

Rozpracuj fałszywość narcyza

21 kwietnia 2018

Dzisiaj kontynuujemy popularny temat narcyzów, a konkretniej wstępnie omówimy ich sposoby zachowań (w drugiej części skupimy się na opracowaniu ich technik rozmów i manipulacji). Fałszywość narcyza objawia się zakładaniem masek i mówieniem co ludzie chcą usłyszeć. Narcyzi mówią jedno, ale myślą drugie, a trzecie okazują. Dlaczego mówimy o narcyzmie? Ponieważ system pomaga w tworzeniu takich cech: ludzi uczy się dzisiaj autokreacji (media społecznościowe, CV, udawanie nieposiadania słabości i wad), dbania o wizerunek i skupiania na sobie, ale też rywalizacji w związkach, zamiast kooperacji (dalszą konsekwencją jest instrumentalne traktowanie ludzi – każdy musi być „po coś”, np. ofiara podświadomie łączy się ze sprawcą i się wzajemnie „wykorzystują” do zrealizowania celu niedojrzałej duszy). Jednym słowem teoria wzajemności jest w zapomnieniu: ludzie uczeni są brać, chcą być konsumentami, oportunistami – nie chcą dawać w zamian.

Jeśli jesteś ofiarą narcyza możesz się czuć samotnie, mimo, że jesteś w związku. Ten sam obraz funkcjonuje w narcystycznych rodzinach. Domownicy żyją ze sobą, ale jakby osobno, bo każde jest skupione na sobie, na udowadnianiu drugiemu swojego poczucia wyższości, lub niższości. Dojrzewanie polega na porzuceniu tego wzorca i stanięciu z boku. Zauważeniu, że nie musisz już w tej grze uczestniczyć, a narcyzi nie mogą już wywierać na Tobie wpływu. Asertywność, granice i świadomość to klucz.

Pamiętajmy, że widząc zachowania narcystyczne u danej osoby nie musi to być jeszcze w pełni rozwinięta narcystyczna osobowość, a osobowość niedojrzała (czyli do zmiany). Ciężko jest jednak, jeśli ktoś np. powyżej 25 roku życia się tak zachowuje i jest oporny na zmiany, czy przyznawanie racji (np. co się nie zrobi, to narcyz jest niezadowolony, krytykuje i obrusza się o najmniejsze zwrócenie uwagi). Narcyzi mają swój

kodeks zachowań, który jest niezrozumiały dla ludzi niezaburzonych, mimo że zakładają maski normalnych ludzi i wypowiadają często normalnie brzmiące słowa. Co należy wiedzieć, to narcyz jest drapieżnikiem, który próbuje mieszać w głowie swojej ofierze i postawić ją w sytuacji bez wyjścia, często upokorzoną i bez woli walki. Narcyzowi zazwyczaj jesteś do czegoś potrzebny, do czegoś służyysz, ale umiejętnie zmanipuluje Cie tak, byś myślał, że to Ty jego potrzebujesz. W związku z narcyzem to on jest ważny, on jest centrum świata, jego potrzeby są ważne, a jeśli robi czasem inaczej to jest to fałszywa maska, by nigdy nie dać Ci 100% pewności, że z tym człowiekiem jest coś nie tak. Dzięki temu dajesz mu szansę, na którą nie zasługuje. Ukryty narcyz będzie udawał bardzo dobrego człowieka, który się dla Ciebie poświęci we wszystkim, ale jak tylko mu zaufasz, ten maskę zdejmie i zacznie projektować na Tobie własne cechy, byś poświęcał dla niego wszystko. Jak to wygląda i kiedy należy reagować, by się uwolnić? Chcesz poznać szyfr narcyza? Zapraszam.

NARCYZ ULEGŁY I DOMINUJĄCY

Społeczeństwo ma błędne przekonanie, że narcyz to jest ktoś zakochany w sobie (oczywiście ma to pewien związek z uwagą skierowaną na siebie, modą na selfie, bycie w centrum uwagi, łaknięciem tylko pochwał i komplementów). Realnie jednak celem narcyzów jest poczuć się ważnymi. Wewnątrz narcyza jest skrzywdzone dziecko, które ukrywa się w manii wielkości. Narcyz to dwie sadomasochistyczne skrajności. Narcyz albo bardzo cierpi i sądzi, że jego cierpienie jest szczególne, albo bardzo nie cierpi innych, niszczy innych i uważa się za kogoś lepszego, by spróbować takim sposobem reperować swój podły nastrój (którego nie rozpoznaje). Związane jest to z dużymi deficytami np. uwagi rodzicielskiej z dzieciństwa, miłością warunkową, przez co rośnie narcyz ulegle-masochistyczny, lub rodzic nadmiernie chwali swoje dziecko, przez co rośnie narcyz agresywnie-dominujący, który jest roszczeniowy.

