

Dott. Rinalda Sabbadini

Via Monte Grappa, 5

20044 Arese (Mi)

Cell.: 333/1512688

Tel. fisso 02/9385189

Arese, 24 marzo 2022

IL NARCISISMO

Il titolo della conferenza è “Siamo tutti narcisisti?”, e a questa domanda, senza aspettare la fine della conferenza rispondo subito: “Sì, siamo tutti narcisisti anche se non lo siamo tutti allo stesso modo. E anche se non tutti abbiamo un disturbo narcisistico di personalità.”

Perché lo siamo tutti? Un po' perché, è bene ricordarlo, anche se la prima associazione che facciamo tutti è quella al mito di Narciso, che era patologicamente innamorato di sé, in realtà il narcisismo è una componente fisiologica dell'attività psichica, e in una certa misura DEVE esserci, perché ha a che fare con la capacità di sviluppare un senso coeso dell'identità e di proteggere e coltivare il sé, la parte più autentica e profonda di noi (tutte condizioni necessarie per avere poi una normale relazione con l'altro).

In secondo luogo, siamo tutti narcisisti perché viviamo in una società che fa del narcisismo uno dei suoi valori, e ci “alleva” in qualche modo a sviluppare questa componente perché parte integrante del sistema culturale a cui apparteniamo. Naturalmente non è stato sempre così, e quindi per comprendere appieno il narcisismo dobbiamo far riferimento ai mutamenti sociali che lo hanno reso protagonista.

Christopher Lasch nel 1979 pubblicò un libro che ebbe uno straordinario successo dal titolo “La cultura del narcisismo”, un libro profetico allora e attualissimo oggi. Vivamente ve lo consiglio,

Col concetto “cultura del narcisismo” noi, come Lasch, tendiamo ad attribuire alla società la responsabilità della nostra crescente narcisizzazione.

Ne riconduciamo le cause all'indebolirsi dei legami di solidarietà e all'incoraggiamento di un certo egocentrismo fatto di ossessioni identitarie, economiche, estetico chirurgiche.

Il narcisismo, del resto è la sua missione, ha catturato l'attenzione dei media. E da tempo è entrato in politica.

Viviamo in un'epoca che facilita lo sviluppo di immagini di sé fragili che si traducono in paura dei rapporti duraturi, terrore di invecchiare o imbruttire, rimozione della vulnerabilità, ricerca di apprezzamento a buon mercato (i like) e presenzialismo ripetitivo (i selfie). Non che sia un male coltivare l'autostima e concentrarsi su di sé. Il problema è se questa ricerca è fatta con gli altri o a loro discapito.

La pandemia da Covid ha dato uno scossone ai nostri assetti psicologici e sociali e se gran parte della popolazione ha mostrato risposte mature e capacità di adattamento in situazioni oggettivamente difficili, reazioni problematiche sembrano giungere proprio dagli individui più narcisisti che sfoderano difese onnipotenti o di diniego (“io non prenderò il Covid, quindi il Covid non esiste”) e difese di ritiro depressivo o fobico (“il Covid non perdona” “chi se la sente di uscire” “statemi alla larga”).

Spesso gli addetti ai lavori si ripetono che le patologie del narcisismo sono in aumento, ma è vero? Sembrerebbe di sì stando alla cronaca (nera o rosa che sia) o ascoltando il disagio di chi chiede un aiuto psicologico.

Però non si possono identificare le cause della crescente narcisizzazione solo nella cultura della società in cui viviamo (che indubbiamente è narcisista) perché se ogni disturbo della personalità è l'esito di un modello bio-psico-sociale, allora sociale è solo un terzo del problema, rimangono il temperamento (il carattere con cui si nasce) e le relazioni familiari, attuali e passate.

Lingiardi dice che "la vita deve mettersi d'impegno per farci superare la soglia che separa il comune narcisismo della vita quotidiana da quello maligno che intossica, di volta in volta, l'ambiente di lavoro, le relazioni affettive, la vita politica".

Trent'anni dopo il libro di Lasch, nel 2009 Twenge e Campbell pubblicarono "L'epidemia di narcisismo".

