

## Il Disturbo Narcisistico di Personalità

*Articolo a cura di Riccardo Coco, Psicologo-Psicoterapeuta:*

Come tutti i Disturbi di Personalità anche questo è “**pervasivo**” ed “**egosintonico**”: *pervasivo* perché i tratti di personalità disfunzionali che lo caratterizzano si manifestano in ogni aspetto della vita del soggetto: gli affetti, il lavoro, la vita sociale, etc. *Egosintonico* perché la persona interessata da questo disturbo non sente di avere un problema, non ne soffre e non cerca aiuto.

Se lo fa è più probabile che sia per i disturbi associati al disturbo di personalità: cioè per problemi di depressione, abuso di sostanze, disturbi alimentari, comportamenti compulsivi, aggressività incontrollabile, disturbi d'ansia, etc.

Il Disturbo Narcisistico di Personalità è solo uno tra i tanti Disturbi di Personalità che oggi conosciamo e trattiamo in psicoterapia, ma essendo, tra i disturbi di personalità, uno dei più diffusi degli ultimi decenni è sempre più studiato. Le persone con una personalità narcisistica sono caratterizzate essenzialmente da

- 1) **Senso di superiorità:** appaiono presuntuosi, non di rado fino all'arroganza, ed esprimono una credenza esagerata nel loro proprio valore, comunemente denominata “*grandiosità del Sé*”. E' estremamente importante capire che tale atteggiamento è solo *una maschera*, una “corazza caratteriale” sviluppata nel corso della loro difficile infanzia per proteggersi dal senso di vuoto, vulnerabilità, fallimento, umiliazione, vergogna di sé e svalutazione che hanno imparato dalle interazioni con chi li ha accuditi.

Hanno alle spalle, infatti, spessissimo, storie di abbandoni e maltrattamenti psicologici e fisici che li hanno lasciati “svuotati”, impotenti e pieni di risentimento.

La loro reale autostima è ai minimi termini e sono pieni di rabbia, delusione e sfiducia nelle relazioni, il che li porta (inconsciamente) a temere le relazioni quando diventano troppo intime, poiché hanno “registrato” che dalle relazioni intime ci si deve aspettare solo il peggio.

Proprio per proteggersi da tale immagine svilta di sé e dai sentimenti inconsci di impotenza, rabbia e sfiducia si sono costruiti un'immagine di grandiosità ed

invulnerabilità. Sono però (ovviamente per quanto appena detto) estremamente sensibili ai fallimenti, alla sconfitta, alla rottura di una relazione o alla critica, cose che “smascherando le loro difese” e facendoli sentire ancora una volta “svergognati”, li fanno precipitare nella depressione (da cui si difendono subito esagerando gli aspetti di grandiosità).

**2) Esigenza di ammirazione:** la loro fragile (reale) autostima li porta ad un costante bisogno di conferme esterne del proprio valore. Solo questo riesce a portare un equilibrio (momentaneo) nel loro mondo interno e a tenere a bada la vergogna di sé.

**3) Mancanza di empatia:** fanno spesso fatica a “dare spazio” agli altri e a mettersi nei loro panni (anche per via della loro impulsività): si dice, infatti, che *“abbiamo una trasmittente ma non una ricevente”* e a volte sono accusati di sfruttare gli altri per i loro bisogni e scopi.

In fondo possiamo dire che trattano gli altri un po' come sono stati trattati: non essendo stati “visti”, fanno molta fatica a “vedere” (sia gli altri che se stessi).

*Il trattamento* d'elezione per questo tipo di disturbo (come per tutti i disturbi di personalità) è senz'altro la psicoterapia individuale, soprattutto quella che fa della relazione terapeutica il suo strumento privilegiato di intervento.