

di Gianfranco Brevetto

Il narcisista non è sempre come lo si immagina. Dietro la grande vita si nasconde il vuoto, l'inutilità, la costante paura del fallimento. Giancarlo Dimaggio ci illustra le caratteristiche di questa personalità, mitica, ambigua, sfuggente, ma molto terrena.

- Lei inizia il suo bel saggio descrivendo il narcisista come una maschera complessa e articolata che si può incontrare ovunque. Si tratta di persone che hanno ben poco a che fare con l'immagine mitologica del Narciso. Quali sono i tratti dominanti?

- il narcisista si può manifestare in tanti modi ed è un tratto di personalità presente in tutte le epoche, si tratta di una modalità caratteriale umana in un certo senso archetipica. La manifestazione più clamorosa del narcisismo è quella che in realtà gli psicoterapeuti vedono meno, il tipico personaggio arrogante, spaccone, che tende a passare come un trattore sulla vita degli altri. Queste persone credono di avere diritti speciali, con comportamenti esplicitamente prepotenti e dominanti. A questa tipologia si affianca una variante di tipo più esibizionista, un narcisismo, per esempio, esaltato nell'epoca social, un narcisista variante selfista.

- La grande vita, così lei indica quella condotta dal narcisista, appare fata di luci e ombre, contraddizioni, paure. E' proprio così?

- In realtà, il narcisista di divertente nella vita ha ben poco. Possono fare la *grande vita*, ma la loro vita interna è assolutamente poco invidiabile. E' una vita dominata dal vuoto affettivo, dalla mancanza di senso, dall'idea che sono al mondo ma non si capisce bene il perché, dalla freddezza dell'esperienza emotiva, dal gelo, da uno strisciante continuo senso di essere un bluff per cui, prima o poi, si verrà scoperti. quello che si vede dall'esterno può suscitare invidia, attrazione, fascino, però, nel chiuso della loro stanza, i narcisisti vivono un'esperienza di solitudine profonda, di distanza dalla vita.

- Quindi non sempre si tratti individui in cui emerge un mix di machiavellismo narcisismo e psicopatia?

- il narcisista può essere anche solo, semplicemente, un esibizionista, bisognoso di attenzione e di ammirazione. In presenza di questa triade oscura, non si tratta solo di narcisismo, ma di una combinazione di tratti e siamo più nel campo dell'antisocialità che del narcisismo. La triade oscura è composta sì di narcisismo, la tendenza di abitare un'immagine di sé in cui ci si vede, e si vuole essere visto dagli altri, come superiore. Ma anche un'intelligenza manipolatoria che quindi cerca di utilizzare l'altro a fini di sfruttamento personale (machiavellismo). Infine la psicopatia, in pratica un comportamento predatorio a sangue freddo. Questo è un tipo complesso che entra in un profilo al limite del criminale. Ma non è sempre così, il narcisista può essere una personalità non necessariamente aggressiva, anzi spesso si tratta di persone chiuse, introversive, che passano la vita a macerarsi nei fallimenti, nell'incompiutezza, l'insoddisfazione, la delusione, i sentimenti di colpa.

- Riflettevo sul fatto che forse perché una personalità narcisista emerga occorre essere in due. Forse l'uno l'immagine speculare (e qui torna il mito) dell'altro. E' così?

- Il narcisismo è, sostanzialmente, un'esperienza interna, è come la persona vede se stessa. Ma, dietro una maschera di arroganza, di spacconaggine, c'è un senso di fallimento, inferiorità, inutilità. Questi hanno bisogno di un palcoscenico continuo, perché si tratta di un tentativo continuo, e perennemente fallimentare, di

correggere quell'immagine negativa di inutilità. E' come se costringessero l'altro a fornire loro le prove del loro essere speciali, ma prove che loro stessi sono i primi a non considerare. C'è un continuo tentativo di farsi dire di essere unici e superiori ma, anche se l'altro gli dà la conferma, non ci credono.