Frutto di una ricerca sul campo, con ambizioni statistiche, nel loro lavoro i ricercatori si chiesero quali fossero le cause e quali gli atteggiamenti più evidenti nella cultura del narcisismo. Si concentrarono maggiormente sull'impatto di una vita vissuta sui social, sui cambiamenti degli stili genitoriali e sull'onnipresente cellulare.

Dalla loro ricerca è nato il concetto di NARCISISMO GENERAZIONALE o GENERATION ME. Gli autori affermarono che i nati dopo l'avvento del cellulare (e che avevano al tempo della ricerca dai venti ai trent'anni) se sottoposti ai test per la rilevazione del narcisismo ottenevano un punteggio triplo di quello ottenuto dal gruppo dei 65enni.

In più gli autori rilevarono che nel gruppo più marcatamente narcisista c'era molto radicata e condivisa l'aspettativa che tutto fosse loro dovuto e un sentimento esasperato dei diritti.

Ora, senza nulla togliere al valore della ricerca io mi permetto di osservare che fra gli adolescenti (o giovani adulti 20-30 anni) il livello di narcisismo è fisiologicamente più alto che nel resto della popolazione e che anche la pretesa che tutto sia dovuto è un osso duro contro cui adolescenti e genitori combattono da sempre (è infatti un residuo della posizione infantile). Esempi: "perché te lo dico io", "col dovuto rispetto"

Detto questo però io sono d'accordo con i ricercatori quando sottolineano le difficoltà che la nuova cultura del narcisismo, con la complicità dei cellulari e dei social, ha creato e crea ai giovani e non solo a loro.

Ho avuto una paziente che si è sottoposta ad una dieta letteralmente e pericolosamente da fame (è svenuta nel tragitto da casa a scuola) solo perché una volta raggiunto il peso ideale avrebbe potuto postare la sua foto in bichini su Facebook e se avesse ricevuto meno di 200 like sarebbe stata per tutti una sfigata (e questo in barba alle battaglie che noi abbiamo fatto per salvaguardare la nostra dignità e non essere viste solo per la nostra fisicità).

Ho parlato con un bambino che piangeva e non voleva andare all'asilo per qualche giorno perché avrebbe dovuto fare "i lavoretti dell'ultimo anno" e lui era molto in ansia. Ora l'ansia da prestazione già all'asilo anche no.

Ho visto qualche domenica fa uno spettacolo teatrale scritto da un giovane regista e interpretato da giovani attori che si intitolava "Argonauti e XANAX". E come si fa a partire per la ricerca del Vello d'oro e vivere la vita come un viaggio avventuroso se si hanno gli attacchi di panico alla sola idea di andare verso ciò che non si conosce.

Perché il prezzo richiesto per l'appartenenza alla società narcisista, all'apparenza così facile e gratificante è **un livello esasperato di ansia**. Gli altri ti guardano più che in passato, tu ti esponi agli altri più che in passato, e devi sempre presentarti al meglio. Anche quando raggiungi un obiettivo ambito l'ansia non

diminuisce perché devi mantenere la posizione, non puoi deludere né deluderti. (Ho avuto una paziente che soffriva di questa sindrome).

Un biglietto di auguri di quelli prestampati e spiritosi recita “Che un giorno la tua vita possa essere fantastica come pretendi che sia su Facebook”. Si fa fatica a mantenere lo standard che ci si è dati (o che occorre darsi per non essere da meno), e il pericolo di venire “scoperti” nella propria quotidiana realtà, che non sempre è splendida splendente, è sempre dietro l’angolo.

Vorrei aggiungere una considerazione personale se me lo permettete: sono una nonna, ho seguito i miei nipoti e mi arriva in seduta l’eco dei figli delle mie pazienti. Io penso che non siano soltanto l’uso dei social o del cellulare i responsabili dell’ansia da prestazione o da confronto con gli altri, io penso che anche la socializzazione precoce che noi riserviamo ai nostri bambini abbia la sua parte nella creazione della fragilità narcisistica.

