

# **CU SÂNGE RECE**

**Triada întunecată a personalității**



**ALINA CHIRACU**  
Coordonator

# **CU SÂNGE RECE**

**Triada întunecată a personalității**



**EDITURA UNIVERSITARĂ**  
**București**

Colecția PSIHLOGIE APLICATĂ ÎN VIAȚA DE ZI CU ZI

Referenți științifici: Prof. univ. dr. Eugen Avram  
Conf. univ. dr. Raluca Tomșa

Redactor: Gheorghe Iovan  
Tehnoredactor: Ameluța Vișan  
Coperta: Monica Balaban  
Coperta 1: Ilustrație de Mara Lăzărescu

Editură recunoscută de Consiliul Național al Cercetării Științifice (C.N.C.S.) și inclusă de Consiliul Național de Atestare a Titlurilor, Diplomelor și Certificatelor Universitare (C.N.A.T.D.C.U.) în categoria editurilor de prestigiu recunoscut.

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**Cu sânge rece : triada întunecată a personalității** / coord.: Alina Chiracu. -

București : Editura Universitară, 2023

Conține bibliografie

ISBN 978-606-28-1641-4

I. Chiracu, Alina (coord.)

159.9

DOI: (Digital Object Identifier): 10.5682/9786062816414

© Toate drepturile asupra acestei lucrări sunt rezervate, nicio parte din această lucrare nu poate fi copiată fără acordul Editurii Universitare

Copyright © 2023  
Editura Universitară  
Editor: Vasile Muscalu  
B-dul. N. Bălcescu nr. 27-33, Sector 1, București  
Tel.: 021.315.32.47  
www.editurauniversitara.ro  
e-mail: redactia@editurauniversitara.ro

Distribuție: tel.: 021.315.32.47 / 0745 200 718/ 0745 200 357  
comenzi@editurauniversitara.ro  
www.editurauniversitara.ro

## Cuprins

Cuvânt înainte .....	7
Scurt istoric al triadei întunecate a personalității .....	9
Despre narcisism: Mereu în apărarea sinelui pierdut .....	14
Fascinația pentru personajul negativ. Triada Întunecată și aura seducătoare a Anti-eroului .....	22
Când îți faci timp... sau despre narcisism .....	31
Cu sânge rece File de jurnal .....	32
<b>PARTEA I TRIADA INTUNECATA A PERSONALITAȚII.....</b>	<b>41</b>
Triada întunecată a personalității. Elemente cheie.....	43
Dark Triad & Parenting .....	56
Trăsăturile accentuate de personalitate în mediul educațional.....	64
Triada întunecată a personalității și comportamentele de risc pentru sănătate.....	72
Cadrele didactice universitare și triada întunecată.....	78
Triada întunecată: Machiavelism, narcisism și psihopatie .....	91
<b>PARTEA A II-A STUDII.....</b>	<b>101</b>
Triada întunecată și preferința pentru relațiile la distanță. Rolul moderator al valorii parteneriale și al strategiilor bazate pe istoricul de viață .....	103
Trăsăturile accentuate de personalitate și satisfacția cu viața Rolul autoeficacității în jocurile video .....	130
Relația dintre triada întunecată, personalitatea mamei și stima de sine, atașamentul și încrederea fiului. Rolul moderator al strategiilor bazate pe istoricul de viață și valoarea reproductivă a mamei .....	156
Triada întunecată a personalității și capacitatea de a iubi .....	189
Rolul moderator al moralității în relația dintre triada întunecată și <i>academic cheating</i> .....	222



## Cuvânt înainte

Triada întunecată a personalității... sună destul de tenebros... cu toate acestea, fiecare dintre noi „conținem” doze mici din această triadă. Putem fi narcisiști, putem fi Machiavelici și putem fi psihopați. Sau putem fi toate acestea la un loc. Putem să ne manifestăm în concordanță cu aceste trăsături fără ca măcar să observăm. Când vorbim de trăsături accentuate de personalitate, nu intrăm în sfera psihopatologiei. Acestea ne conferă pur și simplu nuanțe comportamentale care ne dirijează acțiunile și stările. Sunt bune? Sunt rele? Depinde....

Depinde de măsura în care atingerea propriilor scopuri atentează la liniștea și siguranța celor din jur. Depinde de intensitatea și frecvența cu care se manifestă și de nivelul individual de conștientizare a acestora. Depinde de factorii de mediu care pot întări sau diminua comportamentele specifice. Depinde de natura obiectivelor stabilite și de capacitatea de a le atinge, de modalitățile și strategiile adoptate pentru a reuși. Depinde de nivelul de intenționalitate, pentru că mulți oameni aleg să se comporte într-un fel sau altul. Sau depinde de tipul de educație primit în copilărie și de modelele adoptate.

În acest volum vom vorbi despre narcisism, Machiavelism și psihopatie. Sunt prezentate păreri personale și păreri științifice cu privire la acestea. Sunt descrise în detaliu și puse în relație cu diferiți alți factori individuali și de mediu, pentru a explica mai bine natura lor. De asemenea, sunt prezentate studii empirice care subliniază intensitatea relațiilor dintre aceste trăsături și modul în care impactează activitățile umane.

