CLÍNICA VIVALDI · FICHA GRATUITA · PERSONALIDAD

Trastorno narcisista de la personalidad

Patrón de grandiosidad, necesidad de admiración y falta de empatía, que suele esconder una autoestima frágil.

SEÑALES FRECUENTES

- Sensación de ser especial
- Necesidad de admiración
- Reacciona mal a la crítica

PAUTAS PARA TI

1. Terapia a largo plazo
2. Trabajo de empatía y autoestima
3. Si convives con alguien así, cuida tus límites

PARA LA FAMILIA Y EL ENTORNO

1. Pon límites claros y cuida tu autoestima
2. Evita entrar en luchas de poder

CUÁNDO PEDIR AYUDA

1. Si hay depresión tras un fracaso
2. Si convives con maltrato psicológico: 016

PARA OBSERVAR Y ANOTAR

☐ Siento que soy especial y merezco un trato especial
☐ Necesito admiración
☐ Me cuesta ponerme en el lugar de otros
☐ Las críticas me afectan mucho o me enfadan
☐ Fantaseo con el éxito o el poder
☐ Siento envidia o creo que me la tienen
☐ Me molesta tener que esperar o cumplir normas
☐ Mis relaciones acaban en conflicto

RECURSOS GRATUITOS

- Test online y pautas: clinicavivaldi.com/trastorno/trastorno-narcisista-de-la-personalidad
- Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA: https://consaludmental.org/
- Línea 024 (conducta suicida, 24 h) · Emergencias 112