

Tidak mudah lari dari s

PENGHIDAP Kecelaruhan Personaliti Narsistik (NPD) merupakan individu yang hanya berpaksikan kepada kepuasan dan kehendak diri sendiri tanpa memikirkan perasaan orang lain, waima pasangannya sendiri.

Sikap mereka yang obses terhadap diri sendiri dan berasakan mereka adalah yang terbaik dalam segala hal menyebabkan pasangan hanya mampu makan hati.

Menurut Pakar Hipnoterapi, Sharifah Fadzlin Binyahaya, NPD didiagnosis sebagai sejenis penyakit mental.

Oleh itu, suami yang mempunyai NPD adalah dikategorikan sebagai golongan yang mempunyai penyakit mental.

Walaupun kelihatan normal dan matang seperti orang lain, namun secara dalaman mereka mempunyai tantrum menyamak kanak-kanak berusia empat tahun.

“Suami yang ada NPD seringkali melakukan *gaslighting* iaitu tindakan manipulatif terhadap pasangan. Mereka sering memberikan kata-kata positif yang mengelirukan dan *brainwash* sehingga pasangan mempertikaikan kewarasan sendiri.

“Jika bergaduh dan sebagainya mereka akan mengatakan bahawa pasangan yang mempunyai masalah mental. Bila dia buat begitu isteri jangan beri tindak balas, sebaiknya diamkan sahaja,” katanya kepada *Seri*.

Mengenai rasional tindakan berdiam diri itu, Sharifah Fadzlin berkata, ia bagi mengelakkan berlakunya amukan daripada si suami sekali gus menyebabkan perbalahan berpanjangan memandangkan salah satu ciri-ciri NPD adalah merasakan diri mereka sentiasa betul.

Namun, apabila isteri sering memendam pula akan menimbulkan kekacauan di dalam diri isteri itu sendiri akibat sering menahan perasaan.

Malah, kata Sharifah Fadzlin, isteri juga berisiko untuk mendapat masalah bipolar dan penyakit mental jika berterusan hidup bersama suami NPD.

Lebih memeritkan, tidak mudah pula untuk lari atau berpisah daripada lelaki jenis ini disebabkan sikap manipulasi yang tinggi dalam diri mereka.

“Memang kebanyakan mereka (isteri) hendak lari dari suami NPD namun boleh dikatakan selalunya 80-90 peratus gagal kerana NPD



SHARIFAH FADZLIN



MOHD. REDZUAN ZAMBERI



adalah sejenis sifat yang orang tidak boleh tinggal dia, kalau dia yang tinggalkan tak mengapa.

“Mereka akan mainkan sentimen agama, buat fatwa sendiri, gunakan anak dan kemudiannya akan menyalahkan isteri semula. Kalau betul hendak tinggalkan NPD, kesabaran kena tinggi.

“Sikap manipulasi mereka juga akan mewujudkan trauma *bonding* iaitu mangsa akan rasa takut dan rasa hendak kembali semula kepada pemangsa kerana

suami narsistik

“BEDAR DIRI TU SIKIT, YA TAK KAHWIN DENGAN MULLU, TAKDE ORANG DEKAT AWAK TAU!”



mangsa fikir betul kah tidak boleh hidup tanpa pemangsa?,” katanya lagi.

Oleh itu, isteri yang ingin membawa haluan sendiri dinasihatkan agar mendapatkan bantuan kaunseling dan terapi supaya trauma *bonding* dapat diatasi.

Jika ingin bertahan pula isteri disarankan untuk bersikap sentiasa menyokong dan membodek setiap tingkah laku NPD bagi mengelakkan perbalahan.

KEKERASAN BOLEH TERJADI

Bagi kes yang kronik pula, ada NPD yang menggunakan kekerasan terhadap isteri apabila isteri bangkit dan melawan serta tidak akur dengan kehendak mereka.

Perkara itu dikongsikan Ketua Seksyen Kerjaya Bahagian Kaunseling Universiti Putra Malaysia (UPM), Mohd. Redzuan Zamberi yang menjelaskan, kekerasan akan mula terjadi apabila isteri menyuarakan hasrat untuk

“Mangsa fikir betul kah tidak boleh hidup tanpa pemangsa?”

bercerai.

Susulan itu, NPD akan mula berdendam kerana mereka hanya mahukan isteri yang akur dan tunduk dengan kemahuan mereka.

“Boleh jadi juga mereka ini akan merayu minta maaf dan berbaik semula, tetapi sekejap sahaja. Selepas itu mereka akan mula memanipulasi isteri semula dan mengabaikan isteri.

“NPD ini adalah manusia yang terperangkap dalam diri

5 CIRI NPD

- Berasakan diri hebat dan berhak dipuji.
- Rasa diri sentiasa betul dan tidak pernah berbuat salah.
- Bijak memanipulasi cerita.
- Jika ada yang ingkar dengan kehendaknya, dia akan berdendam, marah dan mula pukul canang keburukan orang itu.
- Menganggap semua orang in hati kepadanya.

yang merasakan diri mereka adalah betul dan mereka ini juga berupaya untuk melumpuhkan pasangan dengan kata-kata-kata dan perbuatan mereka lakukan,” kongsiinya.

SUKAR MENGAKU

Lebih membimbangkan, kebanyakan penghidap NPD tidak sedar mengenai kecelaruhan yang ada dalam diri mereka menyebabkan mereka tidak mendapat rawatan sewajarnya.

“Jika ada yang datang jumpa pakar psikiatri pun apabila isteri sudah menuntut cerai.

“Tetapi mereka ini juga sukar menerima kenyataan bahawa diri mereka sakit dan bila menerima rawatan mereka tidak akan mengaku,” katanya yang turut berkongsi fakta majoriti penghidap NPD adalah lelaki.

Fakta itu disokong oleh kajian yang dilakukan di luar negara yang mendapati 80 peratus penghidap NPD terdiri daripada lelaki manakala hanya 20 peratus melibatkan wanita.

SAYANG ISTERI TAPL...

Jika difikirkan semula, adakah penghidap NPD ini tidak mempunyai sedikit pun rasa sayang kepada pasangan sehingga sanggup melakukan sebegitu?

Kata Redzuan, suami jenis ini tetap sayangkan isteri namun mereka ini keliru serta berpegang kepada prinsip yang isteri tidak boleh lebih daripada suami.

“Sebab itu, dalam kebanyakan kes kita lihat mereka ini cenderung untuk memilih wanita yang kontra dengan sikap mereka dan mudah untuk dimanipulasi.

“Dengan cara itu akan memudahkan mereka untuk mengawal isteri mengikut keinginan mereka sendiri,” ujarnya lagi.

