

Narcyz w związku dogadza, wykorzystuje i niszczy

14 sierpnia 2020

Jednym z nieświadomych problemów w związkach jest posiadanie partnera czy partnerki narcyza. Jest to problem coraz bardziej powszechny. Narcyz z którym wejdiesz w związek nie musi i najpewniej nie będzie mieć diagnozy, ponieważ jest to tylko zaburzenie, a nie choroba. Narcystyczna osoba nie musi od razu lądować w psychiatryku, ponieważ jest to osoba która ma mały wgląd w swoje wady, negatywne zachowania i zauważenie w sobie winy, ale na swojej drodze życia będzie mogła zniszczyć inne osoby praktycznie wychodząc z tego bez szwanku. Dzisiaj skupię się na uświadomieniu kim jest narcyz i czym skutkuje spotykanie się z takim typem osoby.

NARCYZ CORAZ BARDZIEJ POWSZECHNY

Obecna kultura nie jest nastawiona na posiadanie obowiązków wobec innych i dyscypliny (bezstresowe wychowanie), ale na zaspokajanie własnych potrzeb i stawianie siebie na pierwszym miejscu. Tona selfie, oczekiwanie, by inni dawali radość (tu lajkami), pretensjonalność, wyniosłość, arogancja, wydłużony czas dojrzewania, skupianie uwagi na sobie. Media, które wspierają takie zachowania. Reality show, Kardashianki, sexmasterki czy podobne, gdzie obiektem zainteresowania jest życie innych, którzy idą po trupach do celu, są głupi i bezmyślni. Gdzie prowadzą życie które opiera się na zabawie, przyjemnościach i sprawach powierzchownych. To ludzi przyciąga, ponieważ lepsza jest przyjemność od nieprzyjemności, ale pozostawienie tak skrajnej postawy w sobie ciągnie za sobą spore konsekwencje dla nas wszystkich. Narcyz jest dorosłym dzieckiem, ale nie myśl sobie, że jest tak samo niewinny jak dziecko.

KIM JEST ZWIĄZKOWY NARCYZ?

Warto na sam początek poczytać o [narcystycznym zaburzeniu osobowości \(NPD\)](#), by mieć ogłód psychologiczny. Nie chcę powielać formułek diagnostycznych, zatem skupię się tylko na wyjaśnieniu zjawiska łopatologicznie i życiowo.

Zapamiętaj jedno – narcyz potrafi udawać normalną osobę, więc musisz wypatrywać niuansów.

Narcyz prozaicznie to osoba zakochana w sobie (co wcale nie oznacza wysokiej samooceny ponieważ są dwa typy narcyzów, ale każdy z nich myśli tylko o sobie), która kreuje pozorami swój idealny świat, świat który nie istnieje, który wymaga uwagi, walidacji, a jego krucha psychika nieustannie wymaga spełniania jego kaprysów. Narcyz posiada wady, ale udaje, że ich nie ma. Narcyz czyni dobro, ale tylko po to, by uznać go za zdrowego. Narcyz potrafi pokazać się jako normalny człowiek, a nawet lepszy niż przeciętni, ale tylko dlatego, że dla niego opinia innych jest tak ważna. Doprawdy narcyz zamiast pracować nad sobą, oczekuje by to inni zaspokajali jego potrzeby. Nie potrafi odwzajemniać uczuć szczerze, ponieważ jest zaabsorbowany sobą, swoimi oczekiwaniami, marzeniami o władzy, respekcie, lub byciu księżniczką, która będzie rozpieszczana i adorowana.

Narcyz w jednej chwili potrafi być radosny i do rany przyłóż, by w moment zostać naburmuszonym, lub agresywnym, próbując karać otoczenie za swoje własne, nędzne samopoczucie, czy porażki. Narcyz wykorzystuje innych do naprawiania swojej zniszczonej, niedojrzałej osobowości. Narcyz wini innych o swoje błędy, a jeśli coś pozytywnego od siebie da, co powinno być obowiązkiem dla przeciętnego człowieka – wymaga dużej wdzięczności.

Narcyz będzie grał i udawał, by mu współczuć (ale pamiętajmy, że nie każdy który oczekuje współczucia to narcyz!). Narcyz będzie chciał pokazać się jako ideał, by go szanować i by rozkochać w sobie swój cel, co ma za zadanie go dowartościować, dać mu bezpieczeństwo, którego jako mentalne

dziecko nie ma w sobie.

