আত্মপ্রেমিকরা অন্যদের চেয়ে বেশি সুখী হয়

আত্মপ্রেমিক বা ‘নার্সিসিস্টদের’ সম্পর্কে সমাজের মানুষের মধ্যে সব সময়ই একধরনের নেতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি কাজ করে। আত্মকেন্দ্রিক স্বভাবের কারণে তাদের সমালোচনাটাও একটু বেশিই হয়। আত্মপ্রেমিকদের মধ্যে শ্রেষ্ঠত্ববোধ বেশি কাজ করে। তাদের লজ্জাও অন্যদের থেকে কম হয়।

এতো এতো সমালোচনার পরও মনোবিজ্ঞানীরা বলছেন, আত্মপ্রেমিক বা নার্সিসিস্টরা অন্যদের চেয়ে তুলনামূলকভাবে বেশি সুখী হয়। কুইন্স ইউনিভার্সিটির বেলফাস্টে চলমান এক গবেষণার ফলাফলে এ কথা বলা হয়েছে।

গবেষণায় আরো বলা হয়েছে, এ ধরনের মানুষ সাধারণত মানসিক চাপে কম ভোগে। মনোবিদ ডা. কোস্টাস পাপাজর্জিও বলেন, নার্সিসিজমের প্রতি নেতিবাচকতার কারণে নার্সিসিস্টরা নিজেরা যে সুবিধা ভোগ করে, তা অনেক ক্ষেত্রে ঢাকা পড়ে যেতে পারে। গবেষকেরা বোঝার চেষ্টা করছেন, সামাজিকভাবে বিষাক্ত হলেও আধুনিক সমাজ, রাজনীতি, সামাজিক মাধ্যম ও সেলিব্রেটি সংস্কৃতিতে কেন এই নার্সিসিজম বা আত্মপ্রেম বেড়েই চলেছে?

নার্সিসিস্টদের সম্পর্কে যে বিষয়গুলো বহুল প্রচলিত, তার মধ্যে রয়েছে—তারা হচ্ছে এমন মানুষ, যারা ‘বিপজ্জনক আচরণ করে, নিজেদের অযথাই অন্যের তুলনায় বড়ো মনে করে; অতিরিক্ত আত্মবিশ্বাসী, অন্যের প্রতি খুব কম সহানুভূতি দেখায় এবং এদের লজ্জা ও অপরাধবোধ কম কাজ করে। এত সব নেতিবাচক বৈশিষ্ট্য থাকার পরও গবেষকেরা জানার চেষ্টা করছেন, অনেকের মধ্যে নার্সিসিজম এত বেশি প্রকট কেন এবং এ ধরনের মানুষের শাস্তি দেওয়ার পরিবর্তে কেন পুরস্কৃত করা হয়।

সাইকোপ্যাথি, ম্যাকিয়াভেলিয়ানিজম ও স্যাডিজমের পরে নার্সিসিজমকেই মনোবিদরা মানুষের মানসিক দিকের সবচেয়ে কালো বৈশিষ্ট্য বা ‘ডার্ক ট্রেইটস’ হিসেবে চিহ্নিত করেছেন নার্সিসিজমকে। ডা. পাপাজর্জিওর গবেষণায় ৭০০ জন প্রাপ্তবয়স্ক মানুষ অংশ নিয়েছেন, যা থেকে জানা গেছে যে এটা সমাজের জন্য খারাপ হলেও একজন ব্যক্তি হিসেবে নার্সিসিস্টের জন্য ভালো।