Rozróżnijmy krótko te dwa rodzaje narcyzów i ich postaw.

Narcyz uległy zazwyczaj jest masochistą. Użala się nad sobą, nie umie przyjmować komplementów, obawia się, gdy ktoś go ocenia, często udaje, lub jest bardzo empatyczny. Poświęca się dla innych, mimo tego, że mogą go krzywdzić. Osoba ta nie ma własnych granic, ponieważ cały czas chce zasłużyć na miłość, której nie ma w sobie. Prawdopodobnie Tomasz Beksiński mógł mieć ten problem, który mówił: „Nie chcę wychodzić do tego brutalnego świata, w którym muszę udawać kogoś kim nie jestem i zadowalać innych. Po prostu już nie mam siły”. Narcyz masochistyczny może myśleć o sobie w podły sposób. Np: „na nikogo nie zasługuję, nikt mnie nie pokocha, muszę robić wszystko, by inni byli zadowoleni”.

Narcyz sadystyczny (agresywny) raczej patrzy na ludzi z góry (choć nadal może udawać innego, więc nigdy nie rozpoznasz go na pierwszy rzut oka). Narcyz sądzi, że nikt nie dorasta mu do pięt, sądzi, że zasługuje na wszystko co najlepsze, nie zadowala się byle kim, a słabości u innych go denerwują. Narcyz sadystyczny wydaje polecenia i żąda ich spełnienia. Przy tym typie narcyzie poczujesz się w końcu nikim.

Obaj narcyzi nienawidzą krytyki, tyle że inaczej na nią reagują. Narcyz uległy będzie się dobijał, słuchał smutnych piosenek w tym czasie, by podkreślić swoje cierpienie. Narcyz dominujący się zemści i dopiecze Ci kilka razy mocniej, niż Ty jemu. Obaj narcyzi jednak często wyrażają swoje niezadowolenie: albo z siebie, albo z innych.

Narcyz niszczący (sadystyczny), gdy czyta mój tekst pomyśli: „tak, inni mają te cechy, zauważam je w innych ludziach”.

Narcyz zniszczony (masochistyczny) pomyśli: „tak, mam te cechy, to moja wina, muszę je zmienić”.

Narcyz dominujący liczy na kontrolę drugiego (dewaaluując, odrzucając, zawodząc, punktuując wady i słabości), ale narcyz uległy (zwykle nadmiernie empatyczny) liczy, że zmieni

pierwszego narcyza i zasłuży na jego miłość (i też chce go kontrolować swoją „dobrocią” – bo oczywiście jest to dobroć tylko w jego mniemaniu). Oboje nie akceptują siebie jakimi są, żyją marzeniami, fantazjami i myśleniem życzeniowym. To są cechy narcystyczne. Te osoby żyją oderwane od rzeczywistości w jakiś sposób. U zdrowych ludzi liczą się tylko FAKTY, a relacja biegnie swoim tempem. Ani nie dzieje się za szybko, ani nie ma jakichś wielkich wahań, ani jedno nie chce zmieniać drugiego na siłę, ani sobie zasłużyć. Do tego dojrzały emocjonalnie ludzie biorą odpowiedzialność za swoje czyny, wiedzą co źle zrobili (ale się nie samobiczują), liczą się z innymi, widzą pozytywy w innych (ale ich nie idealizują). Co jest wspólne, to narcyzi obu typów zawsze szukają winy w kimś innym, a więc ani nie przyznają się do idealizacji innych, ani do tego, że są wrogo nastawieni, ani do tego, że nienawidzą siebie, bo są nadmiernie skupieni na tym jak są odbierani.

POCZĄTKI ZWIĄZKU Z OSOBĄ NARCYSTYCZNĄ

Wiążemy się z narcyzami ponieważ WYDAJĄ SIĘ super ludźmi i z łatwością dają nam potrzebne uczucia. Czemu tak jest? Ponieważ zakładają maski dla ludzi z otoczenia, aby mieć dobrą opinię i w razie czego ich poparcie. Prawdziwą twarz pokazują dopiero gdy spotykacie się sam na sam i nie widzą zagrożenia ze strony innych. Narcyz przyciąga, ponieważ to jest jego wewnętrzny cel. Narcyz w dzieciństwie był mentalnie, lub fizycznie opuszczony, więc w dorosłości próbuje sobie to rekompensować. Narcyz jest tak przerażony byciem odebrany źle, że albo próbuje każdego zadowolić, z każdym trzymać pakt, albo uwodzi tych, których może jakoś wykorzystać, a potem zniszczyć dla dowartościowania siebie.