- Credo, però, che all'interno di una coppia, una personalità come questa possa fare dei danni, anche gravi.

- Questo è un argomento dibattuto incomincia esserci una certa attenzione al problema, soprattutto nel riconoscere questi tipi di personalità. La persona narcisistica può sicuramente avere un effetto tossico sulle persone vicine, in particolare nelle relazioni di coppia e sul luogo di lavoro. Però tantissimi pazienti narcisistici, un po' per una loro inclinazione naturale precedente, un po' per il buon lavoro fatto in terapia, hanno rivelato anche ottime capacità umane. Il quadro di personalità tossica non vale per tutti, altrimenti diventa uno stigma più che una diagnosi. Vi sono anche casi frequenti in cui, in una coppia il danno prodotto dal narcisista non appare solo imputabile a quest'ultimo, Spesso, in chi ha un partner narcisista, la sofferenza non è tanto generata dal partner in questione: la presenza del narciso fa emergere nuclei di sofferenza che queste persone avevano già. Focalizzare l'attenzione sul narciso può, a volte, essere nocivo perché può portare la persona a ragionare soltanto in termini di "sto male perché mi fa del male", senza porsi il problema "sto male, cosa posso fare io per star meglio?". Questa è una situazione frequente in terapia.

- Le cose che dice dovrebbero far molto riflettere...

- Molte persone che soffrono a causa del compagno o compagna narcisista, sono a volte affette da una sorta di narcisismo per procura. Sono personalità narcisistiche che affidano la propria grandiosità al partner. Lo scelgono proprio perché incarna quello che vorrebbero essere. È un narcisismo condiviso nella coppia.

- Ma, al di là di situazioni più complesse, cosa porta un partner a permanere in queste situazioni?

- Il narcisista può tentare di manipolare ma, in genere, non ha il potere di trattenere fisicamente una persona. A questo punto occorre far riferimento alle risorse interne di quella persona, senza aspettare che sia l'altro a farti sentire meglio, altrimenti si generano situazioni di dipendenza relazionale.

- Penso al fatto che può capitare che sia proprio il partner non narcisista ad andare in terapia...

- Il reputarsi una persona sana può anche non corrispondere vero. Si imputa la propria sofferenza completamente a carico dell'altro, completamente determinata dall'altro. E questo già di per sé indica un problema di dipendenza relazionale, una passività. È un indicatore che c'è qualcosa che non va.

- Lei conclude il suo libro con una nota di speranza, quella di guarire dal narcisismo. Questo comporta una certa collaborazione da parte del narcisista stesso ed una sensibilità del terapeuta, immagino.

- All'inizio si accennava al fatto che vi sono svariati tipi di narcisista. Quello più arrogante, spaccone, con una certa presenza di comportamenti predatori, è più difficile che venga in terapia ed è più difficile ottenere un cambiamento terapeutico. Direi che i narcisisti con atteggiamenti meno clamorosi possono beneficiare favorevolmente della terapia. Qui dipende tanto dalla capacità del terapeuta di muovere le corde giuste. Occorre tener conto che il narcisismo sembra apparentemente una patologia dell'autostima ipertrofica, ma non lo è. In un certo senso il narcisista cova un nucleo di inferiorità, ma il cuore della patologia narcisista è la

paralisi, il vuoto, lo spegnimento interno, la paradossale mancanza intima di auto direzionalità. I narcisisti oscillano tra momenti in cui si sentono carichi di iniziativa e momenti in cui sono completamente paralizzati. Il vero cuore della terapia è quello di riattivare le parti dell'animo spente, quelle ad esempio legate al gioco alla spensieratezza, alla libertà interiore. Per quanto possa sembrare paradossale, al narcisista non bisogna moderare l'autostima.

Giancarlo Dimaggio

L'illusione del narcisista

La malattia nella grande vita

Baldini e Castoldi, 2018