Narcyz nastawiony jest w większości na branie. To co daje od siebie to gra pozorów. Narcyz doskonale wie, że nie istnieją związki, w których nie można dawać od siebie zupełnie nic, więc bada jak bardzo musi się wysilić, by ten związek mieć. Jest to pragmatyczna, kalkulatywna i wyrachowana postawa. I jak się okazuje całkiem skuteczna, bo narcyzi mają duże powodzenie.

NARCYZI I NARZYCKI

Trudno powiedzieć jaki jest rozkład narcyzów ze względu na płeć, ponieważ ze względu na różnice w budowie mózgu i funkcjach społecznych dotyka on innych obszarów.

U mężczyzn będzie to chęć agresywnego liderowania, uzyskiwania władzy na poziomie kierownictwa (wzmacniane filmami o bohaterach), dawanie sobie prawa do narzucania własnych norm innym, brak empatii i nieduże angażowanie się w związki romantyczne.

U kobiet poczucie uprzywilejowania (wzmacniane feminizmem), bycia wyjątkową (wzmacniane filmami romantycznymi), ekshibicjonizm (chęć opowiadania o sobie), płytkość odbioru osobowości głównie w kierunku chęci podobania się fizycznie, dążenie do władzy na poziomie relacji (kobiety narcyzi mają częściej niszczycielską moc w związkach romantycznych, ponieważ się w nie częściej angażują), oraz fałszywa empatia (wysłucham Cię, a potem wykorzystam te słowa przeciw Tobie).

Tylko nie diagnozuj po tych opisach ludzi z otoczenia, ponieważ to nie wszystko.

NARCYZ NIE CHCE SIĘ LECZYĆ

Narcyz jest nieskłonny do podjęcia leczenia, ponieważ jego niedojrzały mózg widzi problemy, odpowiedzialność i winy tylko w innych. Jeśli podejmie terapię, to jego chwiejny nastrój nie

pozwole mu skutecznie objąć jednostajnego kierunku działań, a terapeutę może uznać za wroga, lub kogoś głupszego od siebie.

Najlepiej nie ulegać jego wzbudzaniu poczucia winy, nieustannym pouczeniu, choć to trudne, bo jak pisałem uderza w najczulsze punkty.

CZY DA SIĘ STWORZYĆ ZDROWY ZWIĄZEK Z NARCYZEM?

Zdrowy? Nie. Wiele zależy od tego czy druga strona zniszczy swoje potrzeby dla narcyza, będzie mu ulegała, ufała jego zmienności, lekceważeniu, czy będzie pozwalająca się okłamywać, czy też kłamstw nie dostrzegała. Ostatecznie jednak będzie to model „pana i służki” lub „księżniczki i pantofla”, przy czym władza będzie uzyskiwana przemocą psychiczną (częściej fizyczną jak w przypadku mężczyzn, ale dzisiaj jest to szybciej wyłapywane).

Narcyz będzie grał troskliwego, ale tylko na początku, by zmylić osobę która się nim interesuje. Następnie będzie robić, byle się nie narobić. Będzie sprawdzał i testował swojego partnera na ile sobie może pozwolić w lekceważeniu ustalonych granic i zasad. Zupełnie jak dziecko. Niestety – dziecko da się wychować. Narcyza nie – narcyz będzie udawał zmianę na lepszego przez pewien czas (by uśpić czujność) lub będzie agresywny (by wzbudzić lęk i poczucie winy w ofierze, która przestanie siebie szanować).

NARCYZOWI NIGDY NIE DOGODZISZ, Z NARCYZEM NIE WYGRASZ

Narcyz na ogół jest bezwzględny, traktuje innych przedmiotowo, nie liczy się z ich uczuciami i tak naprawdę nigdy nie da mu się dogodzić, ponieważ z czasem wynajduje coraz to kolejne roszczenia. Czasem sprzeczne, częściej nierealistyczne. Łamie umowy, obwiniając o to innych. Narcyza nie możesz zmienić, możesz mu jedynie ulec, choć to i tak droga przez mękę.

Narcyz jest tak urokliwy, tak świetnie potrafi wykreować się jako osoba dobra, obdarzona cechami pozytywnymi, że ludzie tej

osobie ufają. Wręcz ludzie są skłonni go usprawiedliwiać, nawet wtedy gdy obraz wykreowany w ich głowie nie zgadza się z zachowaniem narcyza (dysonans). Tyle, że narcyz robi to wyłącznie dla siebie, przybiera maskę, by odbierano go dobrze, by został lubiany, komplementowany, wspierany, a za zamkniętymi drzwiami potrafi uczynić bliskim horror. Oczywiście co robi? Poucza, nie przeprasza, nie przyznaje się do błędów, tylko widzi wady w kimś innym. Te osoby przez niego mają zaniżone poczucie własnej wartości, ponieważ według narcyza częściej robią coś nie tak, niż dobrze. W ten sposób narcyz pokazuje, że on jest kimś lepszym w związku, więc osoba przeciwna nie umie od niego odejść i w sobie wątpi.

