

# O Narcisismo no mundo contemporâneo

## Introdução

O Narcisismo é um tema frequente na psicanálise desde os primeiros trabalhos de Freud, e desde então, vem sendo constantemente revisto e atualizado por diversos autores. No entanto, é inegável que este tema tem sido cada vez mais discutido nos dias de hoje, em um contexto em que a cultura do "eu" é cada vez mais valorizada. O objetivo deste artigo é analisar como o Narcisismo se manifesta na atualidade, suas consequências para a saúde mental e formas de lidar com essa problemática.

Palavras-chave: Narcisismo, Saúde Mental, Psicanálise, Cultura.

## Desenvolvimento

O Narcisismo é uma estrutura psíquica caracterizada pela busca exagerada de admiração, atenção e reconhecimento. O indivíduo narcisista apresenta uma autoestima inflada, uma autoimagem grandiosa e um senso de direito à gratificação imediata. Além disso, o narcisismo pode ser entendido como uma tentativa de defesa contra sentimentos de inadequação e vulnerabilidade.

Nos dias de hoje, a cultura do "eu" e a busca por uma imagem perfeita têm se tornado cada vez mais prevalentes. As redes sociais, por exemplo, são um meio em que os indivíduos podem criar e reforçar sua autoimagem grandiosa, ao mesmo tempo em que buscam a validação de outros usuários. O número de "likes" e seguidores se tornam uma medida de sucesso pessoal, e muitas vezes, os indivíduos sentem-se insatisfeitos com suas vidas "reais", já que estas não correspondem às suas expectativas de perfeição.

De acordo com a psicanalista Hebe Tizio (2015), a cultura do narcisismo nas redes sociais é uma forma de "ilusão de onipotência", em que o indivíduo cria uma imagem idealizada de si mesmo, alheia às suas limitações e imperfeições. Para Tizio, essa cultura favorece o desenvolvimento do narcisismo patológico, em que o sujeito busca, de maneira obsessiva, a admiração e a gratificação dos outros, em detrimento de suas próprias necessidades.

No entanto, essa busca constante por uma imagem idealizada pode levar a consequências negativas para a saúde mental. Os indivíduos narcisistas podem tornar-se intolerantes a críticas e feedbacks construtivos, o que pode prejudicar suas relações interpessoais. Além disso, a busca incessante por gratificação imediata pode levar a comportamentos impulsivos, como o uso de drogas e álcool, o que pode levar a consequências ainda mais graves.

O psicanalista Luigi Zoja (2013) destaca que o narcisismo é uma forma de "negação da alteridade", em que o sujeito recusa-se a reconhecer o outro como uma figura legítima e independente. Essa atitude pode levar à falta de empatia e à dificuldade em estabelecer relações significativas e duradouras.

Outra consequência do narcisismo é a dificuldade em lidar com a frustração e com a imperfeição. Os indivíduos narcisistas podem sentir-se ameaçados quando seus padrões elevados não são atendidos, o que pode levar a sentimentos de raiva e ressentimento. Segundo

o psicanalista Otto Kernberg (2016), o narcisismo pode ser entendido como uma forma de "personalidade borderline", em que o indivíduo apresenta uma instabilidade emocional significativa, tendência à impulsividade e dificuldade em manter relações interpessoais saudáveis.

Diante dessas questões, é fundamental compreender que o narcisismo não é necessariamente um transtorno ou uma patologia, mas sim uma estrutura psíquica que pode se manifestar em diferentes graus. É importante também considerar que, em doses moderadas, o narcisismo pode ser saudável, já que permite ao indivíduo reconhecer suas qualidades e buscar uma autoestima positiva.

No entanto, quando o narcisismo se torna excessivo e patológico, é importante buscar ajuda profissional. A psicoterapia é uma forma efetiva de lidar com essa problemática, uma vez que permite ao indivíduo compreender suas defesas e aprender a lidar com suas emoções de maneira mais saudável.

