

Váczi Alexa: Nárcisztikusak-e a sikeres emberek?

A Hallgatói Karrierközpont Karrier 4x4 című előadás-sorozatának első előadója Váczi Alexa pszichológus volt, akitől a nárcizmusról, annak kialakulásáról, valamint a nárcizmus és a siker kapcsolatáról hallhattak az érdeklődők.

Az előadó azzal a kérdéssel indította az előadását, hogy van-e olyan, aki még nem találkozott nárcisztikus emberrel. Senki sem tette fel a kezét. Ahhoz, hogy a nárcisztikus emberekről tudjunk beszélni, tudnunk kell, hogyan alakul ki maga a személyiség. Megtudtuk, hogy a kisbaba még nem tudja, hogy neki milyen érzései vannak, ezért nagyon fontos, hogy a szülők, a gondozó visszatükrözze az érzelmeit. Ebből az élményből alakul ki a differenciálás, így tudja elkülöníteni a különböző érzelmeit. Ha ez a visszatükrözés nem történik meg, rideg a környezet, akkor egy beteljesületlen hiány alakul ki, ez az ember egész életére kiható.

A pszichológus elmondta, hogy a nárcisztikus emberek körül olyan a légkör, hogy sosem tudjuk igazán, hogy mi a jó neki, próbálunk ráérezni, de mindenképpen valamilyen dühös reakciót fogunk kiváltani belőle.

A szülők nem szerencsés esetben szelektíven reagálnak a gyermek viselkedésére az alapján, hogy tetszik-e nekik az adott viselkedés vagy nem. Ha nem, akkor a gyermekben az az érzés fog kialakulni, hogy ő egy rossz gyerek. Figyelmet kap, de szeretetet nem, így felnőttként is figyelmet és csodálatot fog keresni mindenkitől. Ez a nárcisztikus személyek lételeme.

A negatív élmények miatt a gyermek lemond a saját igényéről, elveszíti a kapcsolatot önmagával. Ezt a jelenséget az előadó egy hasonlattal érzékeltette: olyan, mintha lenne egy olyan részünk, amit bezárnánk egy dobozba, levinnénk a pincébe, és úgy éljük tovább az életünket, hogy arról a későbbiekben nem veszünk tudomást. Felnőttként csodálatos gyermekkorról számolnak be.

A nárcizmus kialakulásának egyik központi eleme a szégyen. Ezt el kell tudnunk különíteni a büntudattól, ugyanis amíg a büntudat valamilyen tette, gondolatra vonatkozik, addig a szégyen a személy ellen irányul. A szégyen azt az érzetet kelti, hogy valamilyen módon nem felelünk meg valakinek. A gyermekek nagyon érzékenyek, egy pillantásból tudják, hogy a viselkedésük mit vált ki a szülőből. Ha sokszor érzi azt a gyermek, hogy ő nem elfogadható a viselkedése miatt, akkor később nem fog hinni az őszinte emberi érzésekben, és egy kedves mosoly mögött is gúnyt láthat.

Egy másik tényező is szükséges ahhoz, hogy kialakuljon a nárcisztikus személyiség, ez pedig az, hogy a szülő a gyermeket valamire használni akarja. Ez nem tudatos, a szülők nem akarnak rosszat, de az igényeik kielégítésére a gyermek alkalmasnak tűnik, például a gyermek támasz, csatorna lehet valaki felé, vagy jobbnak érezheti magát a gyermektől a szülő.

Az előadó egy skálán szemléltette, hogy milyen mélységben beszélhetünk nárcizmusról. Egészséges nárcizmus az egészséges önértékelésnek és önbecsülésnek a szervezetsége a személyiségben. A nyomás és vonás típusú nárcizmus középen helyezkedik el, míg a patológiás nárcizmusnál személyiségzavarról beszélhetünk.

Egy nárcisztikus személyről első benyomásként az fog megmaradni, hogy feltűnő, vonzó, ápoltság, rendezett, magabiztos, szórakoztató jelenség, ezzel szemben otthon unottságot, zárkózottságot, hidegséget tapasztalunk. A célja, hogy hatást váltson ki az emberekből, hogy lenyűgözze őket.

A pszichológus megmutatta azokat a kérdéseket is, amelyek megválaszolásával el tudjuk dönteni, hogy normális vagy kóros a nárcizmusunk. Ez a személyiségzavar nem örökletes, és a nyugodt, kiegyensúlyozott temperamentum ez ellen védelmet nyújthat.

Végezetül a nárcisztikus személy hivatásáról beszélt az előadó. A nárcisztikusok általában túlértékelik saját teljesítményüket, töreksenek a tökéletességre, és gyorsan akarnak sikert elérni. Mivel fő céljuk a hatáskeltés, ezért olyan hivatásban fogják magukat jól érezni, ahol ezt megélhetik, mint például papként, tanárként, színészként, politikusként, művészként. Gyerekként minél többször szenvedett el valaki dominanciát, annál nagyobb lesz a hatalomvágya. Diktátorok esetében a kutatók azt tapasztalták, hogy a szülők a testvért valamilyen szempontból jobban preferálták, mint a diktátort. Vezető szerepben a nárcisztikust nem érdekli a csoport jólléte, és akkor lesz sikeres az együttműködés, ha a csoport érdekei egybeesnek a saját érdekeivel. Főként akkor választanak ilyen vezetőt az emberek, ha a csoportnak alacsony az önbecsülése.

Összefoglalásként megállapítható, hogy nem minden sikeres ember nárcisztikus, és nem minden nárcisztikus ér el sikereket. A sikerhez viszont mindenképpen kell egy egészséges nárcizmus, önmagunk képviselése, önbecsülés.