Η γενιά του ναρκισσισμού (Λαζαρίδου Αστερόπη)

Categories : ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Date : 5 Σεπτεμβρίου, 2016

Η ιστορία του Νάρκισσου, με τις διάφορες εκδοχές της, είναι μία από τις δημοφιλέστερες της μυθολογίας. Ο νέος από τη Βοιωτία, θαμπωμένος από την ομορφιά του που καθρεφτίζεται στο νερό, πεθαίνει από μαρασμό εξαιτίας του ανικανοποίητου έρωτα προς τον ίδιο του τον εαυτό. Ο ναρκισσισμός, η εμμονική αυταρέσκεια που μπορεί να καταλήξει σε πάθηση, δεν είναι κάτι καινούργιο. Υπάρχει από τότε που ο άνθρωπος πρωτοσυνάντησε το είδωλό του. Σήμερα, όμως, που ο καθένας ανεβάζει δεκάδες είδωλά του χάρη στην κατάρα και ευλογία των social media, ο ναρκισσισμός, εκτός από υπαρκτός, είναι και ψηφιακός. Οι διαταραχές που προκαλούνται από τη μανία της εξαντλητικής αυτοφωτογράφισης και της online υπερέκθεσης απασχολεί όλο και πιο συχνά τα ψυχιατρικά συνέδρια, με τους ειδικούς να επιμένουν ότι **η υπέρμετρη προσήλωση στο «εγώ και ο εαυτός μου», εκτός από γραφική, σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να αποδειχθεί και επικίνδυνη**.

Εγώ, εγώ, εγώ

Η λέξη «selfie», όπως ορίζεται η σύγχρονη αυτοπροσωπογραφία που βγάζει κάποιος με το κινητό του και κατόπιν την ανεβάζει στο Facebook και σε άλλα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, επιλέχθηκε ως «Λέξη της χρονιάς» για το 2013 από το Βρετανικό Λεξικό της Οξφόρδης. Παράλληλα, οι νέοι κανονισμοί του περίφημου επιτραπέζιου παιχνιδιού Scrabble τη δέχονται πλέον ως σωστή και οι παίκτες κερδίζουν πόντους όταν τη σχηματίζουν. Μία λέξη ισοδυναμεί πλέον με χίλιες εικόνες. Πόσα αντίγραφα του εαυτού σου μπορείς να βγάλεις ώσπου να τον ερωτευθείς παράφορα ή να μην αντέχεις άλλο να τον βλέπεις; Η απόσταση από το ένα στάδιο στο άλλο δεν είναι τόσο μακριά όσο νομίζουμε.

Νάρκισσοι υπήρχαν πάντα. Από την αρχαιότητα ως σήμερα. Η διαφορά είναι ότι έχουν πλέον πολλά εργαλεία στα χέρια τους: Facebook, Pinterest, Twitter, Foursquare, Instagram. Οι έρευνες μαρτυρούν ότι τα επίπεδα του ναρκισσισμού είναι πολύ υψηλότερα σε σύγκριση με τις περασμένες γενιές και δεκαετίες και όλο και περισσότερα τεστ γίνονται για να μετρηθεί η στάθμη της επικίνδυνης εγωμανίας σε άνδρες και γυναίκες. Και όπως αποκαλύπτουν αμερικανοί ψυχολόγοι, τα προφίλ των χρηστών του Facebook είναι ο πιο έγκυρος τρόπος για να επαληθεύσουν αν οι ερωτηθέντες είπαν την αλήθεια ή όχι.

«Παρακολουθώ και θαυμάζω τη δουλειά σου μέσω Facebook εδώ και αρκετό καιρό.

Οι φωτογραφίες που βγάζεις είναι εκπληκτικής αισθητικής. Παίρνω, λοιπόν, το θάρρος να σου ζητήσω μια χάρη. Εδώ και λίγο καιρό χώρισα με τον φίλο μου, αλλά τον θέλω πίσω. Και σκέφτηκα ότι ο μόνος τρόπος να τον ξανακερδίσω είναι να του τραβήξω την προσοχή μέσα από φωτογραφίες που θα μου βγάλεις εσύ. Θέλω να με αναδείξεις, να γίνω μια από τις ηρωίδες σου, να με κάνεις να θυμίζω σταρ του σινεμά»: αυτό το μήνυμα βρήκε στην προσωπική της «αλληλογραφία» στο Facebook φίλη φωτογράφος και σκηνοθέτις. Μια άγνωστη γυναίκα σε ερωτική απελπισία τής ζητούσε να τη μεταμορφώσει σε κάτι που δεν είναι, προκειμένου να θαμπώσει και να ξανακερδίσει την καρδιά του πρώην της. Το νερό της λίμνης όπου άλλοτε πνίγηκε ο Νάρκισσος έχει δώσει τη θέση του στο γυαλί της οθόνης, που είναι εξίσου θολό και παραπλανητικό.