## Conclusão

O narcisismo é um tema relevante na psicanálise desde os primórdios, e sua manifestação nos dias de hoje tem sido cada vez mais discutida. A cultura do "eu" e a busca incessante por uma imagem idealizada têm favorecido o desenvolvimento do narcisismo patológico, o que pode levar a consequências negativas para a saúde mental. É importante compreender que o narcisismo não é necessariamente um transtorno, mas sim uma estrutura psíquica que pode se manifestar em diferentes graus. Quando se torna patológico, é importante buscar ajuda profissional para lidar com essa problemática.

Além disso, é importante destacar que o narcisismo não é exclusivo da sociedade contemporânea. Desde os primórdios da história, podemos encontrar relatos de indivíduos que apresentavam comportamentos narcisistas, como no mito de Narciso na mitologia grega.

No entanto, é inegável que a cultura atual tem contribuído para a intensificação do narcisismo. A exposição nas redes sociais, a pressão por uma imagem idealizada e a busca constante por reconhecimento e sucesso podem levar muitos indivíduos a desenvolverem uma personalidade narcisista.

Por isso, é fundamental que a sociedade como um todo reflita sobre essas questões e busque formas mais saudáveis de desenvolver a autoestima e a autoconfiança. A psicanálise pode contribuir significativamente para esse processo, ajudando os indivíduos a compreenderem suas defesas e lidarem com suas emoções de maneira mais saudável.

Em suma, o narcisismo nos dias de hoje é um tema complexo e atual na psicanálise e na sociedade como um todo. É importante entender que o narcisismo pode ser saudável em doses moderadas, mas quando se torna excessivo e patológico, pode levar a consequências negativas para a saúde mental. A cultura do "eu" e a busca por uma imagem idealizada têm contribuído para o desenvolvimento do narcisismo patológico, o que torna fundamental a reflexão sobre essas questões. A psicanálise pode contribuir significativamente para esse processo, ajudando os indivíduos a compreenderem suas defesas e lidarem com suas emoções de maneira mais saudável.

Por fim, é importante destacar que o narcisismo pode ser tratado com sucesso, desde que o indivíduo esteja disposto a se comprometer com o processo terapêutico. A psicanálise, a terapia cognitivo-comportamental e a terapia de grupo são algumas das abordagens que podem ser utilizadas no tratamento do narcisismo patológico.

Em resumo, o narcisismo nos dias de hoje é um tema relevante e complexo que merece ser estudado e discutido. É fundamental compreender que o narcisismo pode ser saudável em doses moderadas, mas quando se torna excessivo e patológico, pode levar a consequências negativas para a saúde mental. A psicanálise pode contribuir significativamente para o tratamento do narcisismo patológico, ajudando os indivíduos a compreenderem suas defesas e lidarem com suas emoções de maneira mais saudável.

#### Referências Bibliográficas:

FREUD, Sigmund. Introdução ao narcisismo. In: Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 1996. v. XIV.

KERNBERG, Otto F. Transtornos graves de personalidade: estratégias diagnósticas e terapêuticas. Porto Alegre: Artmed, 2016.

LASCH, Christopher. A cultura do narcisismo: a vida americana numa era de esperança em declínio. Rio de Janeiro: Imago, 1983.

NEUMAN, Erica. Narcisismo contemporâneo. In: Revista Brasileira de Psicanálise. São Paulo: v.47, n.1, 2013.

ROUDINESCO, Elisabeth. A psicanálise na cultura. Rio de Janeiro: Zahar, 2015.

SILVA, Pedro Luiz Ribeiro. Narcisismo: uma breve reflexão. In: Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental. São Paulo: v.15, n.4, 2012.

YALOM, Irvin D. Quando Nietzsche chorou. Rio de Janeiro: Ediouro, 2003.

ZIMERMAN, David E. Fundamentos básicos das psicoterapias de grupo. Porto Alegre: Artmed, 2000.