

Narcissism i ett nötskal

- Det finns både en sund och en sjuklig narcissism.
- Den osunda narcissismen utmärks av ett genomgående mönster av grandiositet, uppblåst självkänsla, behov av att bli beundrad och brist på omtanke om andra.
- Grandios, sakligt omotiverad eller överdriven känsla av att vara betydelsefull.
- Tror sig vara speciell och förmer. Orimliga förväntningar om särbehandling. Vanliga regler gäller inte dem, de kan tillåta sig mer än andra.
- Förväntar sig perfektion från alla.
- Arrogant, högdragen, fåfäng, självbelåten och inbilsk.
- Tar gärna kommandot, styr och ställer.
- Tror sig ibland vara intellektuellt överlägsen.
- Upptagen av utseende, makt och framgång. Fantasier om obegränsad framgång och makt.
- Vill bli uppmärksammas och beundrad, *kräver* ofta beundran.
- Beroende* av beundran, andras gillande är det enda som får dem att må bra.
- Utnyttjar andra för att nå sina mål, *använder* andra människor för egna syften.
- Har vanligen viss men ytlig empatisk förmåga, som hen missbrukar till att utnyttja andra.
- Saknar däremot sympati, dvs förmåga att bry sig om andra. Oförmögen och ovillig att bry sig om andra. Allt kretsar kring dem själva.
- Liksom vid psykopati så "finns" inte andra människor, dessa är bara en förlängning av dem själva.
- Andra personer är huvudsakligen instrument för att uppnå beundran och makt.
- Framhäver sig själv med sitt utseende, sina ägodelar och sina förmenta talanger.
- Använder andra människor som en spegel för att läsa av sitt eget värde, och hens självkänsla styrs av det hen tycker sig se.
- Deras skrytsamma sätt kan ofta ses som ett slags kompensation för bristande självkänsla och självförtroende.
- Blir ofta avundsjuk när grandiositeten krackelerar.
- Klarar inte kritik, ser den som ett angrepp och som bristande lojalitet. Kritik eller brist på beundran kan framkalla starka negativa känslor och beteenden.
- En aggressivt laddad narcissist kan bli ilsken och farlig vid kritik eller motgångar.
- En del blir Casanovor i sin jakt på bekräftelse.
- Narcissistens onda cirkel: Tar sig ofta till positioner som innebär status och makt, t ex i politiken, företagsledningar och i media - överallt där man kan synas och märkas. Positionen och upphöjelsen göder i sin tur den narcissistiska självbilden så att personen blir ännu mer uppblåst och självupptagen.
- Men vad är problemet med att vara narcissist? Att man *måste* få all denna uppmärksamhet och beundran för att må bra. Utan den mår man dåligt. En narcissist utan tillräckliga talanger för att ta sig fram och "bli någon" blir vanligen bitter och olycklig.

Michael Rangne

2016-10-30