

Narcisismo

Il grande dolore

Federica Lanza

NARCISISMO

Il grande dolore

Saggio

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2024
Federica Lanza
Tutti i diritti riservati

*“Il volare troppo in alto implica
il “credere” troppo nelle proprie ali
e il non rispettare il limite;
il volare troppo in basso vuol dire
rinunciare e non alzarsi mai da terra.”*

Stephen A. Mitchell, 1988

INTRODUZIONE

L'obiettivo del presente lavoro è quello di descrivere, in tutte le sue sfaccettature, il narcisismo, focalizzando l'attenzione sui suoi aspetti sani, sul disturbo narcisistico di personalità e sul narcisismo virtuale. Per quanto concerne il disturbo, oggi, secondo la quinta edizione del Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali, redatto dall'American Psychiatric Association, (DSM-Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders), la prevalenza della popolazione clinica va dal 2 al 16% ed è compresa tra 0 e 6,2% nei campioni di soggetti rappresentativi delle comunità. Mi sono voluta concentrare di più sul sesso maschile, in quanto il 50-75% degli individui affetti da narcisismo sono maschi. Ho raccolto informazioni da diversi autori, tra cui i principali sono Semi, Lowen, Dimaggio, Semerari e Riva. Ho anche estrapolato informazioni dal web per rendere il più completo possibile il testo.

Ho diviso il libro in tre capitoli.

Il primo capitolo, *“L'aspetto non patologico del narcisismo”*, avrà lo scopo di descrivere, come si evince dal titolo, quella nota di narcisismo che è presente in tutti noi. Il nar-

cisismo sano e il narcisismo della vita quotidiana, di cui molti autori hanno parlato. Quel tipo di narcisismo finalizzato al così detto “amor proprio”, quel narcisismo che ci aiuta a farci sentire bene con noi stessi, che fa rispettare il proprio sé, che ci aiuta a perseverare e ad essere determinati, quella nota di narcisismo che ci aiuta a raggiungere i nostri obbiettivi senza mai manipolare o raggirare l’altro, quel narcisismo legato alla nostra sopravvivenza. Narcisismo inteso come autostima sana. Inizierò a parlare del classico mito greco di Narciso, contenuto nella “metamorfosi” del poeta romano Ovidio, e anche del romanzo di Oscar Wilde “Il ritratto di Dorian Gray”, per aggiungere un tocco di contemporaneità. Descriverò cos’è il disturbo narcisistico di personalità secondo il DSM V, della distinzione che vi è tra il narcisismo primario e il narcisismo secondario, delle persone di successo, dell’immagine del pendolo che riporta Semi (uno degli autori a cui ho fatto riferimento per il primo capitolo) nel suo libro “Il narcisismo”, e della famiglia, soprattutto la figura della madre, che è coinvolta nella crescita e nella strutturazione della personalità dei propri figli.

Nel secondo capitolo “*Il disturbo narcisistico di personalità*”, invece, mi focalizzerò sul disturbo narcisistico di personalità. Inizierò dando un’inquadratura generale di quelli che sono i disturbi di personalità per poi focalizzarmi totalmente sul disturbo narcisistico. Parlerò di quelli che sono i deficit dei narcisisti, del loro senso di grandiosità che è la caratteristica principale della personalità di queste persone. Parlerò di come si sviluppa nei bambini, del perché le

persone vengono afflitte da questo disturbo, del perché le persone ne diventano vittime. Il mio scopo è quello di far capire che, i narcisisti, seppur rendono “vittime” gli altri, essi stessi sono vittime della loro personalità, vittime della loro brutale infanzia, vittime, spesso, di violenze e abusi nell’età della fanciullezza, vittime di aggressività, vittime di umiliazioni, vittime di stili d’attaccamento mal funzionanti, vittime di continui rifiuti, vittime di uno stile di vita che non dovrebbe appartenere a nessun essere umano. Parlerò degli approcci a cui si guarda al disturbo e dei sottotipi che sono stati a lungo studiati dagli autori più importanti, tra cui la classica distinzione tra narcisismo covert e narcisismo overt. Parlerò del deficit delle abilità metarappresentative e mi concentrerò sull’incapacità di amare di questi pazienti. Focalizzerò l’attenzione sui femminicidi, di cui purtroppo molto spesso si parla, che commettono i narcisisti nelle loro forme più gravi e della violenza in generale. Verso la fine del secondo capitolo aggiungerò una lettera, che ho trovato su internet (mio giovamento, in quanto ho meglio capito il mondo interno dei narcisisti), scritta da un narcisista consapevole del suo disturbo. Infine, focalizzerò l’attenzione su ciò che è la cosa più importante: la psicoterapia.

