CLÍNICA VIVALDI · FITXA GRATUÏTA · PERSONALITAT

Trastorn narcisista de la personalitat

Patró de grandiositat, necessitat d'admiració i falta d'empatia, que sol amagar una autoestima fràgil.

SENYALS FREQÜENTS

- Sensació de ser especial
- Necessitat d'admiració
- Reacciona malament a la crítica

PAUTES PER A TU

1. Teràpia a llarg termini
2. Treball d'empatia i autoestima
3. Si convius amb algú així, cuida els teus límits

PER A LA FAMÍLIA I L'ENTORN

1. Posa límits clars i cuida la teua autoestima
2. Evita entrar en lluites de poder

QUAN DEMANAR AJUDA

1. Si hi ha depressió després d'un fracàs
2. Si convius amb maltractament psicològic: 016

PER A OBSERVAR I ANOTAR

☐ Sent que soc especial i meresc un tracte especial
☐ Necessite admiració
☐ Em costa posar-me en el lloc d'uns altres
☐ Les crítiques m'afecten molt o m'enfaden
☐ Fantasie amb l'èxit o el poder
☐ Sent enveja o crec que me la tenen
☐ Em molesta haver d'esperar o complir normes
☐ Les meues relacions acaben en conflicte

RECURSOS GRATUÏTS

- Test en línia i pautes: clinicavivaldi.com/va/trastorno/trastorno-narcisista-de-la-personalidad
- Confederació SALUT MENTAL ESPANYA: https://consaludmental.org/
- Línia 024 (conducta suïcida, 24 h) · Emergències 112