علامات إنذار مبكرة للحبيب النرجسي

لأن النرجسيين لديهم نافذة قصيرة لإدخالك منها إلى عالمهم الخاص، مهمتهم لإغوائك والتمسك بك يبدأ على الفور. وسوف يجذبوك على الفور بسحرهم، واعدين أنهم سوف يحبوك إلى الأبد، يهتموا بك، ويكونوا شريكك المخلص.

هناك علامات تحذير قد تبدو وكأنها حب، اهتمام، وتفاني ولكنها علامات السيطرة، الغيرة الشديدة، العزلة، والهيمنة.

لذلك، إذا كنت تسأل نفسك باستمرار، "هل حبيبي نرجسي؟"، القي نظرة على هذه العلامات التحذيرية لدخول منطقة الخطر من اعتداء نرجسي:

انه يلقي قنابل الحب: ينطق بكلمة "الحب" من المرة الأولى أو الثانية التي يكون فيها معك. يحبك ولا يمكن أن يتخيل الحياة بدونك. عالمه يصبح كاملا عندما تكون أنت فيه.

انه يبعث بمشاعرك: انه سوف يقضي يوم، ليلة، أو ساعة معك والآن أنت مدين له باهتمامك الكامل. هذا هو التلاعب الكلاسيكي ليجعلك تشعر بالذنب والعار.

انه يريد السيطرة عليك، وللقيام بذلك يجب إزالة جميع العقبات الخارجية – الأسرة، الأصدقاء، الجيران، وقت التطوع، وحتى الذهاب الى صالة الالعاب الرياضية. فهو يستخدم الابتزاز العاطفي لكي يحصل على العطاءات منك، وعندما توافق على البقاء في المنزل معه، سوف يتحول إلى وحش غاضب لأنه توسل إليك أن تبقى معه. إنها دائرة مغلقة.

لديه توقعات مستحيلة: هل تتساءل عما إذا كان يمكنك تلبية توقعاته؟ خصوصا التوقعات الصامتة، غير المعلنة؟ يريد منك أن ترتدي لباس معين أو يريدك أن تتصرف بطريقة معينة لا تمثلك. هل يختار الثياب التي ترتديها؟ هل ينتقد اختياراتك أو يهدد بالبقاء في المنزل إذا كنت تصر على ارتداء ثياب معينة؟

في كل مرة تلبي طلباته ومطالبه، تفقد جزءا صغيرا من نفسك. ستخسر صوتك وثقتك بنفسك ببطء. في نهاية المطاف، ستشعر بالعجز عند

الدفاع عن نفسك. لديه السيطرة الكاملة عليك.