



A TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE PERSONALIDADE NARCISISTA

Débora Neves¹, Nathallya da Silva Zanezi², Lincon Fricks Hernandes³

¹Graduando do curso de Psicologia da Faculdade América;

² Graduando do curso de Psicologia da Faculdade América

³ Mestre em Políticas públicas e Desenvolvimento Local; professor e coordenador do Curso de Psicologia da Faculdade América.

Palavras-Chave: Psicologia, terapia Cognitiva Comportamental e Transtorno de Personalidade Narcisista.

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como intuito desenvolver uma revisão literária referente ao Transtorno de Personalidade Narcisista, baseando-se na abordagem cognitiva comportamental (TCC). O transtorno de personalidade narcisista, bem como trabalhado em sala de aula, dispõe suas características e a partir delas utilizamos técnicas da TCC para o tratamento dos pacientes que possuem esse diagnóstico.

A Terapia Cognitivo Comportamental na prática clínica baseia-se em um conjunto de teorias que possuem o objetivo de formular planos de tratamento ao paciente e orientar as ações do terapeuta. Assim podemos dizer que a TCC é uma abordagem que tem fundamentos em dois princípios: O primeiro é que nossas cognições têm uma influência relevante sobre nossas emoções e comportamento; e também o modo como nos comportamos, afetando profundamente nossos padrões de pensamento e nossas emoções. (WRIGHT, Jesse H. et al. 2019)

Inicialmente, foi proposto para a disciplina o livro Terapia Cognitiva dos Transtornos de Personalidade por Aaron Beck como referência para a produção do conteúdo para o seminário apresentado em sala de aula juntamente com o resumo expandido. (BECK, Aaron et al, 2015)

Segundo Beck, a terapia cognitiva comportamental pode ser utilizada para o tratamento de vários transtornos de personalidade entre esses podemos destacar o transtorno de personalidade Narcisista, esse transtorno manifesta-se em características conforme citadas:

Explosões de autoestima oriundas de competição bem-sucedida são reforçadas por sentimentos de superioridade, bem-estar, aprovação cultural, avaliação de valor e status e, talvez, recompensas



materiais. Contudo, também podem levar a uma obsessão pelas implicações de (possível) competição malsucedida em relação ao valor próprio (Kernis, 2005).

De fato, é indispensável a promoção de estudos referente aos transtornos de personalidade, conforme o DSM-5 (Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais, quinta edição; American Psychiatric Association, 2013), o “TPN é um padrão desadaptativo de experiência interior e comportamento concentrados em inflar e proteger a autoestima, com déficits em relacionamentos empáticos ou igualitários, bem como no desenvolvimento pessoal adaptativo”. (BECK, Aaron. T; DAVIS, Denise. D e FREEMAN, Arthur. 2015)

O presente trabalho tem como objetivo discutir o uso da Terapia Cognitivo comportamental (TCC) no tratamento psicoterapêutico do transtorno de personalidade narcisista, ou seja, a mesma utiliza métodos de estruturação, como; agenda e feedback, para maximizar a eficiência das sessões de tratamento, esses métodos podem ajudar os pacientes a organizar seus esforços em direção à recuperação e intensificar o aprendizado. (WRIGHT, Jesse H.et al. 2019)

DESENVOLVIMENTO

O Transtorno de Personalidade Narcisista afeta diversas áreas da vida do paciente, como: trabalho, relacionamento, financeiro, entre outros. Quando uma pessoa narcisista não recebe a admiração que acredita ser digna, acaba sentindo-se infeliz e frustrada. (HALL-FLAVIN, Daniel K. et al 2017)

De acordo com o DSM-5 (Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais, quinta edição; American Psychiatric Association, 2013), as principais características do TPN incluem alguns comportamentos como: sentimento grandioso da sua própria importância, mostrando um escudo compensatório profundamente frágil contra crenças de inferioridade, ser indigno de amor, imperfeição e vergonha. Além de uma preocupação constante obter poder, beleza e amor ideal, fazendo com que o paciente exija o melhor, frequente os melhores lugares e se relacione com pessoas renomadas. Com isso, a pessoa com o TPN acredita ter direito a ser servido pelos outros e tirar proveito de diversas situações fazendo com que aconteça a falta de



empatia pois não se sentem mal ao explorar os outros em prol de melhorar sua autoestima (ego fragilizado), não reconhecendo que as pessoas possuem sentimentos e necessidades próprias e assim, tornando-se arrogantes e pretensiosas quando não são admiradas e raramente demonstram arrependimento.

