

STŘEDOŠKOLSKÁ ODBORNÁ ČINNOST

Obor č. 14: Pedagogika, psychologie, sociologie a problematika volného času

Dopad rodičů s rysy narcistické poruchy osobnosti na jejich děti

Amálie Slabá

Jihočeský kraj

České Budějovice 2025

STŘEDOŠKOLSKÁ ODBORNÁ ČINNOST

Obor č. 14: Pedagogika, psychologie, sociologie a problematika volného času

**Dopad rodičů s rysy narcistické poruchy osobnosti
na jejich děti**

**The Impact of Parents with Traits of Narcissistic
Personality Disorder on Their Children**

Autoři: Amálie Slabá

Škola: Česko-anglické gymnázium České Budějovice
Třebízského 1010 370 06 České Budějovice

Kraj: Jihočeský kraj

Konzultant: Mgr. Daniel Hoffmann, Mgr. Terezie Zuntychová

České Budějovice 2025

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou práci SOČ vypracoval/a samostatně a použil/a jsem pouze prameny a literaturu uvedené v seznamu bibliografických záznamů.

Prohlašuji, že tištěná verze a elektronická verze soutěžní práce SOČ jsou shodné.

Nemám závažný důvod proti zpřístupňování této práce v souladu se zákonem č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších předpisů.

V Českých Budějovicích dne 9.2. 2025

Amálie Slabá

Poděkování

Tímto bych chtěla poděkovat svým konzultantům, Mgr. Danielu Hoffmannovi a Mgr. Terezii Zuntychové, kteří mi byli při psaní práce velmi nápomocní.

Anotace

Ve své práci SOČ jsem se zabývala dopadem rodičů s rysy narcistické poruchy osobnosti na jejich děti. V teoretické části byly popsány definice, projevy i příčiny vzniku narcistické poruchy osobnosti a dále jsem se zabývala dopadem tohoto chování rodičů na jejich děti z teoretického hlediska podle odborné literatury. V praktické části byla ověřována hypotéza, že respondenti u svých rodičů ve většině případů nepozorují více než 4 rysy narcistické poruchy osobnosti (NPO) podle DSM-5. Průzkum byl proveden dotazníkovým šetřením v podobě kvantitativního výzkumu, kterého se zúčastnilo 133 respondentů. Cílem práce bylo rozšířit povědomí o projevech NPO a zkoumat, jak často se u rodičů dětí, mladistvých a mladých dospělých tyto rysy projevují.

Klíčová slova

Psychologie; Narcistická porucha osobnosti; Rodiče; Děti

Annotation

In my SOČ research, I focused on the impact of parents with traits of narcissistic personality disorder on their children. In the theoretical part, I described definitions, manifestations, and causes of narcissistic personality disorder and examined the effects of this parental behavior on children from a theoretical perspective based on scholarly literature. In the practical part, I tested the main hypothesis that respondents, in most cases, do not observe more than four traits of narcissistic personality disorder (NPD) in their parents according to the DSM-5. The research was conducted through a questionnaire survey as a quantitative study, with 133 respondents participating. The aim of the study was to raise awareness about NPD traits and explore how frequently these traits appear in the parents of adolescents and young adults.

Keywords

Psychology; Narcissistic personality disorder; Parents; Children

Úvod	7
1 Narcistický rodič	8
1.1 Definice a znaky narcistické poruchy osobnosti (NPO).....	8
1.2 Vznik narcistické poruchy osobnosti.....	10
1.3 Zdravý a patologický narcismus	10
1.4 Vliv narcistické poruchy osobnosti na rodičovství.....	12
1.5 Narcistická nerovnováha – názory, nálady.....	13
1.6 Bipolární porucha, nebo patologický narcismus?	14
1.7 Léčba narcistické poruchy osobnosti	15
1.7.1 Způsoby léčby.....	15
1.7.2 Úskalí léčby	16
1.8 Komunikace s člověkem trpícím NPO	17
2 Dítě narcistického rodiče.....	18
2.1 Dopad na psychický vývoj dítěte	18
2.2 Dopad na přátelské a partnerské vztahy.....	20
2.2.1 Závislé a spoluzávislé vztahy	20
2.2.2 Samotářství	22
2.3 Proces uzdravování dětí narcistických rodičů	22
2.3.1 Model uzdravení ve třech krocích	22
3 Praktická část.....	24
3.1 Metodika výzkumu	24
3.2 Prezentace výsledků.....	25
3.3 Reflexe výsledků a závěr praktické části.....	32
Závěr.....	35
Seznam literatury	37
Seznam obrázků	40

Úvod

Tato práce se bude zabývat tím, jak rodiče s rysy narcistické poruchy osobnosti (NPO) ovlivňují své děti, jelikož si rysů této poruchy všímám ve svém okolí, a to v nemalém množství a napříč generacemi. Tyto rysy totiž často nejsou považovány za tak závažné, nebo nejsou navenek zřetelné, i když výchova, ve které se rysy NPO projevují, má na děti ve výsledku zásadní dopad. Já sama mám k tématu osobní vztah, a proto jsem se rozhodla ho zpracovat. K mému údivu mi mnoho lidí v mém okolí potvrdilo, že si procházejí něčím podobným, čímž jsem byla přesvědčena o tom, že byl výběr tématu správný. Přála bych si, aby bylo na tuto problematiku upozorněno a poukázáno, jelikož věřím, že toto téma ovlivňuje víc životů, než by mělo. Na dané téma nebylo dosud zpracováno mnoho výzkumů či statistik kvůli povaze poruchy samotné, což pro mne představovalo další motivaci. Doufám, že z výsledků práce bude vyvozen zajímavý a přínosný závěr, který přispěje do nevelké sbírky prací zkoumající dopady rodičů s rysy NPO na jejich děti, a to teoretickou i praktickou formou.

Mým cílem je v této práci analyzovat a představit jak dopady rodičů, kteří mají tendence ke sklonům k NPO, na jejich děti, tak narcistickou poruchu osobnosti jako takovou – její příčiny, projevy a podoby. Teoretická část se také bude zabývat léčbou NPO, jejími úskalími, postupy i principy. Bude také popsán možný postup léčby dětí rodičů se sklony k rysům NPO, jakožto zkoumaného vzorku práce. Praktická část bude provedena kvantitativním výzkumem, a to formou dotazníkového šetření. Dotazník bude rozeslán mezi studenty Česko-anglického gymnázia v Českých Budějovicích (ČAG) a další osoby v mém okolí ve věku od 12 do 26 let. Praktická část bude zkoumat hlavně to, jak často se tyto rysy v rodinách respondentů vyskytují a případně, které z nich jsou konkrétně u rodičů respondentů pozorovány nejčastěji. Práce bude dále zaměřena také na to, jaké dlouhodobé dopady na sobě respondenti pozorují a jak tyto dopady ovlivňují jejich každodenní život, vztahy, sebevědomí, komunikaci s rodiči, nebo jejich vztah k sobě sama. Práce bude ověřovat hypotézu, že respondenti u svých rodičů ve většině případů nepozorují více než 4 rysy narcistické poruchy osobnosti (NPO) podle DSM-5. Jako překážku vnímám pouze možný nedostatečně rozmanitý vzorek respondentů.

Má práce bude vycházet z mnoha dostupných odborných článků, ale klíčovými zdroji zcela bezpochyby budou *Diagnostický a statistický manuál duševních poruch* a publikace zaměřené specificky na narcistickou poruchu osobnosti. Mezi ty patří například *Budu vůbec někdy dost dobrá? - Rádce pro dcery narcistických matek* od Karyl McBride. Dále využiji znalostí a praktických zkušeností své externí konzultantky psycholožky Terezie Zuntychové.

1 Narcistický rodič

1.1 Definice a znaky narcistické poruchy osobnosti (NPO)

Narcistická porucha osobnosti (NPO) je porucha osobnosti charakterizovaná celoživotním vzorcem přehnaných pocitů vlastní důležitosti, nadměrné potřeby obdivu a snížené schopnosti vcítit se do pocitů jiných lidí. Narcistická porucha osobnosti je jedním z podtypů širší kategorie známé jako poruchy osobnosti.¹

Tato porucha je poruchou spektrální, a tak se projevuje na škále od pár projevovaných znaků až po plně rozvinutou poruchu. U většiny z nás se pravděpodobně některé z výše uvedených znaků projevují, což je normální, ale čím dál se na spektru pohybujeme, tím více porucha zasahuje jak do života našeho, tak do života našeho okolí.² Podle DSM-5³ je k diagnóze narcistickou poruchou osobnosti nutné splňovat alespoň pět z níže popsanych kritérií.⁴

1. Velikášský pocit vlastní důležitosti

Narcistická osobnost má potřebu přehánět své úspěchy, vlohy a činy a očekává, že na základě těchto faktorů bude automaticky pokládána za dokonalou. Je sebestředná a neustále má potřebu převádět konverzaci na sebe a na své úspěchy a potřebuje být náležitě za své činy chválena.

2. Pohlčení fantaziemi o neomezeném úspěchu, moci, brilantnosti, kráse či ideální lásce

Narcistická osobnost je pohlčena představami o moci, které v mnohých případech spočívají pouze v jejich představivosti, a je přesvědčena, že svým chováním získá všeobecné uznání lidí vyššího postavení.

3. Vnímá se jako jedinečná a speciální

Narcistická osobnost často pohrdá lidmi nižšího postavení a věří, že je v právu se cítit nadřazenější, jelikož věří ve svou výjimečnost. Má potřebu vyhledávat společnost pouze výše postavených jedinců či institucí, jelikož má pocit, že oni jediní jí mohou porozumět.

¹ AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5*. 5th ed. Washington: American Psychiatric Publishing, 2013, s. 703-704. ISBN 978-0-89042-555-8.

² MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 34. ISBN 978-80-262-1299-7.

³ Diagnostický a statistický manuál duševních poruch je vydáván Americkou psychiatrickou asociací a zahrnuje informace o všech dosud popsanych duševních poruchách. Je vydáván a postupně aktualizován již od 50. let a zkratka DSM-5 odkazuje na jeho nejaktuálnější páté vydání.

⁴ AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5*. 5th ed. Washington: American Psychiatric Publishing, 2013, s. 703-704. ISBN 978-0-89042-555-8.

4. Vyžaduje nadměrný obdiv

Narcistická osobnost očekává, že ostatní jej budou neustále obdivovat a uznávat, což často vyvolává napětí ve vztazích.

5. Pocit oprávněnosti

Narcistická osobnost má nerealistické očekávání, že ostatní splní jeho přání automaticky, nebo že dostane privilegia bez ohledu na okolnosti.

6. Využívání mezilidských vztahů

Narcistická osobnost využívá druhé pro dosažení vlastních cílů, často bez ohledu na jejich potřeby a pocity.

