

热门综艺送“NPD”上热搜

“自恋”其实是心理障碍?和他们相处注意这点

今日女报/凤网记者 罗雅洁 通讯员 石荣

随着近期多档综艺节目热播,自“PUA”(指情感操纵或精神控制)之后,“NPD”成为心理学领域另一个进入大众视野的流行词。

NPD,即自恋型人格障碍(Narcissistic personality disorder),这类人通常会表现出一系列稳定持久的“自恋行为模式”,不仅自己受折磨,也会给周围人带来痛苦。

在各大社交平台上,很多网友开始讨论综艺节目中嘉宾身上的“NPD”元素,并纷纷分享“被NPD支配”的负面感受。

随之而来的是,判断NPD、确诊NPD成为互联网潮流,《6个信号证明他是NPD人格》《NPD的20个明显特征》《如何认出身边的NPD》等有关“NPD”的文章纷纷出炉。

那么,NPD真的是一种病吗?如何判断一个人是否患有NPD?应该如何与他们相处呢?

综艺节目迎来“NPD人格”爆发季

近期,国内综艺迎来“NPD人格”爆发季。

演员周雨彤因在旅行综艺《花儿与少年》中的表现,被不少网友认为具有NPD的典型特征。

在另一档热播综艺《再见爱人》中引发热议的嘉宾杨子,也被不少人认为是NPD。此外,频频被“考古”的黄磊,最近也被很多网友认为是NPD。

“根据综艺节目的片段来判断艺人是NPD,肯定是失之偏颇的,因为不能确认是节目刻意呈现的效果还是艺人自我的真实展现。”11月12日,湖南省第二人民医院(省脑科医院)临床心理科副主任、副主任医师漆靖告诉今日女报/凤网记者,通常来说,长期和对方面对面真实相处后,才能判断对方是不是NPD。

不过,艺人在综艺节目中呈现的效果还是唤起了网友们对身边极端性格人群的恐惧,让NPD成为热门话题。很多网友在网络平台分享自己认为的NPD表现:“他不会听你的负面情绪,但他的负面情绪你必须听”“和NPD说你身体



NPD(自恋型人格障碍)心理概念的提出是为了帮助那些遇到这种困难的人,而不是为了孤立和攻击他们。(AI制图)

不舒服,他也会说自己不舒服,反正不允许你做主角,关注点永远得是他”“NPD会假装自己人际关系很好”“不会自省,NPD是不会觉得自己自恋的”

……还有很多人分享自己和疑似NPD的朋友、家人相处的经历,直言自己和他们相处时像个“血包”,十分痛苦。

NPD的核心问题是低自尊

漆靖指出,与NPD相处的人往往会感到痛苦,因为他们总是会在相处中觉得自己做错了什么,总是成为承担责任的另一方。还有些人在与NPD相处中甚至可能会危及自己的生命。

“我们都听说过‘北大包丽案’,根据案件情况来看,虐待包丽的牟林翰很可能就是NPD。”漆靖说,如果在亲密关系中察觉对方是个NPD,而自己感到痛苦折磨,可以考虑通过结束关系等方式保持距离。

如果确认是NPD,应该如何治疗呢?

“所有的人格障碍基本都无药可医。”漆靖表示,只有患者出现极端行为和情绪时,如NPD暴怒导致出现伤害自己或伤害别人的过激行为时,才可能需要药物干预,但这也是治标不治本,“而且,大部分的NPD患者并不会主动寻求治疗,他们认为自己没有问题,除非人际关

系不稳定或总是因为别人没有关注自己而受挫,才会在家人的建议下或自己意识到问题之后求助心理治疗师”。

漆靖提醒,如果NPD愿意主动寻求长期的专业的心理治疗,可能会发生一些改变。

“其实,NPD的核心问题还是低自尊,其自恋的背后是自卑。”漆靖表示,NPD的形成与患者的原生家庭、成长过程、性格因素以及所处的社会环境等密切相关,“也许他小时候的需求从来没有被人放在眼里过,身边亲密的照顾者对他漠视忽略等等,当脆弱的自尊被触及,就会激起他强烈的反应”。

对于近年来与心理学相关的词汇频繁上热搜,漆靖认为“这是一件好事”,说明大众对心理健康更加关注了,“但关注并不代表了解,加强心理健康教育和宣传仍然任重道远”。

NPD有这些典型特点

自恋到一定程度,真的是种病吗?

