

narcisisti

egocentrici o malati?



In una società che pone l'io al centro del mondo, come si devono considerare i narcisisti? È la domanda che vede schierati psicologi e psichiatri italiani da una parte e americani dall'altra. Questi ultimi propongono di cancellare il narcisismo dall'elenco dei disturbi psichiatrici, perché gli innamorati di sé sono ormai "troppo diffusi" per essere considerati tutti malati. Ma gli psicologi dell'Ordine del Lazio non ci stanno e si dichiarano contrari al provvedimento.

L'attenzione ossessiva verso se stessi

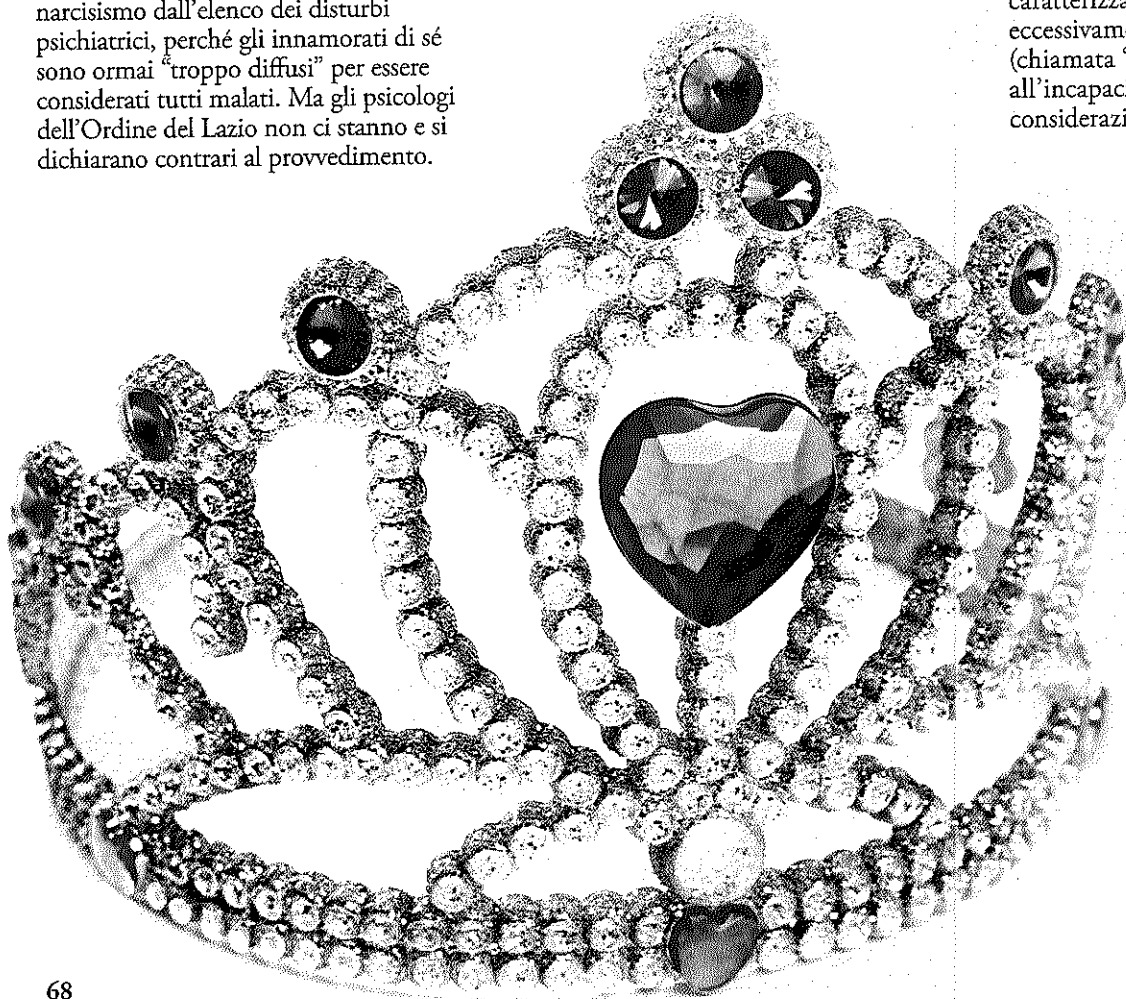
Tutto ebbe inizio da una leggenda mitologica, che narra del superbo Narciso, mito greco di rara bellezza, condannato dagli dei ad amare solo se stesso dopo aver disprezzato chiunque gli volesse bene. Si innamora così della propria immagine riflessa in uno specchio d'acqua ma, resosi conto dell'irrealtà del proprio sentimento, si uccide per il dolore.

