

# **NO CONTACT**

Der Umgang mit Psychopathen, Narzissten, Toxischen Manipulationen und Gaslighting.

## **Teil 1**

### **Der Psychopath.**

Der Psychopath zeichnet sich charakteristisch als Mensch mit vielen Gesichtern. Nur wie erkennt man einen Psychopathen. Die psychopathische Persönlichkeit ist schwer zu erkennen denn auf den ersten Blick sehen Psychopathen aus wie andere Menschen, sie können sogar noch charmanter sein und ihnen möglicherweise auch als ein perfekter Partner erscheinen.

Bei näherem Kennenlernen sind Psychopathen hauptsächlich durch emotionale Störungen gekennzeichnet. Der Mangel an Empathie, Mitgefühl und sogar Gewissen zeigt sich erst viel später. Im Leumunde heißt es, dass der Psychopath eine aggressive und gefährliche Person ist, obwohl solche Fälle vorkommen, sind Psychopathen hauptsächlich durch emotionale Störungen gekennzeichnet.

Jahrelang glaubte man, Psychopathen seien den Gefühlen anderer Menschen völlig verschlossen. Heute weiß man, dass dies so nicht stimmen muss.

Der Psychopath kümmert sich nicht darum was andere denken und fühlen, aber er will teils als der ideale oder als ein Perfektionist erscheinen oder als ein Allround-Talent, aber er gibt sich Gefühlen nicht nach.

Er erkennt, dass er jemanden verletzen und Schmerzen verursachen kann, aber im Gegensatz zu anderen Menschen hat er keine Reue.

Das ist das Markenzeichen eines wahren Psychopathen. Der Mangel an Empathie.

Er kennt die allgemeinen Prinzipien des Funktionierens in der Gesellschaft, und in seinen Kopf sind auswendig gelernte Formen des Vortäuschens eines Mitgefühls, der bei genauerer Betrachtung eher einer Oskar reife in Szene Setzung gleicht,

In Wirklichkeit verlässt er sich aber im Wesentlichen auf seinen eigenen Komfort und seine Zufriedenheit. Egoismus ist auch ein Schaufenster von Psychopathen, die sehr mit ihrer eigenen Person beschäftigt sind.

Auf der anderen Seite vermeidet ein Psychopath soziale Kontakte nicht und glänzt manchmal sogar in Gesellschaft, er ist charmant, verführerisch, legt viel Wert auf sein Äußeres und will andere beeindrucken mit seiner Intelligenz.

Es wird geschätzt, dass psychopathische Eigenschaften eher angeboren sind und bestimmte Lebenserfahrungen sie vertiefen können.

Der Begriff Psychopathie entstand durch die Kombination der griechischen Wörter Psyche und Pathos was "leiden, fühlen" bedeutet.

Der Psychopath ist eine komplexe Figur und eine komplizierte Person mit unheimlichen unberechenbaren unerwarteten und zerstörerischen Stimmungsschwankungen, und er ist auch oft sehr intelligent.

Aus diesem Grund ist es schwierig, eine Therapie mit einem Psychopathen durchzuführen, der sich darauf konzentriert, andere Menschen zu manipulieren.

Eine Persönlichkeitsstörung wie Psychopathie ist durch drei allgemein verstandene Dimensionen gekennzeichnet,

Arroganter und Verlogener Stil,

Gravierende Defizite im Verstehen,

Erleben und Ausdrücken von Emotionen, starke Impulsivität des Verhaltens.

Die Psychopathie oder psychopathische Persönlichkeit wurde aus der Klassifikation psychiatrischer Erkrankungen und psychischer Störungen ausgeschlossen, vor allem wegen der Schwierigkeit, ihre Kriterien genau zu definieren.

Somit der den Psychopathen innerhalb der Kategorie, der der dissozialen Persönlichkeit diagnostiziert, die psychopathische Persönlichkeit einschließt. Es wird eine Liste von mehreren Kriterien angenommen, die bei der Definition eines Psychopathen befolgt werden sollten. Die Kriterien variieren je nach Autor aber die meisten Merkmale bleiben konstant.

Hier ist eine Liste von 10 von Psychiatern vorgeschlagenen Kriterien: Hare, Hart und Harpur, die von Psychiatern auf der ganzen Welt verwendet wird, um psychopathische Störungen zu beurteilen.