Dorința noastră este de a clarifica aceste concepte și de a aduce cititorului o imagine cât mai corectă a trăsăturilor accentuate de personalitate, diferențiindu-le de tulburările de personalitate, fiind cunoscut faptul că atât narcisismul, cât și psihopatia (nu și Machiavelismul) au câte un corespondent psihopatologic. Dorim, de asemenea, să atragem atenția asupra faptului că în vocabularul de zi cu zi oamenii utilizează atribute precum „narcisist” sau „psihopat” într-un mod eronat sau cel puțin exagerat. Acestea au devenit aproape cuvinte uzuale pentru a caracteriza partenerii de viață, prietenii, colegii de școală, persoanele de pe stradă... pe

toți cei care ne rănesc sub o formă sau alta, pe toți cei care se comportă rece sau contrar așteptărilor noastre. Se vehiculează intensiv, extensiv și adesea abuziv, colorând limbajul uzual, dar fără a acorda atenție sensului real și semnificației psihologice.

Totodată, dorim să expunem caracteristicile de bază ale triadei întunecate a personalității, așa cum sunt ele întâlnite în lumea reală, cu avantajele și dezavantajele acestora. Deși este greu de acceptat, trebuie recunoscut faptul că multe personalități ale lumii, cu trăsături accentuate de personalitate, au construit imperii, au clădit civilizații, au condus cu mână de fier armate puternice și au intrat în istorie cu titlu de eroi. Marile corporații ale lumii în care trăim sunt conduse de cele mai multe ori de oameni cu trăsături foarte puternice de personalitate, inclusiv din sfera triadei întunecate, fiind descriși în literatura de specialitate drept psihopați funcționali. Chirurgii care despică trupul și lucrează în el reprezintă exemple de psihopatie funcțională. Oamenii politici și diplomații care dictează sau dirijează traseul omenirii ar putea constitui exemple de Machiavelici funcționali. Din acest motiv, este necesar ca aceste concepte să fie înțelese corect, cu părțile lor bune sau mai puțin bune.

Da, este o triadă întunecată. Dar cum am separa lumina de întuneric dacă nu am avea cunoaștere despre fiecare dintre ele?



## Scurt istoric al triadei întunecate a personalității

### *The Dark Triad*

Triada întunecată a personalității se referă la trei constructe diferite, dar care se suprapun într-o oarecare măsură: Machiavelism, narcisism și psihopatie (Paulhus & Williams, 2002). Aceste trei constructe reprezintă trei trăsături de personalitate subclinice care pot fi conceptualizate fie ca parte a modelului Big Five, fie ca extensie a acestuia (al șaselea factor). Termenul „subclinic” descrie acele constructe care sunt studiate atât pe populații clinice, cât și nonclinice. Spre deosebire de Machiavelism, narcisismul și psihopatia se regăsesc și ca tulburări de personalitate descrise pe larg în literatura de specialitate, deci în forma lor clinică.

*Machiavelismul* își are originile denumirii de la filosoful și diplomatul italian din secolul al XVI-lea, Niccolo Machiavelli. În tratatele sale, *Prințul* (1532/1992) și *Discursurile* (1531/2007), Machiavelli își prezintă viziunea cu privire la oameni, considerându-i nedemni de încredere, egoiști și rău intenționați, susținând că pentru a-i conduce și controla și pentru a-și menține puterea, un conducător trebuie să apeleze la tactici de exploatare și înșelare. Patru secole mai târziu, între anii 1950-1960, psihologul Richard Christie a devenit interesat de relația dintre personalitatea umană și ideologiile politice, ceea ce l-a determinat să investigheze în profunzime atitudinea lui Machiavelli, motivele pentru care avea o viziune atât de cinică asupra naturii umane, niveluri scăzute ale afectelor interpersonale și preocupare infimă pentru moralitatea convențională. În final, Christie a pus bazele unei teorii ce propunea că acceptarea viziunii despre lume a lui Machiavelli constituie o variabilă individuală măsurabilă ce diferențiază oamenii între ei (Christie & Geis, 1970).

În lucrarea lor *Studii despre Machiavelism*, Christie și Geis (1970) au descris o serie de caracteristici considerate a fi importante pentru Machiavelism. În primul rând, este vorba de lipsa de afecte în relațiile interpersonale. În spatele acestei caracteristici se află faptul că pentru a obține ceea ce-și dorește, persoana apelează la distanțare interpersonală și

lipsă de empatie pentru a putea acționa pârghii psihologice, manipularea și influența. O a doua caracteristică o reprezintă lipsa de preocupare față de moralitatea convențională, descrisă prin a minți, a trișa și a înșela fără a avea remușcări. Cea de-a treia trăsătură o reprezintă absența psihopatologiei, deoarece manipulatorul trebuie să fie permanent în contact cu propriile scopuri. Dacă o persoană are un nivel scăzut al testării realității, manipularea celorlalți ar deveni mult prea dificilă, procesul de evaluare a manipulării exercitate putând fi astfel împiedicat. Cea de-a patra trăsătură o reprezintă implicarea ideologică scăzută, care se referă la ideea că pentru a fi un manipulator de succes, persoana nu poate să lase ca ideologiile sau principiile să-i stea în cale. Scopurile trebuie atinse prin mijloace pragmatice.

