

Tipuri de personalități: personalitatea narcisistă

Goian Aurica

Neplăcerile pe care ni le pricinuiesc și aprecierile făcute asupra personalităților dificile sunt o mărturie a propriilor slăbiciuni, cum scria malițios Paul Valery: „Tot ce spui vorbește despre tine. Mai cu seamă când vorbești despre altul.”

Ceea ce caracterizează trăsăturile de personalitate este atât maniera obișnuită de a percepe mediul inconjurator și propria persoană, cât și maniera de a se comporta și de a reacționa, adesea definite printr-o serie de adjective: autoritar, sociabil, altruist, neîncrezător, scrupulos. Fiecare individ are atâtea fațete diferite! Cum să faci diferența între ceea ce se schimbă de-a lungul vieții și ceea ce rămâne neschimbat într-o personalitate? Nu încapă îndoiala că este o sarcină dificilă; de altminteri, încă din Antichitate, omul s-a preocupat de aceste chestiuni.

Hippocrate și-a clasificat semenii astfel: sangvinic (dinamic, emotiv), limfatic (lent, impasibil), bilos (coleric, trist) și melancolic (taciturn, pesimist). În 1925 Kretschmer făcea următoarea clasificare: tipul picnic (scund și rotunjiu, expansiv, vesel, spontan, realist), tipul leptozom (înalt și slab, rezervat, impasibil, visător), tipul athletic (lat în umeri, muscular, impulsiv, coleric) și tipul dysplastic (dezvoltare dificilă, anomalii, astenic, se simte inferior celorlalți). Pe baza lor pot fi făcute descrieri sugestive ale unor tipuri umane, ce pot fi lesne recunoscute în viața cotidiană.

Alți cercetători au aplicat dimensiunile testului 16 PF: retras-sociabil; mai puțin inteligent - foarte inteligent; instabil emoțional - stabil emoțional; submisiv-autoritar; rezervat-entuziast; oportunist-consecvent; timid-neînhibat; puternic-fragil; încrezător-suspicios; pragmatic-imaginativ; deschis - ipocrit, retras; placid - agitat, neliniștit; conservator-radical; dependent-independent; nestăpânit, impulsiv-stăpânire de sine; relaxat-tensionat. Subiectul obține o notă intermediară între cele două caracteristici extreme.

Un model mai recent și aparent mai simplu este cel al unui cercetător englez, Eysenck. El propune o clasificare după două mari axe:

a. axa de introversie –extroversie:

Individul extrovertit se află în căutarea recompenselor și a încurajărilor de tot felul, se entuziasmează cu ușurință, manifestă dependență de mediul exterior, este spontan și sociabil;

Individul introvertit vedește un mare control asupra propriei persoane, este calm, rezervat, își urmărește propriile scopuri, independent de orice circumstanțe exterioare, își planifică toate acțiunile.

Fiecare persoană poate fi situată între cele două extreme, pe axa introversiei-extraversiei.

b. axa de nevrotism și stabilitate

„Nevroticul” este ușor și mereu afectat de tot soiul de emoții: anxietatea, tristețea, regrete; „stabilul”, dimpotrivă, este puțin emotiv, iar când se întâmplă ca ceva să-l perturbe, să se simtă răvășit, revine repede la dispoziția sa obisnuită.

Eysenck a adăugat o nouă dimensiune, psihotismul, în care pot fi regăsite caracteristici precum: impasibilitatea, impulsivitatea, egocentrismul. Aceste trei dimensiuni pot fi evaluate printr-un chestionar autoaplicat, ce conține cincizeci și șapte de întrebări ușoare, la care trebuie să răspundă prin „adevărat” sau „fals”.

Robert Cloninger a deosebit patru dimensiuni ca făcând parte dintr-un temperament, cu alte cuvinte, ceva posibil înăscut, căci se manifestă de timpuriu și este transmis ereditar. Aceste patru dimensiuni își vor pune amprenta asupra primelor cunoștințe ale copilului:

- căutarea noului - persoana sau copilul care are această dimensiune accentuată își va explora energic propriul mediu înconjurător, va reacționa cu mult interes la nou, va evita constant frustrarea;
- preântâmpinarea pedepsei – tendința de a-și face griji, de a se supune pentru a evita surprizele neplăcute, de a se lăsa pradă îndoielii, stăpânit de teama unor posibile consecințe;
- dependența de răsplată - nevoia de încuviințare din partea celorlalți, de sprijin, de cât mai multe și mai dese recompense ;
- perseverența – tendința de a continua o activitate, într-un ritm susținut, în ciuda oboselii sau a sentimentului de frustrare.

