

La problemática
narcisista:
el niño utilizado*

Formadora: Louise Fréchette

Traducción: Carmen Trecu

*El término de "niño utilizado", en relación con la problemática narcisista, proviene de Stephen M. Johnson

El documento de acompañamiento que sigue está ampliamente fundamentado en las obras siguientes:

Humanizing the Narcissistic Style, de **Stephen M. Johnson (1 987)**, donde se presenta una síntesis de diferentes corrientes de pensamiento, a propósito de la problemática narcisista. El trata, en esta obra, de integrar los datos que provienen

en particular :

- de los que mantienen la psicología del Self- (Golberg, 1985; Kohut, 1966,1971,1984, 1985; Tolpin, 1983- Wolf, 1979; Wolf, Gredo y Terman, 1972)
- de los que mantienen la teoría de las relaciones de objeto: (Adler, 1985; Homer, 1979; Jacobson, 1964.Kernberg, 1975, 1976; Malher, 1969, 1972; Malher, Pine y Bergman, 1975; Masterson, 1976, 1981, 1985; Winnicott, 1953, 1965)
- de los que mantienen la psicología del yo: (Beres, 1956; Blanck y Blanck, 1974, 1979; A. Freud, 1936; Hartmann, 1958)
- de los que mantienen el análisis del carácter: (Reich, 1942, 1949; Lowen, 1958; Boadella, 1977; Hilton, 1980-, Keleman, 1981; Muller, 1982)

Narcisismo o la negación de nuestro verdadero ser, de **Alexander Lowen (1985)**, y

La personnalité narcissique, de **Otto Kernberg (1 980)**

Las traducciones de los textos de Johnson y de Lowen son traducciones "caseras" de la autora

Hay que apuntar que los caracteres en negrita que se encuentran en estas citas, son también de la autora.

La problemática narcisista: un continuo

Johnson insiste en el hecho de que las dificultades narcisistas se encuentran más o menos en todas las estructuras caracteriológicas que se elaboraron durante o antes del periodo de acercamiento, en la sub-fase de separación-individuación descrita por Margaret Malher. Hay por tanto que considerar que nos encontraremos, en grados diversos, dificultades narcisistas en todas las estructuras caracteriales, aunque su apuesta de base no sea específicamente de naturaleza narcisista.

Johnson, en esta perspectiva, coloca en un extremo del continuo lo que él llama el **narcisismo de tipo borderline** (*borderline narcissie*) y, al otro extremo, la **persona de estilo narcisista** (*narcissistic style*). La persona de estilo narcisista no funciona necesariamente mejor, pero se defiende mejor:

0-----0	0-----0
<p>Narcisismo de tipo borderline Self grandioso, poco realista Organización defensiva precaria presentando más riesgos de pasar al acto.</p>	<p>Persona de estilo narcisista Self grandioso, pero más en contacto con la realidad.</p>

Lowen, también, trata la problemática narcisista en función de un continuo que, por otra parte, tiene relación con el grado de identificación del individuo con su cuerpo y sus emociones. Define, por tanto, en su obra titulada *Narcisismo o la negación de nuestro verdadero ser*, cinco tipos que presentan problemas narcisistas que van del menos grave al más grave

0-----0	0-----0	0-----0	0-----0	0-----0
<p>Carácter fálico-narcisista (el menos grave porque es el más identificado con su cuerpo y sus emociones)</p>	<p>Carácter narcisista</p>	<p>Personalidad borderline</p>	<p>Personalidad psicopática</p>	<p>Personalidad paranoide (el más grave porque es el menos en contacto con su propia realidad corporal y emocional)</p>

En el presente documento de acompañamiento, cuando sea cuestión de "**personalidad narcisista**" o de "**carácter narcisista**", queremos hablar del individuo que habrá padecido una herida narcisista tal, que los problemas narcisistas constituyen específicamente el fundamento de sus apuestas caracteriales.

Será cuestión a la vez de **formas más "ligeras" de problemas narcisistas**, es decir, aquellas presentadas por personas a pesar de todo capaces de mantener relaciones de objeto, aunque sufriendo problemas narcisistas (son aquellos que **Johnson** describe como teniendo en "estilo" narcisista y que **Lowen** llama "carácter narcisista"), y **patologías más severas** (que son descritas por **Lowen** como presentando una "personalidad psicopática" o una "personalidad paranoide", y por **Kernberg** como presentando "problemas de personalidad narcisistas").

Definición de la problemática narcisista

En el registro de los problemas llamados "ligeros", **Lowen** definió la narcisista de la forma siguiente:

"Los narcisistas no niegan tener un cuerpo. Su contacto con la realidad no es tan débil. Pero ven su cuerpo como un instrumento del espíritu, sometido a su voluntad. Funcionan solamente en función de sus imágenes, sin la aportación de los sentimientos. Aunque el cuerpo pueda funcionar eficazmente como un instrumento, resultar como una máquina, o dar una impresión de estatua, está falto de "vida". O, es de ese sentimiento de vitalidad que da lugar a la experiencia del self

Evidentemente, para mí, la patología profunda en la personalidad narcisista, es la negación de los sentimientos".

(Narcisismo, o la negación de nuestro verdadero ser, p. 8)

Siempre en el registro de los problemas llamados "ligero" he aquí definió lo que él llama el *estilo narcisista*:

"No se trata de ese tipo de persona muy desagradable, centrada en ella misma, de esos artistas del pillaje egoístas (noncontributing rip-off artists), en los cuales se piensa cuando se evocan las patologías narcisistas. Para la mayoría, estas personas ofrecen algo de significativo a sus hermanos humanos, pero sus realizaciones les cuestan caro en términos de sufrimiento y de vitalidad. Están demasiado ocupados en demostrar su valor - o más exactamente, en probar que no les falta valor - para sentir el amor, el aprecio y la alegría del contacto humano que su buen trabajo puede suscitar, tanto en el interior de ellos mismos como en los otros. Estas personas no presentan problemas caracteriológicos. Son personas torturadas por una herida narcisista y minusválidos por sus interrupciones en el desarrollo que les privan de una riqueza de vida a la cual tendrían derecho. Son buenas personas, personas productivas que sufren - a veces mucho. Viven y sufren por tener un estilo narcisista."

(Humanizing the Narcissistic Style, p. 3)

Por otra parte, en lo que concierne a patologías más severas, he aquí como **Kernberg** definió por su parte a los pacientes narcisistas:

"... un grupo de pacientes en el que el principal problema parece ser una perturbación de su respeto a sí mismo en relación con perturbaciones específicas en su relación de objeto, grupo que nosotros podemos considerar casi como un puro producto del desarrollo patológico del narcisismo. Es para estos pacientes para los que yo reservaría el termino de personalidad narcisista."

(La personnalité narcissique, pp. 23-24)

Elementos diagnósticos

En su descripción de pacientes afectados por patologías narcisistas más graves, **Kernberg** (*La personalidad narcisista*, p.24) resalta los elementos siguientes:

- grado inhabitual de referencia a sí mismo;
- gran necesidad de ser amado y admirado;
- curiosa contradicción entre concepto hipertrofiado de ellos mismos y una inhabitual necesidad de elogios;
- Vida afectiva superficial;
- sienten poca simpatía por los sentimientos de los otros;
- sacan de la vida poca satisfacción fuera de los elogios que los otros o sus propios fantasmas grandiosos les procuran;
- se inquietan y se aburren cuando ya no están bajo los proyectores y ninguna nueva fuente alimenta su respeto hacia sí mismo;
- envidian a los otros;
- tienden a idealizar a una persona de la cual cuentan con los aportes narcisistas y a desvalorizar o tratar con desprecio a aquellos de los cuales no consiguen nada (a menudo sus ídolos precedentes) ;
- explotan a los otros en sus relaciones o se comportan como parásitos;
- actúan como si estimaran tener derecho a controlar y poseer a los otros y explotarlos sin ningún sentimiento de culpa
- bajo una superficie que a menudo amable y comprometedora, se percibe frialdad y rudeza;
- muy a menudo, se considera que estos pacientes dependen de los otros por el hecho de su necesidad de ser alabados, es decir, adorados, pero en un nivel profundo, son totalmente incapaces de depender realmente de quien sea a causa de su profunda desconfianza y de su tendencia a desvalorizar al prójimo.

