

8 signos del trastorno histriónico de la personalidad

Anhelan la atención de los demás y hacen lo que sea necesario para saciar el hambre

El Trastorno Histriónico de la Personalidad afecta aproximadamente al 2% de la población.

HPD comparte algunas características del trastorno de personalidad narcisista, pero tienen diferencias claras.

Las relaciones con personas con HPD pueden ser extremadamente decepcionantes debido a la inversión emocional desigual en la relación.



El trastorno histriónico de la personalidad (HPD, por sus siglas en inglés) afecta aproximadamente al 2 por ciento de la población. Si bien se diagnostica en todos los géneros, las mujeres son las que más a menudo son diagnosticadas con este trastorno.

Algunos de los "indicadores" que indican que una persona puede tener HPD incluyen extravagancia excesiva en sus comportamientos, apariencia, vestimenta y respuestas a quienes los rodean. Prosperan con la atención de los demás y hacen todo lo posible para obtener esta atención de quienes los rodean. Adoptan el papel de "damisela/víctima en apuros" y representan este escenario en las condiciones más benignas.

Irónicamente, si bien sus emociones son extrañamente superficiales, tienden a ser "exhibicionistas emocionales", que representan sentimientos que realmente no pueden experimentar. Su comportamiento refleja estados emocionales poderosamente cargados, de un extremo al otro del espectro. Pueden sollozar incontrolablemente o exhibir niveles desproporcionadamente fuertes de júbilo o buen humor. No hay término medio y tocarán para una audiencia con un entusiasmo ilimitado.

Las personas con HPD no solo escalan las alturas de la euforia, sino que también pueden hundirse en las profundidades de la desesperación en un abrir y cerrar de ojos. Debido a que están "actuando" emociones, en lugar de "sentir" sus emociones, pueden pasar de una exhibición intensa a otra sin perder el ritmo. A menudo han pasado años trabajando en sus mejores reacciones y están respondiendo a los eventos a su alrededor desde un libro de jugadas, no desde sus corazones.

Debido a que su energía está dedicada a ganar la atención y, a menudo, la simpatía de los demás, saben cómo proyectar una imagen de sí mismos que atrae la atención que anhelan. Dependiendo de su audiencia, pueden confiar en sus bien desarrollados poderes de seducción y atracción sexual para hacerse notar y capturar la mirada y el interés de quienes los rodean.

Debido a que las personas con HPD tienden a aburrirse fácilmente, pueden cansarse de las rutinas, los trabajos, los amigos y las parejas románticas con bastante rapidez. Sus carreras pueden reflejar múltiples zigzags y paradas y arranques abruptos, ya que tienden a pasar de un trabajo a otro con poco arrepentimiento por las oportunidades perdidas.

Ser despedido es más forraje para sus comportamientos de búsqueda de atención: pueden obtener lo que más desean: la atención y la simpatía de los demás. Abandonar un trabajo, dejar a compañeros de trabajo y simplemente seguir adelante no les causa la misma preocupación que a los demás, debido a su incapacidad para experimentar auténticamente sus vidas.

Riesgos de las relaciones

Mantener relaciones auténticas es un desafío para las personas que sufren de HPD, ya que han pasado toda su vida "representando" sus sentimientos. Esto disminuye su capacidad para formar relaciones íntimas, ya que normalmente son incapaces de ser honestos con los demás cuando no pueden ser honestos consigo mismos. Lamentablemente, su falta de interés por las conexiones profundas puede dejar a amigos y socios sintiéndose congelados y vacíos.

La paradoja histriónica es que estos individuos asumen que sus relaciones con los demás son mucho más profundas e íntimas de lo que realmente son. Debido a que no entienden la intimidad propia o la autenticidad, asumen que incluso los amigos casuales son "mejores amigos" o que todas las relaciones románticas o parejas casuales son "almas gemelas". Sin embargo, estas relaciones a menudo son huecas y carecen de sustancia real.

Enviar señales con carga sexual y vestirse de manera sexualmente provocativa son parte del patrón de las personas con HPD. Como era de esperar, estos esfuerzos abiertos para atraer la mirada sexual de los demás pueden experimentarse como una amenaza para los amigos cuyas parejas pueden ser el objetivo de estos esfuerzos. Esta amenaza a la estabilidad de sus propias relaciones puede llevar a estos amigos a "romper" con la persona que muestra estos comportamientos histriónicos como un acto de autoconservación y protección de la relación.

Las personas histriónicas tienden a quemar puentes en las relaciones, pero no necesariamente lamentan estas pérdidas de la misma manera que lo harían las personas que han dejado atrás. Los antiguos amigos, exparejas y miembros de la familia pueden mostrar síntomas de depresión y sufrir dolor y aislamiento a medida que pierden el foco de atención de la persona con HPD. Los individuos histriónicos son capaces de dejar atrás los fracasos del pasado y mantener la vista puesta en su próxima conquista potencial.

Tipo de narcisista

Las personas histriónicas anhelan el mismo nivel de atención que los narcisistas, pero el tipo de atención que satisface a una persona histriónica es marcadamente diferente de lo que exigen los narcisistas. Los narcisistas tienen imágenes de sí mismos infladas que se mantienen a través de muestras de admiración y elogios de los demás. Las personas con HPD a menudo tienen baja autoestima y su hambre de atención se satisface ya sea que reciban atención positiva o negativa. Pueden hacer el ridículo de buena gana si les da la atención que anhelan; un narcisista, sin embargo, hará todo lo posible para evitar perder la cara ya que su propia imagen lo es todo para ellos.

Ocho síntomas del trastorno histriónico de la personalidad

Los individuos con trastorno histriónico de la personalidad se involucran constantemente en comportamientos diseñados para atraer la atención de los demás, ya sea que se los vea como el héroe que merece exaltación o como la víctima que necesita ser rescatada. Con ese fin, exhiben niveles elevados de desregulación emocional y usan sus demostraciones emocionales para atraer a la audiencia que necesitan para alimentar su hambre de atención. Según el DSM-5, el trastorno histriónico de la personalidad se manifiesta por primera vez en la edad adulta temprana y se diagnostica cuando se presentan cinco de estos ocho síntomas:

- 1- Se siente incómodo cuando no es el centro de atención.
- 2- Participa en conductas sexualmente seductoras o provocativas inapropiadas para llamar la atención
- 3- Muestra una expresión de emociones rápidamente cambiante y superficial.
- 4- Usa constantemente su apariencia física (maquillaje, ropa, lenguaje corporal) para llamar la atención sobre sí mismo.
- 5- Usa un estilo de habla excesivamente vago que carece de detalles.
- 6- Se involucra en comportamientos teatrales y performativos y en expresiones exageradas de emoción
- 7- Es sugestionable y fácilmente influenciado por otros a su alrededor.
- 8- Considera que las relaciones son más íntimas de lo que realmente son.

Referencias

Nestadt G, Romanoski AJ, Chahal R, Merchant A, Folstein MF, Gruenberg EM, McHugh PR. Un estudio epidemiológico del trastorno histriónico de la personalidad. *Psicología Med.* 1990 mayo; 20 (2): 413-22. [PubMed]