

# **O que é o Transtorno de Personalidade Narcisista e como se manifesta**

written by Maria Manuel Teixeira Lopes | 8 de Dezembro, 2023



Por outras palavras, trata-se de uma grave perturbação do carácter e das tendências comportamentais do sujeito, afetando todas as áreas da sua personalidade, a maneira como vê o mundo, os outros e a si mesmo, o modo como expressa e gerencia as suas emoções e o seu comportamento social.

### ***Quais são as causas desse tipo de transtorno?***

Embora as causas do transtorno de personalidade narcisista ainda não sejam exatas, muitos profissionais da saúde mental acreditam que ele resulta da combinação de fatores que podem estar relacionados a:

genética – características hereditárias;

meio ambiente – desencontros nas relações com os cuidadores na infância (dedicação exagerada ou crítica excessiva);

neurobiologia – a ligação entre o pensamento e o comportamento que envolve o temperamento e a capacidade de gerir tensões.

### ***Quais características ajudam a identificar o transtorno?***

Pode ser difícil identificar uma pessoa com personalidade narcisista, mas vários estudos científicos apontam algumas das principais características apresentadas nesse tipo de transtorno. Confira algumas delas a seguir.

**Irritação e nervosismo quando contrariados**

Indivíduos narcisistas apresentam hipersensibilidade a crítica e insultos (reais ou imaginados) e não conseguem lidar bem com derrotas, frustrações e rejeições – logo não têm maturidade emocional. Dessa forma, quando contrariados, podem reagir com raiva, irritação e nervosismo. Por terem baixa autoestima, usam a agressividade para disfarçar sua insegurança.

**Senso exagerado de superioridade e importância**

Os que sofrem com distúrbio narcisista acreditam que suas prioridades, interesses e opiniões são mais importantes e têm mais valor do que as de qualquer outra pessoa. Sua percepção e discurso estão sempre voltados para valorizar exageradamente a sua “importância”. Uma visão presunçosa a seu próprio respeito é uma das principais formas pela qual um narcisista dá a si mesmo permissão para controlar e dominar os outros.

## ***Crença de ser especial e único***

A crença do narcisista de ser especial e único e , que somente pode ser compreendido por outras pessoas especiais , é uma ideia que faz parte de um mecanismo de sobrevivência que o ajuda a enfrentar o mundo. Costumam se definir em função do que consideram suas qualidades excepcionais – e tão logo os conhecemos, nos avisam acerca delas.

## ***Ausência de empatia***

O narcisista costuma não ter empatia, ou seja, é incapaz de se colocar no lugar dos outros e de manifestar compaixão em face do sofrimento alheio. Seus problemas, sua dor e seu ponto de vista dominam o universo. Nada mais reflete tanto o comportamento do indivíduo narcisista do que a incapacidade de compreender e se identificar com a experiência dos outros.

## ***O que significa a expressão “pai ou mãe narcisista”?***

Existem muitas mães que são verdadeiras narcisistas no que se refere ao relacionamento com os filhos e filhas.

Geralmente, o filho ou a filha fazem de tudo para agradar a mãe ou o pai, mas todo esse esforço não surte efeito algum. Nada está bom o suficiente para ela ou para ele. Não há orgulho, não há empatia, não há compreensão.

Há, inclusive, grupos nas redes sociais para filhas de pais ou mães narcisistas, em que elas trocam informações, dão depoimentos e se apoiam mutuamente. As filhas são as vítimas mais frequentes, mas os filhos também podem sofrer o mesmo mal. Inclusive, pais também podem ser narcisistas. Mas, de facto, o que predomina é mãe e filha.

Uma mãe ou pai narcisista costumam ser pessoas sufocante, que só se sentem feliz com a infelicidade da filha ou do filho. São amargos, crueis, não têm empatia, arrogantes, rudes, se fazem de vítimas e são hostis. O abuso psicológico e físico às vezes chega ao extremo e os filhs não têm como se defender nem com quem falar.

Depois de tanta rejeição da pessoa que mais ama na vida, adquirem-se traumas profundos em seu emocional. Baixa auto-estima, complexo de inferioridade, falta de confiança em si

mesma e nos outros, ciúme exagerado, insegurança, autocrítica elevada, entre outras questões. Ansiedade generalizada, síndrome do pânico, depressão e transtorno do estresse pós-traumático também são algumas das patologias emocionais causadas por tudo que têm passado.

Provavelmente esse filho que sofreu o abuso psicológico poderá se relacionar com parceiros inadequados, justamente pelo fato de se contentar com pouco e não se achar merecedor ou merecedora de algo melhor. Geralmente, filhas de mães narcisistas têm sentimentos e comportamentos autodestrutivos, recorrendo, por vezes, às drogas, bebidas e, em casos mais graves, ao suicídio.

### ***Qual é o ponto fraco de uma pessoa narcisista?***

Pontos fracos de um narcisista: o medo de ficar sozinho. Essa não seria apenas uma das maiores fraquezas de um narcisista, mas também o seu medo capital: a solidão. Um narcisista precisa das vítimas. É como o predador que se move em busca de uma presa para se alimentar.

### ***Tratamento para o transtorno narcisista:***

Psicoterapia psicodinâmica

O tratamento geral do transtorno de personalidade narcisista é o mesmo que para todos os transtornos de personalidade.

Psicoterapia psicodinâmica, que focaliza os conflitos subjacentes, pode ser eficaz. Algumas abordagens desenvolvidas para o transtorno de personalidade borderline podem ser adaptadas de modo eficaz para uso com pacientes com transtorno de personalidade narcisista. Incluem:

Tratamento baseado em mentalização

Psicoterapia focada na transferência

Essas abordagens focalizam distúrbios quanto às maneiras como os pacientes experimentam emocionalmente a si mesmos e aos outros.

A terapia cognitivo-comportamental pode ser interessante para pacientes com transtorno de personalidade narcisista porque eles podem achar atraente a oportunidade de aumentar sua

maestria; sua necessidade de elogios pode permitir que o terapeuta molde seu comportamento. Alguns pacientes com transtorno de personalidade narcisista acham que as abordagens cognitivo-comportamentais dos manuais demasiadamente simplistas ou genéricas para suas necessidades especiais.