7. Nedostatek empatie

Narcistická osobnost má malý zájem o pocity a potřeby ostatních, často je ani není schopna identifikovat, má potřebu ostatní ponižovat a kritizovat bez jakýchkoliv znaků empatie.

8. Častá závist vůči druhým nebo přesvědčení, že druzí závidí jemu

Narcistická osobnost často cítí závist vůči ostatním, mnohokrát si závistí vysvětluje problémy v mezilidských vztazích.

9. Arogantní a povýšené chování nebo postoje

Narcistická osobnost často působí nadřazeně nebo povýšeně, čímž zdůrazňuje své vlastní vnímané schopnosti či hodnotu.⁵

⁵ AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5*. 5th ed. Washington: American Psychiatric Publishing, 2013, s. 703-704. ISBN 978-0-89042-555-8.

1.2 Vznik narcistické poruchy osobnosti

Narcistická porucha osobnosti (NPO) je psychické onemocnění, jehož přesné příčiny nejsou zcela jasné. Lidé s NPO často vykazují drobné rozdíly ve struktuře mozku, ale není jasné, zda jsou příčinou NPO, nebo jejím důsledkem. Většinou se však jedná o kombinaci.⁶

Hlavní faktory, které mohou přispět k rozvoji NPO, zahrnují:

- Genetiku: Zvýšený výskyt NPO u blízkých příbuzných.
- Pozorování a napodobování: Děti mohou osvojit rysy a chování vedoucí k NPO.
- Negativní zážitky z dětství: Trauma, odmítnutí či zanedbávání mohou podporovat vývoj narcistických rysů.
- Styl výchovy: Nadměrná ochrana nebo přílišné rozmazlování mohou dítěti bránit naučit se regulovat své emoce.
- Kulturní vlivy: Kultury podporující individualismus vykazují vyšší riziko výskytu NPO oproti kolektivistickým kulturám zaměřeným na komunitu a spolupráci.⁷

1.3 Zdravý a patologický narcismus

Zdravý narcismus znamená, že člověk má o sobě pozitivní mínění, přičemž přijímá jak své silné stránky, tak i své slabiny. Toto sebevědomí je stabilní a není výrazně závislé na názorech druhých, takže drobná selhání ho nijak zásadně neovlivní. Patologický narcismus je naopak založen na pocitu nadřazenosti, kterým si jedinec zakrývá hluboký pocit méněcennosti. Sebevědomí závisí na tom, zda ho ostatní potvrzují, a rychle se vytrácí, pokud chybí zpětná vazba od druhých. Tato zranitelnost způsobuje, že při kritice, odmítnutí nebo nezájmu zažívá narcistický jedinec pocity studu, deprese nebo hněvu, kterým se snaží uniknout. Není schopen adekvátně zvládat neúspěch, takže jeho sebejistota zůstává velmi křehká.⁸

⁶ *Narcissistic Personality Disorder*. Online. In: Cleveland Clinic. 2023. Dostupné z: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/9742-narcissistic-personality-disorder>. [cit. 2024-11-20].

⁷ Tamtéž.

⁸ HOUBOVÁ, Petra; PRÁŠKO, Jan; PREISS, Marek a HERMAN, Erik. NARCISTICKÁ PORUCHA OSOBNOSTI – ARCISTICKÁ PORUCHA OSOBNOSTI – DIAGNOSTIKA A LÉČBA IAGNOSTIKA A LÉČBA. Online. *Psychiatrie pro praxi*. 2005, roč. 1, č. 1, s. 1-2. ISSN 1803-5272. Dostupné z: <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2005/01/03.pdf>. [cit. 2024-11-06].

Výzkum, který provedla izraelská psychoanalytička Ronnie Solanová, ukázal, že zdravý narcismus může lidi motivovat k sebezdokonalování a lepšímu zvládnání výzev. Podle ní mají všechny osobnostní rysy, ať pozitivní nebo patologické, evoluční základ, který nám pomáhá přežít jak jako druh, tak i jako jednotlivci.⁹

Psychiatr Otto Kernberg, specialista na poruchy osobnosti, rozlišuje zdravý a patologický narcismus podle schopnosti jedince navazovat romantické vztahy. Zdravý narcismus se projevuje pozitivním vztahem k sobě samému a pocitem hrdosti. Naopak patologický narcismus se vyznačuje extrémními výkyvy mezi pocity méněcennosti a nadřazenosti vůči ostatním.¹⁰

Zdravý narcismus hraje ve společnosti důležitou roli, jelikož pomáhá lidem růst a formovat vůdčí a sebevědomé jedince, kteří jsou pro každou společnost důležití. I tito lidé ale čelí výzvě nesklouznout do narcismu patologického, jelikož hranice mezi zdravým a patologickým narcismem může být často velmi tenká. Touha po moci, nedostatek empatie nebo citlivost na kritiku nejsou totiž zcela výjimečnými rysy ani u zdravých jedinců. Často tedy potom záleží na okolních i vnitřních vlivech, se kterými přichází daná osoba do styku.¹¹

„Patologický narcista vnímá své okolí a všechny v něm pouze jako ‚nástavbu‘ svého vlastního já. Lidé v životě takového člověka musí vždy prokazovat naprostou bezchybnost a dokonalost, protože tím přispívají k nabytí sebevědomí samotného narcisty.“¹² Patologický narcismus se vyznačuje dvěma klíčovými rysy: narcistickou grandiozitou a narcistickou zranitelností. Výzkumy ukazují, že narcismus je spojen s horším dlouhodobým fungováním, zejména v oblasti mezilidských vztahů. Narcistická grandiozita se projevuje přehnaným pocitem vlastní jedinečnosti, nedostatkem pokory a silnou touhou po obdivu a uznání od ostatních. Naopak narcistická zranitelnost je charakterizována silným pocitem studu spojeným s vlastními potřebami, očekáváními a ohrožením sebeúcty. Studie provedená DL Paulhusem v roce 1998

⁹ ŠVEHLA, Michal. *Trocha narcismu neškodí. Kdy může být užitečný a kdy už se stává patologickým?* Online. In: Flowee. 2023. Dostupné z: <https://www.flowee.cz/civilizace/11396-trocha-narcismu-neskodi-kdy-muze-byt-uzitecny-a-kdy-uz-se-stava-patologickym>. [cit. 2024-11-09].

¹⁰ Tamtéž.

¹¹ Tamtéž.

¹² Tamtéž.

ukázala, že účastníci, kteří se zaměřovali na sebe prezentaci, byli zpočátku studie ostatními oblíbeni, ale postupem času jejich oblíbenost klesala kvůli zřejmým sobeckým motivům.¹³

Další studie provedená v New Yorku výzkumníky, kteří analyzovali vliv narcistické grandiozity a zranitelnosti na různé aspekty fungování, ukázala, že narcistická grandiozita souvisí s konkrétními problémy v mezilidských vztazích, zatímco zranitelnost je spojena se všemi druhy dysfunkcí. Když ale vezmeme v úvahu společné rysy grandiozity a zranitelnosti, ukazuje se, že zranitelnost dále předpovídá všechny typy problémů, zatímco grandiozita působí jako mírný ochranný faktor. Výzkum zahrnoval 628 účastníků z mentálních zdravotních klinik ve státě New York, přičemž 80 % z nich bylo aktuálně v léčbě.¹⁴

1.4 Vliv narcistické poruchy osobnosti na rodičovství

Výzkum ukazuje, že bohužel neexistuje dostatek informací o dlouhodobých emocionálních následcích, které mají narcističtí rodiče na své děti.¹⁵ Děti těchto rodičů jsou často vystaveny emocionálně škodlivému prostředí, což může vést k roztržení vlastní identity. Narcističtí rodiče způsobují dětem vztahová traumata tím, že zanedbávají svou rodičovskou roli, přičemž děti vnímají jako své prodloužení či již zmíněnou nástavbu. Dětské selhání vnímají jako vlastní, což vede k emocionálnímu odstupu a opuštění. S dětmi se také mohou psychologicky ztotožňovat, přičemž jejich úspěchy vydávají za své vlastní.¹⁶

Podle D. Shawa patologičtí narcisté potřebují, aby jejich vztahy doplňovaly jejich potřeby, často za cenu kontroly a dominance. Tento přístup je typický i pro narcistické rodiče, kteří si vytvářejí dokonalý obraz rodiny podle společenských norem. Děti v takové rodině mají splňovat určitou roli; pokud to nezvládnou, rodiče je ponižují. Tento tlak na dokonalost

¹³PAULHUS, Delroy L. Interpersonal and intrapsychic adaptiveness of trait self-enhancement: A mixed blessing? Online. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998, roč. 74, č. 5, s. 1197-1208. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1197>. [cit. 2024-11-24].

¹⁴DASHINEAU, S. C., EDERSHILE, E. A., SIMMS, L. J., a WRIGHT, A. G. C. Pathological narcissism and psychosocial functioning. Online. *Personality Disorders*. 2019, roč. 10, č. 5, s. 473-478. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/per0000347>. [cit. 2024-11-24].

¹⁵BROTHERS, Doris. Trauma-Centered Psychoanalysis. Online. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2009, roč. 1159, č. 1, s. 51-62. ISSN 0077-8923. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04350.x>. [cit. 2024-11-24].

¹⁶SHAW, Daniel. Enter Ghosts: The Loss of Intersubjectivity in Clinical Work With Adult Children of Pathological Narcissists. Online. *Psychoanalytic Dialogues*. 2010, roč. 20, č. 1, s. 46-59. ISSN 1048-1885. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/10481880903559120>. [cit. 2024-11-25].

narušuje dětskou psychiku, což vede k tomu, že se z nich stávají „produkty“ určené pro uspokojení potřeb druhých.¹⁷

Často při konverzacích s narcistickými rodiči můžeme narážet na znaky poruchy, které se ale často mohou projevovat záludně a nepřímě. Děti takových rodičů musí tedy často čelit pocitům, že je jejich vlastní rodič nezná, že jsou zodpovědné za všechny nepříjemné pocity v životě rodiče, nebo že s nimi rodič pouze soupeří a dítě se jím necítí přijato. Narcističtí rodiče mají často potřebu obviňovat všechny ostatní kromě sebe sama, zodpovědnost za své činy sami převzít totiž neumí.¹⁸

1.5 Narcistická nerovnováha – názory, nálady

Narcistický jedinec často vidí svět jen v extrémních kontrastech – buď černý, nebo bílý. Sami sebe vnímají jako dokonalé a své okolí často degradují, aby tím více vynikli. Tato zkreslená realita jim umožňuje ignorovat pravdu a manipulovat vnímáním ostatních.