În încercarea lor de a descrie o astfel de persoană, Christie și Geis (1970) au extras expresii din scrierile lui Machiavelli și au întrebat participanții care este măsura în care sunt de acord cu acestea și de ce. După o mulțime de analize de discriminare, au dezvoltat chestionarul Mach, care este utilizat de peste 40 de ani, fiind revizuit de patru ori.

Machiavelismul ca trăsătură de personalitate ajută la explicarea unei mari diversități de rezultate, inclusiv în alegerea carierei și a succesului în carieră (Moore et al., 1995; O'Connor & Morrison, 2001), a empatiei și percepției interpersonale (Rauthmann, 2012), a tendinței spre minciună și înșelătorie (Jones & Paulhus, 2017).

*Narcisismul* își are originile denumirii în legenda lui Narcis din mitologia greacă, un erou vanitos care s-a îndrăgostit de propria imagine reflectată în apă. Această sursă clasică a fost ulterior utilizată ca bază a conceptualizării tulburării de personalitate narcisice, la sfârșitul secolului al XIX-lea (Ellis, 1898). Narcisismul este un construct extrem de complex, în primul rând din cauza definițiilor inconsistente și a diferențelor dintre acestea (de exemplu între psihologia clinică și psihologia personalității). Este încă neclară măsura în care narcisismul ca factor accentuat de personalitate se suprapune cu tulburarea de personalitate narcisică. Unii specialiști consideră că anumite trăsături specifice narcisismului sunt sănătoase și chiar benefice, în timp ce aceleași trăsături duse la niveluri excesive devin problematice și se translatează în sfera anormalității și a comportamentului dezadaptativ (Ronningstam, 2005).

DSM-5 (APA, 2013, pp. 669-670) definește tulburarea de personalitate narcisistă folosind o descriere generală și nouă criterii comportamentale specifice: „Un patern pervaziv de grandoare, în imaginație sau comportament, nevoia de a fi admirat, lipsa de empatie, începând din

perioada adultă timpurie și fiind prezente în diferite contexte, întrunind cinci sau mai multe din următoarele criterii: 1. Grandoare însoțită de așteptări ridicate cu privire la a fi tratat special de către ceilalți; 2. Fixații sau fantezii legate de propria putere, succes, inteligență, atractivitate, etc.; 3. Percepție de sine ca fiind unic, superior și asociat cu persoane sau instituții cu statut înalt; 4. Nevoia de a fi continuu admirat de către ceilalți; 5. Sentiment de îndreptățire față de a fi tratat special și de a fi ascultat de ceilalți; 6. Exploatarea celorlalți în vederea atingerii propriilor scopuri; 7. Lipsa dorinței de a empatiza cu emoțiile, dorințele și nevoile altor persoane; 8. Invidie intensă față de ceilalți și credința că ceilalți sunt la fel de invidioși față de el; 9. Comportament pompos și arogant.

Studierea tulburării de personalitate narcisite (TPN) este în prezent extrem de activă, dar așa cum se întâmplă cu toate tulburările de personalitate, este efectuată tot mai mult pe populații nonclinice. Majoritatea cercetătorilor sunt de acord că TPN pune accentul pe trăsăturile de grandoare ale narcisismului și nu pe cele de vulnerabilitate (Miller et al., 2011). Primele reflectă sentimentul de superioritate, nevoia de a fi admirat de ceilalți, exploatare și antagonism, în timp ce ultimele reflectă nesiguranța, defensiva și instabilitatea emoțională (Wink, 1991). Această multidimensionalitate sau polaritate poate produce corelații externe total opuse (Kaufman et al., 2018).

O sugestie provenită din observațiile clinice este aceea că o persoană narcisistă poate manifesta tipare comportamentale din ambele modele, precum și fluctuații ale acestor stări. O altă sugestie de conciliere a acestor două fațete ale narcisismului este aceea că importanța de sine și îndreptățirea sunt trăsături centrale atât ale grandorii, cât și ale vulnerabilității (Krizan & Herlache, 2018). Un alt model se referă la admirația de sine și conceptul de rivalitate, care subliniază faptul că narcisismul bazat pe grandoare este eterogen și poate fi împărțit în narcisism bazat pe admirație și narcisism bazat pe rivalitate (Back et al., 2013).

*Psihopatia* este o tulburare de personalitate caracterizată prin centrarea pe sine, insensibilitate și o profundă lipsă de empatie, care împiedică persoana să construiască relații emoționale calde și sănătoase cu ceilalți (Hare, 1999). În anul 1941, Hervey Cleckley a publicat lucrarea cu titlul *The Mask of Sanity* (Masca sănătății psihice) care este și în prezent folosită ca referință pentru descrierea comportamentului psihopat. Cleckley a descris comportamentele psihopate tipice pe baza observațiilor clinice ale pacienților adulți, bărbați, „categorizați” ca fiind psihopați. El a introdus 16 caracteristici specifice: șarm superficial, absența halucinațiilor (iluziilor),

absența nervozității sau a nevrotismului, imposibilitatea de a avea încredere în aceștia, lipsa de sinceritate, absența remușcărilor, comportamentul antisocial, raționament precar, egocentrism patologic, incapacitatea de a iubi, lipsa afectelor, absența specifică a înțelegerii de sine, lipsa de responsivitate în relațiile interpersonale, comportament fantastic și de respingere, suicid rareori pus în act, viață sexuală impersonală și incapacitatea de îndeplinire a planurilor de viață.

