

Inhoud

Dankwoord	11
Inleiding	13
Droom en draaikolk	17
1 Van gezond narcisme naar problematisch narcisme	19
Over eigenliefde en egoïsme	19
Maatschappij in verandering	21
Opvoeding in verandering	23
Gezond en problematisch narcisme	25
Narcisme: een epidemie?	27
Intermezzo De paspop	30
2 Optimale ontwikkeling van de persoonlijkheid	31
Invulling van basisbehoeften	31
Plaats, voeding, steun, bescherming, begrenzing	32
Stadia van invulling	34
Mate van invulling	35
Focus op begrenzing	37
Integratie kracht en kwetsbaarheid	47
Ontwikkelen van bewustzijn en sturend ik	49
Bewustzijn	49
Sturend ik	49
Respect en validatie van het uniek zijn	50
Respect	50
Validatie van het uniek zijn	51
Intermezzo Het juweel	53

3 Van problematisch naar gevaarlijk narcisme	55
Hoe herken je een narcist?	55
Checklist met gedragskenmerken	56
Narcistische persoonlijkheidsstoornis	60
Categorie of dimensie	61
Narcistische cirkel	62
Oorsprong narcisme	63
Narcisme en hechtingsstijl	65
Symptomen in het licht	66
Symptomen in het duister	71
Enkele narcisten aan het woord	73
Link met het Pessó-gedachtegoed	74
Overlap met antisociale persoonlijkheidsstoornis	75
Symptomen van een antisociale persoonlijkheidsstoornis	76
Dunne scheidslijn	77
Verschil tussen narcisme en psychopathie	78
Psychopathische omkering	79
Intermezzo In zak en as	81
4 Agressie, geweld, superioriteit	83
Visie op agressie	83
Omgaan met agressie	84
Fysiek afreageren	84
Nood binnenin	85
Passende interactie	87
Verklaringstheorieën en risicofactoren voor geweld	88
Zelfbeeld en zelfbeheersing	90
Rol van schaamte	91
Mannelijke en vrouwelijke modellen en voorschriften	92
Verzoenen van tegenstellingen	93
Wij-zij-denken	94
Narcistisch partnergeweld	95
Verdoken geweld	96
Openlijk geweld	98
Fysiek geweld	99
Tegenpool van geweld	101
Intermezzo Geen plaats voor mij	102

5	 De strategie van een narcist en het effect op de relatie	105
	Narcistische strategieën	105
	Manipulatie	105
	Misleiding	107
	Destabilisatie	109
	Projectie	109
	Introjectie	110
	Effect van de strategieën op de partner	111
	Slachtoffers getuigen	111
	Intermezzo De dood en het schilderij	114
6	 Maskers: geen zijn, maar schijn	117
	Maskers van de narcist	117
	Masker van de geestelijke gezondheid	118
	Masker van de opschepper	119
	Masker van de tirannie	119
	Masker van de gerechtigde	120
	Masker van de moraalridder	120
	Masker van de redder in nood	121
	Masker van de zelftrooster	121
	Weet de narcist wat hij doet?	122
	Gevolgen voor de narcist	122
	Intermezzo Aan de bemiddelingstafel	124
7	 Narcistische relatie/organisatie	127
	Samenspel in de narcistische partnerrelatie	127
	Beleving van liefde	128
	Nawerking van vroege ervaringen	130
	Beleving van seksualiteit	131
	Casanova	131
	Monnik	132
	Afwijzen van het narcistische samenspel	134
	Narcisme in een ruimere context: sociaal/organisatie	136
	Struisvogelpolitiek	139
	Intermezzo Wraak als missie	141

8 Medeafhankelijkheid van de partner	143
Uitingsvormen	143
Aanpassen	143
Overtuigen	144
Achtergronden	146
Boeien vast	147
Boeien los	150
Je leven in eigen handen	151
Realiteit omarmen	152
Nieuwe omgangsregels	152
Terughoudendheid	152
Psychologisch gronden	153
Je waarden hoog houden	153
Zelfzorg	154
Nieuwe doelen vastleggen	154
Jezelf beschermen	155
Jezelf begrenzen	156
Empathisch confronteren	157
Veranderen, verdragen, vertrekken	160
Vergeven en loslaten: enkele beschouwingen	161
Intermezzo De rechtvaardige rechter	163
9 Kind in een narcistische context	165
Kind als narcistisch object	165
Gouden ei	165
Psychologische geboorte	166
Nadrukkelijke verwachtingen	167
Blik in de therapiekamer	169
Het loopt de spuigaten uit	170
Verborgен leed	171
Gevolgen voor het kind	172
Leven op ware grootte	173
Help, mijn kind is narcistisch	174
Kompas in de doolhof	175
Schaal van narcisme	175
Promoten gezond narcisme: IK en JIJ	176
Invloed van de moderne media op de ontwikkeling van narcisme	181
Geluk in een imperfecte wereld	183

Intermezzo Moederliefde	185
10 Ontpopping	189
Prijs van de vrijheid	189
Ademen, ordenen en overzien	191
Selectief de oren stoppen	192
Focus op herstel	193
Kunst als troost	194
Je lichaam als bondgenoot	196
Heelwording met een kroontje	198
Leven erkennen als een wet	201
Slotgedicht Kleurenmist	203
Bibliografie	205
Register	209