

PROTAGONISMO E NARCISISMO

epidemie senza vaccino

Viviamo in una realtà che appare ogni giorno più feroce, dove il desiderio o la necessità di far prevalere se stessi viene messa in pratica da ogni essere umano in modi e forme diverse.

A volte appare solo come manifestazione dell'istinto di sopravvivenza volta a proteggersi dal tentativo di prevaricazione da parte di amici, conoscenti, familiari, colleghi di lavoro, docenti, professori di scuola, politici, religiosi, medici e da tanti altri uomini o donne più o meno conosciuti/sconosciute che entrano nelle nostre vite a gamba tesa con la velleità di "comandare", di dare regole e di decidere per noi; altre volte nasce come desiderio primitivo di affermazione personale e come voglia di potere e di controllo sugli altri, sugli accadimenti e sulle situazioni utilizzando tutti i modi utili in nostro possesso finanche la manipolazione, la corruzione, la menzogna.

Sto riferendomi evidentemente al volume impressionante di informazioni corrotte, di profili deviati, di notizie manipolate, di occasioni create artificialmente, degli innumerevoli segni di decadimento culturale e dell'aridità spirituale che circolano quotidianamente sulla rete raggiungendo persone di ogni razza, età e genere, attraverso le immagini e i messaggi veicolati dagli smartphone e dal passaparola.

La riservatezza e qualsiasi senso del pudore sono stati banditi dalla rete e dai comportamenti individuali della gente. Il senso della bellezza e la delicatezza dei sentimenti hanno lasciato posto alle più eterogenee, equivocate e balorde manifestazioni dell'essere. Il tentativo di sovrastare, comandare e influenzare gli altri con i propri comportamenti e le proprie idee è uscito dalla definizione di plagio, e addirittura si parla di disubbidienza civile qualora si tenti di far valere il



proprio pensiero in alternativa a immotivate e contingenti imposizioni pubbliche. Sul piano pedagogico, sia gli ambiti familiari che scolastici e "formativi" promuovono nel bambino e nel giovane atteggiamenti e metodi di "violenza comportamentale" finalizzati a demolire emotivamente gli altri per affermare se stessi, per confermare l'illusione di superiorità e per alimentare un'immagine pubblica di solidità e decisionismo.

Narcisismo - "malattia" del secolo

Il narcisismo è un disturbo della personalità che rende uomini e donne dipendenti dalla propria immagine e patologicamente legati ad essa, come accade a Narciso che viene condannato dagli dei ad una vita senza amore avendo rifiutato l'amore della infa Eco; così che lui si innamora del proprio riflesso nell'acqua e muore solo.

Il narcisismo, entro certi limiti, può apparire uno stato normale anche se, quando interferisce con la vita sociale e con i rapporti interpersonali, diventa patologia.

Il narcisista è una persona che mostra differentemente un un ego smisurato e comportamenti come l'autocelebrazione, il perfezionismo e la megalomania non solo come elementi fondanti della propria immagine ma anche come copertura della propria fragilità e dell'incapacità di valorizzare se stesso e di accettare le proprie colpe e le proprie mancanze.

Secondo le statistiche il disturbo narcisistico della personalità colpisce circa l'1% della popolazione generale anche se molti casi non giungono mai ad una diagnosi precisa rimanendo sconosciuti.

Grandi idee, costante bisogno di ammirazione e di controllo, fiducia smisurata nelle proprie capacità, mancanza di empatia e priorità delle proprie esigenze e dei propri bisogni su ogni altra cosa, convinzione che il proprio modo di vedere le cose sia l'unico possibile e corretto.

Il narcisista agisce sempre in difesa del proprio ego, per paura delle critiche e per coprire la propria insicurezza. Per cui reagisce con superiorità, arroganza e disprezzo senza prendersi quasi mai la responsabilità delle proprie azioni oppure si isola sentendosi inferiore, vulnerabile alle critiche e spaventato dal confronto diretto.

Il narcisista in alcuni casi non fa nulla per nascondersi, ha una personalità estroversa ed espansiva e ama stare al centro dell'attenzione e cercare l'interesse delle altre persone.

