

Narcistische persoonlijkheidsstoornis:

Mensen met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* zijn ambitieus en belust op roem en fortuin. Zij pochen over hun eigen prestaties, dromen van succes, denken dat ze uniek zijn in de wereld waardoor zij alleen begrepen kunnen worden door mensen die zelf bijzonder zijn. Zij willen graag bewonderd en op hun wenken bediend worden. Ook zijn zij vaak jaloers of denken juist dat anderen jaloers zijn op hen. Zij worden arrogant en hooghartig gevonden. De zelfoverschatting lijkt samen te hangen met een zeer kwetsbaar zelfgevoel.

Strijd en woede is een belangrijk bestanddeel in het leven van mensen met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis*. Zij willen dat alles op hun manier gebeurt en kunnen razend worden als iemand daar kritiek op heeft of er tegenin wil gaan. De kwetsbaarheid van het zelfgevoel komt enerzijds tot uitdrukking door grote behoefte aan bewondering en anderzijds door de grote woede waarmee zij kunnen reageren op een belediging of veronachtzaming.

De relaties met andere mensen zijn kwetsbaar. Mensen met *narcistische persoonlijkheidsstoornis* halen zich behalve hun eigen woede ook gemakkelijk de woede van anderen op de hals doordat zij zich niet aan de algemene normen en waarden houden. Ook kunnen zij mensen voor hun karretje spannen en zelfs uitbuiten. Regels zijn er alleen voor anderen.

Mensen met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* tonen weinig begrip voor anderen en zullen zich vooral met anderen bezighouden om er zelf beter van te worden. Het vermogen om zich in te leven in de gevoelens van andere mensen lijkt beperkt te zijn.

Wanneer je te maken hebt met iemand met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* dan ga je je vroeg of laat afvragen of je nog wel meetelt. De persoon heeft jou ongetwijfeld eerst opgehemeld maar geleidelijk kom je er achter dat het diegene vooral te doen was om hem of haar te loven en te prijzen. Mensen met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* kunnen zeer interessant zijn, maar vooral interessant doen. Ze scheppen op en ze zijn een tikkeltje snobistisch en dat is soms te zacht uitgedrukt.

Op een gegeven moment voel je je gebruikt door deze mensen. Ze krijgen het soms goed voor elkaar om anderen voor hun karretje te spannen maar het gaat alleen goed zo lang ze niet tegengesproken worden. Kritiek verdragen ze slecht, dat merk je aan de gespannen stilte die er valt en wanneer je ze afwijst kunnen ze in een razende woede terechtkomen. Het zijn de mensen die je jaren later nog iets kwalijk kunnen nemen. Het zijn vaak ijdele mensen die zichzelf graag horen spreken. Hun beste vrienden zijn degenen die hen bevestigen. Vaak zijn ze dan tegen elkaar aan het opbieden: ik vind jou goed, ik vind jou beter, wat ben je toch fantastisch, ja maar ik heb juist grote bewondering voor jou! Zo helpen ze elkaar hun kwetsbare zelfgevoel op peil te houden en dromen zij van rijkdom, macht en de ideale liefde.

Je hebt het niet makkelijk wanneer je een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* hebt. Het mag dan fijn zijn wanneer je het erg met jezelf getroffen hebt maar het blijft vervelend dat niet iedereen ziet hoe fantastisch je bent. Je hoeft geen opschepper te zijn, je kunt best inzien dat anderen belangrijk zijn. Toch zijn er

maar weinigen die je echt weten te waarderen. 't Is als met een bijzonder goede wijn, die je niet graag cadeau geeft aan iemand die het verschil niet proeft tussen een bordeaux en een beaujolais primeur.

Vind jij het ook zo erg om in een rij te moeten staan en op je beurt te moeten wachten? Eerlijk gezegd hou je helemaal niet van moeten. Je verkiest hooguit om iets te doen. Gelukkig zijn er een paar mensen die wel begrijpen waar je het over hebt. Fantastische mensen zijn dat.