De acordo com nossos modelos de terapia cognitiva e de esquemas, traços narcisistas podem evoluir da adaptação bem-sucedida para o transtorno da personalidade desadaptativa quando estão presentes crenças exageradas, modos hipertrofiados e estratégias inflexíveis excessivamente ativas que causam comprometimentos funcionais. (DAVIS, Denise D. e BEHARY, Wendy T. et al 2017)

O transtorno de personalidade narcisista possui cinco metas do tratamento, essas são: identificar e reconhecer as ações desadaptativas; buscar sempre construir habilidades de regulação de afeto, enfatizando tolerância a frustração transitória, imperfeição e emoções normais; desenvolver habilidade como respeito e a empatia pelos sentimentos, limites; aumentar o equilíbrio com talentos e virtudes naturais, ou seja, desenvolver uma autoestima moderada e por último aumentar o envolvimento e a reciprocidade apropriada no papel social. (BECK, Aaron. T; DAVIS, Denise. D. e FREEMAN, Arthur. 2015)

Em relação ao tratamento do paciente que possui esse diagnóstico deve ser feito um planejamento para os cuidados terapêuticos é essencial trabalhar com psicoterapia baseada na terapia cognitiva comportamental, a mesma possui o propósito de construir para um modo mais funcional de definir a si mesmo e relacionar-se de forma menos competitiva e defensiva. No ambiente clínico é preciso contemplar as intervenções, elas podem mesclar métodos psicoeducacionais, cognitivos, experienciais e relacionais. (BECK, Aaron. T; DAVIS, Denise. D. e FREEMAN, Arthur. 2015)

CONCLUSÃO

O diagnóstico de transtorno de personalidade narcisista é de fato algo muito complexo visto que o próprio paciente não enxerga-se como uma figura frágil e que necessita de mudanças. Os sintomas do transtorno de personalidade narcisista possivelmente acabam prejudicando as relações que esse indivíduo tenha



desenvolvido, uma vez que raramente abrem mão de todas as suas camadas protetoras. Essa característica está muito associada ao fato de que na verdade, essas pessoas possuem uma insegurança muito alta.

Contudo, para Beck (2015, p. 347): “A abordagem integrativa da terapia do esquema-terapia cognitiva pode ajudar a fortalecer a consciência do impacto destrutivo das defesas desses pacientes e enfraquecer a intensidade das rupturas internas e defesas construídas, permitindo acesso a modos e crenças mais adaptativos”.

Em virtude do que foi mencionado, entende-se que o Transtorno de Personalidade Narcisista pode ser extremamente prejudicial aos relacionamentos interpessoais e a uma adequada vida sem o tratamento necessário. Compreende-se que é muito complicado para uma pessoa narcisista se desfazer do seu escudo protetor, considerando que é muito importante para essa pessoa ser vista como alguém inatingível e inabalável. Diante disso, a abordagem integrativa da Psicoterapia Cognitivo Comportamental “pode ajudar a fortalecer a consciência do impacto destrutivo das defesas desse paciente e enfraquecer a intensidade das rupturas internas e defesas construídas, permitindo acesso a modos e crenças mais adaptativos” com as técnicas apresentadas anteriormente. (DAVIS, Denise D. e BEHARY, Wendy T.)

REFERÊNCIAS

BECK, Aaron T.; DAVIS, Denise D.; FREEMAN, Arthur. Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade. Artmed Editora, 1995.

HALL-FLAVIN, Daniel K. Transtorno de personalidade narcisista. Mayp Clinic, 2017. Acesso: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/narcissistic-personality-disorder/symptoms-causes/syc-20366662>