



# **Il narcisista: un bambino che nessuno ha visto. Disturbo narcisistico di personalità**

## **INDICE:**

1. Introduzione
2. Breve inquadramento teorico
3. Descrizione clinica
4. L'identità
5. Le Relazioni
6. L'infanzia
7. Conclusioni
8. Bibliografia
9. Altre letture su HT

## **1. Introduzione**

*"Era la cosa migliore per me. A lei non ho più pensato"*

MP è un uomo di 40 anni, libero professionista, vive nel centro Italia, si sta costruendo una carriera da qualche anno. Fa moltissimo sport, ama le moto e la fotografia, cura il proprio aspetto ed è molto sensibile al giudizio degli altri, usa nel suo lavoro la capacità di cogliere le fragilità degli altri, è simpatico e spiritoso, ha fatto uso di marijuana fino all'anno prima quasi in funzione terapeutica per calmarsi e riuscire a dormire.

*"Ci siamo conosciuti su Facebook, avevamo interessi comuni e la stessa visione delle cose, abbiamo cominciato a scriverci e a telefonarci tantissimo per settimane e alla fine ci siamo incontrati. Ogni giorno le mandavo decine di messaggi, foto, video e audio, le raccontavo le mie giornate, ci parlavamo per ore, dal bullone della moto alle angosce esistenziali. Avevo bisogno di sentirla sempre, che mi ascoltasse, che ammirasse come lavoravo: le ho raccontato i miei problemi famigliari, le mie insicurezze sessuali, che avevo avuto poche donne, ma anche di quanto mi ero costruito un'immagine anche professionale che mascherasse la mia insicurezza e che mi proteggesse dalla rabbia e dall'aggressività. Lei all'inizio resisteva, ma poi ce l'ho fatta: non le interessava che fossi in sovrappeso e per la prima volta avevo incontrato chi mi amava per come ero e non dovevo mettere la maschera del professionista competente che mettevo di solito. Ho raccontato a lei cose che non ho mai detto a nessuno, che da adolescente coprivo gli specchi per non vedermi, che ho paura delle malattie e di non avere il controllo su me stesso e gli altri. Le ho detto che l'amavo e volevo passare la notte con lei. Stavamo organizzando di incontrarci di nuovo, di passare la notte insieme.*

*Eppure dopo un mese le ho detto che per me finiva lì, che non volevo più vederla o sentirla. Lei si è stupita e voleva continuare a sentirmi. Non sono riuscito a capire perché non*

**Francesca Emili  
Psicologo**Articolo scaricato da [www.humantrainer.com](http://www.humantrainer.com)

*considerava quello che le avevo detto, le avevo detto che era finita e lei non capiva. Le ho bloccato il numero. Non mi interessava ascoltare cosa aveva da dirmi, non mi serviva più, ero soddisfatto così. C'era un'altra che mi piaceva e ora sono contento con lei. Per me era la cosa migliore, non mi interessava cosa provasse lei. Come fa a non aver capito che era finita? Era la cosa migliore per me. L'ho cancellata e dopo non ci ho più pensato. Se è finita, è finita."*

MP appare un ragazzo sereno, ma ha serie difficoltà relazionali: soffre del disturbo narcisistico di personalità, un disturbo caratterizzato principalmente da egocentrismo patologico, scarsa empatia e bisogno di essere ammirati.

## 2. Breve inquadramento teorico

Da Freud ai giorni nostri ci si è avvicinati al tema in modo diverso, ma il concetto fondamentale è che il narcisista rappresenta l'immaturità, perché riproduce uno stato iniziale, la prima rappresentazione di sé.

In seguito il Dott. **Heinz Kohut** ha parlato di forme mature ed immature di narcisismo: in quello **matturo** la persona si pone delle mete, degli scopi, si piace e si apprezza, mentre in quello **immatturo**, avendo avuto delle carenze iniziali, passa la vita a cercare il proprio sé.