Keine Verantwortung,  
Impulsivität,  
Schlechte Verhaltens Steuerung,  
Antisoziales Verhalten,  
Frühe Verhaltensstörungen,  
Neigung zu Manipulation und Täuschung,  
Mangel an Empathie und Mitgefühl,  
Keine Reue,  
Übertriebenes und unzureichendes Selbstwertgefühl,  
Leichtigkeit des Ausdrucks,  
Oberflächlicher persönlicher Charme.

Eine weitere Liste wurde von Hervey M. Cleckley erstellt, einem Psychiater und Autor von *The Mask of Sanity*, in dem er einen typischen Psychopathen beschrieb von affektiven und zwischenmenschlichen Merkmalen, die laut dem Autor das Funktionieren des Psychopathen in der Gesellschaft und seine Kontakte zu anderen Menschen gut beschreibt.

21 Merkmale die einen typischen Psychopathen und sein Verhalten beschreiben:

konsequente Wiederholung des Verhaltens, auch wenn es dafür bestraft wird,  
Unfähigkeit, Schlussfolgerungen aus früheren Erfahrungen zu ziehen,  
Unfähigkeit Lebens Pläne zu machen,  
Sich weniger ängstlich fühlen,  
sich im Allgemeinen nicht schuldig fühlen,  
Nichteinhaltung der disziplinar- und Gesetzes Vorschriften,  
Schlechtes Sexualleben, oberflächlich und mit geringer emotionaler Integration mit einem Partner,

Unfähigkeit in soziale Interaktionen einzutreten,  
hohe Impulsivität bei Reaktionen auf verschiedene Situationen,  
Nichtberücksichtigens der Konsequenzen des eigenen Handels trotz Kenntnis der Regeln des richtigen Verhaltes,  
Die Fähigkeit einen guten Eindruck auf die Umwelt zu hinterlassen,  
Vertrauen vorzutäuschen und andere zu manipulieren,  
ständige Streben nach ihren eigenen Freuden und Befriedigung ihrer eigenen Bedürfnisse,  
emotionale Armut,  
emotionaler Kontakt mit anderen,  
Unfähigkeit versprechen zu erfüllen, auf die man sich nicht verlassen kann,  
unzureichende Verhaltensmotivation, die zu asozialen Manifestationen führt,  
Keine Reue,  
Seltener Selbst Mord,  
Impulsive Reaktionen,  
übermäßige Phantasie und Verantwortungslosigkeit nach dem Konsum auch nur einer geringen Menge Alkohol.

Psychopathische Persönlichkeit ist eine äußerst komplexe Störung. Daher ist es trotz lang jähriger Forschung immer noch nicht möglich, klar zu definieren, was die direkte Ursache der Psychopathie ist.

Konzepte über das Auftreten eine psychopathische Persönlichkeit gehen von einer biologischen Prädisposition für das Auftreten dieser Störung aus. Es wird gesagt, dass Psychopathie angeboren sein kann.

Psychopathische Merkmale, die sich in der früheren Kindheit zeigen oder zeigen sollen, sind vor allem Störungen der kindlichen Sozialisation und Gefühllosigkeit und einen Mangel an natürlicher Emotionalität.

Zahlreiche Studien zeigen, dass sich die Emotionalität von Menschen mit psychopathischen Störungen deutlich von dem anderen Menschen unterscheidet.

Es wurden neuronale Bereiche identifiziert, die für die normale oder gestörte menschliche Wahrnehmung von Emotionen verantwortlich sein können, was darauf hindeuten kann das nicht der Charakter,

sondern Veränderungen im Gehirn für bestimmte Verhaltensweisen verantwortlich sind.

Wissenschaftler weisen auch darauf hin, dass Psychopathen Schwierigkeiten haben können Emotionen richtig zu erkennen, auch wenn es um Gesichtsausdrücke geht.

Psychopathen scheinen nicht die grundlegende Fähigkeit zu haben Gefühle und Emotionen zu erkennen.

Sie haben ein Problem damit zum Beispiel das Leiden einer anderen Person zu erkennen, daher hemmen sie ihre Handlungen nicht, die diese Gefühle auslösen oder vertiefen könnten.