Projevem této dysfunkce je dvojná vazba – rozporuplná sdělení, kdy slova a činy nesou jiný význam. Dítě, které chce rodiči vyhovět, je tím uváděno do neřešitelné situace, protože splnit neslučitelné požadavky není možné. Tím vzniká frustrace a zmatek v jeho vývoji. „*Dítě například žádá, zda by mohlo hrát na flétnu. ‚Samozřejmě, já tě v tom plně podporuji – mám ale strach, aby se ti tam nesmáli. Víš přece, že nemáš žádný hudební sluch...‘ odpoví rodič. Nebo řekne jen ‚ano, jistě,‘ ale tváří se přitom ledově, až podrážděně. V podloží je nepřiznaná nevole, aby nad ním snad dítě v něčem nevyniklo. Rodič (možná nevědomě) předvídá svou budoucí závist.*“¹⁹

Narcističtí rodiče si nejsou schopni vysvětlovat svou nespokojenost jejich vnitřními jevy, a tak viní ze svých myšlenkových pochodů chování nebo činy ostatních. Nálady jedince se dokážou měnit občas až nepochopitelně rychle a na jeho okolí je kladeno očekávání vše rychle vstřebat, pochopit a být za každé situace empatický. Člověk trpící narcistickou poruchou osobnosti funguje na principu kontrastů a kvůli jeho duševní (často i vztahové) nerovnováze ho může

¹⁷ SHAW, Daniel. Enter Ghosts: The Loss of Intersubjectivity in Clinical Work With Adult Children of Pathological Narcissists. Online. *Psychoanalytic Dialogues*. 2010, roč. 20, č. 1, s. 46-59. ISSN 1048-1885. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/10481880903559120>. [cit. 2024-11-25].

¹⁸ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 38-39. ISBN 978-80-262-1299-7.

¹⁹ KOUČKÁ, Pavla. *Ubránit se rodičům*. Online. In: *Psychologie.cz*. 2016. Dostupné z: <https://psychologie.cz/ubranit-se-rodicum/>. [cit. 2024-11-20].

rozhodit i absolutní maličkost. „*Matce stačilo, aby prošla kolem zrcadla: když měla špatnou náladu, všimla si, že je tlustá – a obvinila nás, že ztloustla po porodech.*“²⁰

Narcistická nerovnováha silně ovlivňuje i názory jedince, které jsou velmi lehce ovlivnitelné a občas i odporující předchozím, mnohokrát až extrémistickým názorům. Narcis neustále kalkuluje, jaký názorový postoj je nejvýhodnější pro jeho kariéru či společenskou reputaci. V případě konfrontace s jeho náhlou změnou názoru je schopný své minulé názory úplně popírat nebo osočení zpochybňovat a prohlašovat informace za mylné. Při jakémkoliv zpochybnění narcistické osoby je totiž jedinec vždy připraven postavit se do obranné pozice, začít obviňovat, očerňovat a útočit.²¹

1.6 Bipolární porucha, nebo patologický narcismus?

Na rozdíl od poruch ovlivněných biochemickými faktory, jako je bipolární porucha, nejsou změny nálad u jedinců trpících NPO cyklické ani předvídatelné. Naopak, přímo souvisejí s tím, jak člověk trpící narcistickou poruchou osobnosti vnímá a interpretuje okolní situace. Tyto změny nálad nejsou způsobeny výkyvy v tělesné chemii, jako jsou hladiny cukru v krvi nebo nerovnováha neurotransmiterů. Teoreticky by mohly existovat nepřímé vlivy, například genetická predispozice, které ovlivňují narcismus i biochemické procesy, ale tato spojitost je nepravděpodobná. Dočasné narcistické rysy mohou být způsobeny zdravotními problémy, zraněními mozku nebo metabolickými chorobami, které po léčbě základního problému obvykle vymizí. To se liší od pravé narcistické poruchy osobnosti, kde jsou výkyvy nálad vždy reakcí na vnější události. Narcistické výkyvy nálad jsou jedinečné tím, že závisí na vnějších faktorech, pochvale či uznání a kritice. Pochopení této dynamiky je klíčové pro efektivní zvládnutí a léčbu narcistické poruchy osobnosti.²²

Výzkumníci upozorňují na sdílené příznaky mezi bipolární poruchou a narcistickou poruchou osobnosti, jako jsou impulzivita a nastavování příliš vysokých cílů, přesto jde o odlišné poruchy. Dalšími společnými rysy mohou být nedostatek empatie, problémy se spánkem a výkyvy nálad. Studie z roku 2005 ukázala, že 8 % pacientů s bipolární poruchou a 5 % s

²⁰ KOUCKÁ, Pavla. *Ubránit se rodičům*. Online. In: Psychologie.cz. 2016. Dostupné z: <https://psychologie.cz/ubranit-se-rodicum/>. [cit. 2024-11-20].

²¹ KOUCKÁ, Pavla. *Ubránit se rodičům*. Online. In: Psychologie.cz. 2016. Dostupné z: <https://psychologie.cz/ubranit-se-rodicum/>. [cit. 2024-11-20].

²² *Understanding the Mood Swings of the Narcissist*. Online. In: Medium. 2024. Dostupné z: <https://nehemiahisamotu.medium.com/understanding-the-mood-swings-of-the-narcissist-143b688214d0>. [cit. 2024-11-20].

bipolární poruchou 2. typu mělo znaky NPO. NPO bývá diagnostikován hlavně během manických epizod, ale i při remisi zůstaly případy na 4,5 %.²³ Jedním z klíčových rozdílů mezi těmito dvěma poruchami je, že u lidí s bipolární poruchou se symptomy, jako jsou zvýšená energie a grandiozita, objevují během epizod zlepšené nálady. Naproti tomu narcismus představuje stabilní osobnostní rys, který přetrvává v čase. U lidí s bipolární poruchou existují mnohá období, kdy není zvýšená nálada přítomna, což znamená, že narcistický osobnostní styl je stabilní, zatímco bipolární příznaky jsou epizodické.²⁴

1.7 Léčba narcistické poruchy osobnosti

Existuje několik forem terapie, které mohou léčit narcistickou poruchu osobnosti, ačkoli mnoho závisí na schopnosti dané osoby setrvat v léčbě. Změna je však možná. Terapie pro narcistickou poruchu osobnosti typicky zahrnuje následující kroky:

- Pomoc při překonávání odporu vůči terapii
- Identifikaci narcistických projevů, které způsobují problémy ve vašem životě
- Zkoumání minulých zkušeností a přesvědčení, které vedly k narcistickému chování
- Uznání, jak toto chování ovlivňuje ostatní
- Nahrazení grandiózních myšlenek realističtějšími
- Objevování nových vzorců chování a jejich procvičování
- Vnímání přínosů nově naučených vzorců chování²⁵

1.7.1 Způsoby léčby

Nejčastějšími způsoby léčby NPO jsou psychoterapie, farmakologická intervence a kombinace obojího.

Psychoterapie, běžně označovaná jako terapie rozhovorem, je základem léčby narcistické poruchy osobnosti. Existuje několik terapeutických přístupů, které se ukázaly jako účinné. Patří

²³ RUSH, Illene Raymond. *Bipolar and Narcissism: Are They Linked?* Online. In: Health Center. 2022. Dostupné z: <https://www.healthcentral.com/condition/bipolar-disorder/bipolar-and-narcissism>. [cit. 2024-11-20].

²⁴ FEDERMAN, Russ. *The Relationship Between Narcissism and Bipolar Disorder*. Online. In: Psychology today. 2013. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/bipolar-you/201310/the-relationship-between-narcissism-and-bipolar-disorder>. [cit. 2024-11-20].

²⁵ WASHINGTON, Nicole. *How to Treat Narcissistic Personality Disorder*. Online. In: Healthline. 16 May 2023. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/therapy-for-narcissism>. [cit. 2025-01-02].

mezi ně mimo jiné kognitivně-behaviorální terapie (CBT), dialekticko-behaviorální terapie (DBT), psychodynamická terapie a metakognitivní terapie.

V podpůrném terapeutickém prostředí mohou jedinci rozvíjet empatii, naučit se regulovat emoce a vytvářet zdravější vztahové dynamiky. Skupinová terapie a rodinná terapie navíc nabízejí příležitosti k procvičování nově získaných dovedností a získávání konstruktivní zpětné vazby.

Ačkoli neexistuje žádný lék speciálně určený k léčbě NPO, farmakologické intervence mohou být využity k řešení komorbidních stavů, jako je deprese nebo úzkost. Antidepresiva, stabilizátory nálady a antipsychotika mohou pomoci zmírnit nepříjemné příznaky, a tím usnadnit lepší zapojení do psychoterapie.

Pro mnoho jedinců s NPO se jako nejúčinnější ukazuje kombinace cílené psychoterapie a medikace. Tento integrovaný léčebný přístup se zaměřuje na poruchu z různých perspektiv. Důslednost je klíčová – pravidelná účast na terapeutických sezeních a dodržování předepsané medikace výrazně zvyšují pravděpodobnost zlepšení příznaků a celkové kvality života.²⁶

1.7.2 Úskalí léčby

Podobně jako u jiných duševních onemocnění bývá léčba narcistické poruchy osobnosti často náročná. Hlavní překážkou je skutečnost, že postižený člověk obvykle nevnímá potřebu vyhledat odbornou pomoc. Naopak bývá přesvědčen o své jedinečnosti a domnívá se, že ho ostatní pouze nechápu nebo mu závidí. Na odborníky v oblasti duševního zdraví se proto obrací především kvůli projevům deprese, často si stěžuje na nepochopení ze strany okolí, nebo tak činí z nátlaku blízkých osob. Pokud je léčba zahájena, nelze většinou využít standardní terapeutické postupy. Důvodem je variabilita problémů a témat, která pacient do terapie přináší. Klíčovým cílem léčby je postupné zvyšování pacientova náhledu na vlastní chování, jeho příčiny a reakce okolí. Jakmile se podaří dosáhnout pozitivních změn, léčba obvykle pokračuje formou dlouhodobé psychoterapie, kde zásadní roli hraje vztah mezi pacientem a terapeutem.²⁷

²⁶ *Effective Therapy for Narcissistic Personality Disorder*. Online. In: Counseling center group. 23 May 2024. Dostupné z: <https://counselingcentergroup.com/therapy-for-narcissistic-personality-disorder/>. [cit. 2025-01-02].

²⁷ TANCEROVÁ, Tereza. *Lidé s narcistickou poruchou osobnosti neumějí přijímat kritiku. Cítí se být ostatním nadřazení*. Online. In: Zdraví.euro. 2021. Dostupné z: <https://zdravi.euro.cz/clanky/narcisticka-porucha-osobnosti/#pollInText1001098>. [cit. 2025-01-02].