Kohut distingue due tipi di narcisismo immatturo: il disturbo narcisistico **della personalità** ed il disturbo narcisistico **del comportamento**.

Il disturbo narcisistico del comportamento è più immatturo: il bambino, non essendo stato visto soprattutto dalla madre, vuole riprendere con il comportamento quello che gli è stato tolto.

Dopo Kohut, il Dott. **Otto Kernberg** classifica l'organizzazione narcisistica della personalità dalla condizione meno grave alla più grave (la psicopatia, cioè l'assenza di empatia nei confronti della vittima), e altri autori successivamente hanno proposto altre schematizzazioni.

Il Dott. **Alexander Lowen**, ad esempio, propose diversi gradi di gravità crescente (che si allontanano sempre più dalla realtà) del disturbo narcisistico: il carattere *fallico-narcisistico*, definito da Lowen il grado meno grave, seguito dal carattere *narcisistico*, quindi da quelle che Lowen chiama la personalità *borderline*, la personalità *psicopatica* ed infine la personalità *paranoide*.

## 3. Descrizione clinica

Anche considerando le caratteristiche generali indicate dal DSM V, dobbiamo tenere presente che le manifestazioni che descrivono questo disturbo sono molto diverse tra loro in base alla gravità e alle caratteristiche personali.

**La diagnosi secondo il DSM V** richiede che sia presente un modello persistente di grandiosità, necessità di adulazione, e mancanza di empatia e che questo modello sia evidenziato dalla presenza di almeno cinque dei seguenti sintomi:

- un'esagerata, infondata sensazione della propria importanza e dei propri talenti (la grandiosità);
- preoccupazione, con fantasie di successi senza limiti, influenza, potere, intelligenza, bellezza, o amore perfetto;
- convinzione di essere speciali e unici e di doversi associare solo a persone di altissimo livello;
- un bisogno di essere incondizionatamente ammirati;
- una sensazione di privilegio;

**Francesca Emili  
Psicologo**Articolo scaricato da [www.humantrainer.com](http://www.humantrainer.com)

- sfruttamento degli altri per raggiungere i propri obiettivi;
- mancanza di empatia;
- invidia degli altri e la convinzione che gli altri li invidiano;
- arroganza e superbia.

Inoltre, i sintomi devono aver inizio nella prima età adulta.

Secondo Il Dott. Wink, **si distinguono inoltre due sottotipi:**

- il narcisista **overt** presenta alta autostima, bassa tolleranza alle critiche, distacco emozionale;
- il narcisista **covert** (MP) ha un'alta sensibilità alle critiche, ruminazione, bassa autostima, ansia ed evitamento delle relazioni. Come MP, il narcisista covert appare **simpatico** e fondamentalmente insicuro. **Non riesce a coltivare relazioni** davvero autentiche (le relazioni, inoltre, sono di solito di breve durata).

Come abbiamo visto, la persona che presenta il disturbo narcisistico di personalità ha un'idea di sé grandiosa, di successo, autonoma e indipendente, ma in realtà ha bisogno di un pubblico che la possa confermare (dipendenti, allievi, followers). Cercando un ambiente che possa curarlo, fa spesso parte di gruppi, associazioni, partiti, organizzazioni che hanno una funzione di accoglimento e che lo fanno sentire parte di qualcosa. Ha bisogno di un'immagine "di potere" per superare la sensazione di impotenza e vulnerabilità. Il narcisista è, infatti, allo stesso tempo vulnerabile e incapace di accettare critiche verso le quali può reagire con astio, forte **rabbia** e con grande enfasi emotiva.

Le critiche, infatti, potrebbero mettere in luce le sue insicurezze e, non sapendo gestire la rabbia latente, potrebbe iniziare ad attaccare l'altro attribuendogli quelle parti di sé che non vuole accettare di sé stesso.

