



LÁSKA A VZTAHY 06. 05. 2022

Narcismus je ve vztahu velký problém. Odhalte narcise včas a raději vycouvejte

Narcistická porucha osobnosti neboli narcismus je ve vztahu velkým problémem. Často je možné problém zjistit už na začátku vztahu, jen nesmíme přehlížet drobné detaily. Narcis často mluví výhradně o sobě, na sociálních sítích má spoustu selfie fotek a stará se výhradně o sebe, svůj vzhled a svůj život.

Narcismus neboli narcistická porucha osobnosti je vlastně už diagnóza, která **patří do rukou odborníka**. Takový člověk je neustále nafouknutý, má pocit důležitosti, neustále o sobě hovoří, touží po nadměrné pozornosti a obdivu, chybí mu empatie a **často mívá problémové vztahy**. Narcis se vlastně stará téměř výhradně o sebe a **pocity druhých jej téměř nezajímají**.

Narcismus - hlavní znaky

Je také důležité uvést, že **většina poruch duševního zdraví nebo osobnosti nemusí být černobílá**. To, že je někdo označen jako narcis neznamena, že je nadobro vyloučen ze společnosti. Narcismus má mnoho znaků a mnoho hloubek. Většinou se však objevuje buď jeden nebo hned několik níže uvedených znaků:

- Narcis má neuvěřitelně **velký pocit vlastní důležitosti**.
- Neustále sní o neomezené moci, velkém úspěchu, bohatství, kráse nebo dokonalé lásce.
- Je přesvědčen, že je něčím **zvláštní a jedinečný**. Tudíž by se měl bavit jen s lidmi, kteří jsou dle jeho uvážení "na jeho úrovni".
- Ve vztahu bývá značně majetnický i žárlivý.
- Jako šéf v práci může působit jako "**vykořisťovatel**".
- Mívá **arogantní až povýšené chování** či postoje.
- Myslí si, že mu všichni ostatní musí závidět.

Narcismus ve vztahu

Odhalit **narcismus** u člověka, do kterého jsme se právě zamilovali, nebývá právě jednoduché. A pokud už se nám něco nebude zdát, pak nemáme šanci odhalit, zda jde skutečně o nemocného člověka. Narcis vám navíc zpočátku vztahu bude značně lichotit, možná už během prvního měsíce vám sdělí, že vás miluje. Doslova vás bude "**bombardovat**" **zamilovanými sms zprávami**, což zpočátku může vypadat značně **romanticky**. Narcis bude mít zpočátku pocit, že jste výjimeční, což jej bude přitahovat. Pokud však uděláte něco, co ho zklame, obrátí se to rychle proti vám. Aniž byste si třeba sami v tu chvíli uvědomili, co se vůbec stalo. Člověk, kterého svírá narcismus **často a rád také mluví o tom, jak je skvělý**.



Rád se chlubí vlastními úspěchy a **touží po obdivu ostatních**. Narcis je málo poslouchá to, co říkají druzí. Bude vyžadovat, abyste jej obdivovali a za jeho úspěchy chválili. Známkou toho, že je váš partner narcis může být i to, že **nemá žádné dlouholeté přátele**. Možná vám bude tvrdit, že se zkrátka s lidmi příliš nevidá. Případně bude říkat, že **nemá kolem sebe ty správné lidi**, kteří by mu rozuměli.

Narcis vás může zneužívat

Narcismus ve vztahu **budete odhalovat postupně**, podle jednotlivých znaků. Jestliže si vás váš protějšek často dobírá, možná vám to zpočátku bude připadat jako romantické škádlení, ale časem se to **může přehoupnout v pořádný problém**. Bude řešit všechno. Co děláte, co si na sebe oblékáte, s kým se vidáte, na co se díváte v televizi nebo co právě jíte. Narcis se vždy snaží snížit sebevědomí ostatních, aby mohl **zvýšit sebevědomí** své vlastní. Díky tomu se totiž cítí mocný. Dává mu to **pocit nadvlády**, což ke spokojenosti potřebuje. Dobré je ale vědět, že narcista potřebuje nějakou reakci. Jestliže na jeho nemístné poznámky reagovat nebudete, nebude spokojený. Narcista totiž potřebuje mít **pevně v ruce emocionální stav druhého jedince**. A potřebuje jej ovládat. Jestli vás uráží nebo jestli si vás **dobírá a zesměšňuje vás**, pak je čas popřemýšlet o ukončení vztahu.

Narcis má vždy pravdu. Nebo ne?

Narcismus se projevuje hodně vysokým sebevědomím. Narcis má totiž pocit, že **vždy musí mít**

pravdu. Tedy neexistuje žádná debata, žádné kompromisy. Pravdu má jen on sám. Pokud budete nesouhlasit, váš narcistický protějšek bude dělat, že **neslyší, nerozumí, nepřijímá váš názor.** Případně řekne, že se s vámi o tom nebude bavit, protože je to tak, jak říká on sám. Ve vztahu s narcisem se proto rozhodně **snažte vyhýbat jakémukoliv vyjednávání či hádkám.** Nedávejte takovému člověku nad vámi moc! A mimochodem: **narcis se nikdy neomlouvá.** Vycouváte-li z takového vztahu, pak je to jednoznačně **vaše rozhodnutí a vaše vina.** Tedy podle jeho pohledu na situaci.

Autor článku: [Monika Poledníková](#)