

Dorința și frica de a-i exploata pe alții – utilizarea empatiei cu un narcisist

Rio

Rio era un bărbat în vârstă, pensionat, care se lupta cu decizia de a-și părăsi tânăra soție cu care era căsătorit de cincisprezece ani, din cauza unor legături sexuale multiple. La peste 60 de ani, nu era interesat să-și analizeze întreaga viață (așa cum este obișnuit în psihoterapie), ci să-l ajut să ia o decizie, cu privire la părăsirea partenerei lui de lungă durată, pe care nu o considera eficientă în susținerea sentimentului său de sine. Credința sa că numeroasele escapade sexuale i-ar aduce beneficii este inclusă, fără îndoială, în orice definiție a narcisismului. Cu toate acestea, faptul că venea la mine să-i confirm un astfel de plan dovedește că era genul de bărbat al cărui narcisism nu era instalat pe deplin. În caz contrar, și-ar fi pus

Ai lângă tine un narcisist? **135**

Spectrul: de la narcisism sănătos la narcisism patologic

Narcisismul sănătos este definit ca având o stimă de sine realistă, fără a fi separat de o viață emoțională care poate fi împărtășită cu ceilalți. Conceptul de narcisism sănătos s-a dezvoltat treptat din tradiția psihanalitică și a devenit popular la sfârșitul secolului XX. În tabelul de mai jos veți găsi un rezumat al diferențelor majore dintre narcisismul sănătos și cel patologic, pe care părinții trebuie să le ia în considerare, în creșterea copiilor lor:

| Trăsătura | Narcisism sănătos | Narcisism patologic |
|------------------------------------|--|---|
| Stimă de sine | Încredere în sine, ridicată în acord cu realitatea, inclusiv în ce privește aspectul fizic | Exagerarea imaginii de sine; credința în omnipotență |
| Dorință de respect și de admirație | Este posibil să aibă gustul puterii | Urmează puterea; lipsit de inhibiții și de limite normale |

Caracteristicile de bază ale narcisistului de succes

Cuvântul *narcisism* provine dintr-un mit grecesc despre Narcis, un bărbat care își vede propria reflexie într-un ochi de apă și se îndrăgostește de ea. Un pacient mi-a spus: „Vorbesc despre MINE, doar despre MINE și nimeni altcineva.” Această iubire de sine, în special la bărbații narcisiști, este reflectată în simțul exagerat al importanței și al atractivității lor, nu neapărat fizice, ci sociale, academice, profesionale și personale. Ei nu înțeleg de ce alții nu-i consideră mereu la fel de importanți sau nu îi aprobă așa cum o fac ei înșiși. Acest lucru îi duce în eroare și îi tulbură profund, pentru că această viziune este crucială pentru imaginea lor de sine.

În experiența mea de treizeci de ani cu bărbații narcisiști, ca psihanalist și psihoterapeut, bărbații narcisiști au mai multe caracteristici comune. Ei au un succes extrem de mare în viața lor profesională, ceea ce îi face

Cuprins

| | |
|---|-----|
| Mulțumiri | 15 |
| Introducere | 19 |
| 1. Caracteristicile de bază ale narcisistului de succes. | 23 |
| 2. Spectrul: de la narcisism sănătos la narcisism patologic | 39 |
| 3. Cum să eviți să crești un copil narcisist: Impactul primilor trei ani de viață asupra narcisismului patologic la vârsta adultă | 51 |
| 4. Evoluția tânărului cu trăsături narcisice: Carver | 67 |
| 5. Nepotrivirea narcisică romantică: Clive și Laura | 99 |
| 6. Cum depășește un cuplu narcisismul: Wade și Ava | 115 |
| 7. Dorința și frica de a-i exploata pe alții – utilizarea empatiei cu un narcisist: Rio | 135 |
| 8. Dale și tatăl ei narcisist | 145 |
| 9. Femeile și soții lor narcisiști: Cum pot soțiile narcisiștilor să trăiască vieți fericite și sănătoase | 165 |
| 10. Poate narcisistul să se schimbe? | 179 |
| 11. Care sunt diferențele dintre narcisism și dragoste normală? | 195 |
| 12. Este narcisismul influențat de cultură? | 205 |
| Referințe | 223 |