Un insuccesso, una disconferma o un abbandono possono invece farlo cadere in **depressione** perché distruggono la sua immagine e la sua fittizia identità. In questi casi proverà vergogna, così come quando era bambino e aveva paura, bisogno, ma è stato ridicolizzato e non visto.

Il narcisista, in effetti, si percepisce come una persona speciale ma allo stesso tempo si sente uno zero. Questo lo porta ad una scissione interna.

Il disturbo narcisistico di personalità può portare a periodi di umore depresso e ritiro sociale alternati a periodi con umore ipermaniacale, disordini alimentari, uso di sostanze e dipendenze.

#### **4. L'identità**

La persona con disturbo narcisistico di personalità non presenta un'identità unitaria. Tende a sostituire la sua identità con un'**immagine fittizia** che va a coprire la sua **insicurezza**, un'insicurezza che egli difficilmente ammetterà, a meno che non faccia un lungo lavoro sulla consapevolezza di sé.

**Lowen** sostiene che il sé è l'essenza della persona, quello che davvero si è: crescendo ci si costruisce l'immagine di noi stessi in base ai riscontri che riceviamo. Il narcisista si costruisce un'immagine per difesa, un'immagine che venga accettata dal suo ambiente, allontanandosi da quella reale, crea un'incongruenza allontanandosi dalle sue emozioni, sentimenti e sensazioni (**la paura del narcisista**, infatti, è di sentire il vuoto, quello spazio che c'è tra l'immagine e il suo vero sé, che mette paura, che è bisognoso, che è l'opposto dell'immagine che si è costruito).



## Il narcisista: un bambino che nessuno ha visto. Disturbo narcisistico di personalità

**Francesca Emili**  
**Psicologo**

Articolo scaricato da [www.humantrainer.com](http://www.humantrainer.com)

Da adulto continuerà poi ad adeguarsi all'immagine che l'altro vuole vedere: un foglio bianco dove l'altro vedrà o scriverà il personaggio di cui vuole innamorarsi.

Avendo una struttura identitaria molto fragile, può cambiare secondo i contesti e le persone che incontra.

L'altro proietterà quello che vuole in questo vuoto ed è per questo che il narcisista spesso sembra un grande seduttore, quando in realtà sta solo facendo da specchio alle altre persone.

Non percependo se stesso, chi soffre di questo disturbo nega anche la propria vulnerabilità e il proprio bisogno, anche di affetto e di relazioni: ha infatti forti difficoltà a farsi coinvolgere affettivamente. A volte può diventare consapevole di questo, ma non sapere più come fare per avvicinarsi al mondo esterno, avendo attuato una divisione tra dentro e fuori e vivendo all'interno dell'immagine che si è costruito e delle sue convinzioni che lo fanno sentire al sicuro. Per questo può essere anche eccessivamente chiuso e sulla difensiva, sempre in allerta per difendere questa immagine che in realtà è molto fragile.

### 5. Le Relazioni

Anche se apparentemente la persona con disturbo narcisistico può sembrare coinvolta nelle relazioni, in realtà non lo è. Lo sfondo narcisistico fa mantenere solo relazioni superficiali che diano conferme, e queste vengono mantenute fino a quando ritenuto utile, dopodiché il partner viene abbandonato e sostituito con un altro.

**Mackenzie** ha individuato una serie di comportamenti messi in atto dalla persona nel momento dell'abbandono:

- manda segnali indiretti per far capire che ha perso interesse;
- attiva il "trattamento del silenzio";
- con amici e parenti descrive il/la partner come ossessivo/a ed instabile;
- tratta il/la partner con condiscendenza spiegandole quanto il suo comportamento lo infastidisca o lo deluda;
- ostenterà la nuova relazione dichiarando quanto è felice;
- sparirà senza nessuna spiegazione.

**Ghosting.** Fino a qualche anno fa la parola *ghost* ci faceva venire in mente un film romantico, la scena di loro due al torneo, la canzone di sottofondo e l'amore eterno che va oltre la morte. Adesso *ghost* è chi attua il *ghosting*, l'interruzione netta della comunicazione e la sparizione. La morte improvvisa di una relazione.

