

# ОБВОЛАКИВАЮЩИЙ АБЬЮЗ

В СУПРУЖЕСКИХ  
ОТНОШЕНИЯХ ПО  
МОТИВАМ СЭМА  
ВАКНИНА



ПОЛИНА ЮРЬЕВНА ЧЕТКАРЕВА  
ПСИХОЛОГ (8927-8888-100)

# САМОПРОВОЗГЛАШЁННЫЙ НАРЦИСС

- **Сэм Вакнин** - автор книг «Злостная Любовь К Себе», «Пересмотренный Нарциссизм» и «После Дождя - Как Запад Потерял Восток», и многих других
- Переведен с успехом на русский. Ссылки по желанию дам интересующимся.

# ПОРТРЕТ НРЛ

- Доктор Вакнин: Каждый из нас в той или иной степени нарцисс.
- Нарциссизм - здоровое явление. Оно помогает выживанию. Различие между здоровым и патологическим нарциссизмом заключается в степени его выраженности.
- **Отсутствие эмпатии !**
- **Люди-объекты эксплуатации**
- **Всё для получения нарциссического ресурса!**

# 75% ИЗ ВСЕХ, КОМУ БЫЛ ПОСТАВЛЕН ДИАГНОЗ НРЛ (1% ОТ ВСЕГО НАСЕЛЕНИЯ) ЯВЛЯЮТСЯ МУЖЧИНАМИ

- **нарциссизм** – это не просто комплекс защитных механизмов. **Это образ жизни**, религия, идеология, катехизис - все одновременно.
- В психологическом аспекте это очень похоже на наркоманию
- **Расстройство было выделено в отдельную категорию психических заболеваний только в 1980 (DSM III)**



# КАК РАСПОЗНАТЬ? СОВЕТЫ ОТ ВАКНИНА

- Демонстрирует надменность в поведении
- Склонен оскорблять, **подвергать критике и унижению других людей**
- Склонен к преувеличениям и вранью по мелочам
- Склонен к фантазиям о небывалых успехах
- Постоянное хвастовство, игнорирование Вас, отказ Вас выслушать
- **Склонен к идеализации** Вас в большей степени, чем это укладывается в рамки традиционного ухаживания
- Даёт обещания, которые он не в состоянии выполнить по объективным или субъективным причинам
- Имеет надменный вид и манеры

# ОБВОЛАКИВАЮЩИЙ АБЬЮЗ

- Люди с НРЛ –абьюзеры.
- Обволакивающий абьюз - двусмысленнен, прозрачен, размыт.
- Имеет коварный и пагубный эффект.
- **Ланди Банкрофт** пишет (1998): **«Абьюзер уверен в своём праве: в своих особых правах и привилегиях**, которые не распространяются на других членов семьи. Он уверен в том, что его потребности должны быть главным и единственным пунктом семейной повестки, и что все члены семьи должны старательно следить за тем, чтобы он был счастлив...»
- - общепризнанно является самым опасным видом агрессии.
- - проистекает из страха



# «ГАЗЛАЙТ» (ГАЗОВЫЙ СВЕТ)

- Название взятое из одноименного фильма (1944 г.)
- - способ заставить человека усомниться в адекватности внутреннего мира.
- Важно! **Газлайтер – человек близкий:**  
родитель-ребенок; руководитель-подчиненный;  
муж-жена.
- **Человек вовлечен в личное пространство**  
и обладает авторитетом!

# ТИРАНИЯ МНЕНИЯ=ТВОЕ МНЕНИЕ НИЧЕГО НЕ СТОИТ

Фразы газлайтера:

- Тебе показалась!
  - Ты, что придумываешь?
  - Ты не понимаешь!
  - Такого не было!
  - Ты слишком нервная!
  - Здесь нечего обсуждать! И т.д.
- 
- **Самое страшное, что происходит с женщиной** в отношениях абьюза даже **не само насилие**, а **надежда**, граничащая с религиозной верой, что **абьюзер может измениться**. Абьюз - это страдания в прошлом, существование в настоящем и мечта о нормальном будущем.



— Дорогая, ну на  
что ты обиделась?

— А ты думаешь не на что?

Вот что ты мне  
сказал, когда у меня рука  
в мясорубке застряла?

— Ты зря себя накручиваешь

## 7 ПРИЗНАКОВ ТОГО, ЧТО ВЫ НАХОДИТЕСЬ ПОД ВЛИЯНИЕМ ГАЗЛАЙТИНГА:

- Вы ставите/отодвигаете себя, свои желания и потребности на второе место.
- Вам кажется, что вы истеричка.
- Вам сложно принимать решения и делать выбор даже в повседневных делах. Чувствуете, что ничего не можете сделать правильно.
- Вы постоянно испытываете чувство вины.
- У вас есть чувство, что «что-то» не так, но что именно, вы не можете понять.
- Часто оправдываете некрасивое поведение партнера.
- Вы недостаточно хорошая для окружающих.