■ Il mito di Narciso diventa dunque simbolo dell'amore ossessivo per se stessi: alla fine dell'800 un sessuologo inglese usa il termine "narcisismo" per indicare il

Gli americani optano per la prima definizione, mentre gli italiani difendono il "disturbo", che va scoperto e curato

desiderio perverso per il proprio corpo. È a Freud, padre della psicanalisi, nel 1914, che si deve una prima definizione di amore per se stessi che, quando raggiunge i livelli più estremi ed esclusivi, determina una vera e propria malattia mentale, riconosciuta da allora come disturbo psichiatrico.

■ Negli Anni 70 il narcisismo entra ufficialmente nel "Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali" (in sigla, Dsm), la "bibbia" della psichiatria internazionale, dove viene descritto come un disturbo della personalità caratterizzato da una percezione eccessivamente idealizzata di se stessi (chiamata "Sé grandioso"), che porta all'incapacità di provare qualsiasi considerazione per i sentimenti degli altri.



Oltre il normale amor proprio

Il bisogno primario di un narcisista è quello del riconoscimento e della considerazione altrui. Anche le persone sane hanno questo impulso, ma "nei limiti della norma": ognuno ha una sorta di "bilancia interiore" in cui pesano da un lato la considerazione per i propri bisogni, dall'altro la preoccupazione per chi si ama e il desiderio di prendersene cura. La persona trova un equilibrio tra l'amore per sé e l'attenzione per il prossimo, da cui dipendono la salute mentale e il vivere bene in società.

■ Quando, però, questa armonia viene compromessa da un'eccessiva predominanza dell'aspetto egoistico rispetto a quello altruistico, si scivola nel disturbo della personalità. Ciò succede quando l'amor proprio assume un'intensità tale da annientare ogni tipo di riguardo nei confronti dell'altro.

SI AFFRONTA CON LA TERAPIA PSICODINAMICA

Il narcisismo si cura con la psicoterapia, che può essere di due tipi: cognitivo-comportamentale, che cerca di modificare gli schemi e le strategie mentali che determinano il disturbo, o psicomotivo, che analizza le correnti emotive profonde. La terapia psicomotiva è considerata particolarmente efficace, in quanto cerca di ristrutturare l'esperienza emotiva complessiva della persona, che è quella maggiormente compromessa in questi disturbi. Il ciclo di cura può durare da qualche mese ad alcuni anni. Nei casi più seri l'associazione della psicoterapia con i farmaci consente di agevolare il lavoro del terapeuta.



ALL'ORIGINE C'È UNA PERSONALITÀ FRAGILE E IMMATURA

Sulle cause ci sono diverse teorie. Alcune affermano che una scarsa considerazione e gratificazione da parte dei genitori in età infantile giochi un ruolo importante, per cui i narcisisti, sentendosi svalorizzati, hanno sviluppato un'immagine di sé fragile e immatura. Secondo altri, la rappresentazione grandiosa di sé e il comportamento arrogante sono una difesa contro i sentimenti di rabbia, invidia e svalutazione da cui il malato si sente minacciato e a cui risponde sminuendo gli altri e idealizzando se stesso.

► Queste due ipotesi corrispondono a due modi tipici in cui si manifesta il disturbo narcisistico.

Inconsapevole Il narcisista inconsapevole è del tutto indifferente ai bisogni altrui: è arrogante, individualista, accentrato, non si cura di chi gli sta intorno e cerca di mettersi in mostra in ogni occasione.