Navázání terapeutického spojení s pacientem s narcistickou poruchou osobnosti vyžaduje specifické dovednosti vzhledem k pacientovu vnitřnímu dynamickému vzorci nadřazenosti a podřízenosti. Tento vzorec vychází z potřeby devalvovat druhé, aby potlačil pocity bezcennosti, které se mohou také obrátit dovnitř a projevit se jako sebekritika. V terapii pacienti často devalvují terapeuta, zkouší spojení poznámkami jako: „Myslel jsem si, že jste dobrý, ale teď vidím, že jste stejný jako ostatní.“ Terapeut se musí vyvarovat obhajování sebe sama, odvety nebo mentálního odstupu a místo toho tolerovat a zvládat intenzivní negativní emoce, které pacient projektuje. Konzistentní přítomnost terapeuta a jeho opravdová zvědavost zpochybňují pacientův rigidní vzorec nadřazenosti a podřízenosti, čímž nabízejí nový model vztahu. To však samo o sobě nestačí ke změně pacientovy struktury osobnosti. Terapeut musí využívat techniky, jako je objasnění, konfrontace rozporů a interpretace, aby pacientovi pomohl rozpoznat a překonat jeho vzorec devalvace. Tento proces často zahrnuje fázi „paranoidního přenosu“, kdy pacient zpochybňuje terapeutovy motivy.

Klíčovou intervencí je zaměření na pacientovu kritiku terapeuta, která umožňuje terapeutovi přijmout vlastní nedokonalosti, aniž by podlehl pocitu bezcennosti. Tato ukázka odolnosti přináší pacientovi bohatší pohled na sebe i na druhé, což ho povzbuzuje k překonání rigidní grandiozity a k navazování autentických vztahů.²⁸

1.8 Komunikace s člověkem trpícím NPO

Udržování vztahu s osobou, která má rysy narcistické osobnosti, může ovlivnit vaše duševní zdraví a pohodu. Stanovení jasných hranic a spoléhání se na podpůrnou síť důvěryhodných lidí vám může pomoci najít cestu vpřed. Následující techniky mohou pomáhat při konverzaci s člověkem s NPO.²⁹

- **Vzdělávání se o NPO** – Znalost NPO je velmi nápomocná k rozpoznání znaků a vzorců této poruchy a k nastavení realistických očekávání.
- **Budování sebevědomí** – Zaměřování se na péči o sebe a asertivitu je klíčové k zvládnutí náročných situací, které jsou při konverzaci s člověkem s NPO časté.

²⁸ YEOMANS, Frank a CALIGOR, Eve. Narcissistic Personality Disorder: The Treatment Challenge. Online. *Psychiatrics News*. 2016, roč. 51, č. 9. ISSN 1559-1255. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.1176/appi.pn.2016.5a19> [cit. 2025-02-04].

²⁹ LITNER, Jeniffer. *10 Tips for Dealing with Someone's Narcissistic Personality Traits*. Online. In: Healthline. 11 April 2024. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/how-to-deal-with-a-narcissist#education>. [cit. 2025-01-04].

- **Hájení vlastních zájmů** – Důležité je také jasně definovat a prosazovat hranice, reagovat klidně, neimpulzivně, a zachovávat důslednost v jednání.
- **Budování obranných mechanismů k zachování klidu** – K dosažení této schopnosti mohou být nápomocné techniky jako hluboké dýchání či meditace.
- **Dostatek vnější podpory** – Udržování podpůrné sítě a v případě potřeby vyhledání odborné pomoci mohou přispět k psychické odolnosti.
- **Rozpoznání vlastních limitů** – Pokud se vztah stane neudržitelným, je třeba zvážit jeho ukončení.³⁰

2 Dítě narcistického rodiče

2.1 Dopad na psychický vývoj dítěte

Když jsou děti malé, nemusí si uvědomovat, že něco není v pořádku. Chování narcistického rodiče jim připadá normální, protože jiné neznají. Později, často díky pomoci přátel, partnerů nebo terapeutů, začnou vnímat škodlivé dopady vyrůstání s narcistickým rodičem. Každý jedinec zpracovává tyto zkušenosti jinak. Často však odrostlé děti narcistů vyvíjejí nejistou vztahovou vazbu ve svých vztazích. Někteří se uzavírají a vyhýbají emocionální intimitě, jiní naopak zoufale potřebují pozornost a vyvíjejí úzkostné mezilidské vazby. Velmi citliví jedinci se mohou až extrémně poddávat potřebám ostatních, zatímco ty agresivnější mohou napodobovat chování rodiče. Bez včasné intervence si mohou rozvinout narcistické rysy a předat je další generaci. Výzkumy ukázaly, že trauma může zvýšit náchylnost k užívání návykových látek nebo jiným závislostem. Protože narcistické rodičovství může děti udržovat v neustálém stavu úzkosti, může dojít k dlouhodobému psychologickému poškození. To zvyšuje pravděpodobnost, že si potomci těchto rodičů v dospělosti vyvinou nějakou formu duševního onemocnění, jako je bipolární porucha, obsedantně-kompulzivní porucha, hraniční porucha osobnosti, posttraumatická stresová porucha nebo dokonce narcistická porucha osobnosti.³¹

³⁰ LITNER, Jeniffer. *10 Tips for Dealing with Someone's Narcissistic Personality Traits*. Online. In: Healthline. 11 April 2024. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/how-to-deal-with-a-narcissist#education>. [cit. 2025-01-04].

³¹ *How Having a Narcissistic Parent Impacts Young Adult Mental Health*. Online. In: Newport Institute. 1 November 2022. Dostupné z: <https://www.newportinstitute.com/resources/mental-health/narcissistic-parent/>. [cit. 2024-11-20].

Dítě vyrůstající s narcistickým rodičem čelí dlouhodobému narušení svého emocionálního vývoje. Už v raném věku bývají jeho pocity a potřeby ignorovány, což vede k pocitu neviditelnosti a nedůležitosti. Rodič se často zaměřuje na to, jak dítě vypadá, nebo co dokáže, spíše než na jeho skutečnou osobnost a potřeby. Dítě tak začne pochybovat o sobě samém, rozvíjí si nedůvěru vůči svým pocitům a okolnímu světu. Místo aby se naučilo zdravým vztahům a hranicím, bývá vedeno k závislosti na vnějším uznání, což zvyšuje riziko spoluzávislosti nebo problémů s vlastní identitou. Narcistický rodič může své dítě kritizovat, manipulovat nebo ponižovat, což dítě nutí k přizpůsobení a popření vlastních potřeb ve prospěch rodiče. Často se tak stává buď perfekcionista, který touží po uznání, nebo sabotérem vlastních úspěchů, aby se vyhnulo rodičovské žárlivosti. Tento vzorec vede k nízkému sebevědomí, úzkostem, depresím nebo posttraumatickému stresu. Proces uzdravení zahrnuje znovuobjevení vlastních hodnot, budování důvěry v sebe i ostatní a hledání způsobů, jak si vytvořit zdravé hranice a autentické vztahy.³²

Dítě narcistického rodiče se musí přizpůsobit jeho potřebám, aby doma panoval klid. Projevování vlastních pocitů nebo názorů může vést k hněvu, trestům či slzám rodiče. Tím se dítě naučí, že jeho pocity nejsou důležité, a začne je potlačovat. Narcisté nejsou vždy krutí, mohou být i laskaví, ale tato laskavost bývá podmíněná. Dítě vnímá, že každá laskavost je spojená s očekáváním oplátky. Chování rodiče je nepředvídatelné, což dítě vede k obětování vlastní sebedůvěry a k pocitu, že je problémem ono samo. Toto přesvědčení, že dítě je zdrojem problému, se dále posiluje díky tomu, že narcistický rodič sebe vnímá jako dokonalého. Jakákoli negativní reakce dítěte je rodičem vnímána jako jeho selhání. Tento dynamický vztah má za následek, že dítě vyrůstá s pocitem nedostatečnosti a s nízkou sebedůvěrou. Neustálé přizpůsobování se potřebám rodiče, strach z jeho nepředvídatelného chování a absence bezpodmínečné lásky vedou k tomu, že dítě zanedbává své vlastní potřeby a vytváří si nezdravé vzorce chování, které si často přenáší do dospělosti.³³

³² MCBRIDE, Karyl. *How Narcissistic Parenting Can Affect Children*. Online. In: Psychology Today. 19 February 2018. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-legacy-of-distorted-love/201802/how-narcissistic-parenting-can-affect-children>. [cit. 2024-11-20].

³³ LAUNDER, Amy. *The Impact of Growing Up With A Narcissistic Parent*. Online. In: The Awareness Centre. 2020. Dostupné z: <https://theawarenesscentre.com/narcissistic-parent/>. [cit. 2024-11-20].

2.2 Dopad na přátelské a partnerské vztahy

Děti narcistů vyrůstají s tím, že se starají o emoce a potřeby svých rodičů, což formuje jejich dospělý život tak, aby se zaměřovaly na uspokojování a péči o druhé.³⁴ To se odráží i později v jejich životech na jejich romantických a přátelských vztazích. Často se takoví jedinci dostávají do závislých nebo spoluzávislých vztahů, kde hlavním kritériem pro výběr bývá jakýsi výměnný obchod. V něm jde hlavně o to, co je jeden schopen udělat pro druhého a naopak. Děti narcistických rodičů mají často velmi pokřivenou vnitřní definici lásky. Často tyto vztahy končí velmi problematicky, mnohokrát až násilně.³⁵

Dopad na schopnost dětí narcistů budovat přátelské vztahy může být velmi dobře ilustrován myšlenkou německého psychologa a filosofa Ericha Fromma, který říká, že je-li člověk schopen tvůrčí kreativní a všeobjímající lásky, miluje i sebe; může-li milovat jen jiné, nemůže milovat vůbec.³⁶

2.2.1 Závislé a spoluzávislé vztahy

Jádrem pochopení rozdílu mezi spoluzávislými a závislými vztahy jsou klíčové rozdíly, které je odlišují. Spoluzávislost často zahrnuje vzorec chování, kdy jedna osoba umožňuje druhé být nezodpovědnou, závislou na návykových látkách nebo mít neřešené problémy v oblasti duševního zdraví. Spoluzávislý vztah je také charakterizován nadměrnou emoční závislostí jednoho partnera a potřebou druhého být potřebný. Tato dynamika se může objevit v různých vztazích, a to jak v rodinných, tak i romantických.³⁷ V těchto vztazích oběti narcistických rodičů často uplatňují schopnosti, které se v dětství naučily pro uspokojování potřeb rodičů. Jedinci si často hledají partnery, kteří potřebují být opečováváni. Mnohokrát tak kopírují vzorce z dětství a ocitají se ve známé a emočně bezpečné situaci. Děti narcistických rodičů se tak snaží zaplnovat vnitřní prázdnotu vytvořenou nedostatkem bezpodmínečné lásky v dětství. Také mají zpravidla pocit, že závislý partner je nemůže opustit. Tyto vztahy mohou končit

³⁴ HAYES, Heather. *The Impact of Growing up with a Narcissistic Parent*. Online. In: Heather R. Hayes. 22 September 2023. Dostupné z: <https://heatherhayes.com/the-impact-of-growing-up-with-a-narcissistic-parent/>. [cit. 2024-12-29].