O serie de modele teoretice au încercat să explice diferențele dintre psihopatia clinică și cea subclinică. Primul model își are originile în studiile lui Cleckley și se referă la diferențierea pe baza severității, acesta referindu-se strict la diferențele de nivel și nu de tip. Din această perspectivă, se consideră că se manifestă aceleași trăsături esențiale, dar într-o măsură mai mică în cazul psihopatiei subclinice. Cel de-al doilea, modelul exprimării moderate, sugerează că psihopatii subclinici sunt mai puțin afectați, beneficiind de factori de protecție care contribuie la o mai bună adaptare. Cel de-al treilea, modelul configurării diferențiate, sugerează că aportul relativ al trăsăturilor la manifestarea comportamentelor specifice psihopatiei este diferit în psihopatia subclinică. Această viziune este relevantă în special pentru modelul triarhic al psihopatiei, ca și constelație conjugată de aroganță, cruzime și dezinhibiție (Patrick et al., 2009).

*Triada întunecată* a apărut ca urmare a elementelor comune substanțiale întâlnite la Machiavelism, narcisism și psihopatie (Paulhus & Williams, 2002). Rolul esențial al lui Paulhus și Williams (2002) a fost acela de a arăta că există atât similarități, cât și diferențe semnificative, ceea ce favorizează studierea lor laolaltă. De la apariția acestui construct conjugat au fost realizate numeroase studii în încercarea: i) de a înțelege mai bine rețelele nomologice ale constructelor respective; ii) de a demonstra că triada întunecată are un fundament comun; iii) de a înțelege căile de dezvoltare ale constructelor acesteia și iv) de a clarifica structurile factoriale ale instrumentelor de evaluare a acesteia.

### **Bibliografie:**

Back, M. D., Küfner, A. C., Dufner, M., Gerlach, T. M., Rauthmann, J. F., & Denissen, J. J. (2013). Narcissistic admiration and rivalry: Disentangling the bright and dark sides of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology, 105*, 1013. doi: 10.1037/a0034431

Christie, R., & Geis, F. L. (1970). *Studies in Machiavellianism*. Academic Press.

Cleckley, H. M. (1988). *The mask of sanity*. (Lucrarea originală a fost publicată în anul 1941). New American Library.

- Ellis, H. (1898). Auto-erotism. *Alienist and Neurologist*, 260–299.
- Hare, R. D. (1999). *Without conscience: The disturbing world of the psychopaths among us*. Guilford Press.
- Jones, D. N., & Paulhus, D. L. (2017). Duplicity among the Dark Triad: Three faces of deceit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 329–342. doi:10.1037/pssp0000139
- Kaufman, S. B., Weiss, B., Miller, J. D., & Campbell, W. K. (2018). Clinical correlates of vulnerable and grandiose narcissism: A personality perspective. *Journal of Personality Disorders*, 1–S10. doi:10.1521/pedi\_2018\_32\_384
- Krizan, Z., & Herlache, A. D. (2018). The narcissism spectrum model: A synthetic view of narcissistic personality. *Personality and Social Psychology Review*, 22, 3–31. doi:10.1177/1088868316685018
- Machiavelli, N. (1531/2007). *The discourses*. Dover Publications Inc.
- Machiavelli, N. (1532/1992). *The prince*. Dover Publications Inc.
- Miller, J. D., Hoffman, B. J., Gaughan, E. T., Gentile, B., Maples, J., & Keith Campbell, W. (2011). Grandiose and vulnerable narcissism: A nomological network analysis. *Journal of Personality*, 79, 1013–1042. doi:10.1111/j.1467-6494.2010.00711.x
- Moore, S., Katz, B., & Holder, J. (1995). Machiavellianism and medical career choices. *Psychological Reports*, 76, 803–807. doi:10.2466/pr0.1995.76.3.803
- O'Connor, W. E., & Morrison, T. G. (2001). A comparison of situational and dispositional predictors of perceptions of organizational politics. *The Journal of Psychology*, 135, 301–312. doi:10.1080/00223980109603700
- Patrick, C. J., Kramer, M. D., Vaidyanathan, U., Benning, S. D., Hicks, B. M., & Lilienfeld, S. O. (2019). Formulation of a measurement model for the boldness construct of psychopathy. *Psychological Assessment*. Advance online publication. doi:10.1037/pas0000690
- Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36, 556–563. doi:10.1016/S0092-6566(02)00505-6
- Rauthmann, J. F. (2012a). The Dark Triad and interpersonal perception: Similarities and differences in the social consequences of narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Social Psychological and Personality Science*, 3, 487–496. doi:10.1177/1948550611427608
- Ronningstam, E. F. (2005). *Identifying and understanding the narcissistic personality*. Oxford University Press.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 590–597. doi:10.1037/0022-3514.61.4.590