Spre deosebire de temperament, caracterul va fi într-o mai mare măsură influențat de experiențele educative. Cele trei dimensiuni ale caracterului (după Cloninger) sunt:

- autocontrolul - acestei componente îi este asociată o stimă de sine, o încredere în capacitatea de a-și dirija propria viață și propriul mediu înconjurător, o capacitate de a-și stabili obiective;
- cooperarea - acceptarea și înțelegerea celorlalți, empatia, altruismul sunt caracteristicile asociate celei de-a doua dimensiuni;
- autodepășirea - persoanele la care această dimensiune este accentuată sunt stăpânite de sentimentul că viața lor are sens, de senzația apartenenței la întregul univers, de o viziune spirituală, mai degrabă decât materialistă.

O personalitate devine dificilă când unele trăsături ale caracterului său sunt mult prea accentuate sau rigide, inadaptate situațiilor, cauzând astfel suferința propriei persoane sau a celuilalt (sau amândurora); această suferință constituie un criteriu în diagnosticarea personalității dificile. De exemplu: personalități anxioase, paranoice, histrionice, obsesionale, narcisice, schizoide, depresive, dependente, evitante, borderline, antisociale, sadice, multiple etc.

Personalitatea narcisică

Personalitatea narcisică are despre sine sentimentul că este excepțională, deasupra tuturor oamenilor de rând și că i se cuvine mai mult decât celorlalți. Este stăpânită de ambiția de a avea, de succese răsunătoare, atât în plan profesional, cât și în viața personală, este preocupat de înfățișarea sa și de vestimentație.

În relațiile cu ceilalți se așteaptă la atenție, privilegii, fără a se simți însă obligată la reciprocitate. Manifestă destul de puțină empatie, iar emoțiile celuilalt nu o prea mișcă. Subiecții narcisici știu să lupte, lăsând de o parte orice scrupule pentru a obține ce vor.

Cum să ne comportăm cu o persoană narcisică:

- Ori de câte ori este sinceră, arătați că o aprobați.
- Respectați cu scrupulozitate conveniențele.
- Nu-i aduceți critici decât când este absolut necesar și atunci fiți extrem de preciși.
- Păstrați discreție asupra propriilor voastre reușite și privilegii.

Cum ai putea accepta asemenea personalități, când nu o dată comportamentul lor se vedește a fi intolerabil și inacceptabil? Nu o acceptare pasivă, care i-ar oferi personalității

difficile libertatea de a vă face rău, de a vă prejudicia (și adesea de a-și face și sieși rău). Mai curând e vorba de a-i accepta existența în calitatea ei de ființă umană. Ceea ce nu vă va reține să vă și protejați. Trebuie să ne adaptăm situațiilor date.

Personalitățile dificile sunt adevărate fenomene naturale: există dintotdeauna și vor continua să existe de-a pururea. A te revolta ar fi la fel de lipsit de sens, cum ar fi și dacă te-ai mânia pe vreme ori pe legile gravitației. Dacă veți asculta cuvintele persoanelor, vi se vor părea niște uriași. Dacă nu le veți asculta decât ființa, vibrația interioară, pulsația vieții, își vor revela adevărata față, de ființe aflate în suferință, la fel ca voi - poate chiar mai mult.

Dacă vă aflați în căutarea unui maestru, ascultați-i ființa, nu cuvintele. Învățați arta de a asculta ființa, stați în apropierea lui și deschideți-vă inima. Subit, vă veți da seama că vă transformați, căci maestrul reprezintă o forță magnetică. Un maestru adevărat nu va conduce decât către voi înșivă, căci acesta este unicul țel. Destinația finală este sinele omului.

Bibliografie :

Kernberg, O. (1991). *La personnalité narcissique*. Toulouse: Privat

Despre autor:

Goian Aurica este profesoară la C.N.I. Traian Lalescu, Hunedoara, psihoterapeut în formare în cadrul Asociației de Cercetare, Consiliere și Psihoterapie Integrativă