

**SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
CURSO DE FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

“O IMPACTO DO NARCISISMO MATERNO”

Marise Cristina Marcolan Sampaio

Tatiana de Castro Santos

Orientador: Prof. Átila Rogério Gonçalves

Sorocaba/SP

2021

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
CURSO DE FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

O IMPACTO DO NACISISMO MATERNO

Artigo apresentado em cumprimento às exigências para a conclusão do Curso de Formação em Psicanálise sob a orientação do professor Átila Rogério Gonçalves.

Sorocaba/SP

2021

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
CURSO DE FORMAÇÃO EM PSICANÁLISE
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Autoras: Marise Cristina Marcolan Sampaio
Tatiana de Castro Santos

O IMPACTO DO NARCISISMO MATERNO

Avaliado em ____ / ____ / ____

Nota Final: () _____

Orientador Professor Átila Rogério Gonçalves

Professor(a) Examinador(a)

Sorocaba/SP

2021

“Assim como as crianças precisam de treinamento, os pais também precisam ser treinados. O treinamento consiste em aprender novas respostas às provocações das crianças, e que pode levar a novas atitudes e abrir novos caminhos onde florescem relacionamentos harmoniosos.(Rudolf Dreikurs)”

O IMPACTO DO NARCISISMO MATERNO

Resumo

A mãe narcista remete a uma figura materna sem empatia e sem respeito pelos limites pessoais dos filhos, acreditando que eles existem apenas para atender às suas necessidades e desejos. Quando o narcisismo do sujeito afeta terceiros, pode-se estar a ser vítima de comportamentos associados a uma perturbação mental, neste caso, a Perturbação de Personalidade Narcísica (PPN). Ao estudar com mais afinco este tema, percebe-se que esta é uma realidade ainda invisível. Como o tema em questão ainda é pouco abordado e discutido na atualidade, é bastante pertinente e importante abordá-lo, visto que, por ter base em abusos psicológicos, pode causar danos (psicológicos) ao sujeito vítima de um progenitor com esta perturbação mental. Sendo estes abusos de difícil percepção para os demais, como consequência, o filho acaba por crescer sem apoio e segurança (mesmo por parte dos outros que o rodeiam, como familiares próximos e amigos). Este trabalho tem por objetivo abordar o assunto, de forma a chamar a atenção para o fato de que esta invisibilidade possibilita a continuação dos maus tratos ao filho, mesmo em idade adulta. A expectativa cultural de que a “mãe” é tudo o que o filho precisa durante a sua vida (por dar cuidado e amor), quando na realidade esta idealização nem sempre se verifica.

Palavras-chave: Narcisismo materno; Filhos mães narcisistas, Impacto Materno do Narcisismo.

The impact of maternal narcissism

Abstract

The narcissist mother refers to a mother figure without empathy and without respect for the children's personal limits, believing that they exist only to meet their needs and desires. When the subject's narcissism affects others, one may be the victim of behaviors associated with a mental disorder, in this case, Narcissistic Personality Disorder (NPP). By studying this topic more closely, it is clear that this is a still invisible reality. The topic in question, still little discussed and discussed today, therefore, it is quite relevant and important to address it, since, as it is based on psychological abuse, it can cause (psychological) damage to the victim of a parent with this disorder. mental. As these abuses are difficult for others to perceive, as a consequence, the child ends up growing up without support and security (even from others around him, such as close family and friends). This work aims to address the subject, in order to draw attention to the fact that this invisibility allows the continuation of child abuse, even in adulthood. The cultural expectation that the "mother" is everything the child needs during his life (by giving care and love), when in reality this idealization is not always verified.

Keywords: Maternal narcissism; Narcissistic Mothers, Maternal Impact of Narcissism.

Narcisismo materno; Filhos mães narcisistas, Impacto Materno do Narcisismo.