Nel terzo capitolo discuterò di un aspetto particolare e recente del narcisismo: *“Il narcisismo in rete”*. È un fenomeno che si sta diffondendo sempre di più negli ultimi anni a causa dei social media e della comunicazione che sta cambiando in questo decennio, un fenomeno di cui si parla spesso. Al narcisismo sano e al patologico, si aggiunge an-

che quello virtuale. Entrambi i sessi, anche se in diversi modi, possono cadere in questa trappola virtuale. Parlerò dei “selfie”, che quasi tutti, oggi, siamo abituati a scattare, che possono diventare un problema quando vengono usati in eccesso. In merito, infatti, parlerò del fenomeno del sexting e di come può diventare pericoloso mettere in atto questa pratica. Parlerò dei paradossi dei selfie, tanto innocui quanto ingannevoli. Parlerò del legame che esiste tra il narcisismo e i selfie, citerò a riguardo delle ricerche, per capirne meglio le dinamiche, primo fra tutti la ricerca svolta da Riva, autore a cui mi sono ispirata per questa terza parte, e dall’Università Cattolica insieme alla fondazione IBSA, per poi proseguire con le ricerche di Fox e Rooney e, infine, citerò due articoli, il primo con una ricerca svolta da ricercatori polacchi e il secondo con una ricerca svolta da ricercatori australiani. Infine, parlerò di una piattaforma che ha preso il volo molto recentemente, “TikTok”. Piattaforma dove vengono pubblicati video divertenti e soprattutto, aspetto su cui mi focalizzerò, “balletti” dove la classica ragazza che li fa è giovane, con i capelli lunghi e le labbra carnose, che si dimena in top e shorts, sexy e con aria sicura di sé. Discuterò di quanto “TikTok” può recare danno se utilizzato male. Citerò una ricerca svolta da una testata giornalistica che ha indagato per capire il lato oscuro di questa piattaforma. Discuterò del fatto che essa è stata definita da molti “il trionfo del narcisismo” e addirittura dall’India “mezzo per i predatori sessuali”.

CAPITOLO 1

L'ASPETTO NON PATOLOGICO DEL NARCISISMO

1.1 – *Il mito di Narciso e Dorian Gray*

“Immobile, fissa il suo viso, immobile come una statua scolpita nel marmo di Paro, bocconi sul prato contempla le due stelle che sono i suoi occhi, e i capelli degni di Bacco, degni anche di Apollo, e le sue guance impuberi e il collo d'avorio e la gemma della bocca e il rosa soffuso del candore di neve, e ammira tutto ciò che fa di lui un essere meraviglioso. È sé che desidera, e, ammirandolo, ammira se stesso; e nell'attrarre è lui l'attratto, e mentre brama, si brama, e insieme accende e arde.”¹

Queste sono le parole che descrivono Narciso, ovvero il protagonista del mito scritto da Ovidio. Un giorno Narciso, mentre era a caccia di cervi, venne visto da una ninfa, Eco, che per colpa di una maledizione era costretta a non poter esprimere i suoi pensieri a voce, poteva solamente ripetere

¹ (<https://www.rivistadipsichiatria.it/archivio/3333/articoli/33021/>)

le ultime parole pronunciate dagli altri. Quando Narciso apparve davanti ai suoi occhi, ne fu ammaliata. Fece qualche rumore per farsi accorgere da lui che infatti disse: «Chi c'è qui?» ed Eco rispose: «Qui». Il dialogo prosegue per qualche altra battuta e, infine, Eco, decise di buttare le braccia al collo di Narciso che intimò: «Crepo, piuttosto di stare con te!». Eco, innamoratissima di Narciso, soffrendo pene d'amore, smagrì fino a morire, a causa di quel rifiuto, mentre Narciso continuò a fare strage di cuori e a negarsi con tutti. Un giorno, un'altra ninfa alla quale Narciso si rifiutò, gli augurò di amare senza mai poter avere l'amato e, gli dei, per la regola della reciprocità, accolsero questa "preghiera". Un giorno, infatti, mentre Narciso riposava vicino una sorgente, vide la sua immagine riflessa nell'acqua credendo si trattasse di un'altra persona. Se ne innamorò e cercò di abbracciarlo inutilmente, fino a capire che quella persona era lui stesso. Questa rivelazione, però, non spense quell'amore, lo rese solamente un amore terribile poiché era condannato all'insoddisfazione. Narciso, disperato, si lacerò il petto e morì. Quando poi le Driadi prepararono il rogo per bruciarne il cadavere si accorsero che lui non c'era e al posto suo era cresciuto un fiore dai colori rosso e arancione, circondato da una bianca corolla. Questo fiore, oggi, lo chiamiamo Narciso.

Oltre Narciso, vorrei prendere spunto anche dal romanzo di Oscar Wilde. Il romanzo di Dorian Gray, è ambientato a Londra e parla di un ragazzo, Dorian appunto, dall'aspetto molto bello. Un pittore, Hallward, un suo amico, lo ritrasse in un dipinto quando Dorian era molto gio-