

Na prvi pogled očarljivi, a hkrati uničujoči

Narcizem Strokovnjaki opozarjajo na pomen prepoznavanja osebnostne motnje in zavedanja o zaščiti v zlorabljujočem odnosu

»Sem nekaj posebnega, zato si zaslužim poseben položaj.« Takšen je, po besedah psihiatrinje dr. Mojce Zvezdane Dernovšek, najbolj jedrnat povzetek narcistične osebnostne motnje, ki se kaže v poveličevanju samega sebe, občutku upravičene nadrejenosti in izkoriščanju. Prvi junij je svetovni dan narcistične zlorabe in zavedanja njenih posledic, ki so lahko uničujoče tako v zasebnem kot družbenem življenju.

BARBARA HOČEVAR

»Narcistična osebnostna motnja vpliva na odnose in odnos s takšno osebo je zlorabljujoč, poln verbalnega, čustvenega, ekonomskega, fizičnega nasilja. Koliko nasilja zaznamo v odnosu z narcistično osebo, je odvisno od tega, ali imamo na drugi strani bolj odkritega ali senzitivnega narcisa. Pomembno pri prepoznavanju narcistične osebnostne motnje pri drugih je, da se moramo zavedati, da se je treba zaščititi, ne pa čakati, da se bo ta človek spremenil ali spoznal svojo zmoto,« opisuje prof. dr. Mojca Zvezdana Dernovšek, ena od sodelavk v programu OMRA (Z večjo pismenostjo o duševnem zdravju do obvladovanja motenj razpoloženja), katerega vodilni partner je Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU. »Za vse osebnostne motnje velja, da ljudje menijo, da je z nji-

- Prvi junij je svetovni dan narcistične zlorabe in zavedanja njenih posledic.
- Vsaj trije ljudje doživljajo negativne učinke ravnanja ene osebe.
- Poudarjanje individualizma podpira narcistične poteze.

mi vse v redu, samo svet se mora spremeniti po njihovih željah. Poenostavljeno bi lahko rekli, da se nevrotičen človek pretirano prilagaja in premalo vstopa v okolje, medtem ko bo osebnostno moten človek preveč spreminjal okolje in posegal vanj ter se premalo prilagajal. Duševno zdravje je pa nekje vmes.«

Lačni narcistične hrane

Narcistična osebnostna motnja se kaže v izredno močni potrebi po občudovanju, čemur strokovnjaki pravijo narcistična hrana. Če je člo-

Mojca Zvezdana Dernovšek pravi, da je zunanja podoba narcisa samo maska, v sebi je izjemno negotov.



vek ne dobi, lahko postane besen, jezen, užaljen, prizadet, maščevalen. Hkrati je opaziti pomanjkljivo razumevanje čustev drugih in pretirano občutljivost za kritiko. Raziskave kažejo, navajajo pri programu OMRA, da ena oseba z zmerno ali močno izraženimi narcističnimi karakteristikami lastnostmi povzroči, da v povprečju trije ljudje v njeni bližini doživijo negativne posledice tovrstne zlorabe.

»Za vse dramatične osebnostne motnje je značilno, da so to proaktivni ljudje, ki so na prvo žogo lahko izjemno očarljivi. Delujejo samozavestno, iščejo priložnosti, da so v središču pozornosti, vse jim je jasno. Dokler človeka ne vidimo v drugi situaciji,« je pojasnila psihiatrinja. Ljudje, ki so v odnosu s takim človekom, pogosto vzamejo nase breme, se začnejo prilagajati, ustvarja se popačenje, pri katerem poveličujejo reči, v katerih je ta posameznik dober. »A je zunanja podoba narcisa samo maska. V notranjosti je izjemno negotov, ranljiv, občutljiv, sam o sebi nima najboljšega mnenja, zato toliko bolj goji zunanjo podobo.«

Poklici, ki imajo družbeno veljavo

Za ljudi, ki imajo izkušnjo narcistične osebnostne motnje, je prav tako



Za razvoj narcistične motnje je zelo pomembna genetska komponenta, zato družbena omrežja ne naredijo narcisa, ampak mu pomagajo, da se pokaže. FOTO MOHAMED AZAKIR/REUTERS

pomembno, da se zavedajo svojega problematičnega delovanja v določenih aspektih življenja in da se odločijo, kako ukrepati. Da razumejo, zakaj se ljudje od njih odvrtačajo. Če iščejo strokovno pomoč, jo najpogosteje zaradi depresije in anksioznih motenj, saj doživljajo zelo veliko razočaranj, ko stvari niso takšne, kakršne bi po njihovem prepričanju morale biti.

Moške in ženske z izkušnjo narcistične osebnostne motnje bodo zelo privlačili poklici, ki imajo družbeno veljavo, v katerih so prepoznavni. »Poklicno so lahko ekstremno uspešni, ravno zato, ker znajo tako dobro igrati svojo vlogo. Skozi vso zgodovino človeštva bi našli voditelje s tako motnjo in ugotovili, da so bili tudi koristni,« poudarja dr.

Mojca Zvezdana Dernovšek. Današnji svet vsečkov in sledilcev, s poudarjanjem individualizma za vsako ceno, po njenem mnenju podpira narcistične poteze: »Eni sicer trdijo, da je narcizma več, kot ga je bilo, jaz pa mislim, da v tej individualistični permisivni družbi samo vsi s temi nagnjeni v resnici pokažejo svojo pravo barvo.«