

مراقب رابطه خود با خودشیفته‌ها باشید

خودشیفته‌ها علائمی دارند که معمولاً آهسته آهسته رو می‌کنند، رابطه با خودشیفته ابتدا خیلی سریع پیشرفت می‌کند؛ او به شما می‌گوید که بهترین رویداد زندگی‌اش هستی، اما خیلی زود همه چیز زیر و رو می‌شود.



خودشیفته‌ها علائمی دارند که معمولاً آهسته آهسته رو می‌کنند، رابطه با خودشیفته ابتدا خیلی سریع پیشرفت می‌کند؛ او به شما می‌گوید که بهترین رویداد زندگی‌اش هستی، اما خیلی زود همه چیز زیر و رو می‌شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه ایران، دکتر فرهاد نجفی‌پور روانشناس، با اشاره به اینکه از ایجاد ارتباط با افراد خودشیفته باید پرهیز کرد، می‌گوید: «یک فرد خودشیفته همیشه می‌خواهد طرف مقابل را از خانواده و دوستان جدا کند، دروغ می‌گوید و گردن دیگران می‌اندازد، این پدیده وقتی با او نیستید، تشدید می‌شود، در یک کلام او، شما را با دیگران درگیر می‌کند و اغلب از عباراتی مثل «همه می‌دونن تو در حد من نیستی یا فلانی می‌گفت باید ازت جدا بشم» استفاده می‌کند.» از خودشیفته که دور می‌شوید، احساس خلاصی می‌کنید. به گفته این روانشناس، فرد خودشیفته فقط به فکر مهار کردن دیگران است، شما را کوچک و تنها می‌کند، در ضمن قوانینی وضع می‌کند که خود از آنها پیروی نمی‌کند، اهل دروغ گفتن است ولی در مقابل انتظار بخشش دارد، نیاز هیچ کس برای او مهم نیست، وی فردی است که براحتی صداقت دیگران را زیر سؤال می‌برد، یادتان باشد تکیه کلام «تقصیر خودت بود» مخصوص خودشیفته‌هاست.

دکتر نجفی‌پور، ضمن بیان اینکه خودشیفته‌ها بشدت اهل تلافی کردن هستند هشدار می‌دهد: «اگر قانون‌های خودشیفته را نقض کردید، منتظر تلافی و مجازات باشید، به خاطر داشته باشید، تلافی‌ها قدم به قدم شدیدتر می‌شوند، ممکن است، کم کم خشونت کلامی رکیک‌تر شده و به خشونت فیزیکی منتهی شود، تا جایی که ممکن است از تماس با فرد خودشیفته پرهیز کنید و در صورت لزوم با او قطع رابطه کنید، اگر همسر سابق شما فردی خودشیفته بوده، حتی در صورتی که از او فرزند دارید، باز هم تلاش کنید که کانال‌های ارتباطی خود را با او به حداقل ممکن برسانید، در بدترین حالت کار شما با یک فرد خودشیفته به جایی می‌رسد که ممکن است برای تان خطرناک باشد، او در پایان توصیه می‌کند: حتماً یک سری به روانشناس بزنید و حتماً هم تنها بروید، خیلی مهم است که با یک شخص ثالث بی‌طرف حرف بزنید. حالا وقتش رسیده که به خود و آنچه می‌خواهید یا نیاز دارید، فکر کنید.