## Despre narcisism: Mereu în apărarea sinelui pierdut

**Ștefania Chihaia**

Școala Interdisciplinară de Studii Doctorale, Universitatea din București

Sunt persoane care trăiesc prin multă durere, iar asta le înobilează sufletul, iluminându-le capacitatea pentru empatie, compasiune și grație. Sunt persoane care trăiesc prin la fel de multă durere, dar o îngroapă: îi neagă semnificația, fug de ea, și nu o mai ating niciodată. Astfel că ei nu mai pot recunoaște durerea nici în ceilalți, căci dacă ar face-o, s-ar confrunța cu fractura fundamentală a propriului psihic. Ei nu mai pot îndura atingerea fragedă a suferinței, semnele că ea există. O neagă în ceilalți așa cum o neagă în ei înșiși, ajungând să îi rănească pe cei apropiați. Cu cât mai intimă legătura, cu atât mai mare teroarea; căci nu putem fi într-o relație reală fără ca durerile noastre să se privească în oglindă, să se exprime și să se înțeleagă.

Așadar: Machiavelism, narcisism, psihopatie. Întuneric, negare, violență psihică. Cu prilejul acestui capitol, mă voi limita la manifestarea cu care m-am întâlnit și pe care am cunoscut-o îndeaproape: narcisismul.

„Narcisism”: Despre uzura termenului

În cultura populară a zilelor noastre, narcisismul este ilustrat, mai degrabă, ca o caricatură. Urmărind evoluția diseminării cunoașterii din ziua de astăzi, vedem că social media (în frunte cu platforme ca TikTok, Instagram, YouTube) facilitează un spațiu public ca un carnaval, unde noțiunea de „responsabilitate” nu înseamnă mult, căci informația este liberă. Opiniile devin fapte, sinele devine mască, iar tastatura devine armă. Ideile astfel generate, circulate și reproduse îndeajuns, devin parte din discursul colectiv. În acest mediu, „pastile” din jargonul psihologic au ajuns să circule liber, înfiripându-se în limbajul nostru comun. Astfel, pentru unii, oricine le displace sau îi deranjează devine un narcisist, o narcisistă. Cineva are un stil de atașament evitant? Narcisist. Altcineva „se laudă” cu o realizare importantă din viața sa? Narcisistă. M-am certat cu partenerul meu și mi-a reproșat ceva? Narcisist. Cineva nu mi-a acordat atenția pe care o voiam în acel moment? Narcisistă.

Pe de altă parte, folosim termenul și ca să indicăm trăsături de personalitate care se regăsesc în mulți dintre noi, pe care le vedem materializate tot pe social media: obsesia unora de a-și promova mereu persoana; de a proiecta o imagine perfectă; compulsia de a se portretiza alături de bogății materiale aferente unui standard înalt de viață; inabilitatea de a intra în dialog real cu cei care îi „urmăresc.” Autenticitatea este sacrificată pe altarul reflecției lui Narcis.

În acest context fluid, dinamic, aparent fără ancore, al curgerii libere a informației, dar și al împânzirii vieții cu alter-ego-uri digitale, termenul „narcisist” și-a pierdut valoarea, ca o monedă care nu mai poate cumpăra nimic. Apare astfel un dublu pericol în „popularizarea” acestui concept: patologizăm comportamente umane „normale” (presupunând că acest termen mai are, la rândul său, vreo valoare), și pierdem din vedere o formă coruptă, distructivă de manifestare a conștiinței umane, care străbate emoțiile, cogniția, și percepția asupra realității. Cuvântul „corupt” provine din latinescul *corrumpere*: a păta, a distruge. Complet frânt. Deși cu toții cădem pradă absorbției de sine, în moduri diferite, tulburarea narcisistă de personalitate poate fi descrisă ca fiind o pată întunecată în psihicul uman: un imens punct mort (*blind spot*) în capacitatea unui om de a percepe și de a relaționa cu lumea sa, pentru că nu se vede pe sine.

### **Tulburatul narcisist**

Folosesc expresia „tulburatul narcisist” deoarece ea denotă esența condiției de tulburare narcisistă de personalitate. Narcis privește doar suprafața lacului, care îi oglindește imaginea. Este enamorat de propria reflecție, nemaivăzând nimic altceva: faptul că există un lac; faptul că ceea ce vede este doar o oglindă a manifestării sale fizice; faptul că el există în lume, conectat cu mediul și persoanele cu care relaționează. Uitându-se doar la propriul sine, viziunea-i este deconectată de realitate - tulbure. Și, în timp ce Narcis se privește doar în oglindă, el nu se poate vedea pe sine așa cum este în lume. Există o viață în exteriorul oglinzii, dar nu pentru el. Realitatea sa este doar reflecția halucinantă a propriei persoane.