"Vado a prendere le sigarette", il protagonista de "Il fu Mattia Pascal" raccontava modi del passato per sparire, non affrontare discussioni o chiarimenti, evitare il confronto e il conflitto. Evitare di essere messi di fronte a sé stessi, dover giustificare comportamenti o dare spiegazioni di qualcosa. Di solito chi mette in atto questi comportamenti vuole uscire da una situazione che sente come "scomoda" e non se la sente di affrontare le reazioni ed eventuali recriminazioni dell'altro. Ma la persona che fugge può anche nascondere la paura di un rapporto che sta crescendo, che si sta evolvendo, in cui non riesce più a "fingere". Non per forza deve essere stato un attore o un'attrice consapevole: il più delle volte certi atteggiamenti non sono intenzionali o totalmente consapevoli. Può capitare inoltre che il *ghosting* sia una sorta di proiezione di comportamenti subiti da bambino deprivato: i genitori molto assenti non c'erano nel momento del bisogno, senza spiegare il perché. È quindi una forma di abuso emotivo, ma anche una forma di autodifesa di una persona inadeguata



e fragile, spesso con disturbi della personalità.

## 6. L'infanzia

Il **falso sé** mantiene delle caratteristiche (Kohut) dell'Io infantile che ha bisogno di essere ammirato. Dietro ad un narcisista, infatti, c'è sempre un bambino che non è stato visto. I genitori si sono presi poca cura dei suoi bisogni (Selvini Palazzoli), non sono stati disponibili fisicamente, ma soprattutto non sono stati disponibili a vederlo per quello che è, ad accoglierlo nella sua fragilità e l'hanno sostituito con un'immagine ideale (e il bambino, pur di essere amato, ha accettato di rispondere a quell'immagine); spesso hanno ridicolizzato la sua vulnerabilità e lui si è convinto di non essere degno di essere amato per quello che è. Ha sviluppato, così, un sentimento di vergogna.

Due sono le situazioni che può aver vissuto, accomunate dal fatto di **non essere stato visto**:

1. i genitori lo hanno convinto fin dai primi anni di essere il migliore e di avere diritto a speciali privilegi, lo hanno perdonato facilmente, assecondato senza abituarlo a tollerare le frustrazioni, gli hanno sempre risolto i problemi, impedendogli di imparare dagli errori e condannandolo all'incompetenza (da adulto, dietro alla sua spavalda facciata di superiorità, deve invece fare i conti con il sentimento di vergogna per i propri limiti e fallimenti, fuggendo dalla scena e isolandosi per paura che gli altri si accorgano del bluff);
2. è stato un bambino deprivato, che ha avuto un tipo di attaccamento insicuro evitante: è stato un bambino buono che non disturbava, non piangeva perché sapeva che non aveva adulti disponibili vicino (potrebbe aver avuto una madre depressa, distratta da altri problemi personali o da altri figli...), è stato concentrato sul gioco e sull'ambiente invece che sulle persone, non cercava ed evitava la madre e gli affetti per paura di sentire il dolore del vuoto.

Non è stato amato per quello che era, non sono state viste le sue vere inclinazioni e le sue emozioni e la mancanza di considerazione profonda gli ha fatto concludere di non aver bisogno di nessuno e di dover dimostrare al mondo quanto vale.

Il bambino può essere stato manipolato dal genitore e aver imparato un modello relazionale in cui avrà sfiducia nelle relazioni, nessun legame emotivo e intimo. Il narcisista vede, infatti, le relazioni come una manipolazione dell'altro a proprio favore, oggetti da usare per confermare la propria superiorità.

## 7. Conclusioni

Il mito di Narciso lo vede scacciare la ninfa Eco, che per il dolore e l'umiliazione si spense a poco a poco.