NARCYZ TO KAMELEON

Obiekt jego zainteresowania chce kobiety cnotliwej? Zagra cnotliwą, powie, że miała tylko jeden kontakt seksualny w życiu. Kłamstwo narcyza ma długie nogi, ponieważ kłamie tak, by nikt nie potrafił poznać, czy jest to kłamstwo.

Narcyz komplementuje swoją ofiarę, współczuje jej, jeśli potrafi to pomoże, ale jest to wszystko fałszywe i powierzchowne. Jest tak przewrażliwiony na punkcie tego jak jest odbierany, że z trudem można poznać jego wady. Tworzy historie w których był bohaterem. Jest mitomanem.

Jeśli będzie w środowisku naukowym to mig nauczy się bycia intelektualistą. Jeśli w środowisku kiboli, to będzie wiedział co powiedzieć, by się im przypodobać i zostać jednym z nich. Będzie pokazywał, że każdego rozumie, każdego lubi i z każdym potrafi się zaznajomić, ale tak naprawdę to tylko powierzchowna otoczka, bo w bliższej relacji zdejmuje maskę. Jeśli nawet komuś uda się odczytać jego zamiary to gra ofiarę, która została skrzywdzona, by uniknąć odpowiedzialności za swój wybryk. Ten punkt jednak głównie zarezerwowany jest dla narcystycznych kobiet, ponieważ mężczyznom na bycie ofiarami się na ogół nie pozwala.

Narcyz jest bardzo często niezadowolony i choćby wyrwać sobie wszelkie flaki dla niego, to jego humor poprawi się tylko na moment. Czasem dzień, czasem tydzień, ale jego mniej lub bardziej bezpośrednia złość wróci.

Narcystyczna kobieta świetnie przybiera „damskie pozy” bezradnej, niepotrafiącej czegoś, by mężczyzna poczuł się jej potrzebny. Mężczyzna ukazuje się jako umiejący wszystko i wiedzący wszystko, by otoczyć opieką niezaradną, spragnioną komplementów kobietę. Zawsze jednak to narcyz jest agresorem, który wybiera ofiary. Jest to tak jak pisałem zachowanie wyuczone w dzieciństwie, kiedy narcystyczny rodzic był niewspółczującym agresorem dla swojego dziecka – ofiary.

Narcyz oczekuje, że ktoś naprawi jego samopoczucie, rany, niedowartościowanie, czy inne braki. Nie umie się jednak do tego przyznać, bo pokazałby, że ma wady i tym samym zacząłby winić siebie, a nie innych. Narcyz nie myśli, by poradzić sobie samemu z problemem, zapracować na coś, tylko pragnie mieć. Najlepiej chciałby dostać czego pragnie od razu, ponieważ zaspokaja go zwykle natychmiastowa nagroda.

OD PIEKŁA DO NIEBA

„A że Pan Bóg ją stworzył, a szatan opętał,
Jest więc odtąd na wieki i grzeszna, i święta,
Zdradliwa i wierna, i dobra i zła,
I rozkosz i rozpacz, i uśmiech i łza...
I anioł i demon, i upiór i cud,
I szczyt nad chmurami, i przepaść bez dna.”

Narcyz operuje skrajnościami, ponieważ nie ma ugruntowanego obrazu świata. Świat widzi w czarno-białych barwach. Najczęściej w postaci zwycięstwa lub porażki. Nie ma w nim akceptacji odmienności, neutralności, obojętności, a jeśli jest to tylko by na moment przybrać fałszywą pozę dla uzyskania dobrej opinii otoczenia. Dla narcyza najważniejsze jest, by inni ludzie sądzili o nim dobrze, a jeśli coś mu nie

wychodzi, to nie potrafi przyznać, że nie ma racji lub że to on popełnił błąd. To blokuje jego rozwój, ale też osób w otoczeniu ponieważ za swoje porażki lub błędy obwinia innych, mimo, że praktycznie zawsze słucha tylko siebie.

„Jestem nieomylny, nie przyznam, że jestem nieomylny, ale jeśli coś pójdzie nie tak, to nie będzie to moja wina, bo jestem nieomylny”. Taka postawa się nigdy nie kończy. Z jednej strony narcyz potrafi się pokazać jako ideał, ale gdy nie idzie coś po jego myśli to reaguje jakąś formą agresji wobec innych.