1. INTRODUÇÃO

O transtorno de personalidade narcisista é um padrão de grandiosidade, necessidade de admiração e falta de empatia” (DSM-5). Uma pessoa que tem um transtorno de personalidade tem um padrão diferente – do que diz a norma social/cultural – de visão de si mesma, do mundo e do outro. Tendo uma inflexibilidade de pensamentos, um atraso no desenvolvimento psicológico, a incapacidade para reconhecer emoções e uma enorme dificuldade, ou incapacidade, de se importar com o outro. Diante dessa explicação, é possível saber de antemão, que quando o transtorno narcisista se aplica no contexto da maternidade, ele afeta todo o desenvolvimento da sociedade. Uma mãe narcisista é capaz de produzir muitos abusos sobre os filhos e gerar um intenso sofrimento e adoecimentos psíquicos – tanto no filho escolhido para ser a vítima (bode expiatório), quanto no filho escolhido como o protegido (dourado). A mãe narcisista só consegue enxergar a si mesma, suas vontades são as únicas que importa e, para conseguir o que quer, ela tripudia em cima de todos que estiverem no seu caminho. É mais comum que a escolhida para bode expiatório seja a filha mulher, por uma questão da nossa cultura patriarcal e machista que gera competitividade e inveja entre mulheres a todo momento (com foco em questões físicas), mas, também acontece com filhos homens (com foco em questões sociais). Quando há a presença de um marido, esse se torna omissor diante de todo o contexto de abusos e violências. Ou seja, o narcisismo materno afeta todas as pessoas da família. O transtorno narcisista é estruturado por ações que servem para tampar vazios emocionais, e muitas vezes, outros transtornos psicológicos. Por não saber lidar com a tristeza e a falta de afeto, por exemplo, a mãe narcisista pratica violências físicas (agressões) e psicológicas (chantagens emocionais e manipulações) contra o filho. E por ter uma baixa autoestima, ela se esforça para rebaixar o filho, humilhando e diminuindo seu valor, já que é a única forma de se sentir superior a alguém. Por valorizar muito a aparência, a mãe narcisista cria um teatro para manter o status social de boa mãe (o que é esperado e aceitado pela sociedade que enxerga a maternidade de forma romântica e idealizada). Então, com a invisibilidade do sofrimento e a vivência dentro desse relacionamento tóxico é muito desgastante para os filhos, pois além de sofrer as violências e abusos, são desacreditados. Ser vítima de mãe abusiva pode acarretar em diversas formas de sofrimento psíquico, como: depressão, transtorno do pânico, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de estresse pós traumático, transtornos alimentares, transtornos de personalidade (inclusive o narcisista, pois tem a característica de ser transgeracional), transtornos por uso de substâncias etc. Para lidar com o adoecimento psíquico, é preciso investir na

própria saúde mental. Os filhos de mãe narcisista, devem estar em processo psicoterapêutico buscando o autoconhecimento e desenvolvendo estratégias para conseguirem se desligar da mãe narcisista, acabando com a co-dependência. Visto que, o narcisismo patológico não tem cura (a mãe narcisista se vê como perfeita e correta, não terá nunca questões a resolver), então, é o distanciamento, o contato zero a única possibilidade de acabar com o sofrimento, deixar o papel da vítima e assumir a posição de sobrevivente.

2. OBJETIVO

O presente artigo tem por objetivo demonstrar como o comportamento dos progenitores narcisistas causam efeitos prejudiciais nos filhos, os quais passam normalmente despercebidos nas pessoas que os rodeiam, bem como observar que as vítimas do narcisismo materno sofrem com afetividade, possuem dificuldades de relacionamento, submetendo-se à relações abusivas. Além de possuírem dificuldades com a autoestima e aceitação.