Η εκδίκηση του κοινού θνητού

Ο ναρκισσισμός ξεσπά και εξαπλώνεται σαν επιδημία. Εχουμε να κάνουμε με την εκδίκηση του κοινού θνητού, του μέσου ανθρώπου, ο οποίος, ζηλεύοντας και χλευάζοντας επί χρόνια τη ζωή των σταρ, τώρα έχει βαλθεί να τους αντιγράψει μέχρι την τελευταία λεπτομέρεια. Πάντα αποτελούσε είδηση το τι παρήγγειλε η Μαντόνα, ακόμη και η εγχώρια Μενεγάκη, σε ένα εστιατόριο. Ή τι φοράει όταν πηγαίνει για ψώνια. Ή πού έκανε διακοπές. Τώρα πια, βάζοντας σε δεύτερη μοίρα τα «επώνυμα» πρόσωπα, είμαστε εμείς οι παπαράτσι του εαυτού μας. Μας καταδιώκουμε, δεν μας αφήνουμε στιγμή σε ησυχία. Μας πιέζουμε να κάνουμε δηλώσεις για το πώς αισθανόμαστε, προτού καλά καλά φτάσουμε στον προορισμό μας: «ενθουσιασμένος στην περιοχή Φάληρο» / «ευλογημένη στη βάφτιση της κορούλας μου Μαρίας-Ηλέκτρας». Μας αιφνιδιάζουμε με αυθόρμητα snapshots που τραβάμε τον εαυτό μας μόλις ξυπνήσουμε ή λίγο προτού κοιμηθούμε, όταν τρώμε, αφού φάμε, όταν βγαίνουμε από τη θάλασσα, όταν φιλιόμαστε με το άλλο μας μισό.

Δίπλα στις χίλιες εικόνες, έρχονται να προστεθούν και οι ισάριθμες λέξεις - «πεινάω, διψάω, νυστάζω, θέλω παγωτό» - σαν προστάγματα κακομαθημένων πριγκιπόπουλων που έχουν εκατοντάδες αυλικούς, κι εκείνοι με τη σειρά τους, αντί να τσακιστούν για να τα ικανοποιήσουν, απλώς κάνουν «like». Και αυτό μοιάζει αρκετό. Αλλοι, πάλι, προτιμούν τη ρητορική, τις πολιτικές αναλύσεις. Το να εκθέτεις την άποψή σου σε μια πλατφόρμα όπως το Facebook είναι κάτι παραπάνω από θεμιτό, όταν όμως γράφεις ακατάπαυστα στα ψηφιακά fora κάνοντας τους πάντες να αναρωτιούνται πότε προλαβαίνεις να κάνεις οτιδήποτε άλλο (κάτι που συμβαίνει ακόμη και με συγκεκριμένους πολιτικούς, που δουλεύουν παρέα με το Twitter τους), τότε έχουμε να κάνουμε με την άλλη όψη του ναρκισσιστικού νομίσματος. Με τη λαλίστατη λεζάντα κάτω από την εξίσου φλύαρη φωτογραφία.

Εμείς και οι «σημαντικοί άλλοι»

Η ψυχολόγος Νάντια Τσιλιάκου εξηγεί: «Τα άτομα των οποίων η δομή της προσωπικότητας τους τούς επιβάλλει να αντλούν επιβεβαίωση από παράγοντες έξω από τον εαυτό τους ονομάζονται από τους ειδικούς ναρκισσιστικά. Ολοι μας νιώθουμε ευάλωτοι απέναντι στο ποιοι είμαστε, πόση αξία έχουμε, και προσπαθούμε να ζούμε με τέτοιο τρόπο ώστε να προκύπτουν θετικά συναισθήματα για τον εαυτό μας. Το συναίσθημα υπερηφάνειας και αποδοχής αυξάνεται όταν οι "σημαντικοί άλλοι" μάς αποδέχονται και "τραυματίζεται" όταν μας απορρίπτουν. Ορισμένοι βέβαια από εμάς ασχολούνται σε δυσανάλογο βαθμό με την εικόνα που προβάλλουν προς τα έξω, ακόμη και αν κάποιες φορές εξαπατούν τους άλλους. Με άλλα λόγια, στον νάρκισσο υπάρχει δυσκολία αυτοαποδοχής και δημιουργίας ουσιαστικών σχέσεων».