Narcyz uzależnia od siebie manipulacjami. Finansowo, ekonomicznie, psychicznie, lub seksualnie. Wybiera swój atut by nim kusić, nagradzać nim, ale później karać odbierając go, dzięki czemu ofiara w stanie niedostatku spowodowanego przez narcyza pragnie z wszelkich sił doprowadzić do tego, by odzyskać te zasoby. By dostać dobre słowo, by nie ograniczać, by nie wydzielać pieniędzy, by przywrócić seks. Narcyz powoduje smutek, drażliwość i eksplozję radości. Narcyz chce kontroli. Można go idealizować, by za chwilę nienawidzić. Narcyz wie w który czuły punkt uderzyć i nie jest dla niego ważny ból swojej ofiary. Najważniejsze, że uzależnił ją od siebie i pragnie go bardziej niż kiedykolwiek.

„Beze mnie sobie nie poradzisz, z takim zachowaniem będziesz do końca życia sam(a)”. Narcyzowi możesz chcieć pomóc, możesz mu współczuć, możesz robić wszystko co w Twojej mocy, ale on będzie wynajdywał kolejne przeszkody – których, Ty. Tak, Ty! Musisz pokonywać. Teraz masz się interesować, potem wspierać, potem dom postawić, potem taki komplement, potem ograniczy spotkania z koleżankami, potem seks w tylko w jemu dogodnej pozycji. Wszystko będzie chciał ustawić pod siebie. Na końcu powie, że jest osobą dobrą, wyrozumiałą, troskliwą i nie rozumie dlaczego go atakujesz.

Nie pomoże nawet nagrywanie jego pretensji, dram, kłamstw – wszystkich będzie się wypierał i odwracał kota ogonem. Gdy

będzie mówił, że nic dla niego nie robisz, a masz dowody, że robisz takie rzeczy, to zacznie atakować z innej strony. Że nie chciał wcale tego, że to nie było potrzebne. Zrobi wszystko, by nie okazać miłości i empatii, ponieważ została mu zwrócona uwaga i powiedziana prawda w oczy – a to boli. Narcyz bólu już nie chce.

NARCYZ ŻYJE W KŁAMSTWIE I CHCE BYĆ UWIERZYŁ W JEGO ZAKŁAMANIE

Narcyz nienawidzi prawdy, skrywa ją głęboko. Czasami może grać kogoś kto rozumie, że ma ograniczenia i wady, ale nigdy nie będzie odpowiadał konkretnie jakie to ograniczenia i gdzie popełnił błąd. Będzie posiłkował się ogólnymi stwierdzeniami jak „nikt nie jest idealny, więc i ja nie jestem”, czy „jestem przeciętny”, ale zachowanie będzie wskazywało całkiem inaczej. Da sobie prawo do złamania słowa, da sobie prawo do złożenia fałszywych zeznań, da sobie prawo do niszczenia psychicznego, czy fizycznego. Ważne jest tylko to, by to narcyz poczuł się dobrze, a ktoś w jego otoczeniu gorzej.

Narcyz nienawidzi odmów, odrzucenia, krytyki. Narcyz jest zazdrosny, mści się i chowa długo urazę, by okazać w dogodnej sytuacji swoją złośliwość. Uzna wtedy , że wygrał, bo w końcu poczuje się pewniej. Cele narcyza jak widać są bardzo płytkie, małostkowe i egoistyczne. Bardzo łatwo zranione emocje każą mu pokazać, że jest lepszy.

Narcyz karze dzieci jako rodzic, narcyz karze jako partner, narcyz karze jako kierownik w firmie. Narcyza nie obchodzi współpraca, tylko jego własny zysk, jego własne samopoczucie, mimo że pokazuje że chce dbać i dba o dobro innych.

CECHY I ZACHOWANIE NARCYZÓW W PIGUŁCE

- Narcyz lubi się podobać, ale nigdy nie podoba się sam sobie, więc konsekwentnie wymaga uwagi, komplementowania i adoracji. Robi wszystko, aby być w centrum uwagi.
- Narcyz doskonale wie, że wygląd ma duże znaczenie i ludzie

są skłonni go kochać za to jak wygląda, przypisywać mu dobre cechy charakteru na podstawie fizyczności (efekt aureoli), więc trudno mu zrezygnować z upiększania się, a jeśli rezygnuje jakimś cudem, to popada w jakiś nałóg by sobie obrzydzić siebie (np. jedzenie).