Kernberg añade (Ver p.25) que las **principales características** de las personalidades narcisistas son:

- un sentimiento de grandeza;
- un egocentrismo extremo;
- una ausencia notable de interés y de empatía por los otros (aunque estén ávidos de obtener aprobación y admiración);
- una envidia muy intensa hacia aquellos que parecen poseer cosas que ellos no tienen o que simplemente parecen obtener placer de su vida;
- una falta de profundidad afectiva y una incapacidad de comprender las emociones complejas de los otros;
- una ausencia de modulación de sus propios sentimientos que conlleva rápidas llamaradas seguidas de dispersión;
- ignorancia en particular de sentimientos verdaderos de tristeza y de duelo;
- **la incapacidad de sentir reacciones depresivas** es un **rasgo fundamental** de su personalidad. Cuando son abandonados o decepcionados, pueden mostrarse aparentemente deprimidos, pero un examen atento muestra que se trata más de cólera o

de resentimiento acompañado de deseos de revancha, que de una verdadera tristeza por la pérdida de la persona que apreciaban.

Factores etiológicos

1. Perspectiva de Johnson

Johnson sitúa los factores etiológicos susceptibles de producir una personalidad narcisista en el momento de] **periodo de aproximación** de la sub-fase de separación-individuación descrita por **Mahier**:

Describe primero las primeras fases de desarrollo según **Mahier**, durante las cuales el niño enfrenta experiencias de frustración de diversos tipos, luego presenta la noción de "**frustración optima**", avanzada por **Kohut**. Esta noción de "**frustración óptima**" significa que, solo en la medida en que el niño sea sometido a frustraciones de una amplitud y una duración razonable para la maduración de su organismo, estas frustraciones podrán contribuir a la elaboración de su Yo (*ego structure*) y ayudarle a hacer la experiencia de su sí mismo (*experience of self*).

He aquí, en resumen, cuales son los desafíos que deberá enfrentar el niño durante las diferentes fases de su desarrollo, según Malher:

- el **periodo autista** o llamada de "*narcisismo primario*" (0 - 2 meses), a la salida del cual el niño ha comenzado a comprobar el potencial de gratificación y de dolor (frustración) que la vida puede ofrecer, lo que le llevará ulteriormente a percibirse como formando parte de una relación a dos (madre-niño);
- el **periodo simbiótico** (2 - 6 meses), a la salida del cual el niño habrá desarrollado un sentimiento de seguridad fundamental, en la medida en que habrá podido sentir que hace "uno con" la persona matema (porque esta ha sabido intuir sus necesidades y responderle). Es sobre este sentimiento de seguridad fundamental sobre el que se basará su propia capacidad de asegurar y dar confianza;
- el periodo de **separación-individuación**
 - **sub-fase de diferenciación** (6-10 meses), a la salida de la cual el niño aprenderá a integrar la ansiedad de separación (aprender que el objeto amado termina por volver y puede ofrecer una constancia afectiva) y la ansiedad cara al extraño.
 - **sub-fase de práctica** (*Practicing*) (10 -15 meses), durante la cual el niño accede a la locomoción en posición de pie y comienza a descubrir el mundo (se dirá que tiene una "historia de amor con el mundo" (*love affair with the world*). Se trata de una fase eufórica durante la cual el niño se siente omnipotente, en parte porque conserva la creencia de que "ser uno" con la madre, percibido como poseedora de "poderes mágicos". Las palabras clave de esta sub-fase son: grandiosidad, omnipotencia, euforia.

Johnson anota que es en esta sub-fase en la que **las personas** que presentan **problemas narcisistas** importantes **quedaron fijadas**, atrapadas en patrones infantiles arcaicos de **grandiosidad**, de **idealización** y de **excisión de las representaciones propias** y del prójimo. He aquí, más en detalle, lo que ocurre:

- **la sub-fase de acercamiento** (*Rapprochement*) (15-24 meses) es un periodo durante el cual el niño debe hacer frente a las realidades existenciales difíciles: el estado de separación y de vulnerabilidad (los límites). Para integrar realidades dolorosas, el niño utiliza maniobras defensivas: **la grandiosidad**, **la idealización**, así como **la escisión** (*splitting*). La escisión será un mecanismo privilegiado cuando el niño no pueda tolerar sentir sentimientos simultáneamente positivos y negativos cara a sí mismo o a otra persona. Si está bien apoyado en esta fase, podrá integrar estas polaridades en una representación ambivalente de sí mismo, de su madre y del prójimo. Sin embargo, si no es acompañado adecuadamente en esta sub-fase, será susceptible de desarrollar **problemas narcisistas importantes sino muy graves**.

Como lo escribe muy justamente **Johnson** cuando habla de los traumatismos o carencias ocurridas en este periodo:

"El individuo, quizás durante toda su vida, continua buscándose en malos lugares: en la realización (fulfillment) de una grandiosidad arcaica y/o en la realización (fulfillment) de una idealización arcaica. En el primer caso, el tema de base parece ser "Yo no soy nada si no soy perfecto". En el segundo caso, el tema sería más "Yo no soy nada sin otro perfecto con el cual yo pueda bien fusionarme, bien de quien yo pueda recibir guía y confirmación que harán de mi vida algo significativo.....

(*Humanizing the Narcissistic Style*, p.28).

El añade que las frustraciones importantes de parte del entorno, en este periodo del desarrollo, serán susceptibles de dar nacimiento a **dos tipos de organización caracterial**:

- **el carácter simbiótico**, que se parece al tipo de borderline descrito por Masterson y que sufre principalmente de una incapacidad para resolver la puesta de separación (**más frecuente en las mujeres** porque en nuestra cultura las chicas son más susceptibles de ser utilizadas por los padres para gratificar sus necesidades simbióticas) y
- **el carácter narcisista**, que es incapaz de encontrar una resolución en lo que tiene que ver con la apuesta de la grandiosidad vs el hecho de tener límites (**más frecuente en los hombres** porque en nuestra cultura, los chicos son más susceptibles de ser utilizados por los padres como objeto de una idealización inadecuada o el blanco de ataques envidiosos o de represalias).

En el origen del carácter narcisista, se encuentran los elementos siguientes:

- Una **herida profunda en el verdadero self** cuando el individuo se da cuenta de que **el entorno exige que sea significativamente diferente de lo que él es**. El mensaje recibido es: "No seas lo que eres, sé lo que yo quiero que seas. Lo que tu eres me decepciona, me amenaza, me pone furioso, no me estimula. Sé lo que yo quiero que seas y yo te amaré". Esto se produce a causa de **la incapacidad del padre de entrar en relación con el niño** en tanto que **organismo humano vivo y diferente de ellos**.
- Consecuentemente, en la sub-fase de acercamiento, mientras que **el niño catectiza narcisísticamente al padre** (le ve como una extensión de sí mismo, un *selfobject*, según los términos de Kohut) **y tiene necesidad de utilizarlo** afin de completar esta fase de desarrollo y de emerger poco a poco como una persona separada, **el padre**, sintiendo él mismo problemas narcisistas, **será incapaz de dejarse utilizar por el niño**. Al contrario, es más bien él/ella quien buscará utilizar al **niño** para responder a sus propias necesidades narcisistas, y emitirá de fonna manifiesta o implícita la exhortación citada anteriormente.
- El niño será entonces incapaz de completar con éxito la sub-fase de aproximación, en la cual debería normalmente **hacer sus primeras tentativas de reconciliación del sueño idealista** (incluyendo las ilusiones de simbiosis y de grandiosidad) y de las **realidades de la existencia** (que tienen que ver con el estado de separación y la experiencia de ser limitado).
- El padre siendo incapaz de acoger, de aceptar y de comprender al niño con a la vez sus conflictos , su vulnerabilidad y su magnificencia, rechazará entonces ciertos aspectos del niño que él no puede soportar. El niño, a su vez, con el fin de no perder el vínculo con el padre, **compensará desarrollando un falso self**. El rechazará por tanto toda una parte de sí mismo con el fin de corresponder a las necesidades y expectativas de los padres y perderá contacto con su verdadero self Es ahí donde reside **la herida narcisista más dolorosa**: la de no haber sido aceptado y **amado de entrada, en su verdadero self**