Der Psychopath ist Behandlungsresistent.

Die Behandlung eines Psychopathen ist sehr schwierig und komplex. Die Diagnose selbst kann problematisch sein und die Behandlung muss in verschiedenen Stadien erfolgen. der Psychiater muss die Neigung des Psychopathen berücksichtigen, seine Umgebung zu konfabulieren und zu manipulieren.

Ein weiteres Hindernis ist in der Behandlung das "hohe Ego" oder sehr hohes Selbstwertgefühl des Gestörten, sowie das Gefühl der Überlegenheit gegenüber anderer, überdurchschnittliche Intelligenz und fehlende Schuldgefühle.

Bei der Behandlung der Psychopathie ähneln die gängigsten Methoden denen der dissoziativen Persönlichkeit.

Experten weisen darauf hin, dass die besten Behandlungsergebnisse nach der Anwendung einer kombinierten Therapie erzielt werden, zwei oder mehr Interaktionsformen: Pharmakotherapie, individuelle kognitive Verhaltenstherapie, therapeutische Gemeinschaft.

Es zeigt sich auch, dass gute Behandlungseffekte durch die Einbeziehung von Familienmitgliedern oder Personen aus der näheren Umgebung in die Therapie erzielt werden.

Leider bringt diese Form der Therapie die besten Ergebnisse bei Jugendlichen und Kindern, bei denen die Wirkung der Behandlung am sichtbarsten ist.

Bei der Therapie geht es darum die Bindung zwischen dem Therapeuten und der gestörten Person zu vertiefen. Der Therapeut versucht das Vertrauen des

Patienten zu gewinnen und seine Einfühlungs- und Ausdruck Fähigkeit zu steigern.

Die Therapie besteht auch darin negativer Verhaltensweisen allmählich auszulöschen und positive zu stärken. das größte Problem bei der Behandlung von Menschen mit einer psychopathischen Persönlichkeit sind sie selbst.

In den meisten Fällen zeigen sie keine Kooperationsbereitschaft oder sie erschweren die Behandlung bewusst und es wird dabei mit großer Vorsicht vorgegangen.

Ist ein Psychopath immer aggressiv?

Das Bild eines Psychopathen als Aggressor und potenzieller Mörder wird seit vielen Jahren in Hollywood Filmen gefördert. Wenn wir von Psychopathen hören, bringen wir diese Menschen daher direkt mit gefährlichen kriminellen in Verbindung.

Psychopathen sind jedoch nicht immer aggressiv und stellen nicht immer eine Bedrohung für ihre Umgebung dar. Sicherlich sind viele von ihnen aufgrund ihrer Impulsivität oder Neigung in der Lage gefährliche Situationen zu schaffen und in der Lage aggressiv zu sein, im Wesentlichen sind Psychopathen jedoch Menschen,

die betrügen manipulieren und Schwierigkeiten haben tiefe ehrliche Beziehungen aufzubauen.

Scheinbar ist nicht jeder Psychopath ein krimineller und nicht jeder krimineller ist ein Psychopath.

Wie verhält sich ein Psychopath?

Ein Psychopath ist eine Person, die sich durch eine bestimmte Denkweise und eine sehr individuelle Wahrnehmung der Realität auszeichnet.

Er leidet an einem emotionalen Defizit und einem damit verbundenen Verhalten, das weit über soziale und moralische Normen hinausgeht.

Eine Person mit einer psychopathischen Persönlichkeitsstörung hat das Gefühl, dass sie sich richtig verhält.

Ist er Rachsüchtig?

Ja.

Psychopathische Persönlichkeit - Ursachen.

Es besteht kein Konsens über die Ursache, die für die Entwicklung dieses Persönlichkeit Typs verantwortlich sind. Die meisten Psychologen glauben, dass diese Art von Persönlichkeit durch Erziehungsfehler

und schwierige oft traumatische Lebens Situationen eines kleinen Kindes gebildet wird.

Beispiele sind sexuelle Belästigung.

Es gibt Fälle von Psychopathen deren Kindheit nicht von Traumata geprägt war und die selbst in einer liebevollen Familie aufgewachsen sind. solche Fälle führen zu Suche nach den Ursachen dieser Persönlichkeit in den Genen. vielleicht werden einige psychopathische Merkmale von Genen doch vererbt und resultieren aus bestimmten Funktionsstörungen des Nervensystems und Anomalien in der Struktur des Gehirns.