Li mandiamo all’asilo presto perché le mamme devono riprendere il lavoro ed è vero che i bambini all’asilo giocano, si divertono e socializzano con gli altri bambini, e sono più stimolati e diventano più intelligenti, ma è anche vero che là devono fare i conti con un clima certamente più competitivo di quello che una volta trovavano a casa e all’interno del quale potevano costruire un senso di sé più saldo, più profondo e più coeso.

Un’altra notazione rispetto alla ricerca “Generation Me”: gli autori avevano identificato fra le cause della narcisizzazione della società i mutamenti degli stili genitoriali. E io sono assolutamente d’accordo, anzi aggiungo che quei nuovi stili genitoriali sono stati introdotti proprio dalla nostra generazione più o meno consapevolmente.

Eravamo stanche/i dei danni e dei dolori prodotti dall’autoritarismo e abbiamo deciso di cambiare lo stile della relazione anche con i nostri figli. Non si mirava più ad avere bravi figli ubbidienti ma si lavorava per avere figli felici e realizzati (ve lo ricordate questo termine?). Quello che accadeva dentro di loro ci interessava enormemente e con orgoglio ci si impegnava per valorizzarlo. Volevamo che anche i bambini fossero trattati con rispetto e della preziosità di ciò che avevano dentro eravamo assolutamente convinte.

Vi ricordate il libro di Marcello Bernardi “Il nuovo bambino”? Una bibbia per quelle di noi che diventarono mamme in quella stagione. Al nuovo bambino ovviamente corrispondeva una nuova mamma che non solo aveva imparato a sterilizzare i biberon ma che era soprattutto sicura di crescere un figlio forte, sano, libero e pieno di promesse per il futuro (il nuovo bambino, appunto).

In realtà abbiamo sul serio sradicato l’autoritarismo anche dal processo educativo, ma abbiamo sparato il narcisismo alle stelle.

Il bambino e poi il ragazzo cresciuto in un clima di aspettative amorevoli e sostenute in tutto ciò che lo riguardava si è disabituato a fare i conti con i limiti (i suoi e i nostri) e le frustrazioni (le sue e le nostre), e così accade che quando gli tocca di incontrarli si trova a fare i conti con una sofferenza narcisistica profonda e intollerabile.

Di fronte a un fallimento (di tipo scolastico, o ad una mancata corrispondenza amorosa, o una inadeguata risposta alle aspettative genitoriali o dei coetanei) che rimanda di sé una immagine difettosa, sbagliata, manchevole, il ragazzo sente che non può che deludere sé stesso e l’altro ed è travolto da un senso di **inadeguatezza e vergogna**. Sentimenti che è frequentissimo trovare nella clinica attuale dove la vergogna ha sostituito la colpa come emozione di base. Perché la colpa, come conseguenza delle mancanze o delle trasgressioni, l’avvertivamo noi che crescevamo in una famiglia normativa all’interno di regole e punizioni che servivano a garantire la nostra crescita corretta, cioè in linea con le volontà del mondo adulto.

Un esempio piccolo ma molto significativo del ribaltamento prodotto dal narcisismo:

In prima o seconda elementare la bimba di una mia paziente si è rifiutata un giorno di farsi interrogare dalla maestra, avrebbe dovuto ripetere una poesia imparata a memoria, e ha preferito farsi mettere un brutto voto piuttosto che rischiare una figuraccia di fronte ai compagni; non era sicura di ricordare perfettamente la poesia. Un due sul registro è un prezzo alto che però si è disposti a pagare pur di schivare la vergogna di fronte alla classe.

Un altro esempio:

Una giovane mamma, una volta mi raccontò che doveva stare molto attenta quando aiutava suo figlio a fare i compiti perché se lei si spazientiva o le scappava detto che lui “non capiva niente” il bambino correva sul balcone e cercava di buttarsi giù. A proposito di fragilità narcisistica!

Vorrei aggiungere un’ultima osservazione e poi mi fermerei qui per quanto riguarda la cultura del narcisismo, potremmo parlarne fino a domani ma ci sono altre cose di cui vorrei parlarvi.