Ha o finge di avere una buona cultura e sostiene discussioni interessanti e brillanti, può essere un seduttore seriale e conosce l'arte di manipolare le persone e i sentimenti degli altri. Nel corteggiamento, subissa l'altra persona di attenzioni, premure, gesti eclatanti, salvo poi dimostrarsi per quello che è, una persona incapace di amare (più pericoloso è il narcisista maligno, che può diventare sadico, violento, rabbioso sia fisicamente che psicologicamente).

In altri casi il narcisista è più discreto, apparentemente meno pericoloso, non è in genere un aggressivo o che ama stare al centro dell'attenzione, può apparire fragile e stare in disparte, mostrarsi timido e vulnerabile, la qualità della vita sociale lo interessa poco. In questo caso cerca di suscitare simpatia negli altri per ottenere il loro amore o il sostegno incondizionato.



Non ha mai manifestazioni di rabbia, si comporta in maniera passivamente aggressiva, generando profondi sensi di colpa negli altri e apparendo sempre come vittima innocente.

La mancanza di un carattere empatico, l'incapacità di provare amore e la tendenza a manipolare le persone fino a distruggere la loro autonomia e la loro autostima sono le principali caratteristiche del narcisista.

Alcuni dei sintomi che descriviamo di seguito, se contemporaneamente presenti, ci danno la certezza del narcisismo:

- Smisurate idee su di sé e convinzione di meritare un trattamento speciale,
- Autostima spinta all'eccesso, certezza di avere talenti speciali e di essere brillanti o attraenti,
- Convinzione di avere successo illimitato,
- Manifestazione di egocentrismo, fascino, perfezionismo, bellezza o amore ideale,
- Atteggiamento difficile legato alla percezione di non essere apprezzati e riconosciuti sufficientemente,
- Senso di vuoto interiore e apatia nonostante eventuali successi e incapacità ad affrontare qualsiasi fallimento,
- Richiesta eccessiva di ammirazione e di attenzioni a fronte di qualità uniche,
- Tendenza allo sfruttamento e alla manipolazione degli altri,
- Mancanza di empatia, incapacità a riconoscere e identificarsi con i sentimenti e i bisogni degli altri,
- Manifestazione di egoismo ed egocentrismo nel pretendere devozione e unicità nei rapporti sia lavorativi che affettivi,
- Sentimenti di disprezzo, vergogna o invidia e atteggiamenti arroganti e presuntuosi e ricattatori nei confronti di chiunque non lo ponga al centro della sua attenzione.

Chi soffre di narcisismo spesso dà il peggio di sé all'interno delle relazioni sentimentali. All'interno di una relazione di coppia il narcisista vuole avere con la propria partner un rapporto di dipendenza e sudditanza, nel quale lui detiene il potere assoluto.



Tende a sfruttare gli altri in qualsiasi ambito o situazione si trovino, dal contesto lavorativo a quello familiare.

In famiglia il narcisista arriva agli episodi limite di violenza domestica e privazioni contro il partner e gli altri membri della famiglia.

Benché passi il tempo a decantare i propri successi, il narcisista sente un forte e incolmabile senso di vuoto e abbandono, una grande insicurezza.

Può piombare in uno stato di apatia, ansia o depressione, non appena si ritrova solo o se non riceve più la venerazione e l'ammirazione di qualcuno.

Le persone con personalità narcisistica possono arrivare ad avere attacchi di panico, compiere gesti di autolesionismo o sviluppare aggressività, per scaricare lo stress accumulato "per colpa" di altre persone, come forma di ricatto morale.

Sulla genesi del narcisismo patologico influiscono sia fattori educativi e pedagogici che ambientali.

Tali fattori sono da ricercare nel rapporto con i genitori che credono nella superiorità del proprio figlio, premiando le qualità e le azioni in grado di sostenere l'immagine grandiosa di sé e che ne garantiscono il successo sia professionale che economico.