Însă, la o inspecție mai atentă, Narcis nu este enamorat. Este doar dependent. Dependent de a-și consolida propria persona, de a se afirma în lume și de a-și simți superioritatea validată. Narcis, ca Icarus, zboară prea aproape de soare, însă soarele nu este hrană reală, de care psihicul are atâta nevoie, ci otravă: căci soarele este doar propria satisfacție trecătoare de sine, facilitată prin ceilalți ca surse de validare. Iar momentele de afecțiune și de bucurie, conflictele și subjugările trec pe lângă narcisist ca

râul pe lângă piatră. Experiențele sale nu sunt ancorate într-un sentiment de sine stabil, care continuă în timp. Un fugar prin viață, neatașat de nimic tangibil în afară de propriile fantasme. Iar fără un punct de reper intern, care să valorizeze trăirile sale și să le acorde semnificație - o altă semnificație decât inflația propriului ego, în lipsa afirmării externe, cochilia asiduu creată riscă să se prăbușească în sine.

Studiu de caz: un personaj merge în India la ashram, pentru a face un tur ritual în jurul unui munte sacru. Acestea sunt tărâmurile binecuvântate de al său guru spiritual. Trece o zi: oameni noi, meditație, mâncare vegetariană, somn. Mai trece una. Înainte de a se împlini două zile pline în acest pelerinaj spiritual, care are ca scop „descoperirea sinelui”, ceva se prăbușește. Camera devine claustrofobică; meditația, apăsătoare. Noaptea sunt un coșmar. Aproape ca o confruntare cu ceva... întunecat. Acel mediu, căutat inițial pentru sfințenia care-l impregnează, devine tiranic pentru personajul nostru. Singur în camera lui, el începe să resimtă dureri puternice în stomac și începuturile unor atacuri de panică; apoi, simte că moare. Nu este vreo indigestie. Spune că o forță insuportabil de malefică îi face rău și că trebuie să plece. Excursia lui ar mai fi durat o săptămână, timp în care își propusese să-și găsească pacea interioară și să atingă noi înălțimi ale conștiinței; dar își ia bilet de avion și pleacă a doua zi. Confruntarea lui cu întunericul a durat mai puțin decât travaliul unor viitoare mame. El a fugit cât de repede a putut, fără să reflecteze asupra experienței lui, fără să se-ntrebe vreo clipă: De ce? Nici nu a mai deschis vreodată subiectul.

Gheara durerii simțite este un adevărat chin, o pierdere în neant, un înec în miez de noapte pentru tulburatul narcisist. Par să existe doar extreme pentru acest personaj dramatic: fie trece lejer prin viață, făcând ce vrea, cum vrea, din cine vrea, ghidat de rațiune rece pe de-o parte și de idealuri înalte pe de altă parte; fie simte vidul întunecat din interior, și acela e sfârșitul lui.

Spun „sfârșitul” pentru că narcisistul nu are capacitatea de a-și sublima propriile nevoi imediate pentru afirmație și validare, astfel încât să își dorească să accepte, să înțeleagă și să reflecteze asupra propriilor trăiri negative. Nu reflectă asupra originii lor, astfel că, pentru el, autorefecția înseamnă doar autojustificare. Durerea este ceva înspăimântător, pentru că nu poate fi înțeleasă și justificată fără o adâncire în propria persoană. Într-un astfel de climat intern arid, nu poate prinde rădăcini ceva tangibil: o emoție, o idee care să îi provoace introspecția și să devină răsad pentru schimbare. Un asemenea proces de dezvoltare/maturizare ar necesita capacitatea de a fi umil; de a recunoaște altceva decât propria persoană; de



a înțelege că trăim și simțim în conexiune cu alți oameni. Cu alte cuvinte, capacitatea de a identifica suprafața reflectorizantă care face reflecția posibilă, de a se detașa de conținut, și de a privi în jur. Privind în jur, el ar putea ajunge să își identifice propria obsesie cu sine însuși, să se vadă cu adevărat în relație cu mediul din jur.

### **Narcisimul diferențelor minore: Consolidarea sinelui**

În filmul *Tár* (2022), Cate Blanchett o interpretează pe Lydia Tár, un compozitor-dirijor de orchestră apreciat la nivel mondial, maestră în arta ei; dar, în același timp, o personalitate dificilă, în decădere. Într-o scenă a filmului, în timpul unui seminar la Școala Juilliard, Tár cântă la pian un preludiu al lui Bach. Un tânăr student, care se identifică ca fiind *a bipoc pangender person* (bipoc = Black, Indigenous, People of Color; pangender = all genders), obiectează la elogiul pe care Tár îl aduce compozitorului, spunând: „*You play really well. But nowadays, white, male, cis composers, just not my thing.*” Răspunsul protagonistei este multifățetat: „*Don't be so eager to be offended. The narcissism of small differences leads to the most boring kind of conformity.*” În scrierile sale, Sigmund Freud face și el trimitere la „narcisimul diferențelor minore,” susținând că, cu cât două persoane se aseamănă mai mult, cu atât diferențele minore vor crește mai mult în imaginația lor (Nagle & Clancy, 2010).

