

# Me, Myself and I

**Samenwerken met een narcist** Hoe herken ik een narcist op mijn werk? Heb je op je werk weleens te maken gehad met een narcistische collega of leidinggevende? Dat kan best lastig zijn, want samenwerken met een onverbloemde narcist is gewoonweg niet te doen. Dat vraagt in feite om een gebruiksaanwijzing. Hier een beknopte lijst met do's en dont's .

I  me  
myself  
and I

## Hoe herken ik een narcist op mijn werk?

Een narcist gedraagt zich vaak heel arrogant, ijdel en superieur. Het lijkt heel wat, maar in feite is de narcist onzeker en kan hij enkel bestaan via de bewondering en erkenning door anderen. In wezen heeft de narcist een identiteitsprobleem want hij weet niet wie hij is of waar hij voor staat. Dat maakt de narcist heel afhankelijk, terwijl hij zich naar buiten juist als groots en sterk presenteert. Je ziet de narcistische persoonlijkheid vaak terug in managementfuncties, want macht is een aantrekkelijk gegeven voor de narcist. Mensen met macht zijn krijgen aandacht en bewondering die ze zoeken. Echter, ook in

de sales, politiek of media kunnen ze hun behoefte aan bevestiging en bewondering goed kwijt.

De narcist heeft weliswaar een heel gebrekkig inlevingsvermogen (anderen interesseren hem in wezen niet), maar kan vanuit zijn eigen belangen en behoeften wel oppervlakkige belangstelling tonen. Handig interesse tonen om op die wijze aandacht terug te krijgen. De narcist wil je hem aardig vindt en op een voetstuk plaatst. Narcisten voelen zich verheven boven anderen. Het is bijna of ze boven de wet staan. Een narcist is aanzien- en statusgevoelig en houdt van mooie, dure spullen. Op je werk dragen ze meestal dure en smaakvolle merkkleding waarmee ze zich willen onderscheiden van het inferieure volk.

## **Do's and Dont's**

Nu even de do's en dont's indien je met een narcist moeten samenwerken en ontsnappen niet mogelijk is. Verwacht niets, jij bent degene die zich moet aanpassen. De narcist heeft namelijk een bord voor zijn kop met de letters "Me, Myself and I"

Een narcistische persoon is erg gevoelig voor bliken van bewondering, erkenning en bevestiging. Daar leeft de narcist in feite op.

**DO:** Wil je de narcist voor je winnen, dan geef je hem of haar complimenten. Vaak wordt door de narcist heel overdreven gedaan over eigen talenten, prestaties, talenten en contacten.

**DON'T:** Geef de narcist geen negatieve kritiek. Zelfs een opmerking kan al in de beleving van de narcist al gauw als een aanval worden ervaren. Vermijd dus het conflict, want roemrucht zijn de zogenoemde *narcistic rages*, waarin gevoelens van woede en verongelijkheid ongeremd tot een uitbarsting komen. De narcist accepteert geen kritiek van personen die hij als minderwaardig beschouwt. Op zo'n moment heb je een *Mad Man* in huis kruipt iedereen het liefst even onder zijn tafel.

De narcist is ego-centrisch. Hij staat in het middelpunt van zijn eigen universum.

**DO:** Toon belangstelling, liefst bewondering. Informeer bijvoorbeeld naar prestaties, de vakantie, de nieuwe auto, de verbouwing, de kinderen etc. etc. De narcist is egocentrisch en praat graag over zichzelf en zijn fantastische bestaan. Een zelfkritische noot zul je niet gauw aantreffen. De narcist heeft het namelijk zeer getroffen met zichzelf. Hij vindt zichzelf heel belangrijk en uniek.

**DONT:** Val de narcist niet lastig met jouw leventje. Boeit niet! Verwacht geen aandacht of empathie, dat is twee bruggen te ver. Heb je problemen of frustraties, leg ze niet bij

de narcist neer. Paarden voor de zwijnen. Als je praat met een narcistische persoon dan merk je vanzelf dat hij of zij in feite niet is geïnteresseerd. Op een oppervlakkig niveau kan de narcist interesse veinzen, maar ook hier zal zijn eigen agenda de boventoon voeren. De narcist is een kunstenaar in het manipuleren.

De narcist is vaak een olifant in een porselein kast, maar heeft dit niet in de gaten. Ondertussen wordt er wel applaus verwacht. Een narcist houdt in zijn besluiten en acties weinig of geen rekening met de gevoelens of opvattingen van de ander. Daarom worden ze als besluitvaardig en doortastend gezien, maar dat is in feite een misvatting: het is onvermogen.

## **Gezond narcisme**

Een beetje narcisme is juist goed en gezond, want het staat voor levenslust, zelfbewustzijn en zelfwaardering. Anders komen we met zijn allen in een depressie terecht. Narcisme wordt echter een probleem zodra het niet meer mogelijk is om beroepsmatig en sociaal adequaat te functioneren. In de top van bedrijven zitten vaak narcistische mensen vanwege hun dominantie en ambitie. Vanwege hun positie en macht zal niemand gauw hun functioneren durven betwisten of ondermijnen. Dat wordt ook niet geaccepteerd. Bedrijven met ja-knikkers aan de top kunnen hierdoor zelfs omvallen. Zie het Imtech dossier. Volgens recenter onderzoek is narcisme in het huidige tijdsgewricht sterk in opkomst vanwege het gebruik van sociale media. Over de oorzaken van narcisme is minder bekend, maar aangenomen wordt dat onverwerkte trauma's uit de kinder- en jeugd jaren de wortels vormen. Wees dus voorzichtig in de samenwerking met de narcist, want zijn flair en flinterdunne trots is snel gekrenkt.

Erik Reijtenbagh, juli 2018

Psycholoog