نصائح للتعامل مع الشخص النرجسي

في حياتنا اليومية نلتقي بعدد من الاشخاص، نتعرف على شخصيات متنوعة التي نكتشفها ونحاول ان نفهمها خاصة اذا كانت مختلفة عن شخصيتنا.

فالحياة لا تخلو من التعرف الى الاشخاص الذي يحملون في ذاتهم النرجسية، اذ يعتبرون انفسهم في مكانة مهمة جدا، وبحاولون التهكم بقدرات غيرهم.

فإذا صادفت هذه النوعية من الأشخاص، لا تحاول التهرب منهم لا بل على العكس عليم التعاطف معهم، حيث بينت الدراسات الحديثة ان معظم النرجسيين يعانون من مستوى متدني من احترام الذات والثقة بنفسهم.

اذا شعرت أن هذا الشخص غير قادر على تلبية ما تحتاجه من امر، لا تطلب منه اي يقوم بأمر اوكلته اليه لا بل تجنب ذلك، لان ذلك سيرتد عليك بطريقة سلبية ويشعرك بالاحباط.

والاهم ما في الأمر لا تشارك الشخص النرجسي همومك ومشاكلك العاطفية التي تمر بها، لانه سيقوم على وجه الحال بتغيير الحديث لأنه بكل بساطة عاجز عن تقديم اي تعاطف اليك.

وفي حال كنت تثق بهذا الشخص لا تعطي قيمة لأي موضوع أو فكرة تناقشه معها مهما كانت مهمة بالنسبة اليه لأنه لن يقدم اليك اي دعم، لا بل يجب ان تتذكر أن شعار الشخص النرجيسي هو "أنا ولا أحد".

هذا ولا تنسى أن الإبتسامة الدائمة للشخص النرجسي يجعلك تنال استحسانهم وخاصة في العمل، فإبتسم له وهز برأسك كدليل على المواقفة على امر لا من دون أن نفسك عناء الجدال معه.

خطوات بسيطة ستسهل عليك مهمة التعامل مع تلك الأشخاص، فلا تهملها!