Das Gehirn dieser Menschen funktioniert nämlich nicht wie das Gehirn eines gesunden Menschen.

Einige argumentieren, dass die psychopathische Persönlichkeit im Laufe der Zeit bei einer bestimmten Person Auftritt und das Ergebnis der Anpassung an raue und sich ständig ändernde Umweltbedingungen ist. Aus psychologischer Sicht kann es ein evolutionärer Faktor sein, der das Überleben sichert.

Einen Psychopathen zu identifizieren kann schwierig erscheinen. Solche Leute verkleiden sich normalerweise gut. Wissenschaftler haben jedoch herausgefunden, dass Augen alles verraten können.

Forscher der Universitäten Cardiff und Swansea untersuchten, wie sich der Anblick unangenehmer Bilder auf psychopathischem und nicht psychopathischem Gefangenen auswirkt.

Sie fanden einen deutlichen Unterschied in ihren visuellen Reaktionen.

Wenn kriminellen beispielweise Fotos von erschreckenden Hunden oder verstümmelten Körpern gezeigt wurden, erweiterten sich die Pupillen, die von Personen mit psychopathischen Merkmalen nicht.

Eine solche Reaktion fand bei den übrigen Gefangenen statt. die Forscher betonen, dass ihre Ergebnisse belegen, dass Psychopathen weniger einfühlsam sind als der Rest der Menschen.

Bei den Pokerspieler und Dealer ist seit langem bekannt, dass die Pupillen ein Indikator, Für die Aufregung eines Menschen sind.

Zum Beispiel schauen Pokerspieler genau in die Augen ihrer Gegner, um zu sehen, ob sie ein gutes Blatt in der Hand haben.

Und der versierte Verkäufer weiß, dass er den Preis erhöhen sollte, wenn ihre Augen Begeisterung für das Produkt zeigen.

Ebenso neigen die Pupillen dazu sich zu erweitern, wenn uns das Bild schockiert oder erschreckt.

Die Tatsache, dass diese normale physiologische Reaktion auf die Bedrohung bei manchen Menschen vermindert ist, sagen die Studien, dass das ein offensichtliches Zeichen dafür ist, dass die Person psychopathische Eigenschaften hat.

Die Wissenschaft hofft, diese Methode so zu entwickeln, dass sie in der klinischen Bewertung eingesetzt werden kann.

Keine Angst oder Angst,

Psychopathen können Schwierigkeiten haben Angst oder Traurigkeit zu erkennen, aber andere Emotionen wie Glück, Freude, Überraschung und Ekel werden stärker wahrgenommen.

Obwohl sie nicht auf Drohungen und Bestrafungen reagieren können sie glückliche Gesichter erkennen.

Das Fehlen von Angst und Furcht hilft ihnen, in beängstigenden Situationen ruhig zu bleiben.

Psychopathen verstehen Emotionen, aber sie empfinden sie nicht auf die gleiche Weise wie andere Menschen.

Daraus kann geschlossen werden, dass jemand der etwas nicht fühlt und es nicht erlebt es nicht mithilfe der Mimik ausdrücken kann.

Ein solcher Mensch kopiert Situations- und Gesellschaftsgerecht die Mimik anderer,

Aber ein geschultes Auge erkennt die Künstlichkeit eines solchen Gesichts. es ist leicht zu erraten, dass ein künstliches Lächeln im Gesicht eines Psychopathen viel häufiger erscheint als in der übrigen Bevölkerung. darüber hinaus sind Ausdrücke charakteristisch, wenn die Emotionen im oberen und unteren Teil des Gesichts nicht übereinstimmen.

In den meisten Fällen, wenn der mittlere Teil der Stirn angespannt ist, werden die Lippen als Ausdruck von Schmerz, Leid, Wut oder Angst angeordnet.

Mit einem echten Lächeln ist die Stirn glatt.



Passt es also nicht in den Gesprächs Kontext und wird von einem Schmunzeln begleitet erhalten wir ein Signal über die Unfähigkeit Emotionen und Empathie zu empfinden.

Wir sprechen wahrscheinlich dann mit einem Soziopathen oder einem Psychopathen.