Omgang narcistische persoonlijkheid:

Zolang je bewondert en vereert kan de omgang met mensen met een narcistische persoonlijkheidsstoornis een feest zijn. Zij overladen je met attenties en complimenten zonder dat je zo gauw in de gaten hebt waar het hen feitelijk om begonnen is. Vooral van mensen die echt wat te vertellen hebben of een belangrijke rol hebben gespeeld op het levenstoneel heb je de neiging om de enorme eigendunk te accepteren. Op de lange termijn voel je je echter een leverancier van bewondering en kunnen er problemen ontstaan. Zolang je de persoon met respect benadert kun je best zeggen waar het op staat. Iemand met een narcistische persoonlijkheid kan er best tegen wanneer je zegt: jij hebt de uitzonderlijke begaafdheid om mij telkens weer een compliment te ontlokken. Wanneer je daar aan toevoegt dat je je zelf soms in de kou voelt staan dan kan de persoon zichzelf onder handen nemen om jou een plezier te doen. Je moet wel oppassen niet cynisch te worden. Wanneer je eenmaal echt om iemand geeft dan ben je geneigd hem of haar deze persoonlijkheidsstoornis niet aan te rekenen. Dan denk je: we zijn allemaal kwetsbaar en dit is ook een manier om daar mee om te gaan. Maar pas op wanneer je eenmaal echt in een conflict verzeild bent. Eenmaal razend zal iemand met een narcistische persoonlijkheidsstoornis geen spaan van je heel willen laten.

Behandeling van de *narcistische persoonlijkheidsstoornis* is moeilijk. De patiënt is niet gewend om anderen om hulp te vragen. Dat is een krenking op zich! De therapeut kan zeer op de proef worden gesteld: hij moet bij voorkeur voldoen aan de allerhoogste kwalificaties (alleen het beste is goed genoeg) en hij zal moeten voelen dat het een hele eer is om deze patiënt te mogen behandelen.

Desondanks voelen mensen met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* zich soms zo kwetsbaar dat zij in een therapie hopen te leren daar mee om te gaan. Ook kan de kwetsbaarheid van hun zelfgevoel een afspiegeling vinden in een stemmingsstoornis.

Over het algemeen zullen medicijnen geen rol van betekenis spelen bij de therapie. De stemmingswisselingen van iemand met een *narcistische persoonlijkheidsstoornis* kunnen echter zo heftig zijn dat lithiumzouten of andere stemmingsstabilisatoren nodig zijn. Na grote krenkingen (afgewezen worden) kunnen deze mensen vaak langdurig somber en wanhopig worden. Soms kunnen antidepressiva dan ook nodig zijn. Voorbeelden van stemmingsstabilisatoren zijn lithium, carbamazepine (Tegretol) en valproïnezuur (Depakine).

Bronvermelding: <http://www.eurostress.nl/Persoonlijkheid/persoonlijkheid.html>

De anti-sociale persoonlijkheid:

Deze persoonlijkheidsstoornis is gekenmerkt door voortdurende antisociale of criminele gedragingen. Criminaliteit zelf is iets anders. Criminaliteit geeft aan dat iemand iets doet dat verboden is. Iedereen kan dat. De persoonlijkheidsstoornis verwijst naar een *onvermogen* om zich aan de sociale normen aan te passen die aan het leven als adolescent of volwassenen gesteld worden. Het betreft een patroon van antisociale gedragingen.

3 procent van de mannen en 1 procent van de vrouwen voldoet aan de criteria van antisociale persoonlijkheidsstoornis. De stoornis komt vaker voor in armere wijken. Vooral jongens uit grotere families hebben meer risico op het ontwikkelen van deze stoornis die meestal al voor het vijftiende levensjaar begint.

In gevangenissen is het percentage antisociale persoonlijkheid wel 75 procent. Wanneer je als jongen een eerstegraads familielid hebt met antisociale persoonlijkheidsstoornis dan heb je vijf maal zoveel kans om die ook te ontwikkelen als wanneer je niet zo iemand in de familie hebt.