³⁵ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 127. ISBN 978-80-262-1299-7.

³⁶ FROMM, Erich. *Umění milovat*. Vyd. 11. Praha: Portál, 2015, s. 62. ISBN 978-80-262-0806-8.

³⁷ *Codependent vs Dependent: The Impact on Personal Relationships*. Online. In: Meridian university. 29 DECEMBER 2023. Dostupné z: <https://meridianuniversity.edu/content/codependent-vs-dependent-the-impact-on-personal-relationships>. [cit. 2024-12-29].

frustrací z nenaplnění potřeb jedné strany. Vrací se již zažitě toxické vzorce, což může přecházet ve hněv a vztek.³⁸

Naopak závislé vztahy se vyznačují nadměrnou potřebou jednoho být opečováván druhým, což vede k submisivnímu a přilnavému chování. Jeden partner nadměrně spoléhá na druhého v oblasti podpory, rozhodování a potvrzování vlastní hodnoty, často na úkor svého sebevědomí a autonomie. To může vést až k duševní poruše známé jako závislé poruše osobnosti (DPD), která je charakterizována rysy již zmíněnými.³⁹ V těchto vztazích mnohokrát partner nahrazuje roli narcistického rodiče. Zprvu má jedinec pocit, že našel partnera, který se o něj bude do smrti starat, což v něm vzbuzuje značně pozitivní emoce, ale také touhu se na partnera nezdравě upnout. V dalších fázích vztahu nadšení opadá a přicházejí i další emoce, jako je zklamání, frustrace a bolest. Jedinec naráží na staré vzorce, kdy se láska vyznačuje činy a funguje více jako obchod bez citů a důvěry než partnerský vztah založený na lásce. Tato dynamika samozřejmě ovlivňuje oba partnery, kde ani jeden není schopen naplnit potřeby toho druhého. Jedinec s narcistickým rodičem od druhého očekává stejné chování jako od jeho rodiče, což může vést k neporozumění, zmatení a frustraci partnera.⁴⁰

V obou případech těchto vztahů narážíme na podobné vzorce, které se projevují v záležitosti na typu vztahu. Jedinci nemusí nutně vést jenom jeden typ vztahů, v některých případech mohou se mohou projevovat oba typy najednou, v jiných případech jedinec mění typy vztahů s jednotlivými partnery. Děti narcistických rodičů trpí emočním strádáním, které se ve vztazích projevuje různými způsoby, přičemž většina z nich končí závisle a toxicky. Pro tyto jedince je ztráta vztahu často nemyslitelná, jelikož mají pocit, že snižuje jejich hodnotu, což doprovází silné pocity hanby. Nezáleží ani na tom, kdo rozpad vztahu inicioval nebo kolikátý vztah to byl. V každém případě se bude daná osoba cítit jako selhání či jako „porouchané zboží“. I když osoby s narcistickými rodiči často mají velmi vysokou emoční inteligenci, vyznačují také určité

³⁸ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 131. ISBN 978-80-262-1299-7.

³⁹ *Codependent vs Dependent: The Impact on Personal Relationships*. Online. In: Meridian university. 29 DECEMBER 2023. Dostupné z: <https://meridianuniversity.edu/content/codependent-vs-dependent-the-impact-on-personal-relationships>. [cit. 2024-12-29].

⁴⁰ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 135-136. ISBN 978-80-262-1299-7.

známky „hluchoty“. To má za následek neschopnost věřit intuici a varovným signálům při vstupu do vztahů za záminkou pátrání po lásce, kterou zoufale potřebují.⁴¹

2.2.2 Samotářství

Samotářství po prožití traumatického vztahu s rodiči může být rysem jak zdravého, tak nezdravého vnitřního nastavení. V rámci terapie je klientům často doporučováno trávit více času o samotě, aby se mohli lépe soustředit na práci na sobě a své uzdravení. V nezdravé formě samotářství jedinec uvěřil, že není hoden vztahu, jelikož je „narušený“. Často za tímto přesvědčením stojí řada neúspěšných vztahů a strach z dalšího zklamání.

Pro mnoho jedinců toto může být zdravým řešením, dokud si nevybudují důvěru v sebe a svůj výběr partnerů.⁴²

2.3 Proces uzdravování dětí narcistických rodičů

Děti narcistických rodičů čelí v procesu uzdravování mnoha překážkám a úkolům. Přístupy mohou být velmi individuální. Přesto existují i konkrétní způsoby, které pomáhají. Jedinec musí začít věnovat pozornost svým emocím a nepotlačovat je, jako mu bylo celý život zvykem. Klíčové je pro jedince přijmout, co se mu v životě odehrálo, aby byl schopen pochopit, jak a čím byl ovlivněn.⁴³

2.3.1 Model uzdravení ve třech krocích

Pro návod k uzdravení člověka narušeného výchovou rodiči s narcistickou poruchou je často používán tříkrokový model, který je postavený na postupném procesu pochopení a zpracování vlastní minulosti pro následnou přeměnu svého myšlení i jednání.

V prvním kroku jedinec musí pochopit svou minulost a vliv rodiny na jeho osobnost. Musí nejprve shromáždit dostatek informací o své životní zkušenosti, aby mohl identifikovat a správně diagnostikovat problém, kterému v jejím důsledku čelí. Po rozumovém zpracování svých potíží přichází na řadu krok druhý, a sice zpracování nových emocí, které v něm nová

⁴¹ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 128-129. ISBN 978-80-262-1299-7.

⁴² MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 136. ISBN 978-80-262-1299-7.

⁴³ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 151-153. ISBN 978-80-262-1299-7.

zjištění vyvolala. Důležité je zde své pocity naplno prožít, neutíkat před nimi, případně i na plno truchlit. Zde člověk musí pracovat i s nánosem negativních emocí, které na něm jeho výchova zanechala, a nedovolit jim jej nadále formovat.

V posledním, tedy třetím kroku, dochází k přeměně myšlení člověka, který se již dokázal vypořádat s emočními následky své výchovy. Změna myšlení musí být doprovázena vědomým rozhodnutím o změně svého jednání v praxi každodenního života.⁴⁴

K dosažení všech kroků je velmi často nezbytná pomoc terapeuta a vůle si znovu projít traumatickými zkušenostmi za cílem je zpracovat. V dalších krocích se klade důraz na reinterpretaci, získání nového pohledu a přístupu. V průběhu terapie se jedinci mění samozřejmě i pohled na rodiče a na jejich vztahové návyky. Pro pochopení celé situace je důležité přijmout rodičovy limity, dovolit si truchlit, nastavovat hranice pro komunikaci s rodičem a jiné. V mnohých případech je také na místě léčba vlastních příznaků narcismu, které jsou na děti výchovou přenášeny.⁴⁵

⁴⁴ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 151-153. ISBN 978-80-262-1299-7.

⁴⁵ MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018, s. 156. ISBN 978-80-262-1299-7.

3 Praktická část

V praktické části jsem se zaměřovala na to, jak respondenti vnímají svoje rodiče a jejich vliv na ně. Bylo zkoumáno, jakých rysů NPO si dotázaní nejvíce u rodičů všímají a jak se toto chování odráží na jejich mentální pohodě (sebevědomí, důvěra, people pleasing atd.). Cílem praktické části bylo ověřit hypotézu, že respondenti u svých rodičů ve většině případů nepozorují více než 4 rysy narcistické poruchy osobnosti (NPO) podle DSM-5.

Dotazníkový výzkum byl zvolen za účelem zjistit, kolik lidí v mém okolí se přímo potýká se zkoumanou problematikou. Jako výhodu dotazníkového šetření jsem vnímala velký počet názorů a zkušeností respondentů.

3.1 Metodika výzkumu

Výzkum proběhl metodou dotazníkového šetření. Jednalo se o kvantitativní výzkum. Dotazník byl vytvořen na základě projevů NPO podle DSM-5 a vlastní tvorby s cílem přijmout, či nepřijmout uvedenou hypotézu. Dotazník byl rozeslán mezi studenty Česko-anglického gymnázia (ČAG) a sdílený na můj instagramový profil mezi mé sledující.

Dotazník obsahoval různorodé typy odpovědí. Byly využívány uzavřené otázky (např. pomocí Likertovy škály) i otevřené otázky.

Výzkumu se zúčastnilo 133 respondentů. Zkoumaný vzorek obsahoval studenty ČAGu a sledující mého instagramového profilu ve věku od 12 do 25 let. Většinu zkoumaných tvořily ženy (75,9 %). Respondenti byli osloveni online, a to buď přes e-mail nebo přes Instagram story. Následný sběr dat probíhal pomocí online dotazníku vytvořeného v Google Forms v časovém období 48 hodin.

Respondentům byly v dotazníku položeny následující otázky:

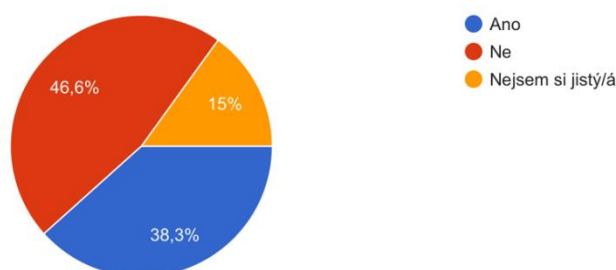
1. Připadá Vám Váš rodič často necitlivý/á vůči emocím ostatních?
2. Všímate si u Vašeho rodiče sklonů k manipulaci nebo využívání ostatních pro vlastní prospěch?
3. Máte pocit, že Váš rodič vyžaduje neustálou pozornost nebo uznání?
4. Vnímá/a jste někdy svého rodiče jako osobu, která si zakládá na svém úspěchu, vzhledu nebo prestiži?
5. Máte pocit, že má Váš rodič tendenci bagatelizovat nebo ignorovat vaše pocity a potřeby?
6. Setkal/a jste se s tím, že by Váš rodič často kritizoval ostatní, aby se sám cítil lépe?
7. Jestli u někoho z rodičů tyto rysy pozorujete, u koho konkrétně?
8. Cítíte se být rodiči dostatečně podporován/a v tom, co vás baví nebo zajímá?
9. Měl/a jste někdy pocit, že se musíte chovat určitým způsobem, abyste si zasloužil/a rodičovskou lásku nebo pozornost?
10. Jaký vliv měl podle vás tento rodič na vaši sebedůvěru?
11. Pokud Váš rodič projevuje již zmíněné rysy, jak jinak Vás to v životě ovlivňuje?
(např. partnerské/přátelské vztahy, sebevědomí, people pleasing, perfekcionismus...)

3.2 Prezentace výsledků

Otázka 1 - Připadá Vám Váš rodič často necitlivý/á vůči emocím ostatních?

Připadá vám Váš rodič často necitlivý/á vůči emocím ostatních?

