

Próbálsz megerősíteni azokat, akikkel randizol?

Interjú Dr. Dain Heerrel és Dr. Carmen McGuiness-szel: Próbálsz megerősíteni azokat, akikkel randizol? Öt dolog, ami kockázatos lehet a számodra

Szóval, találkozol egy vonzó férfival vagy nővel, aki elmeséli sanyarú sorsát, és egyértelműen látszik, hogy szüksége van valakire, aki törődik vele. Ekkor támad egy brilliáns ötleted, hogy ez a személy te lehetnél. „Segíthetnék neki, hogy jobban legyen, ennek a szegény lánynak/fiúnak szüksége van rám” – igaz? Bár a szándékod jó, mégis ezzel többet árthatsz magadnak és a másoknak is. Ahogy apám mondaná, nem vihetsz haza minden kóbor kutyát az utcáról, és ez nem is a te feladatod. Bevallom, a szavai némiképp érzéketlennek tűnhetnek, hiszen semmi rossz nincs abban, ha szeretnénk valakinek segíteni, hogy talpra álljon. De ha az a fajta ember vagy, aki vonzódik az ilyen „megerősítendő” partnerekhez, sok kockázatnak teheted ki magadat anélkül, hogy tudnál róla. Sokféle elnevezés létezik erre a működési elvre, mint például a törött szárny- vagy a Krisztus komplexus és a „megerősítendő”, ami mind problematikus.

Vicces, hogyha megkérdezem az embereket, hogy „Felújítandó házakat szoktatok-e vásárolni?” – azt felelik, „Nem, nem szeretném, ha túl sok munka lenne velem!” Erre én, akkor miért mész bele ilyen „megerősítést igénylő” kapcsolatokba? – mondja Dr. Dain Heer a kapcsolatok szakértője. Az az elképzelés, hogy segíthetsz valakin, vonzóbb, mint valójában maga a személy. Ha ilyen gondoskodó típus vagy, akkor nem feltétlenül a számodra megfelelő partnereket fogod vonzani. Olyan emberekbe botlasz majd, akik ahhoz az energiához fognak passzolni, amit valójában adni szeretnél nekik.” – mondja Dain. Így aztán, vannak azok, akik gondoskodóak és szeretnének törődni valakivel, akik mellé belép az a személy, akinek szüksége van a törődésre.” Dain szerint az ilyen jellegű kapcsolatok az elején működhetnek, de végül szétesnek, mert mind a két fél „inkább szerepből működik, mint önmagaként”. Te mindig gondoskodó leszel, ő pedig a szenvedő alany. Ez nemcsak egészségtelen, hanem könnyen célponttá válhatsz olyanok számára, akik az ilyen típusú emberekhez vonzódnak.

Azok az emberek, akik ilyen férfiakkal vagy nőkkel vonzódnak, általában sebezhetőbbek” – mondja pszichológus és párkapcsolati szakértő

Dr. Carmen McGuiness. „Ezek az emberek másokon szeretnének segíteni, vagyis segítők, akik problémákat szeretnek megoldani. Szóval a legfőbb gond az ő esetükben ugyanaz, úgyszólván rendelkezésre állnak mindenkinek, akik kihasználják őket vagy hatással vannak a sebezhetőségükre.

Carmen szerint, öt olyan alapvető helyzet van, ami által kockázatnak teheted ki magad:

1. Anyagi veszteség érhet

Ha igazán befektetsz ebbe a kapcsolatba, háttérbe szoríthatod a munkádat, vagy veszélyeztetheted a karrieredet azáltal, hogy mindent eldobsz, a pillanatnyi segítségnyújtás érdekében. A legrosszabb esetben a partnered valóban kihasználja a kapcsolatot és anyagi segítséget is kér tőled.

2. A gyermekeid láthatják kárát

Ha vannak gyermekeid, meg van az esélye, hogy a partnered prioritásba kerül velük szemben. Tudatlanul áldozatává válhatnak a helyzetnek, mivel minden figyelmed, és erőfeszítésed más felé irányul. És ez más szerettedet is érintheti, akivel közelebbi viszonyban vagy.

3. Az elszigetelődés veszélye

Annyira elfoglalt vagy a partnered megsegítésével, hogy az élet más területéről is kivonod magad. Nincs időd a barátaidra, a csaláodra, vagy a saját érdekeltségeidre, mivel teljesen lekötnek más problémái. Ennek eredményeképp, elveszíted a támogatási rendszered, és ezzel mélyebb társfüggőség alakul ki közöttetek.

4. Ismételt traumának teszed ki magad

Ha valaki olyannal vagy, aki bizonytalan vagy akár még házas is, soha nem tudod kiszámítani, mi fog történni. A kapcsolatod jövője folyamatosan megkérdőjeleződik, és ebben a mérgező hullámvasútban rekedsz, amiben végül is szeretnél maradni. „Amikor az emberek ilyen környezetben élnek, szenvednek és érzelmileg gyengévé válnak.” – mondja Carmen.

5. Önimádó embereket vonzhatsz

Egy ilyen megerősítésre váró személynek lehet, hogy segítségre van szüksége, de bizonyos esetben inkább figyelemre vágynak. Megvan az a képességük, hogyan manipulálják az ilyen segítő beállítottságú embereket, mivel tudják, hogy szeretnek adni. Carmen szerint az önimádó szerethet ugyan téged, de csak azért, mert te szereted őt. „ez olyan, mintha a tükörképbe lenne szerelmes.” – mondja. „Ha látja ezt a visszatükröződést bárkiben, abba beleszeret. Ez azonban nem valódi szeretet, mert amikor szeretnéd őt kivonni őt ebből az egyenletből, és megpróbálsz csak az ő igényeire fókuszálni, erre nem lesz képes. És igen, nagy kockázatot vállalsz vele. Nagyt.”

Ha magadra ismersz, tedd fel magadnak a következő kérdéseket, ha újra ilyen megerősítésre váró embert vonzanál: Vonzónak találom-e magát a személyt olyannak amilyen, vagy a személy képes-e megoldani a problémáit? Képes lennék-e egészséges partnerkapcsolatot kialakítani vele? Elég erős vagyok-e hogy segítek neki anélkül, hogy bármilyen szinten feladnám magamat?

Forrás: <http://szeretetmuhely.hu/szeretned-megjavitani-az-embereket-akikkel-randizol/>

Forrás: <https://www.popsugar.com/love/What-Broken-Wing-Theory-43713875>