Het is niet makkelijk om op grond van een gesprek vast te stellen of iemand lijdt aan een antisociale persoonlijkheidsstoornis. Op het eerste gezicht lijkt er met deze mensen niets aan de hand, zij gedragen zich normaal en voorkomend en pas bij grondig doorvragen blijkt dat de persoon bijvoorbeeld liegt en gespannen is, vijandig, prikkelbaar en boos onder het masker van charme en aardigheid.

Deze mensen vertonen vaak lichte neurologische afwijkingen die kunnen wijzen op hersenbeschadiging op zeer jonge leeftijd. Kinderen met aandachtstekortstoornis en hyperactiviteit (ADHD) hebben een groter risico om een antisociale persoonlijkheid te ontwikkelen.

Aan de buitenkant merk je vaak niks aan mensen met een antisociale persoonlijkheidsstoornis. Uit hun voorgeschiedenis blijkt echter dat er wat scheef is gegaan en dat zij problemen hebben in het sociale functioneren. Liegen, bedriegen, weglopen van huis, diefstal, vechtpartijen, middelenmisbruik en illegale praktijken zijn vaak al op de kinderleeftijd begonnen.

In het contact worden zij door mensen van het andere geslacht vaak als charmant en hoffelijk ervaren terwijl zij door dezelfde sekse juist als dwingend en manipulerend worden beleefd.

Zij hebben zelf vaak opmerkelijk weinig last van angst en onzekerheid, zelfs niet in de penibele situaties waar zij (vaak door hun eigen toedoen) in verzeild raken.

Vaak gaat er een dreiging van uit wanneer zij onderzoek naar lichamelijke klachten afdwingen of aankondigen zelfmoord te zullen plegen als je niet doet wat ze zeggen. Opmerkelijk is hun vaak perfecte inschatting van de situatie en hun slimme kijk op dingen. Zij kunnen anderen overtuigen om mee te doen in slimme manieren om snel veel geld te verdienen maar zijn niet te vertrouwen in het doen wat zij beloven. Zij zijn niet goed in het overzien van de consequenties van hun handelingen. Overspel, mishandeling, rijden zonder rijbewijs of rijden onder invloed zijn veel voorkomende zaken. Het lijkt of zij geen geweten hebben

terwijl zij heilig verontwaardigd kunnen zijn over een onrecht dat hen of hun geliefde is aangedaan.

Mensen met een antisociale persoonlijkheidsstoornis hebben vaak lichamelijke klachten, depressie en alcoholmisbruik. Een antisociale persoonlijkheidsstoornis gaat niet over. Wel gaan meestal na het veertigste levensjaar "de scherpe kantjes" eraf.

Wanneer je merkt dat iemand tegen je gelogen heeft dan knapt er wat. Je krijgt het gevoel dat je diegene niet meer helemaal kunt vertrouwen en toch denk je iedere keer dat er beterschap beloofd wordt dat het ook beter zal gaan. Zo iemand zou wel eens een antisociale persoonlijkheidsstoornis kunnen hebben. Het duurt een tijd voor je er achter komt dat iemand als kind al niet wilde deugen, in aanraking kwam met de politie, verwaarloosd is en drugs gebruikte.

Het is iemand die moeite heeft zich te houden aan de sociale normen, die anderen oplicht voor zijn eigen plezier of om er beter van te worden, iemand die in vechtpartijen verzeild raakt en gauw agressief of dreigend is, iemand die zichzelf en anderen blootstelt aan gevaar en die niet in staat is een baantje te behouden of zijn verplichtingen na te komen. En wanneer je er achter komt dat deze persoon je belazerd heeft dan toont hij of zij geen spijt maar probeert de verantwoordelijkheid te ontlopen. En toch: een hart van goud !

Wanneer je meermaals met de politie in aanraking bent geweest terwijl je vindt dat je zo onschuldig bent als een lammetje dan is er iets aan de hand. Wanneer je daarbij als kind van huis weggelopen bent, brand gesticht hebt of drugs bent gaan gebruiken dan kan het zijn dat je een antisociale persoonlijkheidsstoornis hebt. Je merkt dat je moeite hebt een baan te behouden en dat je conflicten hebt met bazen of met mensen die de baas over je willen spelen.