He aquí el **patrón típico** que se pone en escena durante la sub-fase de aproximación, que estará en el origen de **la elaboración** de una **personalidad narcisista**, especialmente en un **hombre**:

- Una **madre** decepcionada de su marido (que ella había previamente idealizado), **idealiza a su hijo** y le pide (implícitamente o explícitamente) que le cuide a ella y que esté a la altura de la imagen idealizada que ella tiene de él (el hijo se convierte de alguna manera un *selfobject*, una extensión de la madre), creando así un contexto en el cual el hijo será susceptible de ser rechazado por el padre celoso;
- **El hijo se conforma** y desarrolla un **falso self** para agradar a la madre;
- El **padre** se pone celoso del hijo y **reacciona humillándole** y ejerciendo represalias;

- El niño se encuentra por tanto con que **es rechazado dos veces**, lo que le causa un dolor intolerable del cual intenta escapar disociándose de su dolor e invistiendo su falso self (la imagen).

Hay que comprender la obstinación con la cual **el individuo narcisista se aferra a su falso self** a la luz de la intensidad del dolor sentido por el niño, tras este doble rechazo. De hecho, tanto **Johnson** como **Kernberg** están de acuerdo al decir que cuanto más funciona socialmente y es gratificado el compromiso defensivo del falso self, más difícil será para la persona renunciar a él para acceder al dolor profundo y a los sentimientos depresivos susceptibles de volver a ponerle en contacto con su verdadero sí mismo, de ahí el desafío terapéutico presentado por los clientes narcisistas que triunfan socialmente (posición de poder, suscitando la admiración del prójimo, etc.).

2. Perspectiva de Lowen

Lowen, por su parte tiene en cuenta los componentes siguientes, presentes en la etiología de los problemas narcisistas importantes (sacado de la monografía titulada *Psychopathic Behavior and the Psychopathic Personality*)

- **Sobreestimulación en el cuadro familiar**

No es raro, según **Lowen**, que el niño sea **sobreestimulado sexualmente por el padre que le ha investido**, después de haber sido decepcionado por su consorte. No se trata tanto de una situación de incesto actuada, sino más bien de sentimientos incestuosos que hacen del niño "el pequeño marido de mamá" o "la pequeña esposa de papá". A menudo, las demandas hechas al niño para gratificar las necesidades narcisistas de connotación sexual, se acompañan de una falta de alimento afectivo (*nurturance*). **Lowen** dirá: "... demasiadas demandas hechas al niño, acompañadas de demasiado poco alimento afectivo y de apoyo aumentan el riesgo de problemas narcisistas importantes" (*Bioenergetics*, p. 194)

- **Sedución y manipulación**

Maniobras de seducción utilizadas para llevar al niño a **sentirse "especial"**. Como esto se produce tras un periodo de rechazo del verdadero self, **el niño** es más fácilmente seducido por responder a las necesidades del padre. Con esta seducción, se hacen **falsas promesas** al niño: "Si tu eres de esta forma o de la otra conmigo, te querré". El niño debe entonces renunciar a su libertad de ser y conformarse a lo que el padre desea. Haciendo esto, opera una **escisión**: fusiona su imagen de sí mismo a la imagen deseada por el padre, se pone a **invertir un falso sí mismo (imagen)** mientras que el verdadero sí mismo es condenado. La energía y la libido son por tanto dirigidas hacia el ego, la imagen, mientras que el cuerpo y también las emociones se ven como "bajos instintos".

Por último, el niño debe renunciar a su sexualidad con el fin de guardar su estatus especial a los ojos del padre. **Lowen** sitúa esta dinámica en el cuadro del **triángulo edípico**, reuniendo así el patrón típico del cual habla **Johnson**.

- **Humillación durante la infancia y luchas de poder en la familia**

La fuerza física fue utilizada para forzar al niño a someterse. **Violencia física** acompañada de prohibición de llorar. Si la **humillación** no ha sido física, pudo ser **psicológica** (por ej. reírse de los fracasos del niño y tratar después sus lloros como "lágrimas de cocodrilo".)

- **Horror en la casa**

Lowen habla de la dimensión de horror, que difiere de 1 terror en el sentido que en el horror, no se teme ser uno mismo agredido o muerto. Más bien, se es **testigo de situaciones de violencia, física** o psicológica, que tienen lugar en la familia y que **sobrepasan el entendimiento**.

3. Perspectiva de Kernberg

Kernberg, por su parte habla de:

- **"..frustraciones muy severas en las relaciones de objeto precoces** e importantes, susceptibles de provocar peligrosas negaciones de imágenes de sí mismo y del objeto". (La personnalité narcissique,p.28). Esto da lugar a una identificación con las imágenes del sí mismo ideal "...con el fin de **negar la dependencia normal** hacia los objetos externos y hacia las representaciones internalizadas de los objetos externos" (Ibid, p.28)

El insiste sobre todo en las **perturbaciones** ocasionadas entre **tres componentes** esenciales en la elaboración de la personalidad llamada normal: el **sí mismo ideal**, el **objeto ideal** y las **imágenes de; sí mismo presente**. Identifica los **factores siguientes** como los precipitantes de esta situación, que traerá una confusión, incluso a una fusión entre estos componentes que, normalmente deberían encontrar cada uno su sitio en la elaboración de una personalidad poseyendo capacidades relacionales sanas, al mismo tiempo que una buena estima hacia sí mismo:

- Una **figura parental** (a menudo la madre) **bien organizada aparentemente**, pero en realidad **insensible, indiferente** y manifestando una **agresividad malévola** no verbalizada, que ocasiona frustraciones orales intensas, resentimiento y agresividad.
- La **utilización narcisista del niño** por una madre fría y hostil que ha hecho a su niño "especial". A menudo, se trata de un "niño-pivote" en la familia: un niño único o un niño visto como "brillante" y jugando el papel de "genio". Bajo esta apariencia idílica, el niño es en realidad maltratado y frustrado en sus necesidades profundas.

Organización caracterial

1. Bajo el plano psicológico (intra-psíquico e interpersonal)

Cuando se consultan los autores citados precedentemente, se obtiene el retrato siguiente del funcionamiento de la personalidad narcisista:

a. En el plano estructural y defensivo

Predominio de los mecanismos de división y de disociación primitiva

Kernberg, se aferra a clarificar lo que ocurre en el nivel estructural, en la psique. Anota, que parecido a las organizaciones límites, las personalidades narcisistas presentan **estados del yo divididos o disociados**. Lo que los diferencia, es el hecho de que presentan un yo grandioso integrado, aunque altamente patológico.

Resalta igualmente que las operaciones de división son mantenidas y reforzadas por formas primitivas de proyección, en particular:

- la identificación proyectiva;
- la idealización primitiva y patológica;
- el control omnipotente;
- la retirada narcisista y
- la desvalorización

Johnson, por su parte, anota que en el momento de la formación del sentimiento de identidad, el narcisista es llevado a rechazar ciertas partes de sí con el fin de suprimir los sentimientos de tristeza y de rabia que van paralelos al rechazo. El invierte entonces sus energías en **la elaboración de un falso self** que recogerá la aprobación del entorno. De hecho, debe, en este momento, suprimir las demandas del organismo, en todo lo referido al placer, y poner su energía a funcionar sobre un plano idealizado. En este trato, hay pérdida de contacto con el verdadero sí mismo, que está fundado en las sensaciones físicas y las emociones, pero **el niño gana en poder**. Descubre que él puede a su vez ejercer este poder y manipular el entorno.

Johnson presenta un cuadro muy interesante que se empeña en definir **la organización interna** o la estructura que elaborará la personalidad narcisista en este contexto. Titula este cuadro: "Tres modos de expresión del narcisismo".