133 odpovědi



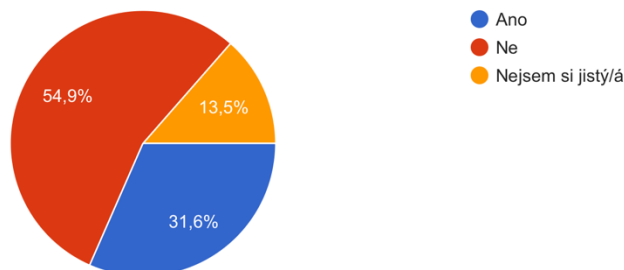
Obrázek 1 - Odpovědi na první otázku

V odpovědi na první otázku více než třetina respondentů uvedla, že vnímají svého rodiče jako často necitlivého. Ačkoliv se jedná o značný podíl dotazovaných, je nutné brát v potaz jejich osobní interpretaci slova „často“. Většina respondentů pak odpověděla buď záporně, nebo si nebyla jistá.

Otázka 2 – Všímate si u Vašeho rodiče sklonů k manipulaci nebo využívání ostatních pro vlastní prospěch?

Všímate si u Vašeho rodiče sklonů k manipulaci nebo využívání ostatních pro vlastní prospěch?

133 odpovědí



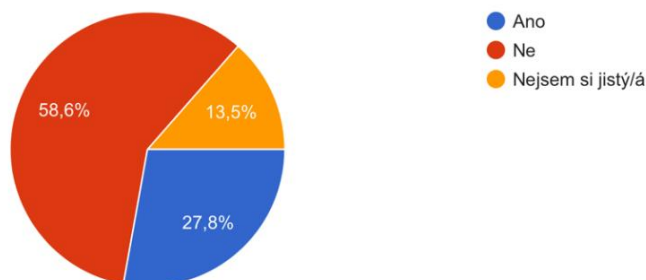
Obrázek 2 - Odpovědi na druhou otázku

Výsledky u druhé otázky se procentuálně podobaly předchozímu grafu, byť rodiče respondentů jsou zde prezentováni v o jednotky procent lepším světle. Stejně jako v otázce na častou necitlivost rodičů, i zde kolem 30 % respondentů uvedlo, že má zkušenosti se sklony k manipulaci u svých rodičů.

Otázka 3 – Máte pocit, že Váš rodič vyžaduje neustálou pozornost nebo uznání?

Máte pocit, že Váš rodič vyžaduje neustálou pozornost nebo uznání?

133 odpovědí



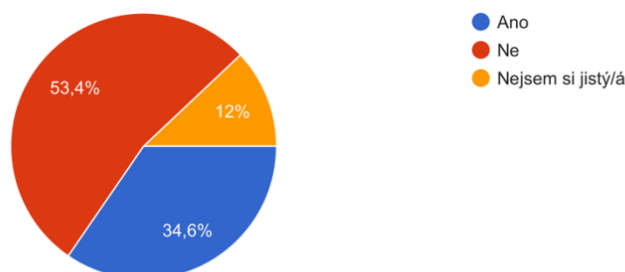
Obrázek 3 - Odpovědi na třetí otázku

Téměř 28 % dotázaných vnímají, že jejich rodiče neustále vyžadují pozornost či uznání. Jedná se tak dosud o nemenší podíl respondentů, kteří u svých rodičů pozorují projevy NPO. Stabilní však napříč dosvědňujícími otázkami zůstávají čísla respondentů, kteří si nejsou jistí.

Otázka 4 – Vnímal/a jste někdy svého rodiče jako osobu, která si zakládá na svém úspěchu, vzhledu nebo prestiži?

Vnímal/a jste někdy svého rodiče jako osobu, která si zakládá na svém úspěchu, vzhledu nebo prestiži?

133 odpovědí



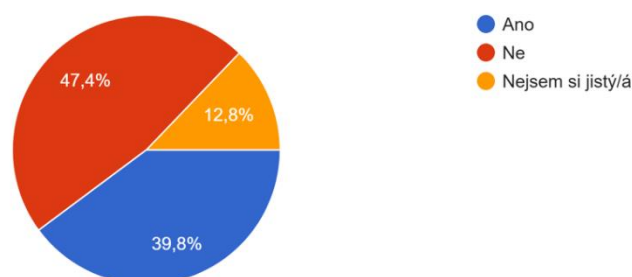
Obrázek 4 - Odpovědi na čtvrtou otázku

I ve čtvrté otázce se stále udržuje dosavadní trend, kdy zhruba třetina respondentů, v tomto případě téměř 35 %, pozoruje u svých rodičů projevy narcismu. Více než polovina odpovídajících nemá pocit, že by si jejich rodiče zakládali na úspěchu, vzhledu a prestiži. Něco přes 10 % jako již tradičně neví.

Otázka 5 – Máte pocit, že má Váš rodič tendenci bagatelizovat nebo ignorovat vaše pocity a potřeby?

Máte pocit, že má Váš rodič tendenci bagatelizovat nebo ignorovat vaše pocity a potřeby?

133 odpovědí



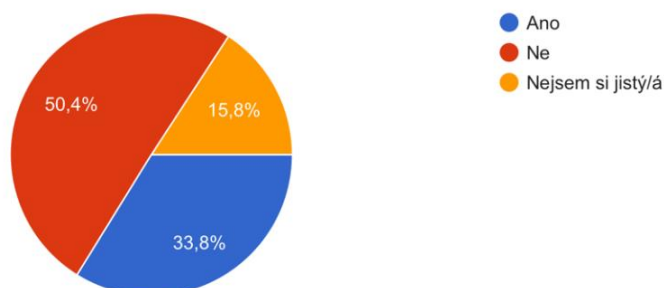
Obrázek 5 - Odpovědi na pátou otázku

Téměř 40 % respondentů, tedy zatím nejvyšší podíl ze všech otázek, vnímá, že jejich rodič má tendenci bagatelizovat či ignorovat jejich potřeby a pocity. I přesto převládá zamítavé stanovisko. Také po páté otázce lze tedy konstatovat, že převládá množina respondentů nepozorující u svých rodičů projevy narcistické poruchy.

Otázka 6 – Setkal/a jste se s tím, že by Váš rodič často kritizoval ostatní, aby se sám cítil lépe?

Setkal/a jste se s tím, že by Váš rodič často kritizoval ostatní, aby se sám cítil lépe?

133 odpovědí



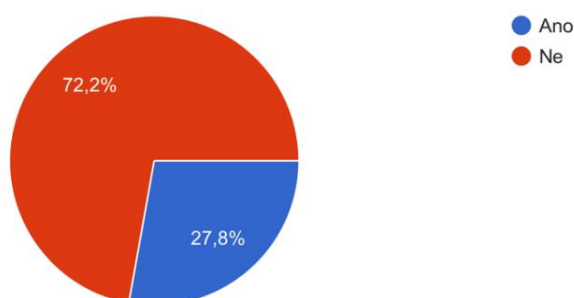
Obrázek 6 - Odpovědi na šestou otázku

Třetina respondentů se setkala s tím, že jejich rodič kritizoval ostatní, aby se sám cítil lépe. Nejtesnější možná většina pak soudí opak a tradičních kolem 15 % respondentů si není jistá. Výsledky jsou tak napříč dosavadními otázkami velice stabilní, což může vypovídat jednak o přísnějším pohledu zhruba třetiny respondentů na své rodiče, nebo o skutečné projevy NPO opakující se u stejných rodin.

Ověřující otázka – Odpověděli jste na 4 nebo více odpovědí v této části dotazníku „ano“?

Odpověděl/a jste na 4 nebo více odpovědí v této části otazníku „Ano“

133 odpovědí



Obrázek 7 - Otázka ověřující hypotézu práce

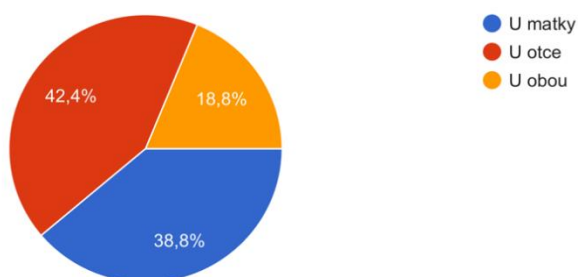
Výše uvedená otázka byla zcela stěžejní pro ověření mé hypotézy, že respondenti u svých rodičů ve většině případů nepozorují více než 4 rysy narcistické poruchy osobnosti (NPO) podle DSM-5. Předchozích šest dotazů totiž přímo cílilo na tyto rysy a jak už grafické představení jejich výsledků jasně napovědělo, pouze menšina dotazovaných si těchto

charakteristik u svých rodičů všímala. Zcela nepřekvapivě, jenom necelých 28 % respondentů u svých rodičů vnímá 4 až 6 rysů NPO výše zmíněných v předchozích otázkách. Tento výsledek zcela odpovídá neustále se opakující zhruba třetině, která na předchozí otázky opakovaně odpovídala kladně.

Ačkoliv hypotéza práce je již nyní přijata, následující pokračování praktické části nabídne bližší vhled do problematiky vztahu dětí a jejich rodičů s narcistickými rysy.

Otázka 7 – Jestli u někoho z rodičů tyto rysy pozorujete, u koho konkrétně?

Jestli u někoho z rodičů tyto rysy pozorujete, u koho konkrétně?
85 odpovědí

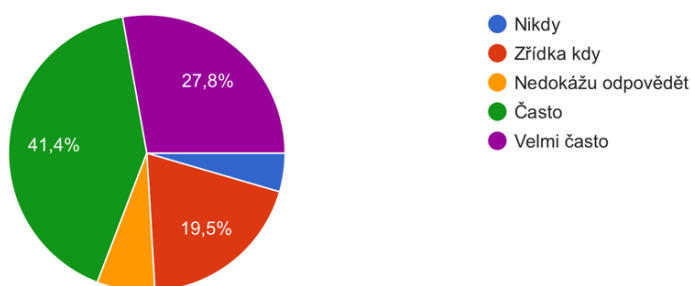


Obrázek 8 - Odpovědi na sedmou otázku

Otázka byla cílená pouze na ty respondenty, kteří alespoň jeden z rysů NPO u svých rodičů pozorují. Výsledky pak byly celkem vyrovnané a otcové v odpovědích převládali jen s mírnou převahou. Necelých 20 % respondentů si dokonce rysů narcistické poruchy všímá u obou rodičů.

Otázka 8 – Cítíte se být rodiči dostatečně podporován/a v tom, co vás baví nebo zajímá?