– Narcyz znajduje czułe punkty u ludzi, by w nie uderzać. Narcyz poucza. Najpierw udaje, że chce pomóc w słabościach, by następnie atakować je i mówić, że są sprawcami jego nieszczęść. Wywołuje to ból większy niż był przed poznaniem narcyza. Narcyz przekonany jest, że w takich momentach kocha i ma dobre intencje.

– Narcyz wzbudza poczucie winy i wyklóca się o marne rzeczy do ostatka tchu.

– Narcyz potrafi porzucić Cię zniszczonego psychicznie, fizycznie lub/i finansowo.

– Narcyz używa technik push and pull, testuje Twoją cierpliwość, obraża się (popularny „foch”), używa techniki „ciche dni”, prowokuje, abyś się zdenerwował.

– Narcyz mówi, co chcesz usłyszeć, zaczyna się interesować tym co Ty, by wkupić się w Twoje łaski.

– Narcyz tylko początkowo wspiera w Twoich celach, pasjach, by potem je ograniczyć, albo zmienić na podobające się jemu, abyś czasem się mu wymknął rozwijając swoją atrakcyjność za bardzo.

– Narcyz wmawia Ci w jednej chwili, że jesteś idealny, by następnie mówić, że jesteś sprawcą wszelkiego nieszczęścia i zawodu.

– Narcyz karze za wyimaginowane przewinienia. Wydaje mu się, że jest skrzywdzony w sytuacjach, gdy nawet nie jest, więc postanawia się za nie mścić (bardzo dużo kobiet to robi na procesach rozwodowych karząc za to, że nie dało się im wiecznego szczęścia, które się niby obiecywało).

- Narcyz nie chce być zawsze odpowiedzialny za swoje działania. Narcyz lubi obwiniać innych, nie lubi winić siebie.
- Narcyz będzie czepiał się dwóch sprzecznych ze sobą postaw. Że coś zrobiłeś, ale następnie że czegoś nie zrobiłeś. Nie ma dobrego wyjścia, gdy narcyz zaczyna swoją grę.
- Narcyz tworzy intrygi, by skłócać grupy ludzi, lub grupę przeciwko jednostce. Tutaj narcystyczne matki często wmawiają swoim dzieciom, że ojciec jest zły, gdy one się tak dla nich poświęcają, są takie dobre i kochające. Dzieci są najłatwiejszym celem do manipulowania przez narcyzów.
- Narcyzi są kontrolujący i niepewni siebie, choć grają pewnych by zatuszować swoje niedostatki emocjonalne (jak komuś po tych cechach przypomina się Marylin Monroe to ma nosa!).
- Narcyzi nie posiadają trwałych zasad i poglądów. To co mówią i obiecują w danym momencie nie ma znaczenia, ponieważ kierują się tylko tym, co wydaje im się korzystne w tym momencie. Jak korzystnie będzie skłamać to skłamią. Jak korzystnie będzie zmienić pogląd w danej sytuacji i grupie to go zmieniają, a za pięć minut wrócą do „swojego ja”.
- Narcyzi używają seksu, czy finansów jako karty przetargowej w osiągnięciu władzy w związku. Najpierw dostarczają dużo, by uwieść, potem wycofują i sprawdzają reakcje, by uzależnić od siebie. Wykrywają potrzeby i w nie uderzają, aby ta osoba nie umiała bez nich żyć. To wszystko jest starannie, taktycznie rozplanowane.
- Narcyzi mają tendencję do zdrad, których powodem są – a owszem, próby dowartościowania się. Narcystyczni mężczyźni szukają jednorazowych przygód, a narcystyczne kobiety wikłają się w długotrwałe romanse, w których czują się wyjątkowe, jak księżniczki.

NARCYZ PRÓBUJE UOSOBIC PERFEKCJĘ, KTÓREJ NIGDY NIE DOSIĘGNIĘ

Narcyz użyje każdego środka, by stworzyć pozory, że jest dobrym partnerem, dobrym fachowcem. Ludzie mu ufają, ludzie mu wierzą, ludzie mu chcą się oddawać. To wszystko jest kłamstwem, ponieważ jedyne w czym jest perfekcyjny to w kłamaniu i kreowaniu siebie.

Zastanów się nie raz i nie dwa, gdy ktoś przybiegnie do Ciebie z żalami, że tylko Ty możesz tej osobie pomóc, czy będzie komplementował Cię jak nikt inny przedtem. To pierwsza z wielu oznak, mogąca świadczyć, że możesz mieć do czynienia z osobą, która może Cię wykorzystać i zniszczyć.

Źródła: Redpillersi.pl, [Facebook.com](https://www.facebook.com), WolneMedia.net