CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · PERSONALITÀ

Disturbo narcisistico di personalità

Schema di grandiosità, bisogno di ammirazione e mancanza di empatia, che spesso nasconde un'autostima fragile.

SEGNALI FREQUENTI

- Sensazione di essere speciale
- Bisogno di ammirazione
- Reagisce male alle critiche

INDICAZIONI PER TE

1. Terapia a lungo termine
2. Lavoro su empatia e autostima
3. Se convivi con una persona così, cura i tuoi limiti

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Stabilisci limiti chiari e cura la tua autostima
2. Evita di entrare in lotte di potere

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se c'è depressione dopo un fallimento
2. Se subisci maltrattamenti psicologici in casa: 016

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Sento di essere speciale e di meritare un trattamento speciale

☐ Ho bisogno di ammirazione

☐ Faccio fatica a mettermi nei panni degli altri

☐ Le critiche mi colpiscono molto o mi fanno arrabbiare

☐ Fantastico sul successo o sul potere

☐ Provo invidia o credo che gli altri mi invidino

☐ Mi dà fastidio dover aspettare o rispettare le regole

☐ Le mie relazioni finiscono in conflitto

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/trastorno-narcisista-de-la-personalidad
- Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA (confederazione spagnola per la salute mentale): https://consaludmental.org/
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112