



De persoonlijke keuze  
van boekenredacteur  
Janneke Gieles

## Het leven van een narcist gaat niet over rozen

Een narcist zit vast in een vicieuze cirkel: hij blaast zichzelf op en stoot iedereen af die dreigt de ballon stuk te prikken. Want als die leegloopt, resteert er een bang, achterdochtig jongetje, leest redacteur Janneke Gieles in *Een spiegel voor narcisten*.

**O**p [psychologiemagazine.nl](http://psychologiemagazine.nl) is 'narcisme' een van de meest gezochte termen.

En als in de redactievergadering wordt gevraagd wie een artikel over narcisme wil schrijven, steken alle redacteurs enthousiast hun hand op. Narcisme is een geliefd onderwerp doordat het zo herkenbaar is. Iedereen heeft wel iemand in zijn omgeving die enorm vol is van zichzelf, die veel te veel ruimte inpikt, en die anderen graag voor zijn karretje spant maar zelf niets teruggeeft. Bovendien voelt het een beetje als genoegdoening dat er een persoonlijkheidsstoornis achter zit. Jij denkt dat je zo geweldig bent? Nou, kijk maar eens hier, je hebt juist een stoornis.

Hoewel het soms zo lijkt, gaat het leven van een narcist allerminst over rozen, maakt psycholoog Martin Appelo duidelijk in *Een spiegel voor narcisten*. Narcisme is

een verslavende negatieve spiraal. Het begint met een jeugd vol verwaarlozing, of juist met een verstikkende hoeveelheid aandacht van de ouder. Daardoor gaat een kind zich onzeker, wantrouwend en miskend voelen. Sommige kinderen ontwikkelen daardoor narcisme, als beschermingsmechanisme. Door zichzelf op te blazen voelen ze de pijn niet meer. Maar ze stoten er ook anderen mee af, en zijn zo des te eenzamer.

De meeste boeken over narcisme zijn geschreven voor mensen die te maken hebben met een narcist, bijvoorbeeld omdat ze er met eentje getrouwd zijn, of omdat hun baas narcistisch is. Bijzonder aan het boek van Appelo is dat zijn boek juist voor de narcist zelf is geschreven. Met beschrijvingen en levensverhalen van bekende narcisten zoals Steve Jobs en Pim Fortuyn hoopt hij dat narcisten

zich erin zullen herkennen. Wanneer ze zo inzien wat ze teweegbrengen bij anderen, en wat ze zelf allemaal missen, kunnen ze met zichzelf aan de slag gaan aan de hand van het boek.

Met weinig woorden zegt de auteur zelf ook narcist te zijn. Dat diept hij niet verder uit, maar het spreekt wel tot de verbeelding. **JANNEKE GIELES**



Martin Appelo, *Een spiegel voor narcisten*, Boom, € 24,95