zaslužujemo da budemo voljeni i prihvaćeni, pokušavajući tako da se što bolje prilagodimo tom svom nesigurnom okruženju: da „zaradimo“ poštovanje svojih roditelja (i drugih) – što, nažalost, mi percipiramo kao uslovno. U ranim godinama života nedostaje nam kognitivna zrelost da se samopotvrdimo, da se uvjerimo u svoju intrinzičnu ljudsku vrijednost neovisno o tome kako nas vanjski svijet vidi. Tako da nam je suđeno da se oslanjamo na druge da

<sup>24</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Narcissism>

potvrđuju našu vrijednost.

Ilustracija: Uspostavljena odbrana selfa



Nažalost, drugima dajemo više ovlaštenja da nas procjenjuju nego što vjerujemo u sebe sami.

Reagujući tako na tuđe prosudbe, uprkos tome što se one uglavnom više zasnivaju na njihovim percepcijama, zasnovanim na određenim i subjektivnim preferencijama ili nerealnim standardima, prirodno dolazimo u iskušenje da tražimo načine da nadoknadimo svoje navodne nedostatke. Iako je to uglavnom nesvjesno, nastojimo da nadoknadimo sve pretpostavljene slabosti i nedostatke radeći stvari – i razmišljajući o stvarima – kako bismo ugušili anksioznost koju doživljavamo kada osjetimo da ne ispunjavamo kriterije odobravanja koje su nam drugi postavili.<sup>25</sup>

Kohut je izveo niz zaključaka koji su odstupili od Frojdove teorije narcizma i doveli ne samo do novih kliničkih praksi

<sup>25</sup> L. F. Seltzer, Are We All Narcissists? 14 Criteria to Explore, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/evolution-the-self/201805/are-we-all-narcissists-14-criteria-explore> / L. F. Seltzer, Ph.D., Paradoxical Strategies in Psychotherapy and The Vision of Melville and Conrad. Posted May 23, 2018.



već i do novog koncepta o tome šta je self, kako se formira i koji su uslovi koji dovode do njegove fragmentacije i slabljenja. Otkrio je da ljudi imaju osnovne potrebe, emocije i želje, ali one imaju vrlo različitu psihološku dinamiku ovisno o tome da li se javljaju u psihi organiziranoj oko koherentnog ja ili fragmentiranog ja. Također je otkrio da je self dinamična jezgra energije koja može uložiti psihički život vitalnošću ako je netaknuta i iscrpiti njegov osjećaj živosti ako je povrijeđena.

Dok je Freud smatrao da se narcisoidni libido, poput igračaka iz djetinjstva, treba odreći i zamijeniti objektom ljubavlju, Kohut je otkrio da je zadržavanje narcisoidne energije ključno ako želimo da se osjećamo potpuno vitalizirano. Drugim riječima, uspostavljanje narcističkog selfa je dio procesa koji označuje razvojni uspjeh. Fantazije o grandioznosti su dio razvojnog procesa i preuranjeno ometanje tih fantazija vodi u kasniju narcističku preosjetljivost.<sup>26</sup> Složio bi se sa Aristotelom da je ljubav prema sebi neophodna da bi se voljeli drugi. Ono što treba da uradimo nije da prevaziđemo svoj narcizam, već da ga razvijemo u zrelije oblike. Za Kohuta, nije u redu voljeti samo sebe, to je imperativ ako želimo da imamo vitalne i smislene živote.