Narcyz szuka Twoich braków, a potem daje Ci złudzenie ich wypełniania (dlatego najważniejszym jest nie uzależniać się od drugiego). Dla przykładu jeśli jesteś zakompleksioną osobą, to narcyz powie Ci prędko, że jesteś kimś szczególnym i wyjątkowym. Jeśli przyznasz się, że każdy traktuje Cię materialistycznie, to on zacznie kreować się na

niematerialistę, by wzbudzić zaufanie. Jak trzeba powie Ci, że byłaś jej największą miłością, mimo, że wcześniej zdradziła. Jak ustalili plan, by Ci mówić o tęsknocie, to po to, byś sam się zastanawiał czy to prawda. Chodzi tylko o wywarcie na Tobie wpływu. Narcyzi najczęściej atakują osoby mało pewne siebie, z niską samooceną, chwiejne, nadmiernie empatyczne, czy w depresji, ponieważ są najłatwiejszym kąskiem. Im jesteś słabszy, tym narcyz mocniej „wchodzi Ci na głowę”, ponieważ jak mentalne dziecko, nie ma własnych granic.

Drugim najgorszym zachowaniem (lub intencją) narcyzów rozpoczynającą związek jest zachowanie, w którym on chce nas zmienić, lub my chcemy kogoś zmienić. To tyczy obu płci, choć kobiety mają więcej narcystycznych tendencji tego typu. Dla przykładu Lew-Starowicz mówi o tym, że kobiety chcą nas „wychowywać”, „tresować” „zmieniać pod każdym względem”. Niestety takie zachowanie pokazuje brak akceptacji i to kobiety powinny się uspokoić z matkowaniem, czym na dodatek kastrują nas jako partnerów, więc i pożądanie może z czasem zaniknąć. Trzeba zrozumieć, że jeśli kobieta nie akceptuje nas teraz, to nie zaakceptuje nigdy, a dając jej nas zmieniać uczymy ją, że ma prawo sobie rościć do mówienia, że jesteśmy „źli”, a więc ci „do zmiany” – ich z kolei ustawia się w pozycji tych co się znają, są dobre i wspaniałomyślne. Jednak kobiety w tym zachowaniu są nadopiekuńcze i kontrolujące, a więc narcystyczne.

Z wiekiem możemy też przecież być mniej atrakcyjnymi, możemy stracić zarobki – różne rzeczy się dzieją. Nie potrzeba nikomu osoby, która zmienia nas pod swój obraz. Podobnie z dziećmi postępuje narcystyczny rodzic. Nie daje on im miłości, wolności, akceptacji, a traktuje jak przedmiot: będziesz tym co sobie zamierzę, TY SIĘ NIE LICZYSZ. JA SIĘ LICZĘ I MOJE WYMOGI, BO CHCĘ SIĘ CZUĆ WAŻNY, A WAŻNY SIĘ POCZUJĘ PRZY POMOCY CIEBIE. W środku narcyz jest pusty, dlatego potrzebuje kogoś się „uczepić”, by wypełniać jego braki z dzieciństwa, gdzie od rodziców także nie dostał akceptacji.

Z narcyzem jest krótka piłka – tylko on się liczy sam ze sobą, ale jak długo może zakłada maskę zupełnie odwrotnego. Cały czas GRA, myśli co zrobić, by uwieść otoczenie, najbliższych, podwładnych. Najgorsze jest to, że większość narcyzów wchodzących w związki z innymi narcyzami doskonale wyczuwa, że są fałszywi, ale naiwnie liczą, że ten ktoś da w końcu coś od siebie bezinteresownie, lub że się zmieni. Jest to wynik wychowania przez niedojrzałego rodzica. W takiej rodzinie dziecko nie myśli o sobie, ponieważ jest uczone zaspokajać tylko potrzeby innych. Drugie żąda zaspokajania swoich potrzeb i nie toleruje odmowy.