Και συμπληρώνει σχετικά με την online επιδημία: «Διανύοντας την εποχή των social media με την ευκολία προβολής του ιδανικότερου εαυτού μας μέσω αυτών, χωρίς απαραίτητα να απαιτείται να έχουμε ουσιαστική επαφή και σχέση με τους διαδικτυακούς "φίλους" μας, θα μπορούσαμε να μιλήσουμε για μια εμμονή προβολής που εύκολα τροφοδοτείται και αυξάνεται ανάλογα με την ποσότητα των "like" που θα πάρουμε π.χ. σε κάθε selfie φωτογραφία, ενισχύοντας έτσι θετικά τη χαμηλή αυτοπεποίθηση που κρύβει ο ναρκισσισμός μας. Την εξέλιξη τέτοιων συμπεριφορών δεν τη γνωρίζουμε ακόμη, ωστόσο αξίζει να τονιστεί ότι δεν αποτελεί έναν θεραπευτικό τρόπο ουσιαστικής βελτίωσης της αυτοπεποίθησης ενός ατόμου, αλλά προσωρινής εξιδανίκευσης, χωρίς όμως το γνήσιο συναίσθημα. Ποιες πρέπει να είναι οι άμυνές μας; Να επαναπροσδιορίσουμε τη σημαντικότητα των social media στην καθημερινή μας ζωή, να σκεφτούμε τις σχέσεις μας και το κομμάτι της κριτικής ως προς τον εαυτό μας και τους άλλους, να αγαπάμε χωρίς να εξιδανικεύουμε και να εκφράζουμε γνήσια συναισθήματα χωρίς να ντρεπόμαστε».

Γύρω από τη ναρκισσιστική φρενίτιδα έχει στηθεί μια ολόκληρη βιομηχανία βοηθημάτων - υπάρχουν ακόμη και μάνατζερ που σε βοηθούν να χτίσεις ιδανικά fan bases στο Facebook. Υπάρχουν ακόμη και πλασματικοί social media followers, σαν βαλτοί πελάτες στα νυχτομάγαζα, που λόγω κρίσης κάθονται στα πρώτα τραπέζια για να μη φαίνεται άδειο το κέντρο «διασκεδάσεως».

Ολο και πιο συχνά, οι ψυχοθεραπευόμενοι μιλούν στον ψυχοθεραπευτή τους για την εικονική και όχι για την πραγματική ζωή τους. Σύμφωνα με έρευνες, επτά στους δέκα χρήστες θα συνδεθούν - αν είχαν αποσυνδεθεί -
στο Facebook με το που θα ξυπνήσουν και προτού καν πάνε στην τουαλέτα. «Εγώ έχω το smartphone στο μαξιλάρι δίπλα μου και κοιμάμαι μαζί του σαν να είναι ο φίλος μου» μου είπε πρόσφατα μια φίλη. Ο φρενήρης διαγωνισμός δημοτικότητας μας γυρίζει πίσω στο βασανιστικό σκηνικό του σχολείου, όταν το μόνο που σε ένοιαζε ήταν αν φοράς τα καλύτερα αθλητικά παπούτσια σε όλο το προαύλιο. Αν η «φωτογραφία προφίλ» που μόλις ανέβασες δεν πήρε τα αναμενόμενα «like» μέσα στο

πρώτο κρίσιμο πεντάλεπτο, καταφεύγεις σε σπασμωδικές κινήσεις, αλλάζοντας τη μία μετά την άλλη, όπως αλλάζεις μπλούζες μπροστά στον καθρέφτη όταν νιώθεις ότι τίποτα δεν σου πάει.

Ο ηλεκτρονικός πόνος της απόρριψης

Εκτός, λοιπόν, από τους δεκάδες λόγους που έχει κάποιος να νιώσει στενάχωρα στην καθημερινότητά του, έρχεται να προστεθεί και ένας ακόμη: η ιντερνετική απόρριψη. Ολο και περισσότεροι χρήστες του Διαδικτύου δηλώνουν ευθαρσώς σε ερωτηματολόγια ότι η διάθεσή τους εξαρτάται σε τεράστιο βαθμό από το πόσους σηκωμένους αντίχειρες θα βρουν κάτω από κάθε δημοσίευσή τους, ενώ το να τους διαγράψει κάποιος από φίλο είναι ικανό να τους καταρρακώσει.

Η selfie ως selfie δεν είναι καινούργια ανακάλυψη. Selfies βγάζαμε και στα 80s με μηχανές πολαρόιντ ή με Kodak fun μιας χρήσης. Το θέμα είναι ότι από τη στιγμή που θα δώσεις όνομα σε αυτό που κάνεις, η αθώα και αυθόρμητη φωτογραφία της στιγμής δεν είναι πια ούτε τόσο αθώα ούτε τόσο αυθόρμητη. Καταντάει μεγαλεπήβολο πρότζεκτ.