## TRANSFORMACIJA NARCIZMA

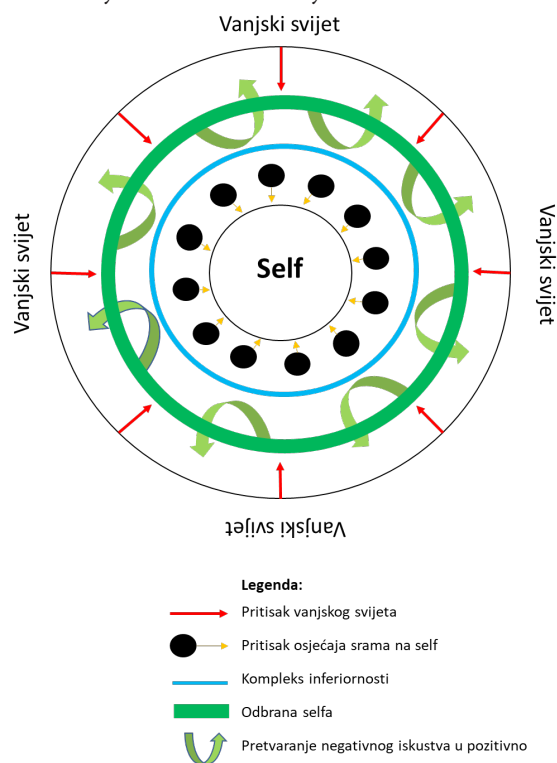
Kao što je ranije navedeno u radu, razni mislioci smatraju da sram ima centralnu ulogu u formiranju selfa, te kao snažan negativan osjećaj predstavlja centralno mjesto u ontologiji ljudskog postojanja, na kraju, zaključuju „da bez srama mi ne bi ni postali subjekti“.

Činjenica da je sram „bolan osjećaj sebstva“ već samo po sebi ukazuje na postojanje samosvjesti. Samopropitivanje o vlastitoj vrijednosti, uspoređivanje sa drugima i izražena samokritičnost predstavlja

26 H. Kohut, *The Analysis of the Self, Systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders*. New York: International Universities Press, 1971.

odlučujući trenutak u životu pojedinaca sa kojim istovremeno započinje proces „svetog trojstva“, i to; 1.) pojava unutrašnjeg glasa, 2.) proces introspekcije (metoda samoopažanja), i 3.) razvoj selfa. Osjećaj nedovoljnosti, beznačajnosti, mizernosti i malodušnosti metaforički predstavlja „ponor“ našeg postojanja, pa ipak, dobra vijest je to da se „iznad ponora svi mjenjamo“. Sve ovo se dešava između 2-5 godine života, i predstavlja trenutak kada se već naziru obrisi budućeg karaktera bića nastojanja ili bića odustajanja.

Ilustracija: Transformacija narcizma i selfa



Pozitivna transformacija se dešava onog trenutka kada se pojavi afirmativni unutrašnji glas koji pojedincu sugeriše da digne oči prema „nebu“ (mašta, imaginacija, vizija, fantaziranje,...) kako bi stvorio idealnu sliku budućeg sebe. Dakle, u mašti se dešava prva transformacija koja kako „Teorija realizacije fantazija“ objašnjava „Kada ljudi suprotstave svoje fantazije o željenoj budućnosti s refleksijama sadašnje stvarnosti, inducira se potreba za djelovanjem što dovodi do aktiviranja i korištenja relevantnih očekivanja“. To je trenutak rađanja idealnog

selfa koji pojedincu sugerije „Da je tu kako bi mjenjao svijet na bolje“, ili, „Da je tu da bi napravio razliku, i stvorio nešto veliko“. Sa transformacijom perspektive slike o sebi od gubitnika u pobjednika, transformiše se i energija koja prati taj osjećaj grandioznosti sa sobom. Strah se transformiše u samopouzdanje, mržnja u ljubav, a rizici odjednom postaju prilike. Napokon život postaje smislen sa svrhom i vjerom u sebe.

Odličan primjer ovakve transformacije je i sam Mandela koji nije želio da njegova djeca ili bilo koje južnoafričko dijete, odrastaju uz aparthejd. Rekao je da je spreman umrijeti da bi djeci pružio bolju budućnost. Njegova borba protiv aparthejda i za slobodu djece Južne Afrike koštala ga je 27 godina zatvora. Nelson je imao 72 godine kada je pušten. Ali uprkos tako lošem tretmanu, nije želio da se osveti onima koji su odgovorni za aparthejd. Želio je da crnci i bjelci žive u harmoniji i da zajedno grade bolju budućnost. Po primanju Nobelove nagrade za mir 1993. Nelson je rekao: „Djeca Južne Afrike će se igrati na otvorenom, više neće biti mučena glađu ili bolešću, niti će im prijetiti zlostavljanje. Djeca su naše najveće blago.“