Subito dopo, sporgendosi sull'acqua, Narciso si innamorò perdutamente della propria immagine, la inseguirà per mari e per monti senza sapere che è la propria, senza sapere che sta inseguendo se stesso. Allo stesso modo non riesce a raggiungere l'altro e ad instaurare una relazione d'amore, ma si rapporta con l'immagine di sé invece che davvero con se stesso.

Narciso insegue l'amore senza poterlo raggiungere.

Spesso le persone con disturbo narcisistico di personalità arrivano alla terapia per problematiche relazionali, periodi depressivi, attribuendo le cause all'esterno.

Il loro dramma è l'incapacità di amare; sono fondamentalmente tristi, non rispettano il bambino dentro di loro che è stato maltrattato e lo giudicano perché avrebbe dovuto farsi rispettare. Sono persone che vivono la sofferenza come debolezza e perciò la ritengono inaccettabile.



## Il narcisista: un bambino che nessuno ha visto. Disturbo narcisistico di personalità

**Francesca Emili**  
**Psicologo**

Articolo scaricato da [www.humantrainer.com](http://www.humantrainer.com)

Anche dopo molti anni di **terapia** non è facile per il narcisista essere consapevole della propria fragilità ed accettare di avvicinarla per poterci lavorare. Anche l'ipersensibilità alle critiche non rende semplice il lavoro terapeutico, in quanto il narcisista difficilmente prende in considerazione punti di vista che vanno a incrinare l'immagine fragile che si è costruito.

**MP.** MP conosce qualcuno in modo virtuale e avvia una comunicazione veloce e senza filtri, poco pensata. Condivide pensieri, foto e altro appena gli viene in mente, probabilmente senza riflettere. Seleziona le informazioni, condivide solo il meglio di sé.

Senza avere la persona di fronte, ha raccontato le insicurezze che non aveva mai voluto mostrare e ha, per qualche settimana, gettato la maschera mostrandosi senza pelle. Proprio questo essere senza pelle l'ha messo di fronte alla sua fragilità e ha deciso di non volerla più guardare. È tornato a mettere la maschera come aveva sempre fatto.

MP ha avuto bisogno di essere apprezzato, ha verificato che poteva anche essere accettato per quello che era, ma la paura ha preso il sopravvento. Non ha saputo affrontare una chiusura spiegando le proprie ragioni, ma ha preferito chiudere in modo netto senza permettere all'altro di avere spiegazioni e senza riuscire a reggere un confronto.

MP non è stato visto da piccolo per quello che era e si è costruito un'immagine, una corazza dura che lo tiene distante da sé stesso e dagli altri. Senza corazza sarebbe troppo esposto, rimarrebbe senza pelle, esposto alla paura di impazzire se dovesse accogliere i sentimenti che non sa controllare e gestire.

## 8. Bibliografia

- J. Bowlby, *Una Base sicura*, Raffaello Cortina
- M. Borgioni, *Dipendenza e Controdipendenza affettiva: dalle passioni scriteriate all'indifferenza vuota*, Alpes
- O. Kernberg, *Narcisismo, aggressività e autodistruttività nella relazione psicoterapeutica*, Raffaello Cortina
- H. Kohut, *Narcisismo e analisi del Sé*, Bollati Boringhieri
- A. Lowen, *Il narcisismo*, Feltrinelli
- J. MacKenzie, *Questo amore fa male*, Giunti
- M. Selvini Palazzoli, *I giochi psicotici nella famiglia*, Raffaello Cortina
- A.A. Semi, *Il narcisismo*, Il Mulino

## 9. Altre letture su HT

- Valentina Zappa, "[Il disturbo narcisistico della personalità vissuto dal partner](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika nr. 152, 2018
- Redazione, "[Disturbo Narcisistico di Personalità: le emozioni del Terapeuta](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika nr. 119, 2015
- Federica Roselli, "[Le Vittime di Narciso](#)", articolo pubblicato su Psicologia-Psicoterapia.it - HT Network - Psico-Pratika nr. 118, 2015