3. NARCISISMO

A palavra “narcisismo” tem origem na mitologia grega, onde, segundo o mito, um belo jovem chamado Narciso, nascido em Boécia, não deveria admirar a beleza de seu rosto, pois tornar-se-ia na maldição contra a sua longa vida. No entanto, Narciso era extremamente atraente, despertando a atenção tanto das mulheres como dos homens, como era também arrogante e orgulhoso. E em vez de se apaixonar pelas pessoas que o admiravam, apaixonou-se pela sua própria imagem refletida num lago, onde acabou se afogando ao tentar alcançá-la. Existem várias versões sobre o mito de Narciso, sendo que no geral, levam-nos à história de um jovem que na realidade não estava apaixonado por quem ele realmente era, mas sim pela imagem dele que viu refletida.

O médico neurologista e psiquiatra Sigmund Freud, introduziu o conceito de “narcisismo” na psicanálise no final do século XIX. Com a evolução do estudo do conceito até à atualidade, outros especialistas na área foram importantes para o estudo e desenvolvimento do conceito até aos dias de hoje. Entre eles é relevante referir Melanie Klein e a escola Kleiniana; Alexander Lowen; Donald Winnicott; Jean Bergeret; Glenn Gabbord; Karl Abraham .

Apesar das descrições de narcisismo e dos seus vários subtipos, de forma resumida, o termo diz respeito ao egocentrismo e vaidade. Por sua vez, como o narcisismo está relacionado com autoconfiança e segurança, é considerado essencial para um desenvolvimento equilibrado do sujeito. No entanto, quando estes comportamentos mais centrados no enaltecimento do próprio “eu” são consistentes e vincados, poderão desenvolver uma autoestima baixa. Este traço de personalidade, entre outros fatores, pode então resultar de deficiências ao nível de autoestima e da relação com a visão de si próprio.

3.1. Perturbação de Personalidade Narcísica no DSM-5

Para uma melhor compreensão da perturbação anteriormente referida, estudou-se a Perturbação de Personalidade Narcísica (PPN), tendo em conta os critérios presentes no “Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders” (DSM), que é um manual de referência no estudo da psicologia e que apresenta os critérios de diagnóstico para esta perturbação. Em 1994, estes critérios foram introduzidos na quarta revisão do

DSM (DSM-IV), dentro do Cluster B, que cataloga as perturbações de personalidade. Mais tarde, em 2013, fez-se uma quinta revisão ao DSM (DSM-5), na qual a forma de avaliar esta perturbação sofreu alterações (American Psychiatric Association, 2013). A PPN trata-se de uma perturbação de personalidade caracterizada por um padrão de grandiosidade, falta de empatia e necessidade de admiração. As pessoas com PPN caracterizam-se ainda por terem autoestima vulnerável, recorrendo a mecanismos de defesa como busca de atenção e aprovação, bem como a um falso e exacerbado sentimento de grandiosidade, que é declarado ou dissimulado. A falta de empatia, o padrão difuso de grandiosidade e a necessidade de admiração surgem no início da vida adulta destes indivíduos. Ao mesmo tempo, são sujeitos com baixa autoestima e bastante sensíveis a críticas, criticando constantemente os outros para, em contrapartida, se sentirem melhores consigo próprios. Esta perturbação afeta o funcionamento do sujeito nos diferentes aspectos da sua vida, principalmente no nível dos seus relacionamentos, onde mantém relações superficiais como forma de alimentar suas necessidades egocêntricas. O tratamento destes casos é raro, pois o sujeito com esta perturbação de personalidade tem dificuldade em aceitar que tem um problema, dada a sua exagerada visão de si, o que resulta em que este recuse qualquer tratamento.

3.2. Freud e o conceito de Narcisismo

Foi apenas em 1914 que Freud lançou o texto “Sobre a Introdução do Conceito de Narcisismo”, em que aborda conceitos como o narcisismo primário e a construção do Eu.