Un altro elemento che contribuisce, secondo me, a creare fragilità nella struttura narcisista è l’ampiezza delle scelte che si presentano ai giovani. Perché se la scelta dipende da loro, allora l’eventuale fallimento è colpa loro. E questo, abbiamo visto, al narcisista sembra intollerabile. Per questo spesso i giovani appaiono indecisi a tutto.

Inoltre: ogni scelta comporta una rinuncia e anche questo è difficilmente tollerabile per il narcisista che vuole tenersi aperte tutte le opportunità. (es. identità di genere mai scelta una volta per tutte).

.....

Il narcisismo sano

La signora Toniolo, quando ho detto che avrei voluto parlare del narcisismo, mi ha ricordato che sarebbe stato opportuno parlare anche del narcisismo sano non solo di quello malato. Ed ha ragione, c’è anche un narcisismo sano che, in alcuni casi di sottovalutazione di sé, va stanato, irrobustito, valorizzato in tutti i suoi aspetti e che si manifesta attraverso (cfr. Lingiardi):

- La capacità di riconoscere le nostre qualità positive e di regolare l’autostima,
- La convinzione del valore e della dignità personali
- Una equilibrata soddisfazione per le nostre capacità, le nostre caratteristiche fisiche e mentali
- Una specie di gioia di sé che è intermittente ma ci sostiene senza bisogno di cancellare l’altro o attivare dinamiche di rivalità invidiosa
- E’ la collaborazione costruttiva fra lo sguardo degli altri e l’auto-osservazione, l’equilibrio tra il bisogno di riconoscimento e la capacità di farne a meno (dire della compiacenza. Fare l’esempio di V. con i capelli e il film “Se scappi ti sposo”)
(cito) “un amor proprio senza presunzione, l’equilibrio precario dell’”ama il prossimo tuo come te stesso”. Non di più e non di meno: come.
“Un precetto facile da esigere – diceva Freud - ma difficile da attuare”
- La capacità di provare gratitudine.

Questo della gratitudine è un tema molto di attualità. Sembra che la gratitudine sia andata fuori moda fra le nuove generazioni: tutti chiusi nel proprio egocentrismo e tutti lì a misurare col bilancino ciò che si dà e ciò

che si riceve. Un investimento affettivo intenso o una passione trascinate vengono visti con sospetto, si fa presto ad essere inquadrati nella patologia.

E la gratitudine in particolare sembra stia diventando il nuovo tabù, una volta lo era il sesso, poi lo è stata la morte e adesso sembra la volta della gratitudine.

E' facile intuire il perché: se provo un sentimento di gratitudine verso qualcuno e sento di dovergli qualcosa affettivamente, entro in dipendenza e corro il rischio di dover sovvertire tutta quanta la struttura narcisistica che faticosamente cerco di tenere in piedi. Se mi sento sempre in credito verso le persone o verso la vita come faccio a provare la gratitudine che comporta invece l'attitudine a sentirsi in debito? E allora ecco il tabù: è vietato nominarla la gratitudine, sentirla, coltivarla e men che mai trasmetterla.

Il tema è tutt'altro che irrilevante per le vite private e per la società. Qualche anno fa è uscito un libro secondo me bellissimo dal titolo "La restituzione. Perché si è rotto il patto tra le generazioni".

Dice l'autore (Francesco Stoppa): "Che la generazione giovane dà l'idea di essere programmata per accaparrarsi dei beni, risorse e occasioni di ogni tipo – questa naturalmente è l'offerta pubblicitaria, la promessa di oggi – non certo per restituire ma per affermarsi senza dipendere, senza più debiti con chi li ha preceduti".

LA CLINICA DEL NARCISISMO

"Ci sono almeno due punti su cui tutti concordano: uno è che il concetto di narcisismo è uno dei più importanti contributi della psicoanalisi, l'altro è che è uno dei più confusi"

E allora giova forse ripetere sinteticamente i tratti del narcisismo sano prima di passare a quello patologico.

La consapevolezza del nostro valore, il bisogno di essere amati e riconosciuti, la capacità di tollerare le frustrazioni e di regolare l'autostima sono tra le principali componenti del nostro equilibrio psicofisico.

Quali sono invece i tratti della patologia narcisistica?