漆靖给出了肯定的回答。她解释说,虽然在新的诊断系统中,NPD的概念被模糊化为“去社会特征”,但仍属于人格障碍的一种。她表示,相较于抑郁症、焦虑症而言,NPD发病率并不高,大约不超过1%。

不过,由于这类人往往不愿意就医,认为自己没有问题,导致临床上实际诊断的病例较少。

“NPD在某些专业领域,如艺术、娱乐、体育、政治等,可能会取得超乎寻常的成功。”漆靖告诉今日女报/凤网记者,NPD渴望获得更多

的赞誉,希望别人都关注自己,他们偏向于从事能获得很高关注度的行业,在这些行业具有天然的“优势”。

除了渴望获得很多关注外,NPD还有哪些典型特点?“他们通常表现为:面部表情及肢体语言很夸张、夸大自己的成就、幻想成功与权力、要求过度赞誉、认为自己拥有特权、剥削他人以满足自己的目的、缺乏同

理心、经常妒忌他人或认为自己人妒忌自己、行事傲慢等。”漆靖表示,还有一种比较隐蔽的自恋型人格被称为“过度警觉型自恋”,这类人往往表现得非常害羞、安静,对别人的反应非常敏感,在情感上容易受挫,总是担心自己会冒犯他人或被别人批评,“两种自恋型人格看上去完全相反,但实际上他们的关注点都在自己身上”。

资讯 >>

警惕“姐妹病”!

长沙女子因血糖高诱发肺结核

今日女报/凤网记者(记者 罗雅洁 通讯员 杨嘉敏 杨正强)家住长沙市岳麓区的李阿姨5年前被确诊患有糖尿病,近日到湖南省胸科医院内二科就诊时,被诊断患有继发性肺结核、2型糖尿病、糖尿病酮症酸中毒。医生解释:糖尿病和肺结核被称为“姐妹病”,常“结伴”出现。

为什么糖尿病患者容易感染结核病呢?

该院内二科主任、主任医师李芳白表示,糖尿病属于内分泌系统的疾病,肺结核属于呼吸系统的慢性传染病。糖尿病患者自身抵抗力差,当血糖控制不好时,就容易感染肺结核;结核病作为感染因素可加重糖尿病,并诱发酮症酸中毒等糖尿病急性并发症。

“防止糖尿病患者并发肺结核,最重要的是早发现、早治疗。”李芳白表示,“由于糖尿病患者合并结核病的临床表现常常不典型,易与感冒、肺炎等疾病混淆,容易被漏诊,从而延误病情诊断,导致治疗难度加大或传染家人。”她提醒,当糖尿病患者出现持续两周以上咳嗽、咯痰,伴有盗汗、过午发热、消瘦等症状,应及时就医。

不重视烂牙, 86岁老人竟患上舌癌

今日女报/凤网记者(记者 罗雅洁 通讯员 张镜朦)86岁的刘爹爹(化姓)已经没有几颗好牙了,但他没有去治疗自己的烂牙,而是选择装了不合适的假牙,这个小小的疏忽让他后悔不已。近日,刘爹爹不得不前往医院就诊。

3个月前,刘爹爹的前舌左侧长了一个小肿物。由于刚开始只有米粒大小,刘爹爹便以为是一个口腔溃疡,服用抗生素治疗,但这个肿物并没有好转,反倒是越来越大。湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)为刘爹爹仔细检查后,建议刘爹爹手术切除。原来,小肿物居然是一个乳头状鳞状细胞瘤,俗称“舌癌”。

该院耳鼻喉科主任、主任医师彭斌表示,刘爹爹舌癌的真正元凶,其实是口腔中的“烂牙根”,舌头与“烂牙根”长时间摩擦导致舌头形成慢性病灶,加之安装了不好的假牙,以及吸烟喝酒、餐后没有漱口的习惯,致使病损部位的组织细胞逐渐发生病变,最后导致癌变的发生。

彭斌提醒,许多人在口腔内发现米粒大小肿块的时候并未重视,以为是普通的口腔溃疡,这其实是舌癌的早期症状之一,若存在超过2周还不能痊愈的口腔溃疡,务必第一时间就医处理。

长沙首例!

异地献血者通过微信小程序办理亲属用血减免

今日女报/凤网记者(记者 唐天喜 通讯员 姜兰)近日,长沙血液中心通过“全国电子无偿献血证”微信小程序成功为异地献血者办理其亲属用血减免。这是11月1日国家卫健委发布《关于进一步做好军地无偿献血信息互联互通和无偿献血者血费跨省异地减免工作的通知》后的长沙首例。

李女士(化姓)是外地人,曾于2003-2008年在长沙6次参与无偿献血。今年9月,她的母亲在外地接受输血治疗,根据《湖南省无偿献血者及其亲属临床用血费用报销工作管理办法(试行)》,除献血者本人可以按规定报销用血费用外,献血者直系亲属还可共计报销献血量等量临床用血的费用,因此,李女士通过长沙血液中心为其母亲办理了异地用血费用报销,报销费用共计2130元。

11月1日,国家卫生健康委发出通知,无偿献血者可通过微信“全国电子无偿献血证”小程序在线办理无偿献血者跨省异地减免申请。

长沙血液中心业务综合部负责人黄源昆表示,一直以来,为落实“血费减免一次都不跑”的要求,长沙血液中心通过官方微信服务号、湖南省血液综合管理平台等,接受献血者提交的用血报销资料并在线办理报销。往后,在长沙献过血的省内外异地献血者,均可通过“全国电子无偿献血证”微信小程序,提交资料至长沙血液中心,便捷高效办理跨省市的异地用血报销。