

ANATOMÍA DE UN NARCISISTA

Un trastorno narcisista de la personalidad es una enfermedad emocional arraigada en la inestabilidad de la identidad y la autoestima que resulta principalmente del apego inseguro con los cuidadores en la infancia y la niñez. Puede haber predisposiciones genéticas a las defensas narcisistas en un niño que se activan por experiencias alienantes en el entorno.

Mirando de cerca la personalidad narcisista, encontramos muchos déficits de desarrollo y compensaciones defensivas, incluyendo división emocional, relaciones distorsionadas con el objeto (otros), individuación pobre, alienación emocional, delirios grandiosos, envidia y victimismo, dependencia de fuentes externas de autoestima, reactividad, distorsiones cognitivas, negación y proyección deliberadas, inmoralidad, antagonismo relacional y enmascaramiento.

1. **División interior.** En el centro del narcisismo está la división emocional del yo entre dos extremos distorsionados: el yo inferior sin valor y el yo superior especial. Una forma de entender el narcisismo es como un complejo de inferioridad gestionado a través de un complejo de superioridad compensatorio. Las personas narcisistas trabajan constantemente para reprimir la conciencia del yo inferior e inflar y elevar el yo superior. Sufren de vacilaciones internas entre estos dos estados, particularmente cuando están bajo estrés, y someten a otros a las mismas vacilaciones idealizadoras y devaluadoras.

2. **Relaciones de objetos (otros) no realistas/no integrados.** Los niños narcisistas que se atascan en la división emocional no son capaces de lograr relaciones de objeto (otro) total y constancia de objeto (otro), hitos psicológicos que implican integrar y mantener la conciencia de aspectos realistas positivos y negativos de sí mismos y de los demás. Como resultado, los narcisistas se ven a sí mismos

y a quienes los rodean en términos binarios de todo bien o todo mal y experimentan una inconstancia que no se ve ni se piensa en la mente en sus relaciones.

3. Falta de Identidad Individualizada/vacío. Los narcisistas carecen de un sentido individualizado de identidad y luchan con sentimientos desestabilizadores de inseguridad y vacío. Esto suele ser el resultado de haber sido descuidado emocionalmente y tratado como una extensión de las proyecciones idealizadas o devaluadas de los padres narcisistas. Las personas narcisistas a menudo se pasan la vida probándose identidades y/o aferrándose rígidamente a formas externas de identificación.

4. Alienación emocional/falta de empatía. Al carecer de un sentido estable de sí mismos y de una conexión empática con quienes los rodean, los narcisistas están emocionalmente alienados de sí mismos y de los demás. Su desconfianza básica los lleva a evitar la vulnerabilidad, que consideran una debilidad, y ven las relaciones como luchas por el dominio y el control en lugar de oportunidades para el crecimiento interpersonal y la intimidad .

5. Grandiosidad delirante. La otra cara del vacío y la inferioridad narcisistas son los delirios de superioridad, los derechos especiales y, en el extremo más sociópata del espectro del narcisismo, el poder y el control omnipotentes. Los forasteros con la capacidad de probar la realidad precisa reconocerán la grandiosidad del narcisista como delirante, pero se siente como una supervivencia psíquica para el narcisista. Esta es la razón por la que los narcisistas reaccionan con rabia (abierta o pasivo-agresiva) cuando los demás no reflejan lo que quieren creer sobre sí mismos.

6. Envidia/victimismo. Una dimensión de la grandiosidad narcisista es la creencia de los narcisistas de que nunca tienen suficiente de lo que merecen. Este sentido de injusticia y privación crea sentimientos de envidia y victimización que pueden convertirse en aspectos centrales de la identidad del narcisista, particularmente en la forma de narcisismo más encubierta y vulnerable.

7. Autoestima exteriorizada. Los narcisistas carecen de la fuerza del ego interno para mantener sentimientos constantes de autoestima y requieren un apoyo excesivo para su sentido exagerado de importancia. Esto los hace altamente dependientes de otras personas y de externalidades que mejoran su estatus para procesar

sus emociones y sentirse bien consigo mismos. Su necesidad de manejo externo de la autoestima conduce a demandas excesivas de atención, admiración, privilegios especiales, estatus, cuidado y/o control en sus relaciones.

8. **Desregulación/reactividad.** La autoestima vulnerable y la grandiosidad delirante de los narcisistas son una tormenta perfecta para la desregulación emocional y la reactividad a las decepciones, pérdidas, desaires y conflictos.

9. **Autorreferencialidad.** Emocionalmente separados de los demás y luchando constantemente por reforzar su autoestima, las personas narcisistas están hiperfijadas en sí mismas y extremadamente autorreferenciales en la forma en que perciben e interpretan sus experiencias y relaciones.

10. **Distorsiones cognitivas.** Además del autoengrandecimiento, los narcisistas son propensos a las distorsiones cognitivas como el catastrofismo, la minimización, la personalización y el pensamiento mágico.

11. **Negación y proyección.** Negar aspectos de la realidad y proyectar nuestros propios sentimientos y comportamientos incómodos en los demás son defensas emocionales normales en la infancia que los narcisistas continúan disfrutando mucho en la edad adulta. A diferencia de la personalidad psicótica, las personas con personalidad narcisista pueden distinguir los hechos de la fantasía y la verdad de las mentiras, por lo que su uso de la negación y la proyección implica una elección deliberada y formas de justificación racionalizada.

12. **Inmoralidad.** El frágil sentido de sí mismo de los narcisistas es un castillo de naipes construido precariamente sobre divisiones internas, autocreencias delirantes y defensas primitivas. Para evitar colapsar, los narcisistas mantienen la realidad a distancia evitando la autorreflexión y evitando la responsabilidad. Al carecer de todo, excepto de un rudimentario ego (conciencia) observador correctivo, significa que el narcisista opera fuera de los estándares normativos de justicia, ética y moralidad.

13. **Antagonismo relacional.** Las personalidades narcisistas son relacionalmente antagónicas y se comportan de manera competitiva y explotadora en lugar de cooperativa y responsablemente en sus

relaciones. Al albergar delirios de derecho y carecer de la influencia inhibidora de la empatía emocional, los narcisistas habitualmente explotan a los demás para obtener recursos físicos y emocionales y devalúan, humillan y violan a los demás para aumentar su autoestima.

14. Enmascaramiento. La necesidad compulsiva de los narcisistas de atención y validación de sí mismos por parte de los demás a menudo los impulsa a cultivar una imagen pública socialmente ganadora. Todos, excepto las personas narcisistas más antisociales, quieren creer que son "buenos" y capaces de amar, y algunos hacen todo lo posible para retratar esa imagen a los extraños. Pero ya sea que la máscara del narcisista se base en la riqueza material, la piedad, la fama, la buena apariencia, el encanto o el estatus profesional, es superficial. Debajo de la máscara, la personalidad narcisista es inestable, alienada, engañada, antagónica y moralmente irresponsable.

Conclusión

El narcisismo es una forma grave de enfermedad mental que causa un gran sufrimiento al individuo narcisista y afecta de manera traumática y profunda a los miembros de la familia, los grupos sociales y la sociedad en general. Debido a que el narcisismo a menudo está bien enmascarado, y debido a que las personas narcisistas con frecuencia buscan posiciones de autoridad y ejercen el poder de manera abusiva, es especialmente importante que la comunidad psicológica, los educadores, el sistema de justicia y las personas de todos los ámbitos de la vida reconozcan sus signos, llámelos y proteger y apoyar a sus víctimas.