I Frojd i Kohut su smatrali da ljudi započinju život u fazi primarnog „normalnog“ narcizma. Primarni narcizam (period razvoja selfa je oko druge godine), koji je impliciran u najranijim odnosima između majke i djeteta, dovodi do sekundarnog narcizma, odnosno regulacije samopoštovanja u odnosu na (spoljašnje ili unutrašnje) objekte. Primarnu fazu Frojd karakteriše kao fazu u kojoj novorođenče doživljava sebe kao savršenog, ponaša se na grandiozan način – pun „megalomanije“ – i ima „prećenjivanje snage svojih želja i mentalnih radnji“. U ovom stanju primarnog narcizma, dijete je „Njegovo Veličanstvo, beba“.

Dijete sebe doživljava kao svemoćno biće (Grandiose). Čim ima želju, svijet (u obliku njegovatelja, obično je to mama) se mobilizira da je ispuni. Beba osjeća glad i pojavljuje se dojka; oseća se pospano i nađe se ušuškano u krevetac; ono želi da se utješi i čini se da ga nježne ruke drže. Sa

svijetom koji je tako osjetljiv, beba bi mogla zamisliti da je svemoćna i nediferencirana. Međutim, u životu se događaju i neuspjesi (stres). Dojka se ne pojavljuje tačno kada se želi; majka krivo shvaća plač bola u stomaku kao poziv na hranu, tjerajući tako dijete da neželjno jede. Sa ovim neuspjesima, dijete ubrzo shvata da nije svemoguć Bog, već najzavisniji i najranjiviji od svih stvorenja na zemlji. Ovi neuspjesi su početak uzročno-posljedične transformacije narcizma i selfa koji se odvija u dva smjera:

Prvi je „Formiranje idealiziranog pola selfa“ (Self Ideal/ Idealan Ja), koji uključuje transformaciju bebinog osjećaja savršenstva u potrebu za uspostavljanjem međusobne self-objektne veze sa objektom idealizacije.

Važnost smislenih ideala za život može se najjasnije vidjeti kada se neki važan ideal uruši, na primjer kada nakon studija organske hemije student otkrije da neće biti liječnik kakav je zamišljao ili kada se otkrije da se idealiziranom partneru ne može da vjeruje. Gubitak životne vitalnosti i smjera koji je povezan sa akademskim neuspjehom studenta tokom druge godine fakulteta (stvaran fenomen) pripisuje se gubitku ideala. Na početku, mnogi student kao glavni cilj imaju upis na dobar fakultet i ostvarivanje zacrtanih ciljeva u prvoj godini, na taj način njihov glavni motivacioni ideal se završava i prestaje biti operativan. Za mnoge učenike druga godina je prvi put u životu da moraju generirati vlastite ideale umjesto da usvajaju ideale svojih roditelja i prijatelja. Nažalost, većina njih ne znaju ko su i kuda žele da usmjere svoje živote. Struktura njihovog ideala se urušava, zapadajući tako u situacionu depresiju, nakon čega pod pritiskom da udovolje drugima oni jednostavno odustaju od svog smislenog životnog puta i „utapaju se u masu“.

Drugi put narcističke transformacije je „Formiranje pola ambicija“ koja se bavi narcisoidnom energijom koja je povezana sa osećanjem posebnosti, tj. željom da se pokaže, i željom da mu se dive. Kohut kaže da primarna transformacija koja bi se trebala dogoditi u ovom dijelu selfa jeste

promjena „osjećaja posebnosti“ (samo zato što se postoji) u „osjećaj izuzetnosti zbog onoga što se postiglo“. Kada se ova energija potpuno transformiše i organizuje, ona deluje kao snažna motivacija koja formira ono što Kohut naziva „pol ambicija“. Za Kohuta, ambicije nas „guraju“, za razliku od ideala, koji nas „vuku“. Ideali se „gledaju sa strahopoštovanjem“ i predstavljaju ono što bismo želeli da budemo, dok pol ambicija „želi da ga gledaju i da mu se dive“. Ova strana selfa nosi egzibicionističku stranu narcizma; ona želi da bude priznata kao velika i posebna (a ne kao njeni ideali). Ideali bi mogli dati smisao životu, ali „ambiciozna“ vrsta energije nam daje nemirnu energiju za postignuća u svijetu.