<i>El falso self</i>	<i>El self sintomático</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Se funda en realizaciones exteriores • Perfeccionismo • Grandiosidad-omnipotencia • Orgullo • Sentimiento de tener derecho a (<i>entitlement</i>) • Centrado en sí mismo (<i>self-involvement</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vulnerable a la vergüenza y la humillación • Hipocondriaco, psicósomático • Sentimiento de no-valía, depreciación de sí mismo • Aislamiento, sentimiento de soledad • Depresión, inercia, inhibición en el trabajo
<i>El verdadero self</i>	
<ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de vacío, de nada, de pánico con debilitamiento y fragmentación del self • Demandas arcaicas de acercamiento: transferencias de fusión, de gemelaje, de espejo • Sentimientos de rabia y herida sentida cara a la falta de empatía con la que se tropezaron sus demandas arcaicas • Búsqueda, descubrimiento y desarrollo del verdadero self- aptitudes innatas, sentimiento de identidad (<i>identification</i>), ambiciones e ideales 	

Johnson explica de la forma siguiente cuál es la **función defensiva del falso self** así como la del **self sintomático**:

- **el falso self** se construye para **enfrentar las demandas del entorno** y para **preservar el vínculo con el padre**. Hay que comprender que la persona narcisista llega a identificarse con el falso self de tal manera que este falso self constituye su verdadero self. En consecuencia, toda tentativa de confrontarle esto será vivida como una **amenaza a lo que es sentido como verdadero self** y provocará
 - el levantamiento de defensas arcaicas tales como la negación, la introyección, la proyección, la inversión,
 - así como la de defensas típicamente asociadas al periodo de acercamiento, tales como la escisión, la coerción y otras formas de acting-out.
- **el self sintomático** se construye como para hacer un **compromiso entre el falso self y el verdadero self**. Por una parte, ofrece la posibilidad de no "perder la cara" cuando las defensas del falso self se funden (el estado de vulnerabilidad puede ser desplazado a una enfermedad, preservando así la grandiosidad, al menos en parte) y por otra parte, señala en el plano somático a la conciencia las demandas del verdadero self, manteniéndolas en un nivel inconsciente. Se convierte por tanto al

mismo tiempo en el terreno sobre el cual el falso sí mismo y el verdadero sí mismo van a librar la batalla.

b. En el plano relacional

Relaciones de objeto inexistentes o muy perturbadas marcadas por la manipulación y la utilización del otro.

Johnson, apoyándose en la concepción de **Kohut**, describe tres tipos de relación de objeto patológicas que puede mantener el narcisista, según el momento del desarrollo donde fue perturbado durante la infancia:

- **relaciones de objeto vividas en fusión** (etapa de la transferencia fusional). El otro no existe en sí mismo y no es más que una extensión del propio sí mismo que le permite mantenerse al grandioso, sea por que le alimenta (por ej. el papel de adorador), sea porque él participa (papel de la persona grandiosa a la cual se fusiona el narcisista con el fin de mantener su sentimiento de grandiosidad). En este nivel, hay poca capacidad de insight.
- **relaciones de objeto vividas en gemelage** (etapa de la transferencia al "alter ego" o gemelage). El otro es reconocido como ser separado. Hay por tanto una relación de objeto, pero el narcisista supone que el otro (el objeto) y él comparten cualidades similares.
- **relaciones de objeto vividas en espejo** (etapa de la transferencia en espejo). El otro existe como persona diferente. Aquí también, hay una forma de relación de objeto, pero el otro es utilizado para ratificar e incluso alimentar el falso self grandioso. Se trata sin embargo de una transferencia más "madurw" porque está centrada en el desarrollo de un self separado. En este nivel, existe una mayor capacidad de insight así como una mayor consciencia de la polaridad negativa del self-concept (por ej. darse cuenta de que se busca ser "bello" o asociarse con personas reconocidas socialmente como "bella?" porque en el fondo, se tiene miedo de sentirse feo).

Lowen, por su parte, anota que la problemática narcisista estará sostenida por:

- **las jugadas de poder**
 - * compensación por la pérdida de potencia sexual;
 - * miedo a la humillación
 - * necesidad de atraer gente bajo su influencia, con el fin de ser alimentado narcisísticamente (discípulos)
- **la rabia** (explosiones de rabia narcisistas) **y la envidia**
 - * incapacidad de obtener el amor porque se es prisionero de las relaciones de poder (en entorno desconfía de la persona poderosa y, al revés, la persona poderosa desconfía de aquellos que la envidian)

- * tolerancia reducida a las experiencias de frustración y de impotencia;
 - * maniobra con el fin de evitar sentir miedo y tristeza, así como la vulnerabilidad, que pondría en contacto con un dolor intenso.
- **el miedo a la locura**
 - * necesidad de evitar a toda costa sentir la confusión mental resultante de las experiencias incomprensibles de horror disociándose de las emociones ligadas a esta experiencia;
 - * maniobras defensivas para evitar sumergirse en las emociones si las defensas cedieran;
 - * pérdida de contacto con la realidad en el caso de que las defensas cediesen y de que la persona se encontrase sumergida en sus emociones: "...el ego, o el aparato perceptivo es temporalmente engullido en un torrente de sensaciones (...) del mismo modo, el empuje de las emociones borrar los límites habituales del self, haciendo difícil a la persona el distinguir entre la realidad interior y la realidad exterior". (*Bioenergética*, p. 161)

2. En el plano somático (energético)

Johnson insiste en la dificultad que puede sentir el terapeuta al efectuar un diagnóstico en los clientes narcisistas, a causa de **la gran diversidad de estructuras corporales** que pueden presentar. Según él, esto puede explicarse de tres formas: 1) esta problemática se elabora en un momento del desarrollo que acaece más tardíamente. Hay por tanto ya un cierto número de recursos y de habilidades defensivas diversas que se han cristalizado en el niño. 2) Por otra parte, los problemas de esta naturaleza se manifiestan a menudo en un medio familiar ya deficiente desde diversos puntos de vista desde los primeros instantes de la vida del niño. En consecuencia, según lo que le habrá faltado, el niño elaborará estrategias defensivas que pueden variar. 3) Por fin, todo depende también de los aspectos del self que fueron investidos y de aquellos que fueron rechazados por los padres.

He aquí, a la vez según **Lowen** y según **Johnson**, cuales son los principales elementos que se encontrarán en el **plano somático**, en las personalidades narcisistas. Hay que anotar que en las personalidades narcisistas que presentan patologías más graves, algunos de estos rasgos se encontrarán acentuados.

Lowen y **Johnson** identifican principalmente dos tipos de morfología:

- la estructura "**inflada hacia lo alto**" que **Johnson** llama el *upward displaced psychopath* que se caracteriza por una apariencia en V:
 - * un sobredesarrollo de la parte alta del cuerpo: musculatura imponente de los hombros, brazos, cuello

- * un sub-desarrollo de la parte baja del cuerpo: piernas pequeñas, pelvis estrecha y sub-desarrollada
- la estructura **estatuésca** que **Johnson** llama el *chameleon psychopath* que se caracteriza por una apariencia bastante armoniosa, sin distorsiones aparentes, pero que, en suma, encarna el falso -self perfecto que el individuo narcisista presenta al mundo

Por otra parte, más allá de las diferencias aparentes entre estos dos tipos de morfología, se podrán remarcar **bloqueos similares** que impiden a la persona tener consciencia de su cuerpo, de sus emociones, es decir, de su verdadero self

Los elementos que siguen están principalmente sacados de las diferentes obras de **Lowen**:

- **Fuerte tensión en la base del cráneo**, creando una tensión de todo el **segmento ocular**, que tiene por función disociar las sensaciones corporales (sobretudo para defenderse del impulso de chupar así como de las sensaciones sexuales). Este bloqueo tiene también por función modificar la percepción (rechazo de ver la realidad puesto que esta comprende una parte de horror insostenible y un sufrimiento indecible ligado al rechazo del verdadero self). **Los ojos** serán en consecuencia **desconfiados** y se podrá tener la impresión que la cabeza y el cuerpo no van juntos (cabeza de jovencito sobre un cuerpo de hombre, o cabeza grande sobre un cuerpecito y viceversa).
- los **labios** están poco **apretados**, hay una **tensión en la mandíbula** y la **garganta está cerrada** (defensa contra el impulso de tender los brazos hacia alguien, contra el impulso de chupar; defensa contra las lágrimas);
- la **respiración** es **superficial** a causa de una gran tensión diafragmática (defensa contra el impulso de chupar el aire, de "bebe?" la vida);
- la **circulación de energía** está **perturbada entre lo alto y lo bajo del cuerpo**, a causa de la enorme tensión diafragmática. La genitalidad no está ligada al resto del cuerpo ni a la vida emocional;
- Fuerte **tensión en la base del pene** en los **hombre**, y **en la zona genital** en las **mujeres** puesto que todas las sensaciones sexuales que hacen "fundirse" (*melting sexual sensations*) deben ser erradicadas. Como la descarga sexual completa no puede producirse durante las relaciones sexuales, la descarga se hará igualmente por la vía de la hipermotricidad;
- **el enraizamiento es deficiente**, a causa de la falta de unión entre la cabeza y el cuerpo y a causa de la ausencia de circulación energética en la parte baja del cuerpo.