Cítíte se být rodiči dostatečně podporován/a v tom, co vás baví nebo zajímá?
133 odpovědí



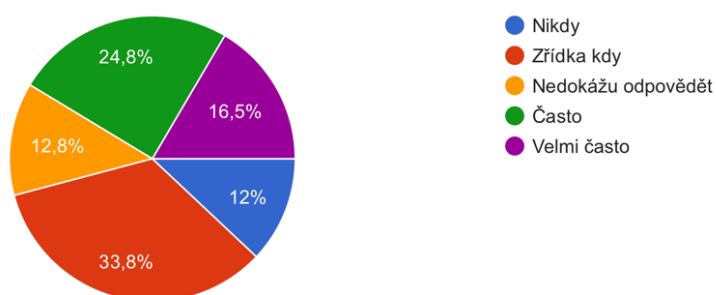
Obrázek 9 - Odpovědi na osmou otázku

Osmá otázka nabízí poměrně optimistické výsledky, protože téměř 70 % respondentů se cítí být rodiči dostatečně podporováno v tom, co je baví nebo zajímá. Pouze 20 % tuto podporu vnímá jen výjimečně a naprostá menšina respondentů doma žádnou podporu nevnímá. Lze tedy jasně konstatovat, že většina dotazovaných doma má podpůrné stimulující prostředí.

Otázka 9 – Měl/a jste někdy pocit, že se musíte chovat určitým způsobem, abyste si zasloužil/a rodičovu lásku nebo pozornost?

Měl/a jste někdy pocit, že se musíte chovat určitým způsobem, abyste si zasloužil/a rodičovu lásku nebo pozornost?

133 odpovědí



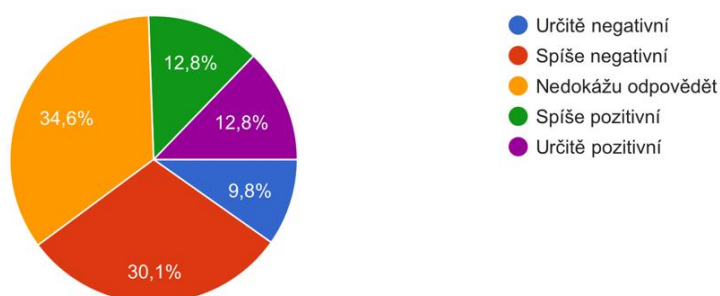
Obrázek 10 - Odpovědi na devátou otázku

Přes 40 % dotázaných má často pocit, že se musí chovat určitým způsobem, aby si zasloužili rodičovu lásku či pozornost. Tento výsledek lze interpretovat tak, že respondenti sice vnímají doma podporu, ale i jistý výkonový tlak, který s ní přichází. Pouze 12 % dotazovaných tento tlak na „zásluhovost“ necítí nikdy a bylo by jistě zajímavé blíže prozkoumat množinový průnik mezi dětmi, které doma nevnímají žádnou podporu, s těmi, které necítí nutnost si lásku a pozornost zasloužit.

Otázka 10 – Jaký vliv měl podle Vás tento rodič na Vaši sebedůvěru?

Jaký vliv měl podle vás tento rodič na vaši sebedůvěru?

133 odpovědí



Obrázek 11 - Odpovědi na desátou otázku

Největší část dotázaných (téměř 40 %) vnímá vliv rodiče s rysy NPO na jejich sebedůvěru jako negativní. Pocit toho, že si lásku a pozornost musí zasloužit, tlak na dokonalost, kritičnost a necitlivost rodičů vůči nim zcela nepřekvapivě snižuje jejich sebevědomí a narušuje pozitivní vztah k sobě samotným. Je však zároveň zajímavé pozorovat, že čtvrtina dotazovaných naopak vnímá rodiče s rysy NPO jako zdroj pro vyšší pocit sebedůvěry, patrně v souvislosti s pocitem vlastního úspěchu a kompetencí, které jsou rodiči oceňovány.

Otázka 11 – Pokud Váš rodič projevuje již zmíněné rysy, jak jinak Vás to v životě ovlivňuje? (např. partnerské/přátelské vztahy, sebevědomí, people pleasing, perfekcionismus...)

Poslední otázka byla otevřená a dala respondentům možnost blíže popsat vliv rodičů s narcistickými rysy na jejich vztahy, sebevědomí apod. Mnozí z nich této možnosti využili a nabídli zajímavé odpovědi.

O své matce a jejím vlivu na sebe samotnou jedna respondentka uvedla: „*Rozhodně people pleasing, ale v některých situacích si na sobě všímám podobného chování, které jsem občas zpozorovala u ní. Také úzkostlivost ve vztazích (ať už v partnerských či přátelských), kdy se musím ujišťovat, že jsem daného člověka nějak neurazila či nenaštvala. Rozhodně to vidím jako problém i v komunikaci, kdy nedokážu říct věci narovinu, ale snažím se to říci nějakým lehčím způsobem, nebo si to nechávám pro sebe, aby jsem neublížila dotyčnému.*“

Jiná respondentka se v odpovědi na otázku svěřila, že má problém s důvěrou v ostatní lidi a nedokáže mluvit otevřeně, popřípadě nezvládá kritiku.

„Když se s rodičem bavím, mám pocit, že musím být stále ve střehu, promýšlet vše, co řeknu a být opatrná,“ uvádí pak další z respondentek. *„Nikdy nevím co za reakci od něj očekávat a náš vztah je pro mě jedna velká nejistota. Také si dávám velký pozor na to, abych někoho neurazila, i když vím, že ten strach není způsobený mými činy, ale tím, na co jsem zvyklá od něj.“*

Častý problém dětí rodičů s projevy NPO popisuje jedinec, který má problém se rodičům svěřovat a sdílet s nimi své zájmy i názory: *„Mám pocit, že si musím věci, co mě baví, nechávat pro sebe, aby mě jejich očekávání nebo názory neodradily, nezkazily vztah k zmíněným věcem. Obecně s nimi nechci sdílet některé aspekty svého života, např. láska, politika.“*

Mezi dalšími odpověďmi byly zmíněny ty dopady rodičů na děti, které popisovala teoretická část práce. Respondenti se svěřovali s problémy týkajícími se sebelásky a důvěry v ostatní, s neschopností říkat lidem ne a s tlakem na vlastní dokonalost. *„Celkem dost to ovlivňuje mé sebevědomí, a zároveň na mě tyto rysy vytváří tlak, bojím se, že když nebude vše do puntíku, nebudu dost dobrá,“* svěřila se jedna z dívek v dotazníku.

V souvislosti s výše uvedeným bodem zaznívaly odpovědi jako: *„Řekla bych, že se snažím mít vše perfektní, často dělám věci/ruším schůzky s kamarády jen proto, aby oni (rodiče) měli lepší pocit.“* Popřípadě podobná zkušenost jiného respondenta: *„Často mám pocit, že musím své mámě lhát, když se rozzlobí. V prostředí dospělých často předstírám věci, abych působil tak, jak si moje máma přeje, abych působil.“*

3.3 Reflexe výsledků a závěr praktické části

Z výsledků výzkumu vyplývá, že i když se s rysy narcistické poruchy u svých rodičů setkává nemalé procento respondentů, většina takové rysy u rodičů nepozoruje. Výzkum tedy potvrdil hypotézu, že respondenti u svých rodičů ve většině případů nepozorují více než 4 rysy narcistické poruchy osobnosti (NPO) podle DSM-5.

Odpovědi respondentů na otevřenou otázku se shodují s poznatky odborné literatury, které se zabývají např. nízkým sebevědomím, závislostí na názoru ostatních, vysokou potřebou vnější podpory, neschopností odmítnout prosby ostatních, či nedostatečnou důvěrou v ostatní lidi. Teoretická část tedy souhlasí s výsledky části praktické.

Nejvyšší procento respondentů, kteří u rodičů pozorovali projevy NPO, bylo nashromážděno u otázky, zda má rodič tendenci bagatelizovat nebo ignorovat jejich pocity a potřeby, a to s 40 % souhlasných odpovědí. Dále pak následovala otázka na necitlivost vůči emocím

ostatních s 38 % souhlasných odpovědí. Více než třetina tázaných rodiče vnímá jako osobu, která si zakládá na svém úspěchu, vzhledu nebo prestiži, a zároveň 28 % respondentů věří, že jejich rodiče vyžadují neustálou pozornost či uznání. Jakkoliv tedy hypotéza byla přijata, rysy narcismu dětí u svých rodičů pozorují v nezanedbatelné míře.

Ačkoliv většina respondentů, kteří u rodičů vnímají zmíněné rysy NPO, tyto rysy pozorují u otce (42 %), velké množství je pozoruje u matky (39 %). Necelá pětina respondentů pak rysy pozoruje u obou rodičů. V zahraničních výzkumech je uváděno, že v 50-75 % případů je porucha diagnostikována mužům, i když diagnostika NPO je náročný proces, a tak statistiky nemusí odpovídat skutečnosti.⁴⁶

Z odpovědí v druhé části dotazníku, která se zaměřovala na vliv rodičů na respondenty, vyplynulo, že přibližně stejný počet lidí uvedl, že někdy cítí potřebu chovat se určitým způsobem, aby si zasloužili lásku nebo pozornost rodičů, jako těch, kteří tento pocit nemají. Dalších 13 % respondentů si nebylo jistých a nedokázalo odpovědět.

Jako možné omezení výzkumu vnímám pravděpodobnou jednotvárnost výzkumného vzorku a nedostatečnou rozmanitost. Jak bylo zmíněno v teoretické části, NPO je porucha spektrální, a tak o výsledku šetření také bude rozhodovat subjektivita odpovědí.

Závěrem vnímám jako důležité zdůraznit hlavní výsledek výzkumu, a to ten fakt, že téměř třetina respondentů (28 %) si u jednoho či u obou rodičů všímá více rysů NPO, což vnímám jako překvapivý výsledek.

Počet lidí s narcistickou poruchou osobnosti se totiž podle různých studií pohybuje mezi 1,3 % a 17 %. Nejde ale jen o samotnou poruchu, ale i jednotlivé narcistické rysy, které nemusí nutně splňovat všechna diagnostická kritéria, ale stále mohou mít negativní vliv.⁴⁷ I když porovnávání výsledků odborných studií a mnou provedeného dotazníku pro účely SOČ nemusí být relevantní, přináší minimálně srovnání s už tak širokým rozptylem výsledků odborných studií. Není možné rodiče respondentů diagnostikovat na základě výsledků dotazníku, což ostatně také nebylo cílem této práce. Cílem práce bylo především na rysy NPO upozornit a dát je do možné spojitosti právě s touto osobnostní poruchou. Výsledek práce dokazuje, že tato

⁴⁶ *Narcissistic Personality Disorder*. Online. In: Cleveland Clinic. 2023. Dostupné z: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/9742-narcissistic-personality-disorder>. [cit. 2025-02-01].