FAŁSZYWOŚĆ NARCYZA W TYPOWYCH ZACHOWANIACH

1. Narcyz dla wygrania psychologicznej władzy nad Tobą nakłada na Ciebie wymyślone przez siebie negatywne cechy, a potem stara się je sprowokować, by Ci udowodnić, że je masz i byś czuł się winny. To gra, w której nie możesz wygrać, bo umysł narcyza stosuje „swoją logikę”, która nakazuje mu udowadniać własne projekcje (to są jego własne cechy, które chce z siebie pokracznie wyrzucić). Ty stosujesz argument, on pretensje. Im celniej trafisz, tym większe pretensje. Wygrać nie wygrasz, trzeba uciekać. Bo i nie o to chodzi, by szukać wygranej, by chcieć by ktoś przegrał, bo wtedy niżasz się do takiego samego poziomu jaki ma narcyz.

Przykład najprostszy. Jeśli narcyz się denerwuje, to zacznie denerwować Ciebie, byś się zdenerwował i... obwinić Ciebie. **JESTEŚ NERWUSEM.** Nie jest ważne, że narcyz prowokuje, szuka zaczepki, on chce zrzucić swoje własne cechy i zaprojektować je na Tobie. To samo jest np. ze słabością. Jeśli narcyz czuje się słabo, to chce byś Ty też poczuł się słabo, a więc wyszuka w Tobie czuły punkt i w niego uderzy. Następnie obwini Cię o niepowodzenia w związku mówiąc, że to wszystko przez to, że byłeś słaby. I niestety zazwyczaj w to uwierzysz, bo jest to robione bardzo sprytnie i wiarygodnie.

2. Tak więc jeśli spotkasz osobę, która od początku znajomości

albo:

- przesadnie Cię komplementuje, w ogóle nie zauważając wad, nic jeszcze nie zbudowaliście, a już obdarowuje uczuciami;
- komplementuje wszystko i wszystkich, którzy się z nią związani (np. dosłownie WSZYSTKO było dobre, wszystko pasowało);
- ciągle krytykuje, podważa i wymaga, zazwyczaj cały czas mówi źle o innych, nie okazuje wdzięczności, nie docenia, nie jest wyrozumiały, a zbyt surowy.

To zazwyczaj jest to narcyz. Oczywiście nie ma co panikować i od razu kończyć znajomości, ale spróbować się dogadać i zobaczyć jak reaguje na Twoje słowa, by np. trochę przystopował z idealizacją (kobiety borderline też to robią, a potem niszczą człowieka), ale też przystopował z krytyką, bo dlaczego to robi? Jeśli nic się nie zmienia po Twoim zwróceniu uwagi, to mówisz pas. Im szybciej się ulotnisz z takiej relacji, tym łatwiej będzie zapomnieć. Im dłuższe przywiązanie do narcyza, tym dłużej zapadnie w pamięć i zaprogramuje się w emocjach jako ktoś godny starań dla niego/niej.

3. Czasem podłapiesz narcyza na kłamstwie. Np. mówił wczoraj że „to był zły dzień, bo..” a na drugi dzień Ty mu przypominasz”to był zły dzień dla Ciebie przecież”, to narcyz zawsze zaprzeczy, że to mówił, że to był zły dzień. Systemy obronne narcyza w moment zapominają o tym co złe i zawsze mają rację, więc Ty jej nie masz.

Pomyśl czy znałeś osobę, która przyłapana na kłamstwie chciała dopiec? Np. może skrytykować wadę, którą wcześniej komplementowała. Dobrze że jest internet, czy SMS, więc można takiej osobie pokazać dokładnie co robiła, że masz rację. Strasznie wtedy się gotuje, ewentualnie mówi „to był żart” (czyli że nie zrozumiałeś i jesteś sztywny). Ogólnie – narcyz zawsze szuka win i wad w innych, a to z Tobą jest problem.

Jeśli ktoś żyje w zakłamaniu, to jest narcyzem i nie jest osobą, której należy ufać. Jednak aby wiedzieć, czy zaufać każdy musi skonfrontować autokreację narcyza, jego słowa, z czynami.

4. Jeśli spotkasz osobę, która zawsze jest lepsza dla ludzi nieznanym, niż dla bliskich, to jest to narcyz. Z męskiej perspektywy: jeśli kobieta np. stroi się dla innych, a dla Ciebie nie, ponieważ uznaje, że masz ją kochać jaka jest – dobrze wiesz, że jest to osoba toksyczna. Oczywiście możesz akceptować ten stan, ale przeniesie się to też na inne „zwyczaje” związkowe, w których będziesz traktowany gorzej niż nawet nieznanymi. Twój wybór.