Desafíos particulares en la transferencia y la contratransferencia

1. Transferencia

Puntos de vista de Kohut y de Kernberg

Kernberg explica particularmente bien la complejidad de lo que se juega en la transferencia que establece el paciente narcisista con el terapeuta. Aprovecha para situar la posición de **Kohut** y criticarla.

De entrada, **Kernberg** establece que su visión de la transferencia narcisista difiere de la de **Kohut**. Para **Kohut** (tal como informa Kernberg), la problemática narcisista resulta de una interrupción del desarrollo. Por tanto hay que

"...permitir el pleno establecimiento de una transferencia narcisista, en particular el despliegue de una transferencia en espejo que refleje la activación del sí mismo grandioso. El (Kohut) muestra que este desarrollo de la transferencia completa un proceso normal que fue detenido, el de la internalización del sí mismo-objeto ideal en el interior del superyo y permite el crecimiento correspondiente desde un narcisismo primitivo hasta un narcisismo maduro." (*Lapersonnalité narcissique, p.90*)

El establecimiento de una tal transferencia permite, según **Kohut**, una "experiencia emocional correctiva" por el hecho de que el terapeuta está en posición de ofrecer un eco emocional que la madre depresiva no podía ofrecer. **Kohut**, como se sabe, privilegiaba de una visión en la cual preconizaba la existencia de un vector de desarrollo narcisista distinto del vector de desarrollo de las relaciones objetales.

Kernberg está en desacuerdo completamente con **Kohut** sobre esta cuestión. He aquí lo que él dice:

"Desde mi punto de vista, Kohut descuida la relación estrecha entre los conflictos narcisistas y objetales correspondientes y la naturaleza crucial de los conflictos organizados alrededor de la agresividad en la psicopatología de los clientes narcisistas." (*Ibid, p.92*)

Cree que aunque haya que dejar desarrollarse la transferencia y guardarse de interpretar demasiado rápido, la perspectiva de Kohut puede tener como consecuencia que "...involuntariamente se favorezca una traba al desarrollo completo de los elementos transferenciales negativos, mantener en el paciente un temor inconsciente de su envidia y su rabia y así entorpecer la perlaboración del sí mismo grandioso patológico". (*Ibid,p.92*)

Como se puede ver, para **Kohut**, el sí mismo grandioso, en la personalidad narcisista, constituye simplemente una fijación en una fase normal de desarrollo del sí mismo. Es suficiente por tanto simplemente con poner el proceso de desarrollo de nuevo en marcha. Para **Kernberg**, sin embargo, este sí mismo grandioso es rotundamente de naturaleza

patológica y es necesario perlaborar los sentimientos de envidia y de odio subyacentes al sentimiento de grandiosidad, que no dudarán en manifestarse en la transferencia. Será necesario por tanto, según él,

"...interpretar a la vez la idealización primitiva y el control omnipotente del analista; el paciente debe tomar conciencia, en una atmósfera evidentemente no crítica de su necesidad de desvalorizar y de despreciar al analista como objeto independiente con el fin de protegerse de una reactivación de la rabia y de la envidia oral subyacentes y en consecuencia de el temor a la retaliación por parte del analista". (*Ibid*, p. 93)

Y para ayudarnos a comprender bien la amplitud de los juegos a los cuales se confronta el individuo narcisista, cuando se aferra a su sí mismo grandioso, **Kernberg** añade:

Los esfuerzos de los pacientes por conservar su sí mismo grandioso y para evitar reconocer que el analista es una persona independiente, autónoma, revelan la importancia de la defensa contra una envidia intensa, contra la relación temible con una imagen materna odiada, percibido de forma sádica, y contra su temor de un sentimiento de soledad y de vacío en un mundo privado de significación personal". (*Ibid*, p.93)

Con el fin de preservar el sí mismo grandioso, el individuo narcisista se dedicará a maniobras de **desvalorización del terapeuta**, cuando sea decepcionado por él, por la más mínima de las razones, así como a **tentativas de control omnipotente del objeto** ("O es usted como yo quiero, o usted deja de existir") que reflejan **defensas contra la agresividad**, según **Kernberg**, de ahí la importancia que éste otorga al trabajo terapéutico alrededor de la expresión de esta agresividad negada.

Siempre según **Kernberg**:

"Un problema crucial con estos pacientes es poder centrarse paralelamente en lo que el paciente posee todavía de capacidad de amor, de investir el objeto y en el lado realista de apreciación que pueden tener de los esfuerzos del analista para ayudarles a no malinterpretar la localización en la transferencia negativa como una convicción del analista de que son "Totalmente malvados". (*Ibid*, p.94)

El temor del individuo narcisista de sentir con toda su intensidad sus sentimientos de odio y de envidia cara al terapeuta tiene que ver con su **miedo de destruir al terapeuta** y así **aniquilar la esperanza de ser ayudado**: "...estos pacientes temen que su agresividad no solamente destruya el objeto que ama y que da, sino también su propia capacidad de dar y recibir amor." (*Ibid*, p.95)

2. Contratransferencia

En el plano contra-transferencial, diferentes desafíos esperan al terapeuta. Tanto **Lowen** como **Johnson** enumeran algunos:

- **No hacer promesas** en el encuentro inicial, porque esto reproduciría exactamente el contexto en el cual el individuo narcisista se encontró, siendo niño, (falsas promesas, timos) y en consecuencia movilizaría inmediatamente su desconfianza y sus defensas psicopatas con el fin de hacer fracasar al terapeuta y la terapia.
- **No hacer del cliente alguien "especial"**, aunque este intente a menudo serlo manipulando el encuadre terapéutico. Sería, también repetir el patrón vivido en la familia y alimentar el falso self
- **No hacer demasiado. Mejor escuchar y ponerse en resonancia**, puesto que pretendiendo hacer demasiado, se arriesga a llevar al cliente a intentar responder a las expectativas exteriores, a pretender ser el "mejor cliente". Esto es igualmente susceptible de herirle narcisísticamente haciéndole sentir estúpido o tarado porque no llega a resolver él mismo su problema y debe recurrir a una ayuda exterior, a alguien que debe "hacer sus cosas por él".
- **Tener cuidado con sus propias heridas narcisísticas.** El terapeuta puede en efecto sentir inconscientemente resentimiento hacia el cliente porque le ofrece un apoyo incondicional y se deja "utilizar" por él con el fin de permitirle que sea quien es, expresar su verdadero self, mientras que él mismo no ha podido jamás beneficiarse de un tal apoyo.
- **Tener cuidado con sus propias tendencias a la grandiosidad.** Esto puede llevar a una colusión terapeuta-cliente, en el encuadre de una transferencia ¡deslizante en la que el sí mismo grandioso de un terapeuta carismático y el de un cliente narcisista se complacen en una relación de espejo. **Johnson** evoca esta posibilidad particularmente en relación con lo que él llama los "movimientos transformacionales" (*transformational movements*) representados por los líderes carismáticos que tienen a menudo la necesidad de probar lo bien fundado de su acercamiento terapéutico y que, para hacerlo, *utilizan* a los clientes para difundir su mensaje hacia otras personas.
- **No pretender ser el terapeuta perfecto**, puesto que entonces sería como corresponder a la proyección deformada del cliente (que necesita de la perfección del terapeuta para nutrir su propio falso self grandioso), mientras que este último necesita tener delante de él alguien auténtico y humano, capaz de reconocer sus propias imperfecciones y tolerarlas, sin detestarse.