Het kan zijn dat je het leven niet ziet zitten en erover denkt om er een einde aan te maken. Wanneer je geliefde niet meer met jou om wil gaan dan hoeft het voor jou niet meer. Je besluit om alles helemaal anders te gaan doen en neemt daarbij risico's waardoor je ook weer verder in de problemen kunt raken. Je probeert anderen te slim af te zijn en hebt er geen moeite mee om daarvoor de waarheid een beetje te verdraaien. Je wilt door te dreigen met geweld soms dingen gedaan zien te krijgen. Als iemand zegt dat je iets niet durft heb je de neiging om te laten zien dat je het wel durft.

De omgang en behandeling van de antisociale persoonlijkheidsstoornis:

De problemen die je hebt met mensen met een antisociale persoonlijkheidsstoornis worden vooral duidelijk wanneer je van ze houdt. Vaak tegen beter weten in probeer je de goede kanten van iemand te benadrukken en de lastige te vergeten. Familieleden en partners hebben het daarom het moeilijkst. Duidelijkheid geven over van wat je wel en wat je niet tolereert is goed maar dan heb je dat gedaan en de volgende dag val je weer als een blok. Mensen met een antisociale persoonlijkheidsstoornis kunnen je dus goed laten voelen waar je eigen zwakke plekken zitten. "Hij is zo aardig voor dieren" zeg je dan en je probeert het maar weer een tijdje. Het kan ook zijn dat je je gemanipuleerd en bedreigd voelt. Soms is het goed om daar duidelijk over te zijn en bij de politie aangifte te doen van bedreiging.

Veel mensen sluiten op een af andere manier hun ogen voor het antisociale gedrag van hun naasten. Soms komt dat doordat zij het zelf ook niet zo nauw nemen met de waarheid en de wet. Het vereist wel zelfkennis om dat onder ogen te zien!

Mensen met een antisociale persoonlijkheidsstoornis worden vooral behandeld op plaatsen waar zij zijn vastgelopen. Dat kan zijn in een gevangenis maar ook in een setting waar de persoon probeert af te kicken van drugs. Tussen "soortgenoten" blijken zij de noodzaak tot verandering wel te zien.

Voordat een psychotherapeutische behandeling begint moeten er zeer duidelijke afspraken en regels worden opgesteld. De therapeut moet er van op aan kunnen dat het zelfdestrueieve gedrag ingeperkt wordt. De patiënt heeft de neiging weg te blijven voor belangrijker zaken of kan weer in de gevangenis zijn beland. Soms heeft dat te maken met de angst om werkelijk een eerlijk contact met een therapeut aan te gaan. Het stellen van grenzen kan worden opgevat als straf en dat is natuurlijk niet de bedoeling. De therapeut kan heel goed, recht voor z'n raap zeggen waar het op staat, daarmee laat hij zien dat hij begrijpt waar het om gaat, hij moet de patiënt echter niet afwijzen of veroordelen.

Met medicijnen moet voorzichtig worden gedaan. De patiënt zal maar al te graag zeggen dat hij die nodig heeft en dat dan alles goed komt. Maar ondertussen gebruikt hij of zij nog drugs waardoor griezelige bijwerkingen kunnen ontstaan. Bij een voorgeschiedenis van aandachtstekort en hyperactiviteit (ADHD) kunnen psychostimulantia zoals methylfenidaat (Ritalin) van nut zijn. Deze middelen zijn echter op straat ook goed door te verkopen. Mensen met een antisociale persoonlijkheidsstoornis hebben zoals gezegd vaak kleine neurologische afwijkingen die soms ook zichtbaar zijn op een EEG. Bij hen kunnen middelen tegen epilepsie, zoals carbamazepine (Tegretol), een gunstige invloed hebben op impulsief gedrag.

Bronvermelding: <http://www.eurostress.nl/Persoonlijkheid/persoonlijkheid.html>

Wat zijn aandachtspunten bij persoonlijkheidsproblematiek op de werkvloer?