5. Poobserwujcie też, czy znacie osoby, które:

- albo mówią same dobre rzeczy o swojej przeszłości, związkach, rodzinie – wiadomo, że to kłamstwo, bo nie ma idealnych rodzin i ludzi, ale to jest narcystyczna kreacja, nieumiejętność wzięcia na klatę tego, że czasem też jest źle;
- mówi same złe rzeczy – czyli nie bierze odpowiedzialności za siebie, że być może też ma te same złe cechy, oczernia byłych itd (to samo zrobi z Tobą).

Musi być balans, a nie skrajności. Tak jak z feminazistkami: nie mogą uważać się za wyłączne ofiary, bo niestety widać, że mają problem tylko ze sobą i wzorcem rodzinnym, ale zamiast to leczyć, to chowają się w ugrupowaniu neomarksistowskim... ale to też powód tego, że kobiety ochoczo są zatrudniane w sądach i marketingu, bo mają doskonałe predyspozycje do szukania win w innych, sprzedawania produktów drożej niż są warte, czy też kreowania się.

Feminizm stworzył obóz wroga – mężczyzny i patriarchy. Oznacza to sporządzenie w systemie konfliktu płci o sumie zerowej. Jego podstawą jest rywalizacja między płciami, choć wygrana przez kobiety na poziomie podświadomym z powodu inżynierii społecznej. Płcie maksymalizują zyski dla siebie

samych, często ze sobą walcząc, nawet używając do tego dzieci. Prawo na to pozwala, a wręcz motywuje do tego, do walki o pieniądze, alimenty, oczernienie byłego partnera, by z nim wygrać, czy się na nim zemścić. To wszystko są cechy narcystyczne. Konflikt wzbudza nieufność płci, a więc odpychanie od siebie. Wróćmy do narcyzów w pełni.

6. Narcyz zmienia też zdanie jak mu się podoba. Jego zdanie nie ma żadnego znaczenia, nie daje pewności niczego, nie jest deklaracją, a wyraża jedynie JEGO AKTUALNY STAN EMOCJONALNY. A więc dziś powie, że jesteś mądry, jutro głupi. Jaki dla niego jesteś? Niestępa, jak on sam i jego zdanie na każdy temat. Wiesz jedynie, że w pierwszym momencie Cię cenił (powinien powiedzieć „cenię Twoją wiedzę w tym temacie”), w drugim już nie (i powinien powiedzieć „nie zgadzam się z Tobą, ponieważ”). Niestety narcyz nie umie się wyrażać bezpośrednio. Umie wyrażać bezpośrednio jedynie własne emocje zracjonalizowane w jakimś celu (np. by poszło w piąty, lub by wychwalić pod niebiosa – dwie skrajności). Podobnie jest z obietnicami – narcyz składa obietnice bez pokrycia, bo jest patologicznym kłamcą i nie uznaje, że ma obowiązek dotrzymać słowa.

7. Narcyz należy też pamiętać krytykuje dwie przeciwne postawy. Przykład najprostszy u kobiet narcystycznych (wybaczcie, piszemy z męskiej perspektywy – jeśli macie przykłady mężczyzn narcystycznych to proszę kobiety o zabranie głosu!).

Czyli np. gdy się zgodzisz z kobietą, to powie żeś uległy pantofel bez własnego zdania. Gdy za to nie zgodzisz, to powie, że nigdy się z nią nie zgadzasz, jesteś kłótniwy, a w ogóle to jej nie kochasz. Nie ma dobrego rozwiązania z narcyzem bo narcyz krytykuje KAŻDĄ postawę. Od takich ludzi należy uciekać, bo ich nigdy nie zadowolisz, a kaprys będzie gonił kaprys i dyskusji nigdy nie wygrasz, bo zawsze TY JESTEŚ TYM ZŁYM.

Najłatwiej radzić sobie z narcyzem oczywiście znając jego techniki manipulacji, będąc świadomym z, że z nim masz do czynienia, ale też mając stabilną samoocenę, by nie mógł wyrzeć na Ciebie wpływu. Narcyzi zazwyczaj wiążą się z osobami z osobowością zależną. To przynosi toksyczny związek, ponieważ obie strony nie są dojrzałe i nie mają stabilnej wersji siebie, a walczą o nią przy pomocy patologicznych wzorców.

Odpowiedz sobie na końcu sam: uwierzysz w kłamstwo i fałszywość narcyza?

Autorstwo: Redpillersi.pl

Źródło: WolneMedia.net