⁴⁷ ARABI, Shahida. *Narcissism Isn't As Rare As People Think – According to Research*. Online. In: Thought Catalog. 2024. Dostupné z: <https://thoughtcatalog.com/shahida-arabi/2023/09/narcissism-isnt-as-rare-as-people-think-according-to-research/>. [cit. 2025-02-01].

problematika ovlivňuje značné množství dětí, mladistvých i mladých dospělých. Jelikož studií a výzkumů je v tomto ohledu nedostatek, vnímám výsledek práce jako zajímavý a z části také znepokojivý kvůli vysokým procentům respondentů, kteří jsou rodiči negativně ovlivňováni. I když naprostá většina respondentů se pohybovala ve věkovém rozpětí od 12 do 26 let, a tudíž není možné z výsledků průzkumu vyvozovat závěry týkající se celoživotních dopadů, jsou ale výsledky dotazníku v souladu s odbornými publikacemi, a tak je vnímám jako legitimní a opodstatněné.

Závěr

Tato práce si vytyčila za cíl představit narcistickou poruchu osobnosti, a především vliv rodičů s touto poruchou na jejich děti. V praktické části ověřovala pomocí kvantitativního výzkumu hypotézu, že respondenti u svých rodičů ve většině případů nepozorují více než 4 rysy narcistické poruchy osobnosti podle *Diagnostickeho statistického manuálu duševních poruch*. Ačkoliv tato hypotéza byla přijata, ukázalo se, že rysy NPO jsou dětmi a mladistvými u jejich rodičů pozorovány v překvapivě vysoké míře.

V první kapitole se práce zaměřila na narcistickou poruchu jako takovou. Popsala její projevy, vznik, možnosti léčby a způsoby, jak s člověkem trpícím narcistickou poruchou osobnosti komunikovat. Speciální pozornost věnovala kapitola narcistické poruše u rodičů a tomu, jakým způsobem mohou působit na své okolí, především na děti.

Dětem se následně věnovala kapitola druhá. Ta čtenáři představila dopad rodičů s NPO na psychický vývoj potomka, na jeho partnerské i přátelské vztahy a na možnosti uzdravování dětí poznamenaných výchovou narcistickými rodiči. Na tuto část navázal výzkum realizovaný formou dotazníku, kde lidé ve věku 12 až 26 let uváděli, do jaké míry u svých rodičů pozorují jednotlivé rysy narcismu. Práce tak nabízí zajímavý vhled do problematiky a prezentuje čtenáři výsledky nabízející jednoznačný závěr – problematika narcistické poruchy osobnosti u rodičů se do jisté míry týká nezanedbatelného počtu dětí a je třeba jí věnovat pozornost. Dopady na jejich zdravý vývoj totiž mohou být potenciálně velmi závažné.

Právě v upozornění na výše zmíněný problém a v kvantitativním výzkumu týkajícím se této zatím málo probádané oblasti shledávám hlavní přínos této práce. Jsem pevně přesvědčena, že čtenářovi nabízí ucelený úvod do problematiky narcistické poruchy osobnosti a dopadů výchovy rodičů s touto poruchou na děti. Pokud bych na tuto SOČ dostala možnost navázat v budoucnosti, jako prostor pro další výzkum vnímám longitudinální kvalitativní studie jednotlivců, jejichž rodiče jsou skutečně diagnostikováni narcistickou poruchou osobnosti.

Tato práce mně samotné v mnoha ohledech otevřela oči a její výsledek vnímám jako osobně přínosný. I když jsem do určité míry předpokládala, že děti s rodiči s rysy s NPO není zrovna malé množství, výsledek praktické části mě i tak překvapil. Nejsem nadšená z toho, že v takto náročných podmínkách vyrůstá či vyrůstalo tolik dětí, ale doufám, že tato práce bude působit i jako určitá forma varování. Jsem totiž přesvědčena o tom, že právě rozpoznávání těchto problémů je zásadním krokem k minimalizování škod, které rodiče s rysy NPO naneštěstí

způsobují. Doufám, že toto téma bude v budoucnu ve společnosti více známé a nebude bagatelizováno. Věřím, že nejsem jediná, komu práce pomohla představit tuto problematiku a rozšířit obzory, a tak osobně vnímám práci jako úspěšnou.

Seznam literatury

Tištěné zdroje

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5*. 5th ed. Washington: American Psychiatric Publishing, 2013. ISBN 978-0-89042-555-8.

FROMM, Erich. *Umění milovat*. Vyd. 11. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0806-8.

MCBRIDE, Karyl. *Budu vůbec někdy dost dobrá?* Praha: Portál, 2018. ISBN 978-80-262-1299-7.

Odborné články

BROTHERS, Doris. Trauma-Centered Psychoanalysis. Online. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2009, roč. 1159, č. 1. ISSN 0077-8923. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04350.x>. [cit. 2024-11-24].

DASHINEAU, S. C., EDERSHILE, E. A., SIMMS, L. J., a WRIGHT, A. G. C. Pathological narcissism and psychosocial functioning. Online. *Personality Disorders*. 2019, roč. 10, č. 5. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/per0000347>. [cit. 2024-11-24].

HOUBOVÁ, Petra; PRÁŠKO, Jan; PREISS, Marek a HERMAN, Erik. NARCISTICKÁ PORUCHA OSOBNOSTI – ARCISTICKÁ PORUCHA OSOBNOSTI – DIAGNOSTIKA A LÉČBA IAGNOSTIKA A LÉČBA. Online. *Psychiatrie pro praxi*. 2005, roč. 1, č. 1. ISSN 1803-5272. Dostupné z: <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2005/01/03.pdf>. [cit. 2024-11-06].

PAULHUS, Delroy L. Interpersonal and intrapsychic adaptiveness of trait self-enhancement: A mixed blessing? Online. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998, roč. 74, č. 5. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1197>. [cit. 2024-11-24].

SHAW, Daniel. Enter Ghosts: The Loss of Intersubjectivity in Clinical Work With Adult Children of Pathological Narcissists. Online. *Psychoanalytic Dialogues*. 2010, roč. 20, č. 1. ISSN 1048-1885. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/10481880903559120>. [cit. 2024-11-25].

Webové stránky

ARABI, Shahida. *Narcissism Isn't As Rare As People Think – According to Research*. Online. In: Thought Catalog. 2024. Dostupné z: <https://thoughtcatalog.com/shahida-arabi/2023/09/narcissism-isnt-as-rare-as-people-think-according-to-research/>. [cit. 2025-02-01].

Codependent vs Dependent: The Impact on Personal Relationships. Online. In: Meridian university. 29 DECEMBER 2023. Dostupné z: <https://meridianuniversity.edu/content/codependent-vs-dependent-the-impact-on-personal-relationships>. [cit. 2024-12-29].

Effective Therapy for Narcissistic Personality Disorder. Online. In: Counseling center group. 23 May 2024. Dostupné z: <https://counselingcentergroup.com/therapy-for-narcissistic-personality-disorder/>. [cit. 2025-01-02].

FEDERMAN, Russ. *The Relationship Between Narcissism and Bipolar Disorder*. Online. In: Psychology today. 2013. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/bipolar-you/201310/the-relationship-between-narcissism-and-bipolar-disorder>. [cit. 2024-11-20].

HAYES, Heather. *The Impact of Growing up with a Narcissistic Parent*. Online. In: Heather R. Hayes. 22 September 2023. Dostupné z: <https://heatherhayes.com/the-impact-of-growing-up-with-a-narcissistic-parent/>. [cit. 2024-12-29].

How Having a Narcissistic Parent Impacts Young Adult Mental Health. Online. In: Newport Institute. Noveber 2022. Dostupné z: <https://www.newportinstitute.com/resources/mental-health/narcissistic-parent/>. [cit. 2024-11-20].

KOUCKÁ, Pavla. *Ubránit se rodičům*. Online. In: Psychologie.cz. 2016. Dostupné z: <https://psychologie.cz/ubranit-se-rodicum/>. [cit. 2024-11-20].

LAUNDER, Amy. *The Impact of Growing Up With A Narcissistic Parent*. Online. In: The Awareness Centre. 2020. Dostupné z: <https://theawarenesscentre.com/narcissistic-parent/>. [cit. 2024-11-20].

LITNER, Jeniffer. *10 Tips for Dealing with Someone's Narcissistic Personality Traits*. Online. In: Healthline. 11 April 2024. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/how-to-deal-with-a-narcissist#education>. [cit. 2025-01-04].

MCBRIDE, Karyl. *How Narcissistic Parenting Can Affect Children*. Online. In: Psychology Today. 19 February 2018. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-legacy-of-distorted-love/201802/how-narcissistic-parenting-can-affect-children>. [cit. 2024-11-20].

Narcissistic Personality Disorder. Online. In: Cleveland Clinic. 2023. Dostupné z: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/9742-narcissistic-personality-disorder>. [cit. 2024-11-20].

RUSH, Illene Raymond. *Bipolar and Narcissism: Are They Linked?* Online. In: Health Center. 2022. Dostupné z: <https://www.healthcentral.com/condition/bipolar-disorder/bipolar-and-narcissism>. [cit. 2024-11-20].

ŠVEHLA, Michal. *Trocha narcismu neškodí. Kdy může být užitečný a kdy už se stává patologickým?* Online. In: Flowee. 2023. Dostupné z: <https://www.flowee.cz/civilizace/11396-trocha-narcismu-neskodi-kdy-muze-byt-uzitecny-a-kdy-uz-se-stava-patologickym>. [cit. 2024-11-09].

TANCEROVÁ, Tereza. *Lidé s narcistickou poruchou osobnosti neumějí přijímat kritiku. Cítí se být ostatním nadřazení*. Online. In: Zdraví.euro. 2021. Dostupné z: <https://zdravi.euro.cz/clanky/narcisticka-porucha-osobnosti/#pollInText1001098>. [cit. 2025-01-02].

Understanding the Mood Swings of the Narcissist. Online. In: Medium. 2024. Dostupné z: <https://nehemiahisamotu.medium.com/understanding-the-mood-swings-of-the-narcissist-143b688214d0>. [cit. 2024-11-20].

WASHINGTON, Nicole. *How to Treat Narcissistic Personality Disorder*. Online. In: Healthline. 16 May 2023. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/therapy-for-narcissism>. [cit. 2025-01-02].

YEOMANS, Frank a CALIGOR, Eve. Narcissistic Personality Disorder: The Treatment Challenge. Online. *Psychiatrics News*. 2016, roč. 51, č. 9. ISSN 1559-1255. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.1176/appi.pn.2016.5a19>. [cit. 2025-02-04].

Seznam obrázků

Obrázek 1 - Odpovědi na první otázku.....	25
Obrázek 2 - Odpovědi na druhou otázku	26
Obrázek 3 - Odpovědi na třetí otázku	26
Obrázek 4 - Odpovědi na čtvrtou otázku	27
Obrázek 5 - Odpovědi na pátou otázku	27
Obrázek 6 - Odpovědi na šestou otázku	28
Obrázek 7 - Otázka ověřující hypotézu práce	28
Obrázek 8 - Odpovědi na sedmou otázku	29
Obrázek 9 - Odpovědi na osmou otázku.....	29
Obrázek 10 - Odpovědi na devátou otázku	30
Obrázek 11 - Odpovědi na desátou otázku	31