Ambicioznost kod Kohuta je bliska onome što su veliki filozofi devetnaestog vijeka nazvali „volja“. Željati nešto za Nietzschea ili Kanta nije jednostavno željeti nešto, već djelovati iz izvora autonomne, spontane energije koja djeluje više kao glavni pokretač, a ne kao događaj u nizu uzroka i posljedica. Želje i potrebe obično su nam usađene nejakim silama; volja je drugačija. To je samopokretna vrsta moći i to je ono što Kohut podrazumijeva pod polom ambicija. Kada je pol ambicija koherentan i mobilan, to nam omogućava da osjetimo snažan osjećaj da možemo stvoriti svoje svjetove.

## ZAKLJUČNO O OTPORNOSTI

Narcizam je najznačajniji atraktor psihološke otpornosti ka samoaktualizaciji!

Otpornost se može shvatiti kao osobina ličnosti, definisana kao sposobnost održavanja ravnoteže kao zdravog stanja pojedinca. Stoga se fokusiramo na otpornost shvaćenu kao individualnu razliku, suprotno onim modelima koji opisuju otpornost kao obilježje društveno-ekološkog sistema. Efikasno suočavanje sa traumatskim životnim događajima, neočekivanim pojavama, stresom i hroničnim bolom je suština otpornosti.

U svom istraživanju Michał Sękowski, Łukasz Subramanian i Magdalena Żemojtel-

Piotrowska, fokusirali su se na slabo shvaćen i rijetko istražen odnos između otpornosti i narcizma. Oni su tokom ispitivanja željeli utvrditi kako su nivoi otpornosti povezani sa grandioznim i ranjivim narcizmom, na osnovu trodimenzionalnog modela otpornosti (tj. ekološka otpornost, inženjerska otpornost i sposobnost prilagođavanja).<sup>27</sup>

John Maltby predložio je trodimenzionalni model otpornosti ukazujući na inženjersku otpornost kao sposobnost osobe da se oporavi, stabilizira svoje mentalno ili životno stanje i vrati u ravnotežu nakon bilo kakvog poremećaja u svakodnevnim događajima. Osoba koju karakteriše visok nivo inženjerske otpornosti je sposobnija da se nosi sa stresnim događajem. Ekološka otpornost je sposobnost da se odupremo poremećajima uz održavanje ravnoteže, i ne dozvolimo da se naruši stabilno psihičko stanje pojedinca, uz vršenje neophodnih promjena u našim psihičkim odbrambenim mehanizmima, praćena je i samopouzdanjem u svoje snage. Osoba koju karakteriše visok nivo ekološke otpornosti efikasnije se odupire stresu, čuvajući svoje stabilno stanje uma protiv bilo kakvog poremećaja. To znači da takvoj osobi stres ne smeta toliko koliko osobi koja ima nizak nivo ekološke otpornosti. Adaptivni kapacitet je sposobnost prilagođavanja neugodnim, teškim ili nestabilnim uvjetima, upravljanja ili prilagođavanja promjenama<sup>28</sup> i opća spremnost za prilagođavanje kroz život.<sup>29</sup> Osoba koju karakteriše visok nivo adaptivnog kapaciteta sposobnija je da se suoči sa neprijatnim situacijama prilagođavajući im svoj um. Na primjer, prilikom iseljenja, takvoj osobi je lakše da se prilagodi novom okruženju.

Istraživanje koje su sprovedi je pokazalo sa su pojedinci sa višim nivoom grandioznog narcizma ispoljile su viši nivo otpornosti, uglavnom kroz ekološku otpornost, što bi se moglo smatrati aktivnom dimenzijom

27 M. Sękowski, Ł. Subramanian i M. Żemojtel-Piotrowska, Are narcissists resilient? Examining grandiose and vulnerable narcissism in the context of a three-dimensional model of resilience, 2021.