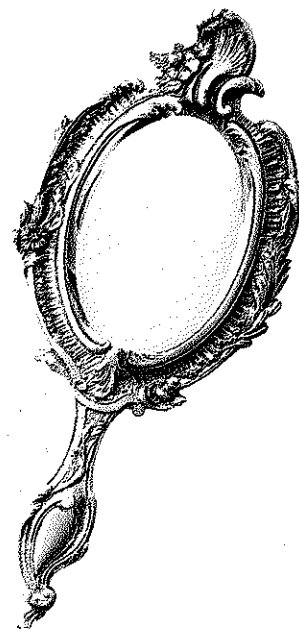
Ipervigile Quello che viene chiamato narcisista ipervigile, al contrario, è morbosamente attento alla vita altrui e ossessionato dalla considerazione e dal giudizio del prossimo. Apparentemente timido, è sempre alla ricerca di conferme esterne sul valore della sua persona. Se, per esempio, durante un discorso pubblico non viene ascoltato dalla platea, un tipo inconsapevole non si accorge del disinteresse generale e continua la sua conferenza, invece l'ipervigile non tollera la situazione.

► In pratica, il tratto predominante del primo tipo è l'eccessiva sicurezza di sé, mentre l'ipervigile soffre di scarsa autostima. Le due manifestazioni del disturbo sono accomunate da un'estrema fragilità del proprio io e un immenso vuoto interiore che provoca grande sofferenza. In entrambi i casi, gli altri sono trattati come oggetti finalizzati alla soddisfazione del proprio bisogno di riconoscimento.



ne soffre l'1% della popolazione

Secondo i dati americani, è la percentuale mondiale delle persone con il disturbo, ma il numero sarebbe sottostimato



Il proprio io è il centro del mondo

L'ossessione per la propria immagine non è in genere l'elemento principale del disturbo: il malato mette in atto un sistema di pensiero incentrato su di sé molto complesso, non limitato all'esteriorità, ma che coinvolge ogni aspetto della sua vita.

■ Il campanello d'allarme più evidente del disagio è la totale incapacità di interessarsi agli altri. Il narcisista si relaziona con le persone senza preoccuparsi delle loro reazioni e sentimenti. Sminuisce chiunque incontri, sotto ogni punto di vista: nell'aspetto fisico, nel carattere, nell'intelligenza. Gli altri vengono valorizzati solo nel momento in cui diventano suoi amici: è se stesso l'unico metro di misura del mondo.

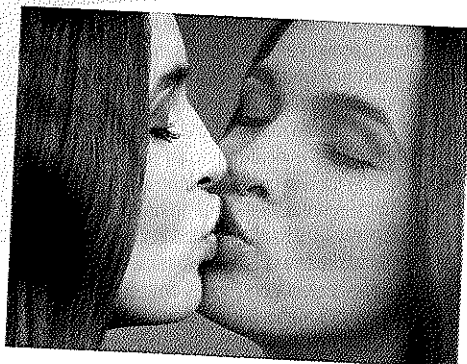
Un egoismo che fa soffrire

Questi comportamenti compromettono le relazioni sociali e affettive del malato e sono motivo di grande sofferenza. Nelle forme più serie, il disagio può evolvere in sindromi depressive o manifestazioni psicopatiche (disturbi di personalità e disturbi antisociali).

■ In campo amoroso, il narcisista passa da una relazione all'altra disinteressandosi completamente delle persone che abbandona. La modalità affettiva predominante è quella predatoria: a fronte di grandi aspettative emotive da parte del partner, l'innamorato di sé non investe molto nella relazione perché troppo preso da se stesso. Il disinteressamento per gli altri e l'esclusivo concentrarsi sul proprio interesse possono anche sfociare nella violenza verbale o addirittura fisica. →

non solo bellezza

*il narcisista è concentrato
sulla propria persona
nella sua interezza*



Serve una classificazione meno rigida

Il passaggio da una condizione mentale equilibrata a una di disagio non è facilmente definibile e il disturbo di personalità può manifestarsi in forme più o meno importanti: per questo servono criteri diagnostici precisi che consentano di differenziare le cure.

■ Secondo gli psicologi del Lazio, abolire la definizione diagnostica del Dsm significa privarsi di un indicatore fondamentale del malessere delle persone colpite da narcisismo, senza il quale non è possibile riconoscere prontamente i segnali d'allarme e intervenire in modo idoneo. Gli specialisti italiani, inoltre, accusano i colleghi americani di "medicalizzare" il disagio mentale, cioè di considerare oggetto di diagnosi e cura solo ciò che è trattabile con le medicine.