Kernberg por su parte, expone el pensamiento de **Kohut**, al respecto de las trampas contratransferenciales, revelando su punto de vista, que difiere del de **Kohut**, en este tema:

- **Kohut** cree que las perturbaciones narcisistas en el **analista** actuarán de tal manera que él **tendrá problemas para acoger y tolerar la transferencia ;deslizante** de la cual va a ser objeto por parte del cliente (el cual, hay que recordar, retrocede según **Kohut** a la sub-fase en la que su desarrollo narcisista se detuvo). **Kohut** anima al analista a aceptar esta transferencia ;deslizante, creyendo que esta aceptación relanzará el proceso de desarrollo del narcisismo sano.
- **Kernberg** está aquí una vez más en desacuerdo con **Kohut**. El cree en efecto que la aceptación de la transferencia ;deslizante puede llevar a una situación en el mejor de los casos ambigua, y en el peor, malsana: "En mi opinión, aceptar la admiración constituye un abandono de la posición de neutralidad de la misma manera que una "hiperobjetividad" crítica. (...) Si la aceptación de la admiración del paciente equivale a abandonar la posición de neutralidad interpretativa, el analista se arriesga a encontrarse encerrado en una situación que el paciente puede fácilmente interpretar, a veces de modo justificado, como una seducción." (*Ibid*, p. 107)

Kernberg atribuye más la dificultad del analista de acoger la transferencia ideal del cliente narcisista al hecho de que este último llega a negar la existencia del terapeuta como persona independiente que a los problemas narcisistas no resueltos del analista, aunque no excluye que este pueda ser el caso, como se verá más adelante. El afirma por tanto:

“Pero yo no estoy de acuerdo cuando (Kohut) concluye que el problema es el de la naturaleza del investimento puesto que me parece que lo que está en juego, es la tendencia inconsciente de controlar al analista, los mecanismos inconscientes de desvalorización, y de activación de los tipos primitivos de proyecciones ligadas al sí mismo grandioso." (*Ibid*, p. 107)

El añade finalmente que los esfuerzos permanentes del paciente de controlar de forma omnipotente al analista pueden suscitar en éste reacciones contra-transferenciales que pueden

“... tomar la forma de esfuerzos "reeducativos" por parte del analista, tal que señalar al paciente la manera en que ha "minado" el proceso analítico. El analista puede a veces estar tentado de convertirse en moralizador, preocuparse exclusivamente del pronóstico a lo largo del curso de este caso, más que de

evaluar la dificultad de estar en empatía con el proceso actual de la transferencia." (*Ibid*, p. 113)

Desde otro punto de vista, **Kernberg** añade que en el caso de los psicoanalistas entre los que se encuentran importantes conflictos narcisistas no resueltos, se puede asistir al escenario siguiente:

" (ellos) pueden a lo largo de los periodos de pesada desvalorización del paciente reaccionar rechazando de repente a estos pacientes narcisistas que anteriormente ellos consideraban como muy interesantes y "enriquecedora?" (en particular en el momento en el que la proyección del sí mismo grandioso sobre el analista alimentaba las propias necesidades narcisistas del mismo)." (*Ibid*, p. 113)

Intervención terapéutica

1. En el plano analítico

a. Pronóstico y pertinencia de diferentes acercamientos terapéuticos con diferentes tipos de personalidades narcisistas

Tanto **Johnson** como **Kernberg** mencionan que el trabajo terapéutico será diferente según si la **personalidad narcisista** que se nos presenta es de **tipo borderline** (funcionando a un nivel límite, dirá **Kernberg**, es decir, presentando una organización defensiva precaria y un yo débil) o si es de **tipo neurótico** (es decir, más organizada y mejor compensada socialmente, lo que no significa que sea más sana).

En el caso de la **personalidad narcisista de tipo borderline**, tanto **Kernberg** como **Johnson** recomiendan un acercamiento terapéutico más de encuadre, basado en el reforzamiento del Yo y el desarrollo de aptitudes para funcionar en lo cotidiano, parecidas a las que **Kernberg** preconiza. con personalidades de tipo estados-límite.

En el caso de la **personalidad narcisista de tipo neurótico**, ambos están de acuerdo en decir que estas personas pueden beneficiarse de un acercamiento terapéutico llamado "de las profundidades" (psicoanálisis, análisis bioenergético, etc.). Desde otro punto de vista, entre estos últimos, aquellos en que la compensación se ha realizado con éxito en el plano social presentarán más dificultades en el sentido de que tienen más que perder, en el plano narcisista, abandonando su sistema defensivo. Finalmente, **Kernberg** menciona que en las personalidades narcisistas muy estructuradas que presentan además **rasgos antisociales** y una **falta de sentido moral**, el **pronóstico es poco alentador**.

Lowen, por su parte, pinta un cuadro de conjunto de las jugadas a trabajar analíticamente, en el carácter psicopático (así como en el carácter narcisista, en un grado menor), al mismo tiempo que se efectúa un trabajo energético (ver *En el plano energético (trabajo corporal)*, en página 20):

- La **demanda inicial** del psicópata que llega a terapia, sea tras un derrumbamiento de su imagen, sea a partir de un sentimiento de vacío, de ausencia de vida, es que se le ayude a **restaurar su sí mismo grandioso**.
- Hay que, como ha sido mencionado más arriba, **evitar hacer promesas**. Es mejor expresar dudas y escepticismo cara a su propia capacidad de ayudar el cliente y **centrarse en el problema del cliente** en el plano **psicológico** así como en el plano **físico**. El trabajo energético y analítico va automáticamente a confrontar al cliente con sus aspectos disfuncionales (tensiones crónicas, dificultades para respirar bien). Esto no tiene el objetivo de humillar (hay que evitar repetir la historia) sino que tiene el objetivo de acompañarle con compasión en la toma de conciencia de sus vulnerabilidades y del hecho de que él tiene límites (lo que generalmente es doloroso para él).
- Habrá también que **deshacer el mito de; ser especial** que, desde la infancia, ha producido la gratificación narcisista (sentimiento de omnipotencia) para la cual ha renunciado a su verdadero self y a su vitalidad. Debe por tanto **renunciar a ser un Dios** omnipotente (fue el pequeño Dios de uno de sus padres) **para convertirse en un ser humano** vulnerable y frágil, susceptible de sufrir. Es mucho pedirle y no hay que sorprenderse de que le cueste tanto dejar esta posición defensiva que es el falso sí mismo grandioso cortado de las sensaciones y de las emociones.
- **Lo que tiene que perder**, es su sentimiento de grandiosidad, de omnipotencia y de invulnerabilidad. **Lo que puede ganar**, es sentirse vivo y religado al resto de la familia humana por vínculos efectivos. **Entre los dos, debe atravesar su infierno personal** (dolor vinculado a la herida narcisista original, al sentimiento de vacío afectivo; miedo de ser de nuevo manipulado y utilizado si abre su corazón y se pone vulnerable)
- En esta marcha terapéutica, el individuo narcisista deberá **renunciar a sus ilusiones**, especialmente a la de ser perfecto y omnipotente, y deberá pasar por un real proceso de duelo relativo a la muerte de esta ilusión, incluyendo tanto la expresión de la rabia como la de la tristeza.

b. Principales aspectos del trabajo terapéutico

Johnson menciona que si bien el trabajo terapéutico con las personalidades narcisísticas puede ser muy complejo, en el fondo, el principio que debe guiar al terapeuta es muy simple: **descubrir, comprender, aceptar y sostener la verdadera persona humana** que solo quiere lo que toda persona humana quiere. Insiste en la importancia de empezar por **escuchar al cliente** e intentar enganchar desde el interior lo que él vive (no pretender hacer demasiado). Esto permite el establecimiento de una **relación de confianza** sobre la cual podrá basarse un trabajo terapéutico seguidamente más confrontador.

