

DS



NYHETER

SPORT

PLUS

TV

LOKALT

NÖJE

MAT &amp; DRYCK

KULTUR

LEDARE

Family

Meny

Shop

GRAVID

SPÄDBARN

SMÅBARN

RELATION

SKOLA

HÄLSA

TV

FRÅGA

**Schibsted**Aftonbladet är en del av Schibsted. Schibsted är ansvarig för dina data på denna sida. [Läs mer här](#)

# Så vet du om ditt barn har narcissistiska drag

## Fyra experter reder ut hur uppfostran kan påverka

Av: **Cornelia Mikaelsson**

PUBLICERAD: LÖR 23 JAN 2021

UPPDATERAD: LÖR 23 JAN 2021



FOTO: GETTY

”Narcissism är komplicerat eftersom det kan innebära ett alltför starkt självförtroende, eller ett alltför svagt självförtroende”, säger Petri Kajonius, forskare vid Lunds universitet.

## Barn & unga

**Självupptagna och med ett stort behov av att känna sig beundrade.**

**Det finns många likheter mellan barn och narcissister.**

**Så vad bör man som föräldrar vara uppmärksam på? Och går det att förhindra att ett barn växer upp och blir en fullfjädrad narcissist?**

**Fyra experter svarar.**

Elsa Ronningstam, psykolog och professor vid Harvard Medical School, har forskat och arbetat kliniskt med narcissism i över 40 år. Enligt henne finns det – till mångas förvåning – två sidor av narcissism: Det kan antingen handla om ett för högt självförtroende, eller ett för lågt självförtroende.

– I båda fallen är personen i fråga ofta känslig, osäker, rädd för att göra fel och bli kritiserad, säger hon.

Vissa barn är mer sårbara för att utveckla narcissism på grund av genetiska faktorer – men forskning har också kunnat visa att uppfostran och miljö har betydelse.

– Beroende på hur barn knyter an till sina föräldrar kan det skapa en obalans i självförtroendet. Det är framför allt relationer som innehåller höga förväntningar, osäkerhet och avvisande som kan leda till narcissistisk personlighetsstörning, säger Elsa Ronningstam.

Så hur hjälper man ett barn att få ett sunt självförtroende? Enligt Petri Kajonius, forskare i psykologi vid Lunds universitet, är det komplicerat eftersom barn är i behov av olika mycket beröm. Ett generellt råd är dock att inte pumpa upp barns egon i onödan.

– Det är viktigt att barn förstår att hon eller han är värd att älska som person, inte för sin prestation. Vi blandar ofta ihop det. Barn vet till exempel redan vem som är bäst i fotboll. Sedan kommer vuxenvärlden och säger att deras barn är bäst oavsett prestation, utan att ge någon vägledning.

Petri Kajonius menar att barn i stället behöver lära sig att ta kritik på ett konstruktivt sätt. Föräldrar bör se barn som individer och utveckla deras sanna självförtroende.

– Om ett barn ritar två teckningar, och en teckning är bättre än den andra, kan man peka på det och förklara varför.



FOTO: PRIVAT

Elsa Ronningstam, psykolog och professor vid Harvard Medical School.

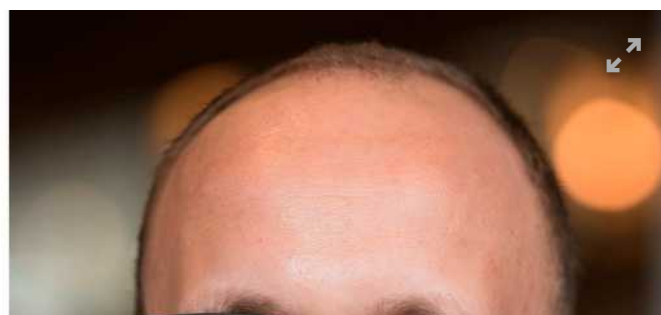




FOTO: ANDREAS OLSSON, PRIVAT

Petri Kajonius är forskare inom psykologi vid Lunds universitet. Eddie Brummelman är forskare vid universitet i Amsterdam.

Eddie Brummelman, forskare vid universitetet i Amsterdam, tycker inte att föräldrar ska vara oroliga i onödan. Att barn till exempel överskattar sin förmåga är normalt och inget som bör misstas för ett narcissistiskt personlighetsdrag.

Han hävdar att det finns en viktig skillnad mellan självkänsla (att känna sig värdefull) och narcissism (att känna sig bättre än andra).