De acordo com ele, o processo ocorre quando o indivíduo ainda é bebê e começa a receber informações a respeito de si mesmo com base na visão dos que o cercam. O olhar dos pais costuma ser de adoração, com diversas expectativas para a vida da criança. Isso é o que Freud chamou de narcisismo primário. Ele é importante para o desenvolvimento de como o indivíduo se enxergará. Quando essa fase não ocorre, não é possível constituir a imagem de si, o que pode causar sentimentos como impotência e fragilidade. Já quando ela é exagerada pode comprometer o futuro, pois pessoas narcisistas geralmente não conseguem se sair bem na vida profissional, social e amorosa. Quando o meio-termo é alcançado com sucesso, o ser humano desenvolve a identificação de maneira adequada.

4. A MÃE NARCISISTA

Quando se pesquisa no dicionário a palavra “mãe”, encontra-se a definição de uma mulher que cria e educa o seu filho (biológico ou adotado), estabelecendo laços maternos. No presente estudo o foco é dado nas progenitoras com PPN, assunto referido coloquialmente como “mãe narcisista”.

Existe uma expectativa cultural de que a mãe tem o papel de amar e proteger o filho, e por isso, a noção de que este preconceito por vezes não corresponde à realidade, é ainda de difícil aceitação pela sociedade.

A imagem de “mãe” tem um peso muito forte, o que torna este tema um assunto ainda polêmico. O filho, mesmo sendo alvo de extrema violência psicológica por parte da mãe com PPN, é encarado como ingrato e desrespeitoso pela própria progenitora. Graças ao seu foco na aparência que transmite aos outros, o sujeito narcisista cria uma imagem cativante junto de quem o rodeia. Como a mãe narcisista manipula e deturpa a realidade de maneira convincente, vitimiza-se em relação ao filho, com o objetivo de se sentir apoiada no seu papel enquanto mãe, usando os demais contra este.

As suas ações tornam-se assim invisíveis para todos, exceto para as suas vítimas, neste caso, os próprios filhos. Nos casos em que tenham mais que um filho, as mães narcisistas tendem a favorecer um em relação ao outro, manipulando o filho favorito de forma a terem apoio no bullying sobre o filho que não corresponde às suas expectativas.

Estes comportamentos da mãe narcisista tornam-se cada vez mais evidentes à medida que a criança atinge a puberdade ou a idade adulta, ao começar a procurar a sua própria identidade e independência.

As mães narcisistas revelam-se, assim, possessivas em relação aos filhos, controlando-os com ameaças, chantagens e abusos emocionais (e por vezes físicos), reclamando que não são submissos o suficiente.

Deste modo, negligenciam e desprezam também a autonomia e as fases normais de crescimento dos filhos, sentindo-se ameaçadas pela independência crescente destes, temendo deixarem de ser o centro das suas vidas.

Estas ocorrências ampliam a gravidade das circunstâncias dos filhos, que se vêem presos nesta relação tóxica.

A sociedade tem dificuldade de reconhecer a “mãe não santa”, que ela pode ser abusiva, ignorando o fato de que são apenas seres humanos.

A própria mãe narcisista não percebe que ela é o problema, porque a característica do transtorno da personalidade é achar que ela é vítima e o mundo é o problema.

5. A FASE DE FORMAÇÃO DA CRIANÇA

O bebê sente todas as emoções da mãe inclusive o ambiente da mãe quando ficou grávida. Do nascimento até a formação da sua personalidade, quando o cérebro está formando todas as ligações neurais, por volta do sete anos, ele é totalmente dependente da mãe. Nesta fase está aprendendo o que vai acreditar sobre a vida, sobre ele mesmo e sobre os outros.

Todo ser humano tem necessidades que não são apenas fisiológicas, não basta apenas alimentar com comida, pois a criança tem necessidades existenciais, de se sentir acolhida, ser validada, ter liberdade de explorar suas próprias crenças, etc.

Isto é o que a criança precisa para se tornar um adulto adaptado à vida e poder lidar com o mundo externo e interno.