Afirma que los **principales elementos terapéuticos** de los que hay que ocuparse son los siguientes:

- construir una relación terapéutica en la cual, en tanto que terapeuta, se es honesto, auténtico y no manipulador-,
- evitar ser manipulado;
- evitar hacer que el cliente sea a nuestro servicio-,
- y sobre todo, cuando se fracasa en conseguir el objetivo ideal, reconocerlo, intentar reparar y seguir el trabajo.

El consagra después un capítulo para explicar la forma en la que el terapeuta debe componerlas con **cada uno de los tres selfs** que anteriormente describió: el falso self, el self sintomático y el verdadero self. Se detiene a exponer del desafío que el trabajo con cada uno de estos tres selfs presenta y la manera de encarar los terapéuticamente.

Nosotros no retomaremos aquí estos capítulos, se son sustanciales, pero es suficiente con saber que **cuando un individuo narcisista se presenta en terapia**, es en general en un contexto en el que **el falso self ha sido quebrantado** y en el que aparece **el self sintomático**. Hay que ser también consciente de que el cliente narcisista comenzará la terapia no con el objetivo de tomar contacto con su verdadero self y las capas de sufrimiento que este comporta (aunque él desea más o menos conscientemente estar más vivo), sino más bien con el objetivo de restablecer su falso self grandioso lo más rápido posible. Por tanto, hay que ser consciente del hecho de que, en el punto de partida, **nuestro objetivo en tanto que terapeuta es casi seguro diferente del del cliente**.

Kernberg por su parte hablará de la importancia de llevar al cliente narcisista a sentir las capas profundas de su experiencia, a través de la transferencia, es decir, el **odio** y la **envidia** sentidas cara al terapeuta (padre) que posee algo que el cliente no tiene (la admiración y el amor de los otros, la vida). Pero más profundamente

todavía, los **sentimientos depresivos** cuando entra en contacto con la necesidad del otro y el sentimiento de soledad, así como su vacío interior.

Hay que ser consciente que cuando el cliente narcisista es llevado a sentir sus sentimientos depresivos, **LOS RIESGOS DE PASO AL ACTO SUICIDAS Y HOMICIDAS SERAN TAN GRANDES COMO FRAGIL ES EL YO Y COMO LA ALIANZA TERAPEUTICA NO HAYA SIDO BIEN ESTABLECIDA.**

Es por tanto **tomando contacto con estos sentimientos depresivos**, y permitiéndose llorar profundamente tanto por la pérdida de su verdadero self durante todos estos años como por el dolor original de haber sido rechazado en lo que él era como persona humana, **que el individuo narcisista podrá volver a empezar a sentirse vivo**, bajar de su pedestal (sí mismo grandioso) y a reintegrar la raza humana.

2. En el plano energético (trabajo corporal)

El tipo de trabajo energético descrito por **Lowen**, con **el** fin de llevar y sostener el proceso terapéutico consiste principalmente en:

- Primero, ayudar al cliente a **sentir sus tensiones crónicas**, particularmente la de la **base del cuello** así como el **bloqueo ocular**, situado en el mismo anillo de tensión. Esto no es fácil puesto que esto ataca directamente la grandiosidad (dificultad de ver la realidad por lo que es, verse tal como se es, es decir, humano, ordinario y vulnerable).
- Trabajar con el **taburete de respiración** con **el** fin de ayudar a relajar la muy fuerte **tensión diafragmática** que tiene por función cortar lo alto del cuerpo de lo bajo del cuerpo.
- Trabajar **con las piernas**, con el fin de **mejorar el enraizamiento**. Trabajo crucial porque esto aumenta el contacto con el suelo, y por tanto con la realidad ("tener los dos pies en la tierra"), lo que puede al mismo tiempo consolidar la "base" sobre la cual podrá contar el psicópata/narcisista cuando llegue el tiempo de deshacerse (vivir sentimientos depresivos).
- Trabajar con **ejercicios de caída** puede contribuir a ayudar al psicópata/narcisista a ponerse en contacto con su vulnerabilidad. Sin embargo, para que este tipo de ejercicios sea beneficioso, la **alianza terapéutica debe ser muy sólida**, porque si no, se arriesga a traumatizar al cliente haciéndole revivir una situación de humillación.

Algunas técnicas de trabajo cordoral

He aquí algunas técnicas que pueden ofrecer pistas de trabajo con los diferentes bloqueos que se encuentran en personas que presentan una personalidad narcisista. No se trata por supuesto de un repertorio exhaustivo y las consignas se reducen a su más simple expresión.

Advertencia

Estos ejercicios no deberán ser utilizados si no han sido objeto primero de una demostración en el encuadre de una actividad de formación. Estas técnicas deben ser utilizadas con prudencia y perspicacia, siempre en referencia al proceso particular de cada cliente.

Se encontrarán aquí indicaciones asociando las técnicas a diferentes jugadas o tipos de bloqueos, pero hay que comprender estas indicaciones como puntos de referencia mínimos. Es posible que ciertos ejercicios hagan emerger un material diferente al descrito en estas líneas. Es donde el terapeuta debe estar vigilante e intentar comprender lo que emerge a la luz del análisis caracterial que él/ ella habrá podido hacer, así como a la luz de la lucha existencias profunda y personal tal como es vivida por cada cliente .

A. Para la escisión cabeza/cuerpo y el bloqueo ocular

El trabajo sobre la escisión cabeza/cuerpo y el bloqueo ocular estará ligado a las jugadas que tienen que ver con la cuestión de poner la energía en la imagen vs estar en contacto con la realidad. Puede por tanto tener un impacto en el aparato perceptual y en la manera en la que el cliente percibe la realidad. Puede también ayudar al cliente a estar más en contacto con su realidad corporal. Así mismo, las jugadas de confianza/desconfianza serán probablemente reveladas.

1. Sostener la cabeza

Posición de pie

La persona se pone de pie. Se pone primero una mano en la frente (generalmente la izquierda), justo encima de las cejas y se utiliza la mano derecha para masajear o sostener la base del cráneo.

- Primero, con el dedo corazón, se masajea durante un momento la cavidad ahí donde la columna vertebral se junta con la base del cráneo.
- Luego, con ayuda del pulgar y el índice, se masajea el borde del occipital, ahí donde se juntan los pequeños músculos que se articulan sobre el cráneo, que generalmente están tensos.
- Por fin, se sostiene la cabeza apretando la frente (con la mano izquierda) y la base del cráneo (con la mano derecha) como si se sostuviese bien la cabeza en forma de tomo, y se pide a la persona que relaje su peso hacia abajo, mientras que se tira ligeramente hacia arriba.

Este tipo de apoyo puede cansar rápidamente los brazos del que lo da. Hay que informar a la persona que vamos a dejar el apoyo un momento para destensar los brazos, y se puede volver a empezar.

Posición acostado

La persona se tumba sobre su espalda, rodillas elevadas y pies en plano. Uno se coloca en la cabeza de la persona y se sostiene la cabeza poniendo la punta de los dedos replegadas justo en la base del cráneo. Se "escucha" y se sigue imperceptiblemente los micro-movimientos que se producen. Se sugiere a la persona que deje ir su respiración naturalmente, sin buscar que le dé un ritmo.

ES IMPORTANTE ESTAR BIEN COMODO CUANDO SE DA NO IMPORTA QUE TIPO DE APOYO, si no la tensión se comunica de cuerpo a cuerpo y para la persona es difícil relajarse.