– Barn som känner sig bättre än andra är nödvändigtvis inte nöjda med sig själva. När de misslyckas, eller blir kritiserade, tenderar de att bli utåtagerande, säger Eddie Brummelman.

#### **Vad kan föräldrar göra för att barn ska känna sig värdefulla?**

– De kan lära barn att de inte behöver förtjäna deras acceptans genom att vara speciella, framstående och överlägsna. Barn som känner sig värdefulla är nöjda med vem de är, utan att känna sig bättre eller sämre än andra.

Även om narcissistiska drag framträder tidigt i barndomen är det enligt Cecilia Wählstedt, forskare inom psykologi vid Uppsala universitet, svårt att peka ut direkta tecken på narcissism hos barn.

– Många barn tror att världen kretsar kring dem och att de är mer betydelsefulla än vad de egentligen är. Vår kognitiva förmåga ökar dock med åldern och många barn växer ifrån narcissistiska personlighetsdrag.

Cecilia Wåhlstedt, forskare inom psykologi vid Uppsala universitet.

## **Det här är narcissistiskt personlighetssyndrom**

- ▶ Narcissister har stort behov av uppmärksamhet från omgivningen.
  - ▶ De upplever sig som undantagsmänniskor, mycket speciella, betydelsefulla och för vilka

vanliga regler inte gäller. Upplevelsen står ofta inte i relation till personens egentliga position eller prestation.

- ▶ De blir lätt kränkta eller förödmjukade när omgivningen inte behandlar dem som de speciella personer de upplever sig vara.
- ▶ Parallellt med fantasier om gränslös begåvning och stora framgångar finns ofta en låg självkänsla som kan göra personen extremt känslig för kritik och negativa omdömen.
- ▶ Många har narcissistiska personlighetsdrag. Ett fåtal har så mycket narcissistiska drag att det får konsekvenser, t ex störda relationer med vänner, familj och inom arbetslivet.
- ▶ De som har så mycket av personlighetsdraget narcissism att det orsakar svåra problem i livet, kan diagnosticeras med narcissistiskt personlighetssyndrom.
- ▶ I Sverige är diagnosen narcissistiskt personlighetssyndrom ovanlig i alla åldrar. Det kan bero på att personer som är narcissistiska inte inser att de har problem och därför inte söker hjälp.

*Källor: Lisa Ekselius, psykiatriker och forskare vid Uppsala universitet. Svenska psykiatriska föreningen: Personlighetssyndrom, kliniska riktlinjer för utredning och behandling. Cecilia Wåhlstedt, forskare i psykologi vid Uppsala universitet.*

FOTO: GETTY

## Kan barn vara narcissister?

- ▶ Personlighetsdraget narcissism kan framträda redan när barn är cirka sju år gamla.
- ▶ Vissa barn har en sårbarhet för att utveckla narcissism på grund av genetiska faktorer



(mellan 40 och 60 procent).

▶ Barn är mer benägna att uppvisa narcissistiska personlighetsdrag när deras föräldrar övervärderar dem, ser dem som mer speciella än andra barn och kopplar ansträngningar och prestationer till deras värde som individ.

▶ En viss grad av narcissism är normalt under barn- och ungdomsåren: Det är vanligt att barn överskattar sin förmåga och tror att världen kretsar kring dem.

▶ Det är mindre vanligt att barn anser att de är bättre än andra barn och att de förtjänar en annan typ av behandling.

▶ Barn växer ofta ifrån narcissistiska personlighetsdrag.

▶ Barn som närmar sig tonåren kan vid vissa sällsynta tillfällen diagnosticeras med narcissistisk personlighetsstörning, men inte småbarn.

▶ Internationellt är forskare mer öppna för att ställa diagnosen trots en låg ålder.

*Källor: Lisa Ekselius, psykiatriker och forskare vid Uppsala universitet, Svenska psykiatriska föreningen: Personlighetssyndrom, kliniska riktlinjer för utredning och behandling. Cecilia Wählstedt, forskare inom psykologi vid Uppsala universitet*

## **EXPERTEN: MÖNSTREN SOM KAN SPELA IN BARNETS SJÄLVFÖRTROENDE**

**Det finns enligt Elsa Ronningstam vissa mönster i uppfostran som kan leda till ett obalanserat självförtroende – som i sin tur möjligen kan bidra till utvecklandet av narcissistisk personlighetsstörning**

### **1) Barn som tillskrivs ett speciellt syfte**

Om föräldrar har en förutbestämd idé om vad barnet ska ägna sig åt – ta över familjeföretaget eller bli fjärde generationens läkare – kan det resultera i ett självförtroende som är kopplat till det förutbestämde ändamålet.