Tár continuă: „*The problem with enrolling yourself as an ultrasonic epistemic dissident is that if Bach's talent can be reduced to his gender, birth country, religion, sexuality, and so on, then so can yours.*” În final, ofensat, studentul se ridică și emite o insultă la adresa Lydiei. În timp ce el iese din sală, Tár adaugă pentru întreaga grupă: „*Unfortunately, the architect of your soul appears to be social media. You want to dance the mask, you must service the composer. You gotta sublimate yourself, your ego, and, yes, your identity. You must, in fact, stand in front of the public and God and obliterate yourself.*”

Redau această scenă de film pentru a ilustra acele tendințe narcisiste insidioase care au ajuns să opereze în inima societății noastre, mai ales în Statele Unite ale Americii, unde politicile de identitate care animă astfel de confruntări sunt zilnic pe agenda discursului public. Însă nu pretind să critic meritul celor două poziții. Doresc doar să aduc un argument vis-a-vis de ideea sublimării, pe care o propune personajul Lydiei Tár. Cuvântul provine din adjectivul latinesc *sublimus*: „înalt, exaltat, înălțat.” A sublima înseamnă a transmuta anumite nevoi și impulsuri primare, inconștiente, și a le canaliza într-o direcție aleasă conștient. A fi capabili să „alchemizăm”, să

transformăm, de exemplu, un impuls de auto-apărare apărut într-o situație de conflict interpersonal, într-o conștientizare a propriei tendințe defensive și o deschidere de a înțelege poziția interlocutorului, astfel încât dialogul constructiv să înceapă.

Tulburatul narcisist nu se poate înălța vreodată deasupra propriilor instincte de conservare. Nu poate depăși narcisismul diferențelor minore, căci tocmai aceste diferențe sunt muniție: calea prin care se diferențiază de celălalt, dovada superiorității sale, pentru care impune respect și subjugare, așteptându-se la admirație - ca el să fie onorat așa cum merită, nu mai prejos. Oricât de asemănătoare i-ar fi caracterul cu cel al altei persoane, oricât de inteligent și deschis ar fi acel om, diferențele minore câștigă, căci îi consolidează narcisistului sentimentul de sine diferențiat. Instinctele de conservare îi spun că orice dificultate sau provocare (orice tip de conflict) la adresa propriului concept de sine este o amenințare existențială. De aceea nu își poate lăsa garda jos, nu poate accepta premisa că este om și greșește. Din cauză că percepe amenințarea ca fiind reală, ridică instant situația la rang de luptă. Nu poate permite inamicului nimic.

#### **Apărarea lui Narcis: Lansarea în război**

În timp, în situații de conflict, tulburatul narcisist recurge la tortură psihică (asupra sufletului, psyche) asupra inamicului perceput, pentru a nu fi luat el însuși prizonier de război. Folosind cuvinte și fraze care să-i deservească scopul, el poate manipula percepția și stima de sine a persoanei cu care interacționează, consolidându-și poziția superioară printr-o atitudine ofensivă susținută.

Tiparul de relaționare al narcisistului este trasat dinainte. El își permite să-și manifeste spontan caracterul, fără rețineri, doar când are deja un avantaj: când victima este atașată de el, iar vulnerabilitatea e asigurată. Ajungi să iubești un om și să ai încredere în el; apoi se schimbă, fără vreun avertisment sau motiv, câte puțin, în timp. Persoana iubitoare, inteligentă, capabilă, sociabilă care ți-a câștigat încrederea se metamorfozează (sau, mai bine spus, se dizolvă) într-un caracter rece, meschin, fără rațiune, antisocial, care încalcă, manipulează și denigrează toate valorile și legăturile consolidate înainte. Nicio urmă din demnitatea sufletului uman nu stă în picioare în fața lui, căci „sufletul uman” este o abstracție. El nu vede suflete, ci resurse: surse de validare, de energie, de status social. Ceea ce pentru partenerul său este fundația unei relații reale, pe baza căruia și-au consolidat atașamentul, pentru narcisist este doar utilitate.

Urmează câteva componente esențiale ale stilului narcisist de relaționare, ilustrate printr-un exercițiu de imaginație: dacă narcisistul ar fi îndeajuns de conștient de sine pentru a-și articula și asuma motivațiile, le-ar putea înșirui pe cele de mai jos.

**Grandomania:** „În vieți trecute, am fost cineva. În viața asta, în societatea de astăzi, am să demonstrez că sunt cineva. Mai presus decât cei mărunți care mă înconjoară; știu că este ceva nobil, măreț în mine. În fața unui astfel de om, ceilalți ar trebui să se închine; iar dacă nu o fac, trebuie educați. Îmi asum acest rol, și nu voi lăsa pe nimeni să mă calce în picioare. Oricine mă provoacă, mă deranjează, sau mă critică câtuși de puțin este doar un trădător. Cei mai josnici sunt cei care pretind scuze sau remușcări din partea mea pentru simplul fapt că le-am arătat care este locul lor.”