Quando isto não ocorre, a criança perde a capacidade de confiar em si (acredita que não é nada) e nos outros, porque a interação com a pessoa mais importante da sua vida (a mãe), foi uma relação tóxica e abusiva, pois sabe que pode ser amada num momento e em outro, odiada.

Quando a criança não tem validada a sua percepção de vida, ela desenvolve um “falso eu” em vez de se sentir segura para se desenvolver, ser curiosa para descobrir a vida, ela fica com medo que qualquer ação dela irá desencadear uma resposta da mãe que ela não saiba lidar.

É um mecanismo de defesa que começa a fragmentar partes da personalidade da criança. O cérebro entende que o trauma do abuso é tão grande que ele começa a esconder partes do passado (às vezes não lembra de partes inteiras da infância) e partes da personalidade, criando um “persona” falso para sobreviver emocionalmente num ambiente onde não é aceita na fase adulta.

Quando adulta, ao invés de encarar o mundo confiante que tem o direito de existir, que sabe quem é e do que gosta, sabe falar sim e não, confiante que pode confiar na

vida e nos outros, a pessoa age a partir do “eu falso”, aquele “eu” que entende que ela é tão errada, tão torta, tão nociva, que é obrigada a esconder partes de si, fingir que algumas coisas são reais, quando não são.

Com o pensamento de que ao se anular a mãe vai aceitá-la, a pessoa vai se apagando para receber amor da mãe, mas não recebe.

A criança tem que fingir para a sociedade e para si mesma que está tudo bem, para resgatar um pouco da sensação de segurança no ambiente. Vive então num processo solitário.

O falso “eu” foi criado como uma máscara muito superficial para poder sobreviver e, por trás daquela máscara, existe a crença da criança de que, ela é totalmente dependente da mãe e ela precisa enxergar, por esse motivo, a mãe como um ser bondoso e amoroso e, por ainda não ter um total desenvolvimento, ela entende que se a mãe é bondosa e certa então, o problema é ela.

Assim, a criança, filha de mãe narcisista, entra na fase adulta com o “falso eu”, com a máscara que esconde as suas reais vontades, seu real “eu”, porque tem a crença de que tem alguma coisa profundamente errada e distorcida com ela e não com a mãe. Dessa forma, esse “falso eu” se manifestará na fase adulta.

6. COMO AGEM AS MÃES NARCISISTAS

Uma das características mais marcantes das pessoas narcisistas é que elas não conseguem reconhecer o sentimento alheio, elas não sentem empatia, não conseguem se colocar no lugar do outro, pois elas apenas enxergam no outro o reflexo de si mesma.

Uma mulher com distúrbio de personalidade, vai se tornar uma mãe com este distúrbio e os filhos não estarão a salvo dos seus efeitos negativos.

Uma mãe narcisista dificilmente consegue amar seus filhos com aquele amor incondicional e desinteressado. Há sempre um dos filhos, geralmente do sexo feminino, em que elas projetarão seus defeitos para escondê-los de si mesmas; assim ela enxergará na filha os defeitos que são dela e não da filha.

A Psicanálise entende isto como um mecanismo de defesa do indivíduo chamado projeção, o indivíduo projeta para o mundo externo aquelas características que mesmo sendo suas ele só reconhece no outro e não as reconhece em si.

Estas mães geralmente se utilizam da condição de mãe para praticarem abusos emocionais com seus filhos. “Eu posso fazer isso com você pois sou sua mãe”. A criança então cresce com aquele abuso entendendo que faz parte da função materna, faz parte daquilo que ela entende como mãe.

Essas mães brigam e castigam excessivamente os filhos, xingam e batem neles, as vezes não suprem as necessidades básicas, como alimentação e cuidados higiênicos, ou quando o fazem, praticam outra negligência: o abandono emocional.

Como essas mães não têm capacidade para reconhecer o sentimento alheio, elas não entendem que seus filhos também sofrem, e dirão que suas lágrimas são bobagem, desmerecendo qualquer demanda emocional do filho.