# ПОРТРЕТ ХОРОШЕЙ ДЕВОЧКИ

- Все дело в том, что жертвы абьюзеров — не просто сильные, второе их главное качество — **ЭМПАТИЯ**, сопереживание. «Многие из моих клиенток — успешные женщины», — говорит Шеннон Томас. «Они думают, что могут преуспеть во всем, но **проблема в том, что они всегда отдают намного больше, чем получают**. А если человек привык отдавать, то ему очень сложно сказать «нет» тогда, когда это необходимо сказать».

# KIM SAEED. ПРОЩЕНИЕ И ЗАБВЕНИЕ ЖЕСТОКОСТИ - В ЧЁМ РАЗНИЦА?

Прощение	Забвение жестокости
Человек, который совершил ошибку, как правило, старается её больше не повторять.	Абьюзер, совершивший ошибку, не имеет намерения исправиться, потому что он может ВЫХОДИТЬ СУХИМ ИЗ ВОДЫ.
Человек, который совершил ошибку, обычно чувствует раскаяние, потому что понимает, что причинил боль другому.	Абьюзер меньше всего заботится о том, как его действия скажутся на других, в том числе - родителях и детях.
Изменения, которые следуют в результате прощения, часто приводят к улучшению и стабилизации обстановке в семье.	Забвение жестокости не приводит к позитивным изменениям, но на самом деле создает БОЛЬШЕ нестабильности, особенно для детей, если они это наблюдают.
Практика прощения часто положительно сказывается на будущем всех, кто вовлечён в ситуацию.	Забвение жестокости ухудшает поведение абьюзера, а иногда приводит к тому, что он начинает проявлять физическую агрессию.

# ПОМОЩЬ.

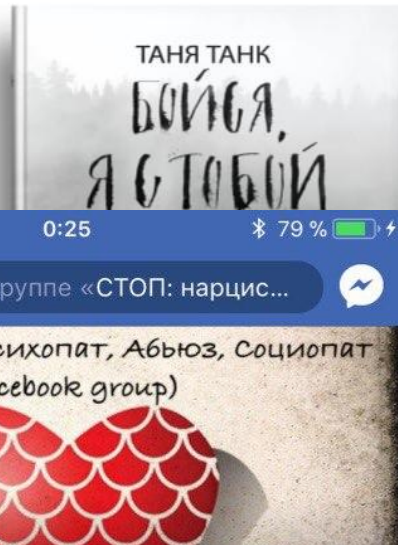
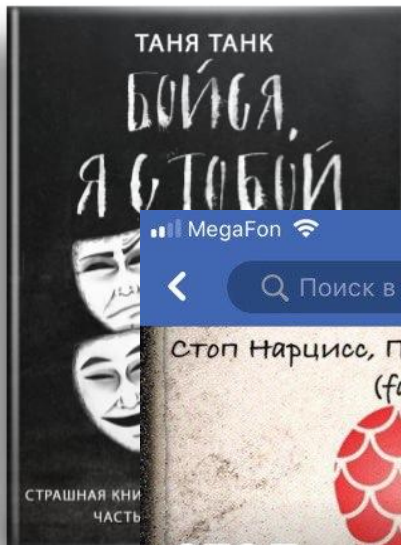
- Первая фаза: физическая безопасность для женщины и детей
- Вторая фаза: терапия пост-травматического стрессового расстройства (ПТСР)
- Третья фаза: самоуважение и гендер
- Я — жертва преступления гендерного абьюза, но я — не жертва
  
- Не каждый уязвим- самооценка ?
- Не давать нарциссический ресурс

# ПОМОЩЬ 2.

Слова, которые можно сказать близкому человеку,  
который испытывает абьюз. Лиз Уэлч

- **Не надо:** «Ну он и мудака! Как ты можешь оставаться с ним?»  
**Надо:** «Идеальных отношений не бывает, и я знаю, что ты его любишь. Но мне кажется, он не всегда хорошо ведёт себя с тобой, и я волнуюсь за тебя»
- **Не надо:** «Ты что, не видишь, как он промыл тебе мозги?»  
**Надо:** «Я не хочу говорить о нём. Я хочу поговорить о тебе»
- **Не надо:** «Если ты вернёшься ещё раз, с меня хватит!»  
**Надо:** «Я всегда приду на помощь, если она тебе понадобится»






MegaFon 0:25 79%

Поиск в группе «СТОП: нарцисс...»

Стоп Нарцисс, Психопат, Абыюз, Социопат (facebook group)



СТОП: нарцисс, психопат, абыюз, социопат

Закрытая группа · Участники: 10 529

Привязанная Группа · СТОП: нарцисс, психопат, абыюз, социопат

В группе    Добавить участников    Поиск    О группе

Посмотреть прикрепленную публикацию

ОБСУЖДЕНИЕ    МЕРОПРИЯТИЯ    ФАЙЛЫ

Напишите что-нибудь...

Эфир    Фото    Опрос

из уведомлений