Φωτογραφίζουμε αδηφάγα τον εαυτό μας που παίρνει μπλαζέ ή φιλήδονες πόζες όπως οι Γιαπωνέζοι φωτογραφίζουν με μανία τη Μόνα Λίζα στο Λούβρο. Παράγουμε ασταμάτητα αυτοπροσωπογραφίες και τις εκθέτουμε σε εικονικές γκαλερί. Οπως στην τέχνη, όμως, έτσι και στη ζωή, όσο πιο πολλά είναι τα αντίτυπα που βγάζεις, τόσο μειώνεται η αξία του πρωτότυπου.

Το φλερτ με την αυτοκαταστροφή

Ο ναρκισσισμός σε ελεγχόμενες ποσότητες δεν βλάπτει. Σε υπερβολικές δόσεις, όμως, μπορεί να εξελιχθεί ακόμη και σε πάθηση. Ο πρώτος επίσημα καταγεγραμμένος Βρετανός με εθισμό στα selfies είναι ο 19χρονος Ντάνι Μπάουμαν, ο οποίος έδωσε και συνέντευξη στην εφημερίδα «Mirror». Το όνειρό του να τραβήξει την «τέλεια selfie» μετατράπηκε σε αρρωστημένη εμμονή, με τον ίδιο να φτάσει στο σημείο να παρατήσει το σχολείο, να χάσει 15 κιλά, να μη βγαίνει από το σπίτι επί έξι μήνες, τραβώντας κατά μέσο όρο εκατό φωτογραφίες του εαυτού του, επί δέκα ώρες την ημέρα.

Η μητέρα του τον βρήκε λιπόθυμο, όταν αποπειράθηκε να αυτοκτονήσει παίρνοντας χάπια, επειδή δεν είχε καταφέρει να τραβήξει τη φωτογραφία των ονείρων του. Αργότερα, στο νοσοκομείο, η περίοδος απεξάρτησής του από το κινητό του διήρκεσε αρκετό καιρό, με τον ίδιο αρχικά να καταφέρνει να αντέχει χωρίς το τηλέφωνό του για 15 λεπτά, ενώ στη συνέχεια μισή και μία ώρα.

Μια κοινωνία σε πρώτο ενικό

Η συγκεκριμένη ιστορία σίγουρα δεν χαρακτηρίζει την πλειονότητα των χρηστών των social media, όσο εθισμένοι και αν είναι με την απαθανάτιση του ειδώλου τους. Ας ρίξουμε, όμως, μια ματιά στον έξω κόσμο. Ο τρόπος με τον οποίο συμπεριφερόμαστε εντός Διαδικτύου είναι πάνω-κάτω ο ίδιος με εκείνον όταν έχουμε βγει για να διασκεδάσουμε, να επικοινωνήσουμε, να ζήσουμε: ζευγάρια αμίλητα που θα βρουν σημείο επαφής μόνο όταν θα βγει το tablet πάνω στο τραπέζι της καφετέριας. Συντροφιές ολόκληρες που απαρτίζονται από πρόσωπα τα οποία φωταγωγούνται από τις οθόνες των smartphones, καθώς κομπάζουν στο Facebook πόσο καλά περνούν στο τάδε μπαρ. Η μοναξιά υπήρχε πάντα, απλώς τώρα κυκλοφορεί με πιο φαντεζί αξεσουάρ. Ο ναρκισσισμός, το χαϊδευτικό του ατομικισμού, αριθμεί πλέον στρατιές ατόμων μοναχικών και ολομόναχων: δεν θέλω να παντρευτώ ούτε και να συζήσω, τα λεφτά που βγάζω θέλω να τα τρώω όλα μόνος μου, να μη δίνω λογαριασμό σε κανέναν.

Μια κοινωνία σε πρώτο ενικό με τις φατσούλες emoticon ως μάσκες της σύγχρονης τραγωδίας ή κωμωδίας που βιώνει ο καθένας. Θέλουμε πολλά τετραγωνικά για τον εαυτό μας και πολλά πίξελ για το είδωλό μας. Παραπονιόμαστε ότι δεν υπάρχουν άνθρωποι που μας καταλαβαίνουν πραγματικά και, όταν τελικά βρεθούν, νιώθουμε ότι πνιγόμαστε όπως ο Νάρκισσος στο ρηχό νερό, σε μια ύστατη προσπάθεια να ζήσει για πάντα ερωτευμένος με τον εαυτό του.

(Δημοσιεύθηκε στο BHmagazino την Κυριακή 21 Σεπτεμβρίου 2014. Πηγή ηλ. κειμένου: tovima.gr)