2. Trabajo con los ojos, a distancia

Primero de pie, cara a cara, a una distancia confortable, se pide a la persona que pivote ligeramente con el fin de ponerse en tres cuartos, y que nos "mire" con el lado derecho del cuerpo, 1) poniendo su peso sobre la pierna derecha y 2) cubriendo el ojo izquierdo con la mano izquierda. Se le anima a ser consciente de la actitud o de las emociones que "habitan" este lado del cuerpo. Después se le pide que haga lo mismo con el lado izquierdo del cuerpo. Se puede alternar un lado y otro hasta que la persona haya sentido claramente qué actitud o qué emociones habitan cada parte del cuerpo. Se puede también dar un feed-back a la persona a partir de lo que se ha percibido.

Este ejercicio es particularmente bueno para ayudar a la persona a concienciarse de una escisión izquierda-derecha.

3. Enderezarse contra una resistencia

La persona está en posición de enraizamiento, y se levanta al mismo tiempo que el terapeuta ofrece una resistencia poniendo su mano detrás de la cabeza. El movimiento debe hacerse lentamente y se debe recordar a la persona que mantenga las rodillas plegadas para no forzar la espalda. La cabeza se queda bajada (mentón pegado sobre el pecho), hasta que todo el torso esté enderezado. La cabeza es la última en enderezarse.

Este tipo de ejercicio ayuda a menudo a sentir bien la columna vertebral todo a lo largo. Puede también hacer emerger contenidos ligados al tema de la humillación vs el orgullo.

4. Relajamiento de los ojos

En una posición de pie o acostada, pedir a la persona que deje que su mirada se vuelva borrosa y animarle a sentir que es lo que esto le produce. Se trata de un movimiento completamente opuesto de la defensa paranóide, que se expresa en una mirada extremadamente localizada y controlada, buscando constantemente ver de dónde va a venir el golpe.

Se le recuerda al mismo tiempo a la persona que relaje la mandíbula.

B. Para ablandar el pecho y el bloqueo diafragmático

El trabajo centrado en el ablandamiento del pecho y el relajamiento del bloqueo diafragmático tendrá que ver con el **miedo a sentir**. Una respiración más profunda significa un incremento en la capacidad de sentir. Este tipo de trabajo tendrá también un impacto en la **conexión entre lo alto y lo bajo del cuerpo**, en la medida en que la respiración abdominal llegue a abrirse.

1. Sostenimiento de los hombros

Se trata de un ejercicio que alivia los hombros de su función habitual de "sostener" a la persona y que le permiten descansar, dejando igualmente que la caja torácica se abra para respirar más plenamente. Estando la persona en posición sea de pie o sentada (la posición sentada permite generalmente mayor descanso para la persona y más comodidad para el terapeuta).

La versión más suave de este ejercicio consiste en sostener un hombro cada vez, pasando sus manos bajo la axila, y luego tirando muy ligeramente hacia arriba antes de estabilizarse y sostener simplemente el hombro.

La versión más intensa consiste en ponerse detrás de la persona y sostener los dos hombros a la vez, pasando una mano bajo cada axila.

En un caso como en otro, después de un tiempo, el movimiento de la respiración va generalmente a amplificarse, y no es raro que llantos profundos suban a la superficie.

2. Trabajo con la ayuda del taburete de respiración

Es importante pedir a la persona que mantenga los pies paralelos y que relaje la pelvis, cuando está sobre el banco de respiración. Luego, se le anima a la persona que a que emita un sonido tan largo y tan agudo como sea posible en la expiración, que "dé una voz", en algún sentido, al dolor (al menos a la física) que pueda sentir.

Es importante poner el acento es la expiración más completa posible, puesto que, particularmente en el psicópata/narcisista, hay una tendencia a mantener el pecho hinchado. En efecto, dejar ir su aire equivale a ceder, a dejar ir el control, a lo que se resisten con la última energía las personas que presentan este tipo de estructura caracteriológica.

Se puede también sugerir, al final de la expiración, que se emita voluntariamente un sonido que se parezca a un llanto, lo que a veces tiene el efecto de iniciar los verdaderos llantos.

C. Para la parte inferior del cuerpo

El trabajo con la pelvis, las piernas y los pies ayudará a la persona a tomar conciencia del hecho de que **su base** (sus piernas) **es frágil y en contradicción con la imagen de omnipotencia** que desea proyectar. Esto puede literalmente "tirar por tierra" al psicópata/narcisista, por el hecho de que 1 podrá llevar a tomar contacto con mucho dolor (físico, pero sobretodo emocional) y con el sentimiento de ser vencido (*defeated*). De todas formas, es a través de este dolor como el cliente podrá por fin tener acceso a su verdadero self y al sentimiento de estar vivo.

1. Enraizamiento

Todo trabajo que lleva a la persona a sentir mejor sus piernas es productivo: posición de arco inverso, estiramiento de las piernas, poner el peso sobre una pierna y después la otra.

Todo trabajo, cuyo objetivo sea ablandar la articulación de los tobillos, de las rodillas y de la cadera, es igualmente productivo, puesto que aumenta la capacidad de sentir lo que ocurre en las piernas y restablece un contacto energético con el suelo.

2. Ejercicios de caída

Este ejercicio moviliza todo el cuerpo, pero sobre todos son las piernas las solicitadas.

Se pide a la persona que se ponga sobre una pierna y que se resista a la caída, hasta que la pierna ceda. Durante la fase de resistencia, se sugiere que se verbalice: "No, no caeré" o "Tu no me tendrás!", o cualquier otra frase que tenga sentido para la persona, teniendo en cuenta sus jugadas. Cuando la pierna ceda, la persona se abandona sobre una colchoneta colocado delante de ella, no es extraño que rompa entonces en sollozos.

Es muy importante aquí haber sido claro con sus propias motivaciones, cuando se propone este tipo de ejercicio. Ya ha ocurrido en el pasado que este tipo de ejercicio haya sido utilizado en un contexto de acting out sádico por parte del terapeuta, con el objetivo de "romper la resistencia del cliente". Así, en este contexto, se reproduce la lucha de poder en la cual fue colocado este cliente cuando era niño, lo que no provoca más que retraumatizar a este colocándole en la posición del niño impotente y humillado.

Por supuesto, las técnicas expuestas aquí no representan más que una pequeña parte de las técnicas que se pueden utilizar para trabajar con las personas que presentan una personalidad narcisista.

Cuando se ha entendido cual es la lucha fundamental del cliente y que se está en situación de comprender bien los impactos en el plano energético y somático, se puede uno dejar guiar por su intuición. Nuestra imaginación puede entonces trabajar libremente con el fin de proponer un trabajo corporal se esté adaptado a las dificultades peculiares de este tipo de cliente cuyo progreso terapéutico exige mucho valor.

Referencias

- JOHNSON, Stephen M.** (1987) *Humanizing the Narcissistic Style*. W.W. Norton. New York.
- KERNBERG, Otto.** (1980) *La personnalité narcissique*. Privat. Coll. Domaines de la psychiatrie. Toulouse, France.
- KOHUT, Heinz.** (1974) *Le Soi*. Presses Universitaires de France. Coll. Le fil rouge. Paris, France.
- LOWEN, Alexander.** (2000 ed. original: 1985) *El narcisismo*. Paídos. Barcelona
- LOWEN, Alexander.** (1977 ed. original: 1975) *Bioenergética*. Editorial Diana. Mexico
- LOWEN, Alexander.** (1975) *Psychopathic Behavior and the Psychopathic Personality*. Monographie publiée par l'International Institute for Bioenergetic Analysis, N.Y.

Nombre de archivo: Narcisista - el niño utilizado (f. lettre).doc
Directorio: C:\Documents and Settings\Víctor.VS-SLIX\Mis documentos\BIOe-
\Bib_bioe-\Textos_LF
Plantilla: C:\Documents and Settings\Víctor.VS-SLIX\Datos de
programa\Microsoft\Plantillas\Normal.dot
Título: La problemática
Asunto:
Autor: Louise Fréchette
Palabras clave:
Comentarios:
Fecha de creación: 18/03/2001 8:37
Cambio número: 53
Guardado el: 08/12/2004 20:53
Guardado por: VS - slix
Tiempo de edición: 156 minutos
Impreso el: 08/12/2004 20:53
Última impresión completa
Número de páginas: 29
Número de palabras: 9.371 (aprox.)
Número de caracteres:53.416 (aprox.)