Tanto per cominciare qualche autore parte col dire che "gli individui narcisisti non sono necessariamente identificati dal modo in cui si sentono ma da come fanno sentire gli altri." Questo vale specialmente per i narcisisti "a pelle spessa" come diceva Rosenfeld i quali sembrano non soffrire della propria situazione mentre a volte i familiari, gli amici o i colleghi stanno male al punto da sopportare a malapena di averli intorno.

Discorso diverso per quelli "a pelle sottile" o narcisisti fragili che invece soffrono moltissimo della sensazione interna di vuoto, vanità o futilità. Inoltre soffrono perché non riescono a controllare le risposte degli altri di cui hanno disperatamente bisogno per stabilizzare la propria considerazione di sé.

Paradossalmente lo stile relazionale narcisistico tende ad allontanare gli altri, compromettendo così la speranza di ottenere le risposte di cui il narcisista ha bisogno.

Nel Manuale Diagnostico di chi fa il mio mestiere sono elencati dieci tratti che permettono di identificare un narcisista, ma secondo me la descrizione è più espressiva se dei narcisisti proviamo ad osservare gli stili relazionali. Un buon punto di partenza può essere

La capacità di amare.

- Uno dei problemi centrali dell'individuo con un narcisismo patologico è riuscire a mantenere nel tempo una relazione d'amore. Un quadro che si presenta di frequente è quello di un'intensa infatuazione, seguita da una rapida rottura quando il partner fa notare gli inevitabili problemi, con il relativo strascico di critiche e delusioni. Il narcisista è più interessato alla luna di miele che al matrimonio. E spesso coltiva la fantasia che "se solo incontrasse l'oggetto d'amore perfetto, fusionale (che vive solo per lui), la soddisfazione sarebbe completa".
La scoperta della soggettività dell'altro è spesso l'inizio del fallimento del rapporto.

Il bisogno di suscitare ammirazione

- per ottenere questo gli individui narcisisti fanno riferimento ai loro successi, lasciano cadere nel discorso nomi di personaggi famosi che loro conoscono, o luoghi famosi, di prestigio in cui sono stati. Se a parlare è un narcisista grandioso può sembrare incurante delle reazioni che appaiono sul volto dell'ascoltatore e non mostrare alcun interesse per ciò che gli altri hanno da dire sull'argomento. "E' come se avesse un trasmettitore ma non un ricevitore"
Se invece è un narcisista vulnerabile o iper-vigile l'attenzione di chi parla è spesso concentrata sul viso dell'ascoltatore nel tentativo di cogliere il minimo segnale di noia o dissenso.

Il rifiuto della dipendenza affettiva

- e l'incapacità di accettare l'aiuto degli altri. Gli individui narcisisti vogliono che gli altri li vedano come impegnati e sempre all'altezza del compito, come potrebbero ammettere di non farcela.
- Inoltre: ogni affetto degno di questo nome genera dipendenza, siamo fatti così, se amiamo qualcuno non possiamo prescindere dalla dipendenza affettiva (non quella psicologica). Poiché la dipendenza è spesso vista come una debolezza o una minaccia spesso il narcisista mette in atto comportamenti di contro-dipendenza, cioè nega quest'ultima svalutando l'oggetto del suo desiderio.

La vergogna

- La vergogna è un sentimento intollerabile per il narcisista. La vergogna genera **umiliazione** altro sentimento intollerabile.
Il perché è facile da capire: entrambi questi sentimenti minano l'autostima già fragile del narcisista, che si sente profondamente e facilissimamente ferito se per esempio qualcuno non è d'accordo con lui, lo ignora o lo critica.
La vergogna è un fenomeno per cui l'individuo sente di non essere stato all'altezza dell'ideale grandioso che ha di sé stesso, quale è o dovrebbe essere.
La vergogna comporta spesso anche il senso di essere smascherati, e quindi all'offesa è associato un sentimento di umiliazione.
La vergogna e l'umiliazione in risposta ad un affronto narcisistico possono generare **rabbie intensissime e desiderio di vendetta.**

La tonalità e la coloritura delle rabbie narcisistiche sono facilmente riconoscibili perché appaiono come implacabili, irriducibili.