A mãe narcisista não amadurece com o passar dos anos, ela não tem uma evolução emocional. Assim, tão logo o filho cresce, inverte-se a relação.

O filho passa a assumir o papel de mãe e a mãe passa a assumir o papel de filho. O filho sente-se responsável pela mãe, terá sempre que suprir a carência emocional de sua mãe, e se não o fizer, será culpabilizado por isto. É muito comum mães narcisistas culparem os filhos pelas suas frustrações e infelicidade.

É um cenário muito triste e de difícil reconhecimento, pois narcisistas jamais admitirão serem narcisistas. Eles sempre negarão qualquer psicopatologia que possam ter, o que torna ainda mais difícil o tratamento.

Os filhos quando são pequenos não conseguem saber que a maneira como as suas mães o criam são prejudiciais e causam danos psicológicos para o resto de suas vidas. Eles até podem pressentir algumas injustiças em castigos exagerados, eles até podem notar que suas mães são pouco carinhosas em relação as outras, porém, é somente na fase adulta, que eles poderão reconhecer que foram criados por mães narcisistas. Mas isto não é uma descoberta fácil.

6.1. O impacto do narcisismo materno na fase adulta do filho

Filhos de mãe narcisista sofrem sozinhos, não conseguem reconhecer seus próprios méritos e também têm dificuldades de se visualizarem como indivíduos adultos e competentes. Crescer sem o respeito, o amor e o afeto da própria mãe deixa marcas profundas. São filhos negligenciados não somente pela própria mãe, mas também pela suposta universalidade da sabedoria do senso comum.

Por não questionarem a suposição de que “Todas as mães amam seus filhos”, se vêem presos em um mundo repleto de contradições.

Sem respostas que expliquem a sua realidade de maneira acurada, os filhos de mãe narcisistas têm o seu desenvolvimento sabotado pelo próprio sofrimento. Enquanto os filhos de mãe normal podem contar com o apoio afetivo e psicológico de sua mãe, os filhos de mãe narcisista servem como válvula de escape emocional da própria mãe.

Em lugar de se concentrar no seu próprio desenvolvimento, bem como nos seus interesses e talentos, são forçados a aprender como superar esta tendência codependente e reaver a sua autoestima. Como satisfazer a mãe narcisista não é uma tarefa fácil, estão sempre correndo atrás do prejuízo e tentando compensar pela sua suposta incompetência.

Anos de abuso emocional e psicológico corrompem o senso de identidade e autoimagem dos filhos de mãe narcisista. Filhos de mães narcisistas frequentemente esquecem suas necessidades e desejos.

Como uma pessoa narcisista sempre precisa de atenção, costuma ser arrogante e gosta de manipular os outros porque acha que merece o melhor. Traduzindo isso para o contexto familiar, um dos efeitos de ter uma mãe narcisista, é que seus filhos crescem com a necessidade de agradá-la.

Ao obter as conquistas e objetivos impostos, a mãe os recompensava e, assim, eles aprenderam a buscar esse afeto constantemente. Portanto, quando crescem, não têm consciência do seu espaço e procuram satisfazer os outros em vez de si mesmos.

Algumas das principais “feridas” que os filhos da mãe narcisista apresetam são:

a) Baixa autoestima.

Geralmente sentem excesso de vergonha e culpa o que os impedem de encontrar meios de se libertarem. Este sentimento decorre ainda do fato de que, recebem afeto da mãe apenas quando ela quer algo deles.

O problema é que essas mães são tão exigentes que é difícil satisfazer todas as suas expectativas e como resultado, a mãe dará sinais, ou mensagens ao filho, de que ele não é bom o suficiente.

