

## «اختلال شخصیت خودشیفتگی» چیست؟



داشتن احساس قوی و مثبت نسبت به خود می‌تواند نشانه‌ای از یک فرد سالم و متعادل باشد. با این حال، چه اتفاقی خواهد افتاد وقتی که چنین احساسی به مرور از کنترل خارج شده و تبدیل به عزت نفس کاذب شود؟

داشتن احساس قوی و مثبت نسبت به خود می‌تواند نشانه‌ای از یک فرد سالم و متعادل باشد. با این حال، چه اتفاقی خواهد افتاد وقتی که چنین احساسی به مرور از کنترل خارج شده و تبدیل به عزت نفس کاذب شود؟ گاهی رفتارهای افراد تا حدی از کنترل خارج می‌شود که به عنوان نشانه‌ای از اختلال شخصیت خودشیفتگی در نظر گرفته می‌شود. پایگاه خبری تحلیلی انتخاب: داشتن احساس قوی و مثبت نسبت به خود می‌تواند نشانه‌ای از یک فرد سالم و متعادل باشد. با این حال، چه اتفاقی خواهد افتاد وقتی که چنین احساسی به مرور از کنترل خارج شده و تبدیل به عزت نفس کاذب شود؟ گاهی رفتارهای افراد تا حدی از کنترل خارج می‌شود که به عنوان نشانه‌ای از اختلال شخصیت خودشیفتگی در نظر گرفته می‌شود.

به گزارش سرویس خواندنی‌های انتخاب، اختلال شخصیت خودشیفتگی (NPD) یکی از چندین اختلال شخصیت است که با تمرکز بیش از حد به خود شناخته می‌شود و عواقب ناسالمی برای اطرافیان دارد.

افراد مبتلا به NPD نشانه‌هایی از خودبزرگی بینی، عدم همدلی، احساس اغراق در اهمیت خود و نیاز بیش از حد به توجه و تحسین را نشان می‌دهند. آن‌ها همچنین بر قدرت، موفقیت و ویژگی‌های بیرونی مانند ظاهر تثبیت شده‌اند. آن‌ها ممکن است غالباً از دیگران برای منافع شخصی سوءاستفاده کنند و انتظار دارند که از همه افراد پیرامونشان رفتارهای برتر دیده شود.

مردان از نظر آماری در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به اختلال شخصیت خودشیفتگی قرار دارند، اگرچه خودشیفتگی می‌تواند در زنان نیز ظاهر شوند. طبق مطالعات روانشناسی، تخمین زده می‌شود که ۵۰ تا ۷۵ درصد از خودشیفتگان مرد هستند. علل این اختلال کاملاً شناخته نشده است، اما می‌تواند علاوه بر محیط و تجربیات اولیه زندگی، شامل ترکیبی از عوامل ژنتیکی و بیولوژیکی باشد.

خودشیفتگان به دو روش اصلی رفتار می‌کنند: آن‌ها به دنبال تعارف و توجه دیگران هستند و عصبانیت و درد درونی خود را به اطرافیان خود تحمیل می‌کنند. خودشیفتگان علی‌رغم ظاهر محکم خود، بسیار آسیب‌پذیر، ناتوان و ضعیف هستند. آن‌ها می‌ترسند که به عنوان کلاهبرداری با عزت نفس پایین شناخته شوند، و تلاش زیادی را برای پیشبرد تصویر جعلی خود و مسدود کردن بازخورد منفی انجام می‌دهند.

این مکانیسم منجر به تکبر و رفتار انتقادی و تحقیرآمیز می‌شود. آن‌ها کاستی‌های خود را بر روی دیگران بازتاب می‌کنند و به دیگران وابسته هستند تا دائماً احساسات خود را تأمین کنند. درواقع آن‌ها برای پر کردن خلاء درونی خود به سمت افرادی که از نظر عاطفی احساساتی هستند، جذب می‌شوند.

خودشیفتگان می‌توانند تصویری را به دیگران ارائه دهند که نشان می‌دهد مایلند چگونه می‌درک شوند. روابط آن‌ها معمولاً به عنوان "گرداب‌های عاشقانه" شروع می‌شود. این روابط به معنای به قلاب انداختن شخص دیگر در رابطه است. به محض این که خودشیفتگان فرد مقابل را "گرفتار" خود کردند، شخصیت فداکار، مهربان و تعارفات از بین می‌رود.

یک خودشیفته فاقد احساس مسئولیت در برابر رفتارهای منفی خود است و دیگران را سرزنش می‌کند تا درد و عصبانیت خود را به عوامل بیرونی نسبت دهد. خودشیفتگان به شدت فاقد حس فروتنی هستند و قادر به پذیرش سرزنش یا پذیرش تقصیرات خود نیستند. خودشیفتگان می‌توانند به طرز چشمگیری بین حالات شادی، سرخوشی و افسردگی و عصبانیت در تزلزل باشند.

برقراری یک رابطه قابل اعتماد با یک خودشیفته دشوار است، زیرا اغلب آن‌ها دروغگو هستند. خودشیفتگان گرایش به پرخاشگری دارند، خواه از نظر جسمی، کلامی، روابط زناشویی و دیگر موارد. خودشیفتگان نسبت به انتقاد بسیار حساسند و با کوچکترین موردی عصبانی می‌شوند. آن‌ها سریع قضاوت می‌کنند و از دیگران انتقاد می‌کنند.

خودشیفتگان تصویری اغراق شده از اهمیت و حق داشتن خود دارند و رفتار هایی مانند رعایت نکردن صفوف، یا سرزنش کردن پیشخدمت و حسابدار فروشگاه را به نمایش می گذارند. در ارتباط بودن با خودشیفتگان می تواند عواقب مخربی داشته باشد. هنگامی که شریک زندگی احساس کمبود و یا نیاز به حمایت می کند، خودشیفتگان اغلب عصبانی می شوند، زیرا توجه به دیگران در دستور کار آن ها نیست.

یکی از بزرگترین مسائل در رابطه با خودشیفتگان این است که آن ها هر چقدر هم که همسرشان تلاش کند هرگز نمی توانند عشق را تجربه کنند. هم شریک زندگی یک فرد خودشیفته و هم خود فرد دچار خودشیفتگی آرزوی عشق دارند، اما هرگز کاملاً راضی نیستند.