L'invidia

- Altro sentimento molto forte che caratterizza il narcisista. Può invidiare l'altro per qualunque cosa, materiale o morale non ha importanza.

La grandiosità manifesta di molti individui si basa su un'immagine di sé fragile che genera il bisogno di essere eccezionali e migliori degli altri. Il mantenimento di questa struttura esige che venga operata una distinzione in virtù della quale gli altri sono svalutati e considerati da meno. Vengono attuati confronti continui per stabilire in ogni situazione interpersonale chi sta in alto e chi sta in basso.

Questa strategia è condannata al fallimento nel momento in cui altre persone con qualità degne di nota cominciano a minacciare il Sé grandioso generando invidia, con conseguente svalutazione e disprezzo come difesa contro l'invidia.

L'ansia

- Ne abbiamo già parlato agli inizi parlando del suo aumento nella società narcisistica. Nel narcisista patologico l'ansia raggiunge però livelli di guardia e sfocia spesso nell'attacco di panico. Il problema è che il narcisista vive ... come dire ...al di sopra dei suoi mezzi, ha/vuole/deve avere una idea grandiosa di sé e vive nel costante timore di essere invece scoperto nelle sue fragilità, nei suoi difetti o nelle sue bugie.

Normalità e patologia si collocano lungo un continuum, all'inizio le manifestazioni più lievi, alla fine quelle più drammatiche.

Terrore della vecchiaia

- La vecchiaia comporta l'accettazione delle perdite: se ne va la bellezza, la forza, la salute, il tempo, le occasioni. Si devono fare i conti con la dipendenza etc. etc.
E come fa una struttura psicologica già profondamente incapace di accettare i limiti nelle stagioni della pienezza a prefigurarsi una stagione di perdite?

Incapacità di provare gratitudine

Ne abbiamo già parlato prima. Naturalmente tanto più è grave il narcisismo tanto più è difficile provare gratitudine. Le conseguenze sono facili da immaginare.

Permettetemi allora qui di fare l'elogio della gratitudine con le parole di Sacks, grande neuro-psicologo e grande clinico, ma soprattutto grande uomo. Non ha avuto una vita facile, se qualcuno di voi ha visto il film "Risvegli" ha un'idea di quello che voglio dire.

Con la consapevolezza della morte imminente ecco ciò che Sacks ha scritto:

"Non posso fingere di non aver paura. A dominare, però, è un sentimento di gratitudine. Ho amato e sono stato amato; ho ricevuto molto, e ho dato qualcosa in cambio; ho letto e viaggiato e pensato e scritto. Ho avuto un contatto con il mondo, di quel tipo particolare che ha luogo tra scrittori e lettori. Più di tutto sono

stato un essere senziente, un animale pensante, su questo pianeta bellissimo, il che ha rappresentato di per sé un immenso privilegio e una grandissima avventura”.

Andiamo contro corrente, coltiviamo la gratitudine e trasmettiamone il tratto

Difficoltà di capire o di provare interesse per l'esperienza interiore degli altri

Clinica e ricerca concordano su una cosa: le persone che soffrono di un disturbo narcisistico di personalità non riescono a far star bene le persone che le amano. La ragione sembrerebbe risiedere nel fatto che essi hanno difficoltà a comprendere quello che succede nella mente di qualcun altro e a empatizzare con lui o lei.

Possono avere una certa capacità di empatia cognitiva ma l'empatia emotiva è assente. Chi ha una relazione con un individuo narcisista può avere l'impressione di un suo totale disinteresse.

Questa incapacità di stabilire una vera connessione con gli altri può contribuire all'isolamento della persona narcisista.

Ritiro dalle interazioni sociali per proteggersi dalle umiliazioni

Questo vale ovviamente solo per i narcisisti a pelle sottile (fragili)

Iniziale seduttività seguita da perdita di interesse per l'altro (per N. ad alto funzionamento)

Nei primi incontri con un narcisista il suo modo di comportarsi, di ascoltare, di parlare può risultare affascinante e intrigante. Molti individui con organizzazione narcisistica seduttiva hanno imparato l'arte di conquistare le persone al primo incontro. Ma prima o poi il narcisista decide che l'altro non gli serve più e la seduzione iniziale lascia il posto al disinteresse. L'altro si sentirà mortificato, ingannato e avrà l'impressione di essere scaricato brutalmente.