Det kan skapa ett falskt självförtroende eftersom barnet kanske inte har förutsättningarna som krävs. Om barnet inte lever upp till förväntningarna kan självförtroendet rasa.

### **2) Barn som tar sig an föräldrarollen**

Barn som tvingats ta ansvar på grund av föräldrars inkompetens, sjukdom, mentala problem eller opålitlighet, kan behöva överutveckla sitt självförtroende.

Att tvingas ta på sig en föräldraroll kan skapa känslighet, osäkerhet och rädsla för att göra fel och bli kritiserad redan som barn.

### **3) Barn som bara uppskattas när de presterar**

Om barn blir hyllade och uppskattade när de får A i betyg – men inte B – kan de bygga ett självförtroende baserat på prestation. På samma sätt kan barn som blivit idealiserade för speciella kvalifikationer (musik, sport, intelligens) utveckla en enorm känslighet för misstag och förluster. Det är bara när det går bra som självförtroendet hålls uppe.

### **4) Barn som är en del av föräldrarnas självförtroende**

Om barn blir avvisade när de inte lever upp till föräldrarnas förväntningar kan det skapa en känsla av att vara en del av föräldrarnas självförtroende.

I det här fallet handlar det inte om prestation utan om till exempel utseende. Det kan handla om en förälder som säger till sitt barn att hen bara får komma på en tillställning, om hen ser ut på ett visst sätt.

Självförtroendet blir i det här fallet sårbart eftersom det bygger på föräldrarnas acceptans.

### 5) Barn som blir jämförda med andra barn

Barn som blivit förtryckta, kritiserade och jämförda med andra mer framgångsrika barn eller syskon kan överkompensera självförtroendet genom att dominera, förtrycka andra, skryta, exploatera och kritisera.

### 6) Barn som inte får uppmärksamhet

Barn som inte får tillräckligt mycket uppmärksamhet från sina föräldrar kan också utveckla tendenser till att överkompensera självförtroendet.

**Källa:** *Elsa Ronningstam, psykolog vid McLean hospital och professor vid Harvard Medical School.*

## SJÄLVSKATTNINGSFORMLÄR

2008 utvecklade forskare frågeformuläret "The Childhood Narcissism Scale". Det kan användas på ungdomar och barn från cirka åtta år. Men det används endast inom forskning på populationsnivå och inte för att ställa diagnos på individnivå.

Påståendena poängsätts från 0 (inte alls sant) till 3 (fullständigt korrekt). Höga poäng indikerar en hög nivå av narcissism. Extrema poäng behöver dock inte tyda på en personlighetsstörning. Formuläret är i sig inte tillräckligt för att ställa en diagnos.

- 1.) Jag tycker att det är viktigt att stå ut
- 2.) Barn som jag förtjänar något extra
- 3.) Utan mig, skulle vår klass vara mycket mindre rolig
- 4.) Det händer ofta att andra barn får komplimanger som jag egentligen förtjänar
- 5.) Jag älskar att visa alla saker som jag kan göra
- 6.) Jag är duktig på att få människor att tro på vad jag vill att de ska tro på
- 7.) Jag är en väldigt speciell person
- 8.) Jag är ett bra exempel för andra barn att följa
- 9.) Jag lyckas ofta med att bli beundrad
- 10.) Jag tycker om att tänka på hur fantastiskt bra jag är

ANNONS [EXTERN LÄNK](#)

**Snart är det alla hjärtans dag - här finns bästa tipsen på romantiska presenter.**

Aftonbladet

ANNONS

 **KOPIERA LÄNK**

PUBLICERAD: 23 JANUARI 2021 KL. 19.27

AFTONBLADET / FAMILY / BARN & UNGA

LÄS VIDARE

## Då skadas ditt barn när du är arg

### Prenumerera på Familys nyhetsbrev

Krönikor, läsarthistorier och experternas tips relaterade till föräldraskap och barn.

**Ja, tack!**

#### ÄMNER I ARTIKELN

Barn & unga

Barns hälsa

Personlighetsstörningar

#### MER OM FAMILY

**Så skadar era gräl barnen**

**CAMPIONI: Därför har alla drabbats av padelfeber**

**Mio, 11, blev svårt sjuk efter covid-19 – fick intensivvård: "Skrek att han skulle dö"**

**Vad heter ditt barn? Läsarna chattade om namn**



**Schibsted** Aftonbladet är en del av Schibsted. Schibsted är ansvarig för dina data på denna sida. [Läs mer här](#)



▲ TILL TOPPEN