In het algemeen is het vaak individueel bepaald welke aanpak bij iemand goed werkt en welke juist niet. Extra individuele begeleiding kan positief uitwerken aangezien anders vaak stereotype interactiepatronen op de werkvloer gaan ontstaan die destructief kunnen zijn voor de betreffende persoon. Verder kunnen enkele algemene aandachtspunten genoemd worden:

- Probeer rekening te houden met de belastbaarheid van de persoon: hoeveel feitelijk werk kan hij/zij beroepsmatig aan gezien de manifeste problemen. Overvragen leidt bij hen vaak tot stress.
- Goede individuele begeleiding met het accent op hun werkactiviteit, werkbelasting en omgang met anderen. Een regelmatig bilateraal overleg zou passend kunnen zijn met name wanneer de persoon relationele problemen ondervindt (wat vaak het geval is), hij/zij moeite heeft het werk te structureren of wanneer de persoon net weer terugkeert op de werkvloer na bijvoorbeeld een ziekteperiode. Een langzame opbouw van de werkzaamheden is in dat laatste geval zeker te adviseren.
- Een ander belang kan zijn met de desbetreffende persoon zelf te overleggen hoe anderen het beste met hem/haar kunnen omgaan. Zo wordt duidelijk wat iemands sterke en zwakke kanten zijn. De persoon in kwestie voelt zich serieus genomen en voor beide partijen zijn de aandachtspunten duidelijk.

Waar begint een persoonlijkheidsstoornis en wanneer is er enkel sprake van een moeilijk karakter?

Er is een aantal criteria waaraan voldaan moet worden voordat gesproken mag worden van een persoonlijkheidsstoornis. Dat zijn de volgende:

Er dient sprake te zijn van een langdurig patroon van innerlijk beleven en gedrag dat duidelijk afwijkt van wat verwacht wordt in de eigen cultuur. Dit patroon laat zich zien op twee of meer van de volgende gebieden:

- denken (manieren van kijken naar en interpreteren van zichzelf, anderen en gebeurtenissen)
- voelen (bereik, intensiteit, labiliteit en gepastheid)
- interpersoonlijk functioneren
- impulscontrole

Dit patroon is weinig flexibel en laat zich zien in allerlei verschillende persoonlijke en sociale situaties en leidt tot stress en significante beperkingen in het sociaal, beroepsmatig, en overig functioneren. Het patroon is stabiel en bestaat langdurig, het begin is terug te voeren op de adolescentie of de vroege volwassenheid.

Als er sprake is van een andere mentale stoornis, een somatische conditie (b.v. hersenbeschadiging) of fysiologische effecten van middelengebruik (drugsgebruik, medicatiegebruik) waardoor het langdurig bestaande patroon beter kan worden verklaard, dan mag er niet worden gesproken van een persoonlijkheidsstoornis.

Bovenstaande criteria geven al aan dat de scheidslijn tussen een persoonlijkheidsstoornis en een moeilijk karakter niet heel eenvoudig te trekken is. Het gaat om een continuüm waar zich aan de ene kant gewoon functioneren bevindt en waar zich aan de andere kant een functioneren bevindt gekenmerkt door significante stress en belangrijke beperkingen op diverse levensterreinen.

Belangrijk om te noemen is dat mensen met een persoonlijkheidsstoornis zelf veel last kunnen hebben van hun belevings- en gedragspatroon. Het kan echter ook zo zijn dat het vooral de sociale omgeving is die last heeft van de aanwezigheid van een persoonlijkheidsstoornis. De persoon in kwestie heeft dan moeite het afwijkende in het eigen gedrag te herkennen en te onderkennen. De eerste groep mensen zal eerder hulp inroepen om de eigen kwaliteit Van leven te verbeteren. Bij de tweede groep mensen zal eerder de omgeving aandringen op het zoeken van hulp. Deze mensen zijn omdat zij zelf minder last hebben, minder gemotiveerd om te werken aan gedragsverandering.

Als iemand een moeilijk karakter heeft, hoeft er dus niet direct sprake te zijn van een persoonlijkheidsstoornis. In het omgaan met deze persoon is wel het van belang duidelijk aan te geven wat moeilijk of lastig is voor de omgeving, zodat de persoon zich meer bewust wordt van de effecten van het eigen gedrag.

Bronvermelding: <http://www.moeilijkemensen.nl>