Qualcuno di voi ricorda il film di Chaplin in cui il protagonista è un mendicante che incontra un milionario?

Quando il milionario è ubriaco bacia e abbraccia il mendicante frastornato, lo chiama grande amico e se lo porta nella sua dimora di lusso. Ma quando la mattina si sveglia e la sbronza è passata non riconosce più il mendicante e lo fa buttare fuori a calci dal maggiordomo.

Un'amica mi trattava così. Per un po' non riuscivo a capire di che cosa si ubriacasse e poi ho capito: di narcisismo!

Falsità e disonestà unite al tentativo di sedurre e irretire l'altro

Se ricordate abbiamo parlato di un continuum lungo il quale si collocano le varie intensità del narcisismo.

Alla fine del continuum c'è il narcisismo maligno. Già il nome la dice lunga, infatti qui il narcisismo sfocia o si coniuga con la psicopatia (o sociopatia come si diceva una volta). E cioè all'insensibilità di fronte al dolore degli altri, al sadismo, alla mancanza di regole e di senso morale.

I narcisisti maligni mentono e gonfiano la verità per imporre agli altri il loro modo di pensare o per conquistare apprezzamento e ammirazione. Seduzione e sfruttamento possono fare parte del loro modo di relazionarsi, senza alcuna considerazione per l'impatto del loro comportamento sugli altri.

.....

Parlare di narcisismo in modo sistematico è difficile, il tema sfugge continuamente dalle mani. Ci ho provato, spero che qualcosa di utile vi sia arrivato.

Volevo aggiungere una considerazione:

Un filo conduttore nei disturbi narcisistici è il senso di mancanza, imputabile alla carenza di un senso di sé durevole e continuo nel tempo, che genera un senso di vuoto. Qualche autore suggerisce che può essere presente un senso di sé estremamente fragile, che però dipende dal fatto di vedersi come individui in qualche modo eccezionali.

Spesso parlando di conoscenti narcisisti si usa la frase "E' così pieno di sé!". L'ironia è che questi individui spesso sono, e si sentono, invece terribilmente vuoti.

Una precisazione, infine, sul mito di Narciso:

Perché gli psicoanalisti ricorrono ai miti per denominare "i complessi" della psiche?

Perché come diceva Freud "gli Dei non abitano nell'Olimpo ma risiedono invece dentro di noi", sono i nostri affetti, le nostre passioni, i nostri tormenti.

E il mito di Narciso ad una lettura più approfondita non è così semplice come ce l'hanno raccontato: Narciso era un giovane molto bello che un giorno si vide riflesso in una fonte e si innamorò della sua immagine. Avvicinandosi per baciarla/baciarsi affogò.

Ma i miti hanno molte facce e già Ovidio ce ne dà una versione più complessa:

La ninfa Liriope partorisce un bimbo bellissimo e gli dà nome Narciso. Poi si rivolge a Tiresia per conoscere il futuro del piccolo, se mai avrebbe visto la stagione della vecchiaia. L'indovino risponde: "Sì se riuscirà a non conoscersi". Un oracolo opposto al "conosci te stesso", opposto ma complementare. Perché la conoscenza di sé chiede la fine dell'inganno narcisistico, cioè elaborare e accettare la perdita dell'onnipotenza infantile che celebra il sé. Il narcisista che riesce a non conoscersi, prigioniero della sua illusione continuerà uguale a se stesso senza metamorfosi. (cfr. Lingiardi)

Bibliografia

Christopher Lash - "La cultura del narcisismo" - Neri Pozza Editore

Gustavo Pietropolli Charmet "Fragile e spavaldo. Ritratto dell'adolescente di oggi" – Editori Laterza

Vittorio Lingiardi – "Arcipelago N – Variazioni sul narcisismo" Giulio Einaudi Editore