Isso tem como resultado, crianças que sempre se sentem incompetentes, carentes de habilidades, ansiosas e com baixa autoestima.

b) Dificuldade em formar laços afetivos

É comum não confiarem nas pessoas e nem em si mesmos e, quando começam a ter intimidades com elas, desencadeiam processos de sentimentos de insegurança, porque aprenderam que laços afetivos são dolorosos. Não sabem o que gostam e o que querem e essa falta de confiança em si é angustiante.

Não formam vínculo afetivo nem mesmo com a vida, porque têm dificuldade de enxergar que a vida os apoia. Vêm a vida como um lugar perigoso e que não vão dar conta, passando a sentir-se só no universo pois, não se sentem apoiadas por qualquer coisa ou pessoa.

Podem também confiar demais nas pessoas porque não conseguem estabelecer limites. Não percebem os limites entre elas e as necessidades dos outros e acabam sofrendo abuso nas mãos de outras pessoas.

c) Excesso de medo

Sentem medo do futuro, fobia social, transtorno de ansiedade, síndrome do pânico, medo de serem abandonados e rejeitados.

Em geral, têm tanto medo da rejeição, que já imaginam que as pessoas não gostam deles, que não vão convidar para fazer coisas, não vão responder mensagens que enviaram, etc.

d) Distorção da realidade

Sempre vivem no mundo externo por eles criados para dissociar da realidade para se

protegerem do excesso de estímulo externo.

Falam sozinhos, sonham acordados, mentem com facilidade aumentam as coisas, distorcem ou minimizam a realidade.

É comum sofrerem de amnésia seletiva, quando tentam lembrar de certos períodos da vida e não conseguem.

Também podem ter imaginações catastróficas, imaginando um futuro sombrio.

e) Dificuldade de sentir as próprias emoções

Podem sentir que não sentem emoções, pois em geral, sentem apatia perante a vida. É como se sentissem emoções mas elas não lhe pertencessem ou não tem acesso a elas. Por vezes têm emoções mas com respostas atrasadas.

Também é comum ocorrer a despersonalização, que é a sensação de que seu “eu” foi roubado, que não existe, como se estivesse morto num corpo que não lhes pertence.

Pode ocorrer ainda a desrealização, que é a distorção de percepção, enxergam o mundo mas para parece que não é real, enxergam as coisas mas parece que tem um vidro entre elas e os objetos.

f) Sentem-se mais como parceiros do que como filhos

Devido à grande atenção que esse tipo de pais exigem, a vida de seus filhos gira em torno deles, seus problemas, suas necessidades e sua felicidade.

Por essa razão, as crianças se tornam um apoio emocional e são envolvidas em situações das quais não deveriam participar. Essas crianças adquirem tantas responsabilidades que esquecem que são os filhos, até se transformarem mais em parceiros emocionais.

As pessoas que tiveram esse tipo de pais sentem que passaram a vida inteira resolvendo problemas.

Embora isso possa ser positivo, porque elas certamente aprenderam a resolver problemas e ser autossuficientes, sentirão um grande fardo e acharão difícil confiar nos outros.

g) Todo o tempo fala de forma negativa

Aprendem a falar sobre si mesmas com críticas e palavras pejorativas.

Existe um efeito de espelho. Elas aprendem a ver a vida como fez sua mãe e, como elas receberam mensagens negativas, elas falam para si mesmas da mesma forma.

h) Aprendem a esconder sua verdadeira essência

Aprendem a negar parte de sua essência para mostrar o que sua mãe espera delas. Com o tempo, esse processo de recusa ou ocultação se torna comum.

Como adultos, podem ter dificuldade em identificar quem são de verdade, quais são seus reais desejos e o que realmente esperam, da vida e dos outros.

6.2. O conhecimento é a libertação dos filhos da mãe narcisista

É sabido que não há cura para a mãe portadora do transtorno de personalidade narcisista, pois não é possível criar empatia nelas.

O conhecimento irá libertar esses filhos, aceitando que não pode mudar a mãe narcisista.