28 Maltby et al., 2015.; Walker et al., 2004

29 Maltby et al., 2016

i većim samopouzdanjem, što se ogleda u višim nivoima adaptivnog kapaciteta, odnosno sposobnošću prilagođavanja. Ranjivi i grandiozni narcizam djeluju na suprotan način u pogledu inženjerske otpornosti, kada je povezan sa grandioznim aspektom narcizma dešava se bolji oporavak, dok je u slučaju ranjivog aspekta narcizma drugačija situacija, naime potiskuje se pozitivan efekat grandioznog narcizma. Ranjivi narcisi pokazali su niže nivoe otpornosti, uglavnom kroz emocionalnu disregulaciju (što je posebno izraženo na nižim nivoima inženjerske otpornosti), što bi moglo objasniti njihovu nižu sposobnost upravljanja stresnim događajima i rezultiralo nižom subjektivnom dobrobiti.

Osim pozitivne korelacije sa otpornošću, istraživanja pokazuju značajnu ulogu i pozitivnu vezu narcizma sa uspjehom, orijentaciji prema ciljevima, intrizičnoj motivaciji, samo-određenju, samo-efikasnosti, rješavanju problema, autonomiji, smislom života... Narcizam se, što pokazuju naučna istraživanja, decenijama povezuje sa inovativnošću i kreativnošću, te na isti se gleda kao na motivacionu silu koja leži u osnovi kreativnosti i samoizražavanja.

Samoefikasnost (eng: Self-Efficacy) je, takođe, značajno pozitivno povezana sa narcizmom, kaže istraživanje koje su sproveli Vinanthi K. Hegde i Vidyadayini Shetty sa Nagindas Khandwala College 2020. godine. Drugim riječima, rezultati ukazuju da kako se rezultati narcizma povećavaju, postoji proporcionalno povećanje rezultata o samoefikasnosti osoba.<sup>30</sup> Zanimljivo je da literatura o narcizmu i samoefikasnosti ukazuje na različite nalaze, pa ipak sadašnji rezultati su konzistentni sa studijom koja je sprovedena radi istraživanja uloge narcizma u preduzetništvu koja je ukazala da su studenti preduzetnici narcisoidniji od studenata koji nisu preduzetnici, tačnije, narcizam je bio pozitivno povezan sa visokim rezultatima na opštu samoefikasnost i sklonost riziku.

Istraživanje koje su sproveli Nikos Ntoumanis

30 V. K. Hegde i V. Shetty, A study on the relationship between Narcissism and Self Efficacy, 2020.

sa University of Southern Denmark i Kennon Sheldon sa University of Missouri, 2018. godine ukazuje na vezu između samoodređenja (eng: Self-Determination Theory (SDT)) i grandioznog narcizma, te se mogu proširiti razmatranjem dodatnih aspekata narcizma.<sup>31</sup> Jedan je divljenje, a drugi je rivalstvo (Back et al., 2013). Komponenta divljenja odražava neobuzdano samousavršavanje, dok komponenta rivalstva odražava samozaštitni antagonizam. Još jedan aspekt grandioznog narcizma odnosi se na razliku između agentskog i komunalnog (Gebauer et al., 2012). Agentski narcizam odražava zadovoljstvo ključnih samomotiva (tj. moć, poštovanje, grandioznost, pravo) u agentskom domenu (tj. vođenjem djela koja su od koristi sebi, kao što je postignuće), dok zajednički narcizam odražava zadovoljstvo ključnih samomotiva u komunalnoj domeni (tj. vršenjem djela od kojih drugi koriste, kao što je pomaganje).