**Manipularea:** „Sunt înarmat să îmi îndeplinesc misiunea: să îmi asigur propria siguranță și să te folosesc în continuare. De noțiunile de „dreptate” sau „respect” nu îmi pasă, decât dacă mi se cuvin. În scopul meu, voi reinventa istoria după cum am nevoie și te voi acuza de fapte, vorbe, gânduri și intenții care nu îți aparțin. (Proiectez intențiile mele malițioase asupra ta, căci nu le recunosc în mine. Aș putea adăuga că nu recunosc nimic decât măreția din mine, pentru că sunt fără de cusur.) Realitatea mea va deveni realitatea ta; dorințele mele, dorințele tale; nefericirea mea, doar vina ta. Toate instrumentele de comunicare de care dispun vor deservi acest scop.”

**Negarea:** „Abilitatea mea de a nega este mai puternică decât abilitatea ta de a comunica, de a expune, de a gândi, de a simți. Cu cât încerci mai mult să legi o punte între noi, cu atât mă iriți mai tare, ca un câine care nu-mi dă pace. Iar dacă ajungi să suferi, e doar din cauza propriei tale slăbiciuni. Nu are nimic de-a face cu mine; eu doar reacționez la tot ce este în neregulă cu tine. Tu ești responsabil de ceea ce se-ntâmplă. Dacă, la un moment dat, vei deveni prea înverșunat sau încrezător în tine însuși, dacă îți vei apăra poziția, voi spune orice ca să te deviez de la subiect, să te fac să te îndoiești de propria minte. Îți voi înșirui cuvinte fără rost și fraze fără sens; voi reproduce argumentele tale, dar distorsionate până la absurd; voi pierde orice logică din vedere, pentru că știu că nu pe plan logic te voi controla. În final, vei ajunge să îți ceri singur iertare și să cauți să îți speli păcatele față de mine.”

**Izolarea:** „Dacă eu sunt în viața ta, eu voi fi singurul. Oricine altcineva este un escroc, un complice în sentimentul tău (fals) de sine. Toți cei de care te înconjoari sunt doar nimicuri. Familia ta, prietenii tăi, orice om care ține la tine, în care te-ai încrezut în trecut, va rămâne în trecut. Doar eu știu cine

ești, căci doar eu știu ce am nevoie să devii: persoana ideală, generoasă, afectuoasă, cu care mă pot lăuda; și complet golită de individualitate, dedicată în întregime mie. Ceilalți oameni din viața ta sunt o complicație pe care nu mi-o doresc.”

**Triangularea:** „Ești cu un pas mai aproape de a-mi deveni resursă perfectă. Acum, că te-am îndepărtat de oamenii tăi, sunt liber să te asociez cu ai mei, care-mi vor valida mereu poziția. Satisfacția pe care o resimt atunci când mi se dă dreptate este de neîntrecut; voi minți oricând pentru a o obține. Vei vedea cât de puternic sunt, și cât de slab ești, când ceilalți te vor manipula în numele meu și-mi vor cânta elogii.”

**Disprețul:** „În final, ești doar o victimă patetică, dar foarte utilă, și te voi ajuta să ajungi la această realizare. Prin nimicnicia ta mă pătezi, îmi ceri să mă cobor în nămol, sub demnitatea mea. Mă faci să devin un monstru, și meriți ceea ce primești. Nu te privești în oglindă? Se vede pe chipul tău, ești complet pierdut, orb, decăzut. Doar rușinea și ura absolută față de tine însuși te vor ajuta să vezi realitatea. De aceea, devin dealer-ul tău personal de rușine și vinovăție. Iar dacă încă mai ai vreo legătură cu Dumnezeuul tău, îmi propun să îți fur și asta. Nimic nu este sacru.”

Toate cele de mai sus reprezintă conținutul etapei de devalorizare, când manifestarea patologică a narcisistului este la cel mai intens punct, prin prisma tratamentului crud, continuu, aplicat asupra altei ființe umane. Dar acest tratament este parte integrată într-un ciclu mai mare de valorizare-devalorizare-abandon care caracterizează relațiile cu un narcisist. Etapa finală a ciclului este abandonarea completă a victimei, fără drept de apel. Ciclul începe din nou când narcisistul se întoarce, fie (1) lăsându-se implorat de către victima care încearcă să salveze iubirea în care crede, atunci când încă este prinsă în dinamica traumatică de relaționare, fie (2) revenind pe cont propriu către victima cu care a pierdut legătura. După reînnoarea legăturii, ciclul continuă, cu narcisistul purtând aceeași mască ca în scena de început, redevenind persoana iubitoare de care victima s-a atașat. Însă nu pentru mult timp.

O relație apropiată cu un narcisist, de scurtă sau lungă durată, va marca orice persoană. Așteptările și legile cunoscute ale naturii umane, ale Sinelui, iubirii, relaționării, și societății se dezintegrează în acest vârtej. Victima este proiectată pentru a deveni, în timp, o simplă planetă orbitând în jurul găurii negre care este sufletul narcisistului. Gaură neagră, căci nu emană lumină (bunătate, dragoste, respect), cu excepția momentelor când simulează/reflectă lumina pe care o absoarbe din jurul său, urmărindu-și interesul propriu. Intimitatea emoțională cu o astfel de personalitate îi va