

المحاضرة الثامنة :الشخصية النرجسية

1. الشخصية النرجسية

هي شخصية تتسم بشعور غير عادي بالعظمة و تضخيم الأنا (أهمية الذات وتعظيمها)؛ولا يمكن فك شفرتها إلى المتخصص؛ النرجسي المضطرب؛ شخص أناني؛يسعى إلى تحقيق أهدافه الخاصة؛حتى إن كان على حساب الآخرين؛ يشعر أنه شخص ذو أهمية و هو يسعى لتعظيم ذاته.

و ما يميزها هو تضخيم الأنا والإهتمام المفرط بالذات وقليل الخجل و حب الإستعراض و الشدة و العصبية ، ما يميز عن العاديين هو التدخل الإجتماعي من أجل أن يعزز مركزه الإجتماعي و من الآليات التي يلجأ إليها هي عقد علاقات مع الشخصيات المرموقة من أجل الظهور وإستغلال من اجل الحصول على مرتبة تليق بذواتهم. و قد عدد الخبراء مجموعة من السمات الخاصة بها نوجزها في النقاط التالية (سسترينجو):

- العجرفة اللفظية الدالة على أنها شخصية متفوقة وعلى أنه يمتلك قدرات خارقة.
- يميلون إلى التجنب القرب المكاني (يراقبون الأحداث و لا يشاركون فيها)
- الإستحقاقية والأهلية والجدارة التي تدفع الحالة النرجسية إلى المطالبة بعاملة خاصة
- التفاخر والتباهي بالذات و المبالغة دائما وإنجازاته تفوق إمكانياته.
- تمجيد الذات ، يضفي المثالية على محاوره إن أستشعر منه مددا نرجسيا أما إذا إفتقد هذا المدد و أحس بالعداء أو بالتحدي بادر بالهجوم.
- قليل التحمل والصبر ،سريع الملل الذي يجعل مه مشتت الإنتباه؛ يلجأ إلى إستخدام آلية العقلانية و الواقعية ليكون محط أنظار. [إسماعيل هلول 2015]
- قد تظهر مستويات عالية من النرجسية و لها مؤسراتها منها التكلم بصيغة المتكلم (أنا)
- الميل إلى الإفراط في الثقة بالنفس = أنه مهدد بإستمرار ، لا يع عيوبه [Nadhal et al 2011]

❖ الأسباب

ما زالت أسباب اضطراب الشخصية النرجسية مجهولة. ومن المحتمل أن يكون السبب معقدًا. ربما يرتبط اضطراب الشخصية النرجسية بما يأتي:

- البيئة - وهي العلاقات بين الآباء والأبناء التي تتسم إما بفرط التدليل أو فرط النقد بما لا يتناسب مع تجارب الأبناء وإنجازاتهم الفعلية.
- الوراثة - وهي الخصائص الوراثية، مثل سمات شخصية معينة.
- البيولوجيا العصبية وهي الرابط بين الدماغ والسلوك والتفكير.
- التعرض لصدمة نفسية.
- إهمال الطفل أو التخلي عنه.

- التعرض لسوء المعاملة أو الاعتداء.
- نقد الطفل بطريقة مبالغ فيها من أحد أفراد أسرته.
- تدليل الطفل والمبالغة في الثناء عليه.
- وجود تاريخ عائلي من الإصابة بهذا الاضطراب

❖ المضاعفات

تشمل مضاعفات اضطراب الشخصية النرجسية والحالات الأخرى التي قد تكون مصاحبة لها:

- صعوبات تكوين العلاقات
- مشكلات في العمل أو الدراسة
- الاكتئاب والقلق
- اضطرابات الشخصية الأخرى
- اضطراب في الأكل يسمى فقدان الشهية
- مشكلات صحية جسدية
- إدمان المخدرات أو الكحوليات
- الأفكار أو السلوكيات الانتحارية

❖ معايير التشخيص الإحصائي الرابع لاضطراب الشخصية النرجسية:

النرجسية وفق معيار التشخيص (DSM 4) طراز ثابت من عقدة العظمة (على مستوى الخيال والسلوك)؛ والحاجة إلى التقدير والإفتقار إلى القدرة على التفهم العاطفي، يعتقد أنه أن بداية تكون في فترة البلوغ المبكرة و يظهر في مجموعة متنوعة من السياقات و بعد رصده تبين أن له خمس مؤشرات على الأقل تتكثل فيما يلي:

- (1) لديه الشعور بالعظمة وبأهمية الذات؛ كالمبالغة في الإنجازات والمواهب – يعتقد بأنه متفوق.
- (2) مستغرق في خيالات عن النجاحات غير المحدودة؛ القوة والتألق و الجمال أو الحب المثالي
- (3) يعتقد أنه متميز عن الآخرين وأن عقد صداقات معه ليست بالسهل؛ وأن من يستهل صداقته لهم خصوصيات أناس متميزون و من الطيقات العليا أو أصحاب المشاريع والمال.
- (4) ييحث إلى التقدير المفرط
- (5) له شعور بالصدارة ؛ له توقعات غير عقلانية عن معاملة تفصيلية خاصة أو الإمتثال التلقائي لتوقعاته.
- (6) إستغلالي في علاقته الشخصية
- (7) الإفتقار إلى قدرة التفهم العاطفي، النكران وعدم الإعتراف والتماهي بمشاعر وحاجات الآخرين.
- (8) حسود و يعتقد أنه محسود كذلك.

العلاج النفسي:

قد يفيد العلاج النفسي في علاج داء النرجسية، وفيه يساعد المعالج الفرد على تعلم كيفية التواصل بطريقة حسنة مع الآخرين والتفاعل معهم بإيجابية.

يهدف العلاج النفسي أيضاً إلى تعليم المصاب الأمور الآتية:

- + تحسين طريقة التعامل مع الأصدقاء وزملاء العمل.
- + الحفاظ على العلاقات الشخصية وتعلم كيفية بناء علاقات صحية.
- + معرفة نقاط القوة للقادرة على تقبل الانتقادات.
- + تحمل مسؤولية أفعاله.
- + تفهم مشاعر الآخرين وتأثير سلوكه على من حوله.
- + كيفية التعامل مع مشاكل عدم الثقة بالنفس واحترام الذات.

ملاحظة: قد تستغرق مدة علاج الشخص النرجسي عدة سنوات حتى ملاحظة بعض التحسن، إذ أن تغيير سمات الشخصية يعد أمراً صعباً، ومع ذلك ينبغي الالتزام بخطة العلاج التي وضعها المعالج النفسي