Narcisi najsnažnije napreduju u haotičnim vremenima! U mirnijim vremenima čak i najbriljantniji narcis će se činiti neuspješnim. U svojoj kratkoj priči „Policijski čas“ (engleski: The Curfew Tolls), Stephen Vincent Benét spekulise o tome šta bi se dogodilo Napoleonu da je rođen 30-ak godina ranije. Penzionisan u predrevolucionarnoj Francuskoj, Napoleon je prikazan kao usamljeni artiljerijski major koji se hvali britanskom generalu na odmoru kako je mogao da pobjedi Engleze u Indiji. Poenta je, naravno, u tome da vizionar rođen u pogrešnom trenutku može izgledati kao pompezni glupan.<sup>32</sup>

Rezultati istraživanja koju su sproveli S. Mark Youngi Drew Pinsky 2006. godine, na Marshall School of Business and Annenberg School for Communication, University of Southern California, Los Angeles, USA, pokazuju da su poznate ličnosti znatno više narcisoidne

31 N. Ntoumanis and K. Sheldon, I am the chosen one: narcissism in the backdrop of Self-Determination Theory, 2018.

32 M. Maccoby, Narcissistic Leaders: The Incredible Pros, the Inevitable Cons, Harvard Business Review 2004.



od MBA studenata i opće populacije.<sup>33</sup> Za razliku od Wndingsa u široj populaciji, u kojoj su muškarci više narcisoidni od žena, otkriveno je da su poznate ličnosti znatno više narcisoidne od drugih muškaraca. Ličnosti „rijaliti“ televizije imale su najviše rezultate na narcisoidnosti, zatim slijede komičari, glumci i muzičari. Nadalje, analize ne pokazuju nikakvu povezanost između rezultata i godina iskustva u industriji zabave, što sugerira da slavne osobe mogu imati narcisoidne tendencije prije ulaska u industriju.

Rezultati u istraživanju korelacije između narcizma i preduzetništva kojeg su 2013. sproveli Cynthia Mathieu i Etienne St-Jean sa Université du Québec à Trois-Rivières pokazuju da studenti preduzetnici postižu značajno veće rezultate u odnosu na sve druge strukovne grupe po mjeri narcizma. Rezultati također pokazuju da je narcizam u pozitivnoj korelaciji s općom samo-efikasnošću (engleski: Self-Efficacy), lokusom kontrole i sklonošću riziku. Štaviše, narcizam igra značajnu ulogu u objašnjavanju poduzetničkih namjera, čak i nakon kontrole samoefikasnosti, lokusa kontrole i sklonosti riziku. Sve u svemu, ovi nalazi bacaju novo svjetlo na temeljne crte ličnosti poduzetnika i poduzetničke namjere i predlažu nove pravce u proučavanju profila ličnosti preduzetnika.

U svojoj studiji Jake Womick, Brenda Atherton i Laura A. King sa University of Missouri, Columbia, United States koju su sproveli 2020. zaključili su da je narcizam pozitivno povezan sa smislom života (Womick et al., 2019a). Postoje najmanje tri načina da vidite ovu vezu. Prvo, narcisi mogu prihvatiti veliko značenje u životu jer će vjerovatno vjerovati u pozitivne stvari o sebi (Park i Colvin, 2014), upuštajući se tako u samozavaravajuće poboljšanje (Jones i Paulhus, 2017). Drugo, odnos između narcizma i smisla života može odražavati zajedničku varijabilnost sa samopoštovanjem (Sedikides et al., 2004). Treća mogućnost

je također razumna - da narcizam i smisao života dijele zajednički odnos neovisno o samopoštovanju i samoobmani.

Narcizam je pozitivno povezan sa liderstvom (engleski: Leadership), posebno u fazi u nastajanja kompanije (engleski: Start-Up) i njenom početnom razvoju kada je izuzetno bitna grandiozna samouvjerenost, upornost, preuzimanje rizika i energija. U tipičnim studijama liderstva na univerzitetima, studenti se stavljaju u grupe i posmatraju se kako se uzdižu prema vrhu karijere. Ljudi se u personalnom životu i profesionalnoj karijeri, a posebno je to izraženo u preduzetništvu i liderstvu, odlučuju na iskorak iz mnogo razloga, pa ipak kod narcisa je motiv jasan – oni to rade zbog ideala. Takvo napredovanje kroz karijeru možete vidjeti u svakoj sferi života, u politici, privatnim i javnim kompanijama, vladinim i nevladinim organizacijama. Svi žele viši status!

