

Narcisismo e manipolazione affettiva; tecniche per riconoscere e gestire una relazione disfunzionale



Dott.ssa Roberta Bruzzone
Psicologa-Nota Criminologa

Abstract

I recenti fatti di cronaca nera ci hanno raccontato numerosi casi di femminicidio che erano stati ampiamente anticipati da continue vessazioni fisiche, sessuali e psicologiche nei confronti delle vittime, eppure queste donne, in molti di questi casi giunti poi al più tragico degli epiloghi, non avevano mai denunciato il loro aggressore, nonostante la gravità di quanto veniva loro inferto giorno dopo giorno, per anni. In molti di questi casi si è trattato di una vera e propria discesa agli inferi che si è consumata per tempi lunghissimi all'interno delle mura domestiche anche se, con ogni probabilità, con la complicità di coloro che sapevano (o almeno sospettavano), ma non hanno mai mosso un dito. Si sa del resto, il livello di "tolleranza" collettiva nel nostro paese per questo genere di scenari "familiari" purtroppo è tragicamente molto alto e le storie di questo tipo sono centinaia di migliaia (secondo una stima "per difetto"), sono le storie delle donne che amano troppo uomini che le odiano senza riserve e senza neppure mascherare il loro profondo disprezzo.

Ma perché queste donne restano, giorno dopo giorno, schiaffo dopo schiaffo, umiliazione dopo umiliazione, al fianco del loro aggressore?

Perché queste donne arrivano persino a difenderlo a spada tratta una volta scampato il pericolo di venire picchiate, assassinate, bruciate, acidificate, proprio da quel medesimo soggetto? Per rispondere a questi inquietanti quesiti occorre fare un viaggio nella mente delle donne che amano troppo uomini che le odiano e non ne fanno neppure mistero. Ma prima di addentrarci in questo viaggio agli inferi occorre fare una doverosa premessa: la violenza, soprattutto quella subdola somministrata con "piccole" dosi sistematiche, può trasformare la stragrande maggior parte di noi nell'ombra di se stesso. Noi esperti lo definiamo "ciclo di vittimizzazione" e prevede delle fasi molto specifiche che non sono poi così difficili da individuare e riconoscere. Almeno per chi non si trova stritolato nelle maglie di questo genere di relazioni patologiche. I punti chiave sono soprattutto quattro: "manipolazione", "seduzione", "aggressione all'autostima della vittima" e "condizionamento".

A volte ci si trova davanti a storie di anni di violenza somministrata a piccole dosi nei confronti di donne in età matura, portate alla completa perdita di autostima e di dignità, fino al punto da renderle incapaci di chiedere aiuto. Altre volte l'escalation è improvvisa, appare nel momento in cui si affronta la chiusura della storia e in questo caso spesso si tratta di ragazze poco più che adolescenti, che in un momento della loro vita in cui l'unica cosa che dovrebbe farla da padrona sono i sentimenti, si trovano a gestire tratti patologici che non riconoscono e quindi finiscono inesorabilmente per esserne vittime.

È bene chiarire che possiamo parlare di manipolazione maligna quando abbiamo a che fare con un comportamento finalizzato a indurre in un altro soggetto BISOGNI, DESIDERI e COMPORTAMENTI che non sono dettati dalla sua reale volontà, attraverso la sollecitazione deliberata delle sue principali fragilità ossia, principalmente, il senso di colpa e il desiderio di approvazione/riconoscimento. Sono queste infatti le due principali leve su cui il manipolatore punta per ottenere potere sul suo target, a prescindere dal tipo di relazione in cui è invischiato.

Tutti noi ricorriamo a forme di manipolazione "buone" per raggiungere un nostro obiettivo. E lo facciamo molto più spesso di quanto ci piacerebbe ammettere. Certo, si tratta di forme di manipolazione considerate sane, rientrano nelle competenze relazionali. Il confine tra manipolazione sana e patologica è la sua finalizzazione: quando serve per sopraffare un altro soggetto o per portarlo a fare qualcosa di offensivo, lesivo o fortemente contrario alla sua volontà parliamo di manipolazione maligna.

Riconoscere i manipolatori affettivi: dal narcisista perverso allo psicopatico sessuale - strumenti per riconoscere e gestire una relazione affettiva disfunzionale

Fornire alle persone una mappa che possa guidarle nelle intricate strade delle relazioni di coppia, soprattutto quando diventano dissestate e impervie, talvolta buie, tanto da non permettere più di capire dove ci si trova e soprattutto di riconoscere chi sta seduto nel sedile accanto a noi.

I segnali che fino ad allora erano state delle spie lampeggianti, diventano rosse spie fisse e il motore viene irrimediabilmente danneggiato prima di riuscire a fermarsi.

Quanto più si diffonde la modalità che il narcisista mette in atto, e che si ripete in ogni occasione come da manuale, tanto più possiamo avere la speranza che nella nostra società crescano ragazzi, futuri uomini e donne capaci di prendere le distanze subito da surrogati di relazioni prima che sia troppo tardi, perché talvolta non accorgersene in tempo significa: non averne altro, di tempo!

Questo tipo di seminario può essere frequentato da chiunque, grazie allo stile divulgativo semplice ma, nel contempo, estremamente efficace e basato su esempi pratici. Senza contare che la consapevolezza dell'esistenza di questa problematica ci permette di essere di aiuto ad altre donne o uomini che vivono esperienze di violenza sia psicologica che fisica all'interno di relazioni malate da cui non riescono a separarsi.

Bibliografia

SINDROMI MARGINALI E NARCISISMO PATOLOGICO Kernberg Torino: Boringhieri, 1988. -368 p (Monografia) Il titolo è reperibile presso la biblioteca di Centro Milanese di Psicoanalisi (cmp-G141)

NARCISISMO SE' E RELAZIONE A cura di Sollini A Roma : Borla, 1987 . - 168 p. (Monografia) Il titolo è reperibile presso la biblioteca di Centro Milanese di Psicoanalisi (cmp-L 99)

I CONCETTI DI NARCISISMO, IO E SE NELLA PSICOANALISI E NELLA PSICOLOGIA Nicolas Duruz Roma: Astrolabio, 1987. - 191 p. (Monografia) Il titolo è reperibile presso le altre sedi della Biblioteca Italiana di Psicoanalisi della SPI

POTERE CORAGGIO E NARCISISMO: psicologia e scienze umane Heinz KOHUT 1.ed . - Roma: Astrolabio, 1986 (Monografia) Il titolo è reperibile presso la biblioteca di Centro Milanese di Psicoanalisi (cmp - Q290)

NARCISISMO (Vol.9) Williams A. H.; Henry Polacco G. e altri Roma : Borla, 1983 . - 206 p. (Monografia) Il titolo è reperibile presso le altre sedi della Biblioteca Italiana di Psicoanalisi della SPI

IL NARCISISMO: appunti teorici e clinici a cura di Nicola Ciani Roma: Borla, 1983 . - 280p. (Monografia) Il titolo è reperibile presso la biblioteca di Centro Milanese di Psicoanalisi (cmp-D286)