



Rune Fardal, psykologi student

Personlighetsforstyrrelser med hovedvekt på narsissistisk problematikk i relasjon til barn  
<http://www.sakkyndig.com> mail: rune@fardal.no

## *Narsissistens ensomhet*

12 Mai, 2011, Oppdatert 16.05.2011

Med linker: <http://www.sakkyndig.com/psykologi/artikler/ensom.htm>  
Utskrift: <http://www.sakkyndig.com/psykologi/artikler/ensom.pdf>

Ensomhet handler om **relasjonens** kvalitet og er viktig for å forstå narsissistisk problematikk. Å være alene er ikke det samme som ensomhet. Å være alene kan være sunt, å være ensom er sykt.

Thorsen/Clausen (2008) skriver at "*Ensomhet defineres som den vonde og uønskede opplevelse av å ikke ha tilstrekkelig eller tilfredsstillende sosial kontakt. Peplau og Perlman (1982, s. 3, vår oversettelse) sammenfatter ensomhetsdefinisjoner i mange studier slik:*

*Ensomhet kommer av mangler i en persons sosiale relasjoner. Ensomhet er en subjektiv erfaring, det er ikke synonymt med objektiv sosial isolering. Opplevelsen av ensomhet er negativ og ubehagelig."*

Psykiatrisk sykepleier Brita Nilsson (2004) skriver at "*Ensomhet er en lidelse*". Hun viser til at psykisk syke med et stort hjelpeapparat rundt seg allikevel er ensomme.

Ingen er så ensomme som den som sitter alene på julaften, relasjonens dag fremfor noen i vår kultur. Sosiale relasjoner handler om tilknytningskvalitet. Den som fikk en trygg tilknytning i sin barndom, har ikke det samme behovet for andre, som den utrygge. Det handler ofte om grunnleggende bekreftelse. Har du troen på deg selv, så trenger du ikke stadig få den bekreftet.

Det finnes derfor ikke ensomme mennesker, bare mennesker med dårlige relasjoner! Ingen mennesker med gode relasjoner er ensomme!

Ensomhet, har intet med kvantitet å gjøre, men desto mer med relasjonen mellom noe ytre å gjøre! Å være alene er ikke det samme som å være ensom! Ensomhet har et patologisk element i seg. Mange trives i en alenetilværelse uten å være ensomme.

**Det å være alene er ikke ensomhet, men det å føle seg alene, er.**

Mens man kan føle seg alene og ensom blant 1000 venner, er et elskende par ikke alene og noe av de minst ensomme som finnes. For dem er hele universet der og da! Den som har den/det ene som oppleves/føles gi livet mening er den minst ensomme av alle. Bokormen oppslukt i sin verden er alene, men ikke nødvendigvis ensom. Relasjonen behøver ikke være mellom to mennesker, den kan være mellom menneske og dyr, menneske og interesse, menneske og hobby!

Folk har kjæledyr for selskapet de føler dyret gir, relasjonen. Det mest ensomme som finnes er mangelen på en kvalitativ god relasjon. De hvis eneste relasjon er mellom "*jeg*" og "*meg*" har en sykkelig relasjon, vi kaller dem narsissister!

Narsissister er noen av de mest ensomme mennesker som finnes, samtidig som de utgir seg for å være de minst ensomme. De har ingen andre en seg selv og sitt falske selvbilde! Der i gården får man de svar man vil ha. De lever i ensomhet der oppe på sin omnipotente sky. Ingen kan måle seg med deres grandiose syke selvbilde. De vil for alltid være ensomme. Ingen kan ha en kvalitativt god relasjon til et falskt selv! En slik "relasjon" er pr. definisjon en tankekonstruksjon uten reelt innhold. Som å leve i en drøm. De lever i en boble av livsbedrag. Ikke rart de sliter med angst og depresjon!

**Savnet av *relasjonen til den andre*, som de så inderlig trenger, men som de gjør alt for å ødelegge.**

Derfor blir det et paradoks at slike søker andre for å utnytte dem. Sunne relasjoner er likeverdige, derfor er narsissisters relasjon til barn så skadelige. Barnet oppfattes ikke som et selvstendig individ med egen identitet, det oppfattes som narsissistisk supply. Det dekker et sykkelig behov, det dekker en mangel som ikke ble tilstrekkelig utviklet, bekreftelsen på seg selv. Barnet brukes av slike til å bekrefte dem selv. Slike barn får ikke speilet seg selv, men den voksne. Slike barn blir selv syke. Mang en dommer og psykolog forstår ikke denne tragedien.

Narsissister gir et inntrykk av tilfredshet, men i realiteten er de noen av de mest utilfredse mennesker som finnes. De blir aldri fornøyd. Deres relasjonskvalitet er svært lav og bygget på løgn og bedrag. Deres relasjonskvalitet er falsk, like falsk som deres eget selvbilde! Den eneste relasjonen de har er til sitt falske Selv, slikt blir det ensomhet ut av! Derfor blir de noe av de mest ensomme som finnes.

### **De som tror på en gud er ikke så ensomme som de som tror de er gud.**

Samtidig som de er veldig ivrige etter å klandre andre som kan ha få venner, har de ingen selv. De later som de har venner, men ingen vil være venn med en parasitt. Det narsissister kaller "venner" er deres narsissistiske supply. Venner er likeverdige, narsissistiske supply er det ikke. Å kritisere/anklage andre for ikke å ha mange venner, er en projeksjon av deres eget savn etter slike venner. De projiserer sitt eget savn ut på andre. *"Har ikke jeg venner, skal ikke du få ha det heller."*

Konkrete eksempler fra barnefordelingsaker har vist at narsissister kan bruke mot den andre forelder at denne ikke omgås mange venner og anklages derfor for å ikke ha et sosialt nettverk som påstås være positivt for barn. De fleste normale mennesker har ikke mange gode relasjoner, men noen få gode. Mennesker i psykisk ballanse trenger ikke mange relasjoner, de klarer seg med noen få gode. Narsissister forstår ikke dette, for de har ingen gode relasjoner til andre, bare parasittiske tilknytninger.

Vennsksapsrelasjoner er bygget på likeverdige relasjoner. Samtidig som de påstår å omgi seg med mange venner, har de ingen - som kan måle seg med dem selv! Det er bare en gud, og den som tror de også er gud, er avgudsdyrkere i narsissistens øyne. Menneskelige relasjoner bygger på gjensidighet, derfor kan ikke narsissister opprettholde menneskelige relasjoner. De kan leve med, men ikke i relasjon til andre. Ingen når opp til deres nivå, det er dem og resten der nede. Slikt skaper ikke kvalitativt gode RELASJONER.

Den som har prøvd å utfordre narsissisten har fått føle at det ikke er noen likeverdig relasjon, men en enveis utnyttelse. Ensomhet er mangelen på likeverdig toveisrelasjon. Narsissistisk raseri er et uttrykk for krenkelsen av narsissistens relasjon til sitt eget falske selv. Narsissistisk raseri er primitivt og ulikt annet raseri, det er et irrasjonelt raseri. Enhver som truer relasjonen til det falske Selvet møtes med narsissistisk raseri, en rå brutal og empatiløs aggresjon.

Det verste du kan gjøre mot en narsissist er å utfordre relasjonen de har til seg selv, relasjonen til det falske Selvet. Deres angst ligger i frykten for å miste det eneste de har, relasjonen til det falske Selv.