Charles A. O'Reilly i Nicholas Hall u svom istraživanju iz 2021. zaključili su da se grandiozni narcisi često pojavljuju kao organizacijski lideri koji će u konačnici vjerovatno zaraditi više, uspjeti na pozicijama moći i biti veoma uspješni u svojim karijerama (Hirschi & Jaensch, 2015; Jonason et al., 2018; Maccoby, 2007; Spurk et al., 2016). Da bi to objasnili, istraživači su sugerirali da u narcisoidnom rukovođenju može postojati i "svijetla" i "tamna" strana (npr. Paunomen i sur., 2006; Volmer et al., 2016; Wales et al., 2013). Na primjer, u pregledu narcisoidnog rukovođenja, Rosenthal i Pittinsky (2006) su primijetili da „narcisi imaju karizmu i viziju koji su od vitalnog značaja za efikasno vodstvo (str. 617).“ Postoji saglasnost da narcisoidni lideri, zbog svoje smjelosti i samopouzdanja, mogu biti efikasni kada npr. okolnosti zahtevaju promjenu (Mathieu & St-Jean, 2013; Nevicka et al., 2013). Nekoliko studija je pokazalo da su narcisoidni izvršni direktori bili agresivniji u ulaganju u novu tehnologiju (Gerstner et al., 2013), širenju svojih firmi na globalna tržišta (Oesterle et al., 2016.) i preuzimanju (Chatterjee & Hambrick, 2007.).<sup>34</sup>

33 S. M. Young and D. Pinsky, Narcissism and celebrity, Journal Of Research In Personality, 2006.

34 C. A. O'Reilly N. Hall, Grandiose narcissists and

Michael Maccoby je napisao da je sve dinamičnije vrijeme zahtijevalo novu vrstu lidera koji bi mogli vidjeti širu sliku i oslikati uvjerljiv portret „dramatično“ drugačije budućnosti. I to je, tvrdio on, bio jedan od razloga zašto smo doživjeli pojavu izvršnih direktora superzvijezda - grandioznih, aktivno samo-promoviranih i istinski narcisoidnih lidera koji su dominirali naslovnica poslovnih časopisa u to vrijeme. Vješti govornici i kreativni stratezi, narcisi imaju viziju i veliku sposobnost da privuku i inspirišu sljedbenike.

Kroz istoriju, narcisi su se uvek pojavljivali da inspirišu ljude i da oblikuju budućnost. Kada su vojne, vjerske i političke arene dominirale društvom, ličnosti kao što su Napoléon Bonaparte, Mahatma Gandhi i Franklin Delano Roosevelt su bile te koje su odredile društvenu agendu. Ali s vremena na vrijeme, kada je biznis postao motor društvenih promjena, i on je generirao svoj dio narcisoidnih lidera. To je bilo tačno na početku ovog vijeka, kada su ljudi poput Endrua Karnegija, Džona D. Rokfelera, Tomasa Edisona i Henrija Forda iskoristili nove tehnologije i restrukturirali američku industriju. Danas je slučaj isti.

Frojd je prepoznao da postoji i tamna strana narcizma. Narcisi su, kako je istakao, emocionalno izolovani i veoma nepoverljivi. Uočene prijetnje mogu izazvati bijes. Postignuća mogu hraniti osjećaj grandioznosti. Zato je Frojd mislio da su narcisi najteži tipovi ličnosti za analiziranje. Zamislite kako jedan izvršni direktor Oraclea opisuje svog narcisoidnog izvršnog direktora Larryja Ellisona: “Razlika između Boga i Larryja je u tome što Bog ne vjeruje da je Larry.” To zapažanje je zabavno, ali i zabrinjavajuće. Nije iznenađujuće da većina ljudi misli o narcisima prvenstveno na negativan način. Uostalom, Frojd je tom tipu dao ime po mitskoj figuri Narcis, koji je umro zbog svoje patološke preokupacije samim sobom.

Ipak, narcizam može biti izuzetno koristan  
decision making: Impulsive, overconfident, and skeptical of experts—but seldom in doubt, 2021.