Oppure un ambiente familiare incapace di fornire al bambino le necessarie attenzioni e cure, di riconoscere adeguatamente, nominare e regolare le sue emozioni, di sostenere la sua autostima o i suoi desideri.

Un'altra ipotesi mostra un bambino che, vittima di offese e umiliazioni soprattutto da parte dei coetanei, per risolvere la continua minaccia all'autostima sviluppa un senso di sé grandioso.

STILE NARCISISTA

- **Gli sforzi dei genitori si concentrano sull'apparire ottimi educatori ed i figli, per loro, devono diventare delle opere di perfezione: esseri umani che sono amati per quello che rappresentano e non per quello che sono.**
- **I figli diventano deboli, indecisi. La loro felicità e soddisfazione sono strettamente connesse all'approvazione che deve sempre provenire dal mondo esterno.**

I disturbi della personalità possono interessare la vita professionale, sociale e affettiva delle persone che ne soffrono: quando non ottengono il riconoscimento che credono di meritare o di fronte a eventuali critiche, i narcisisti reagiscono con rabbia o vergogna che si manifesta diversamente.

Inoltre, dato che lo status sociale è fondamentale per la loro immagine, si legano a persone "speciali" che forniscano loro importanza di riflesso senza che si crei competizione e sviluppando rapporti opportunistici e superficiali.

Il narcisista non riconosce la propria patologia e l'effetto negativo del suo atteggiamento sulle persone che lo circondano, non chiede mai aiuto per le sue fragilità, e quando giunge all'attenzione dello psicoterapeuta è sempre per altri motivi.

Al terapeuta non si presenta un individuo che proclama la propria unicità e superiorità e la convinzione di sé stesso, ma un soggetto che racconta emozioni negative, disturbi sintomatici, problemi comportamentali, attacchi di panico, stati depressivi, abuso di alcol o stupefacenti, dipendenza affettiva, crisi psicologiche, disturbi alimentari.

Le vittime di un narcisista, soprattutto di un rapporto amoroso, possono avere grosse difficoltà a instaurare relazioni successive: un narcisista non vive bene rifiuti o abbandoni, e cerca con ogni mezzo di attirare nuovamente la vittima, supplicando, promettendo cambiamenti o cercando di far leva sul suo senso di colpa. Non torna sui suoi passi perché prova un sentimento empatico ma per rivivere le emozioni forti, le sfide, le situazioni che lo fanno sentire protagonista; la conquista e la vittoria, realizzate con ogni mezzo, sono fra queste.

Il narcisista rimane sempre attaccato alla persona che lo ha scartato, smascherato, ripudiato ed ignorato. I narcisisti sono persone fondamentalmente deboli e l'immagine che vogliono rimandare, di persone forti e risolte, rappresenta quel che vorrebbero ma che sanno di non essere.

Questo li porta a rimanere sempre attaccati a chi lo è veramente.

Un o una ex, in passato ridotta al nulla, manipolata, umiliata e distrutta che si ribella e riprende la sua vita dalla quale lui o lei è definitivamente esclusa, rappresenterà ai suoi occhi una persona forte e determinata nei confronti della quale nutrirà ammirazione e dalla quale non riuscirà mai ad allontanarsi definitivamente.

Naturalmente i meccanismi contorti della sua mente, lo porteranno a manifestare questo sentimento nei modi più subdoli e meschini tra cui la vendetta ed il ricatto che perpetrerà per sempre, con dinamiche più o meno palesi.

Anche e soprattutto l'indifferenza innanzi anche a questi comportamenti, come in un circolo vizioso, anziché allontanarlo potenzierà il suo attaccamento.



Non è il nostro compito quello d'avvicinarci,
così come non s'avvicinano fra loro il sole e la luna, o il mare e la terra.

Noi due, caro amico, siamo il sole e la luna, siamo il mare e la terra.

La nostra meta non è di trasformarci l'uno nell'altro,
ma di conoscerci l'un l'altro e d'imparar a vedere ed a rispettare
nell'altro ciò ch'egli è:

il nostro opposto e il nostro completamento.

"Narciso e Boccadoro" di H. Hesse