A aceitação implica em abrir mão de expectativas não preenchidas, em entender que a mãe narcisista não consegue amar os filhos porque ela não é capaz de se relacionar com os filhos pelo que eles são, que o bem estar deles lhe soa como uma ameaça, que a independência dos filhos não é bem vista, pois ela não poderá mais manipulá-los. O que a mãe narcisista precisa é de limites.

Tentar “levar” a situação pensando que pode aguentar ou amenizar dando a ela eventualmente o que ela quer, é barganhar, pois não interessa o quanto o filho faça, a resposta será sempre: “você não é bom o suficiente”.

Somente quando o filho vítima dessa mãe conhecer seu transtorno, aceitar quem ela é, como age e o que não pode mais esperar dela, abrindo mão de receber seu amor, terá início o processo de luto.

Como esta é uma relação de difícil ou impossível solução, ter que cortar relações com a mãe narcisista bem como o afastamento do ambiente familiar, poderá mostrar-se como o único desenlace possível para que o filho possa encontrar a sua liberdade, independência e felicidade.

Reprocessar e reprogramar crenças de menos valia sobre si mesmos, inaugurando o amor próprio na máxima potência e a segurança de se reconhecer naquilo que se é, será um dos inúmeros ganhos dessa conquista de lucidez.

7. RESUMO FINAL

O adoecimento psicológico da mãe narcisista revela-se no total distanciamento emocional, sendo que as conexões, quando ocorrem, fazem parte de um teatro muito bem elaborado que tanto as vítimas, quanto a própria família e sociedade tem dificuldade de perceber. Embora camuflem este aspecto, o que as movem são seus intermináveis desejos de auto satisfação, o que dificulta sobremaneira a conexão real com o outro. Assim, na convivência com seus filhos, não conseguem ser sensíveis às suas demandas, sendo que em grande parte das vezes acabam sendo negligentes nos mais variados temas de desenvolvimento.

Por não haver empatia, as exigências em relação aos filhos podem ser avassaladoras. Nunca demonstram estar plenamente satisfeitas e os filhos geralmente não sabem o que fizeram de errado ou o que poderiam fazer para receber um olhar de amor legítimo.

Por mais que os filhos façam para receberem aprovação e um olhar de validação dessas mães, absolutamente nada as fará saírem de dentro do que podemos chamar de “delírio sobre si mesma”, posto que estão encantadas com as suas próprias demandas. Ao contrário, quanto mais os filhos quiserem afeto, mais incomodarão e mais serão depreciados.

As armas são críticas e invalidação das conquistas somadas aos abusos de poder que, muitas vezes, visam prejudicar as demandas saudáveis de sociabilização dos filhos.

Estes aprendem a sobreviver de modo ansioso, com medo de errar e com uma auto estima de baixíssimo nível.

A maioria dos filhos de mães narcisistas passam tempo demais fazendo de tudo para ganhar um olhar de afeto e de admiração que nunca acontece e em meio a essa sensação angustiada de falta, e por conta disso, muitas partem mundo afora na mesma busca, sendo as mais fáceis presas de abusadores da atualidade.

Apenas quando despertam e se dão conta da trama onde estão é que existe a real

possibilidade de rumarem para mapas de vidas bastante diferentes de todo adoecimento e dor que se submeteram em nome da sobrevivência.

Reprocessar e reprogramar crenças de menos valia sobre si mesmas, inaugurando o amor próprio na máxima potência e a segurança de se reconhecer naquilo que se é, será um dos inúmeros ganhos dessa conquista de lucidez.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. Artmed Editora, 2014.ENGELKE

BAUMAN, Zygmund. Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro:Jorge Zahar,2004.

ENGELKE, Michele. Prisioneiras do espelho: Um guia de liberdade pessoal para filhas de mães narcisistas. Canadá,2016.

ZIMERMAN, D. Fundamentos psicanalíticos. Teoria, técnica e clínica: uma abordagem didática. Porto Alegre: Artmed, 2007.