- čak i neophodan. Frojd je vremenom promjenio svoje stavove o narcizmu i prepoznao da smo svi mi pomalo narcisoidni. Michael Maccoby je zaključio da lideri kao što su Jack Welch i George Soros primjeri produktivnih narcisa, kazavši, da su oni nadareni kreativni stratezi koji vide širu sliku i pronalaze smisao u izazovima mijenjanja svijeta, želeći tako za sobom ostaviti nasljeđe boljeg i drugačijeg svijeta.

## LITERATURA

- [1] A. S. Masten, J. Cutuli, J. Herbers, M. Reed, Resilience in Development. U: S. J. Lopez, C. R. Snyder, (Ur.), Oxford handbook of positive psychology, New York 2009,
- [2] A. S. Masten, Ordinary Magic: Resilience process in development. American Psychologist, 2001,
- [3] C. A. O'Reilly N. Hall, Grandiose narcissists and decision making: Impulsive, overconfident, and skeptical of experts—but seldom in doubt, 2021,
- [4] F. Luthans, B. J. Avolio, C. M. Youssef, Psychological Capital and Beyond. Oxford university press, 2015,
- [5] F. Luthans, Carolyn M. Youssef, Bruce J. Avolio, Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge, Oxford university press, 2007,
- [6] F. Luthans, The need for and meaning of positive organizational behavior. Journal of Organizational Behavior, 23 (6), 2002,
- [7] G. Oettingen, H. Pak, K. Schnetter, Self-regulation of goal setting: turning free fantasies about the future into binding goals, Journal of Personality and Social Psychology, 80(5), 736–753, 2001,
- [8] H. Kohut, The Analysis of the Self, Systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders. New York: International Universities Press, 1971,
- [9] H. Kohut, [https://en.wikipedia.org/wiki/Heinz\\_Kohut](https://en.wikipedia.org/wiki/Heinz_Kohut)
- [10] K. Tusaie, J. Dyer, Resilience: A historical review of the construct. Holistic Nursing

- Practice, 18 (1), 2004,
- [11] L. Dolezal, Shame, Vulnerability and Belonging: Reconsidering Sartre's Account of Shame, Theoretical / Philosophical Paper, 2017,
- [12] L. F. Seltzer, Are We All Narcissists? 14 Criteria to Explore, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/evolution-the-self/201805/are-we-all-narcissists-14-criteria-explore> / L. F. Seltzer, Ph.D., Paradoxical Strategies in Psychotherapy and The Vision of Melville and Conrad. Posted May 23, 2018,
- [13] N. Ntoumanis and K. Sheldon, I am the chosen one: narcissism in the backdrop of Self-Determination Theory, 2018,
- [14] Narcissism, <https://en.wikipedia.org/wiki/Narcissism>,
- [15] M. Maccoby, Narcissistic Leaders: The Incredible Pros, the Inevitable Cons, Harvard Business Review 2004,
- [16] Miller-Burke, Jude. (2017), The Adversity Advantage, Kindle edition,
- [17] M. Sękowski, Ł. Subramanian i M. Żemojtel-Piotrowska, Are narcissists resilient? Examining grandiose and vulnerable narcissism in the context of a three-dimensional model of resilience, 2021,
- [18] O'D. M. Wright, A. S. Masten, A. Narayan, Resilience Processes in Development: Four Waves of Research on Positive Adaptation in the Context of Adversity. In S. Goldstein and R. B. Brooks (Eds.), Handbook of Resilience in Children, New York: Springer Science+Business Media New York 2013,
- [19] R. Raskin, J. Novacek, Narcissism and the use of fantasy, Journal of Clinical Psychology, Vol. 47, Issue 4 p. 490-499, July 1991,
- [20] S. M. Young and D. Pinsky, Narcissism and celebrity, Journal Of Research In Personality, 2006.
- [21] V. J. Felitti, The Relation Between Adverse Childhood Experiences and Adult Health: Turning Gold into Lead, The Permanente Journal, 2002,
- [22] V. K. Hegde i V. Shetty, A study on the relationship between Narcissism and Self Efficacy, 2020.