■ La loro proposta, dunque, consiste nel rivalutare i sistemi diagnostici alternativi al Dsm. Per esempio, il Manuale diagnostico psicodinamico, che non si basa solo sulla lettura dei sintomi, ma anche sull'esame delle esperienze di medici e malati; oppure la Swap (Procedura diagnostica di Shedler-Westen), un metodo meno rigido del Dsm nelle classificazioni e più aperto all'analisi delle varie forme del disturbo psichiatrico.

GLI ALTRI DISTURBI CHE RISCHIANO DI NON ESSERE PIÙ CURATI

Dal manuale diagnostico americano rischiano di sparire altri tre disturbi di personalità: quello istrionico, cioè il bisogno di essere sempre al centro dell'attenzione, drammatizzando i propri sentimenti per impressionare il prossimo; quello paranoide, che consiste nella visione di un mondo ostile e persecutorio che rende aggressivi; e quello dipendente, vale a dire un tipo di persona con totale assenza di autonomia decisionale sulla propria vita. Secondo gli psicologi laziali (e non solo), cancellando queste categorie si rischia di semplificare troppo la classificazione dei problemi mentali, ostacolando diagnosi accurate e interventi mirati.

*Servizio di Roberta Camisasca.
Con la consulenza del professor Paolo Cruciani,
vicepresidente dell'Ordine degli psicologi del
Lazio, docente di Psicologia dinamica nel corso di
laurea in Psicologia, facoltà di Medicina e Psicologia,
università Sapienza di Roma.*

Oggi è considerato una malattia

Il sistema di classificazione dei disturbi mentali (Dsm) nasce nel 1952 grazie al lavoro dell'Associazione degli psichiatri americani. Nella quarta edizione (uscita nel 1994, rivista nel 2000 e ancora in uso), il narcisismo è descritto come una malattia in cui sono presenti, in maniera costante, almeno cinque delle seguenti situazioni psicologiche: un senso esagerato della propria importanza, fantasie irrazionali di successo, potere, bellezza o amore, la convinzione di essere unici e speciali, il bisogno di ricevere dagli altri ammirazione continua e di vedere sempre soddisfatte le proprie aspettative, la tendenza ad approfittare di terze persone per raggiungere i propri scopi e la permanenza di sentimenti di invidia e gelosia verso l'altro.

Sono previsti cambiamenti

Nella prossima edizione del manuale (Dsm), sono previsti sostanziali cambiamenti. In particolare, è stato proposto di eliminare, tra gli altri, proprio il narcisismo, che così sarebbe considerato un semplice "difetto della personalità".

■ Le conseguenze? Prima di tutto, non si potranno più diagnosticare tutte quelle alterazioni comportamentali che minano l'equilibrio psicofisico di una persona. In secondo luogo, verrebbero meno delle garanzie importanti per i malati, come l'assicurazione di un rimborso per la psicoterapia o la possibilità di ricorrere a una perizia psichiatrica nel caso, per esempio, di affidamento di un minore.

Le opinioni a confronto

Per gli americani

troppo diffuso per essere un problema

Gli specialisti statunitensi basano la loro decisione su un fatto tangibile: il narcisismo è un atteggiamento così comune in una società basata sull'immagine e sulla competizione da non poter essere ritenuto un problema mentale. È bene, quindi, eliminare questo e altri disturbi per semplificare i criteri di diagnosi in psichiatria e facilitare i percorsi di cura.

Per gli italiani

rientra in un quadro di disagio mentale

Gli psicologi del Lazio (d'accordo con diversi autorevoli esperti di varie nazioni) ribattono che un'eccessiva semplificazione delle categorie mentali nuoce sia ai malati sia ai medici. La classificazione dei disturbi, infatti, consente di cogliere la complessità della vita psichica: eliminando alcuni elementi, si rischia di perdere questa visione globale e di ridurre i malati a un "insieme di sintomi" da controllare con i farmaci, senza cercare di capire e trattare il sentimento all'origine del problema.