Analysiert wurde die Körpersprache von Psychopathen, einen der zum Beispiel die eigene Frau getötet hat. Dieser Mann hat seine Frau getötet und vor Millionen von Menschen vor dem Fernseher gelogen, dass er sie vermisst und dass er sehr traurig ist, und alle glaubten ihm und wollten ihm helfen seine Frau zu suchen.

Psychopathen sind pathologische Lügner und sie tun es normalerweise Brilliant.

Der Psychopath hat ein Herz aus Stein, daher mögen sie es nicht, wenn jemand versucht Gefühle mit ihnen zu teilen und Unterstützung und Verständnis erwartet.

Psychopathen sind nicht in der Lage tiefer zu fühlen und zu erleben, zeigen selten Emotionen, insbesondere wie Scham, Verlegenheit oder Schuld und fühlen auch keine Angst.

Sie haben ein exorbitantes Selbstwertgefühl, wenn sie etwas gut können, glauben sie, dass sie die besten der Welt sind, sie sind von ihren Talenten sehr überzeugt.

Sie überschätzen sie jedoch oft, betonen aber gerne ihre Größe, und reagieren empfindlich auf Anzeichen von Unterschätzung.

Ihr Kontakt mit anderen Personen basiert auf ihrer Eignung für die eigenen Zwecke. Sie benutzen andere zu ihrem eigenen besten, sie übernehmen selten Verantwortung und geben ihre Schuld nie zu.

Psychopathen sind egozentrische Menschen, die glauben, ein zentraler Bestandteil der Welt zu sein.

Sie können keine anderen Ansichten und Einstellungen als ihre eigenen akzeptieren, und sie sind unfähig zu lieben.

Du hast den Psychopathen erkannt, was nun?

Defacto. Die Gene, die Biologie sind nicht zu schlagen.

Er, sie, wird sich nie ändern. Das ist unmöglich.

Solch ein scheinbar normaler Typ wird ihr Leben allmählich und effektiv ruinieren!

Und sie werden Opfer von Manipulationen.

Dank dessen werden sie genau das tun, was er geplant hat. All das Entgegen ihrer Logik und gesunden Menschenverstand.

Sie werden mit ihrer freundlichen Familie oder Freunden Schluss machen, weil er sie nicht mag.

Sie werden 1000 Lügen glauben. Und Sie werden diese Lügen als die Wahrheit akzeptieren. Sie werden im Gesicht des Psychopathen nicht bemerken, was etwas anderes andeutet, und er wird seinen Fehler nie zugeben.

Der Psychopath wird ihnen für alles die Schuld geben, Sie werden, dass Tag für Tag Leben und erleben, ohne dabei für die Zukunft zu planen. Daher werden sie auf ihren eigenen Wunsch hin ihre Träume für morgen weglegen, das heißt niemals, werden sie keine näheren Emotionen mehr erleben.

Denn Psychopathen mögen in Wirklichkeit auch nicht wirklich berührt und umarmt werden. Sie werden auch nicht zu hören bekommen, dass sie hübsch sind. Oder dass sie klug sind und geliebt werden.

Denn solche Worte dienen dem Psychopathen nicht, aber ihnen. Tatsache ist Sie werden es am Anfang nicht einmal bemerken, wenn sie sein Opfer werden.

Wenn sie können, dann laufen sie weg.

Menschen mit psychopathischen und narzisstischen Tendenzen können oft einen guten ersten Eindruck hinterlassen. Sie manipulieren die Umwelt so, dass die Vorteile für sich selbst erzielen. Sie erkennen einen solchen Menschen daran, wie er ein Gespräch führt.

Denn Menschen mit narzisstischen und psychopathischen Neigungen ziehen die Aufmerksamkeit anderer auf sich. Sie teilen gerne ihre Geheimnisse und Details aus dem Leben, die normalerweise ihren Lieben vorbehalten sind.

Auf diese Weise wollen sie Distanz zwischen sich und dem Gesprächspartner verkürzen und auch eine gewisse Bindung herstellen. Nach einiger Zeit hat der Gesprächspartner den Eindruck, den Psychopathen gut zu kennen, was sie anfälliger für Manipulationen macht.

Menschen mit psychopathischen oder narzisstischen Neigungen sprechen sehr gerne über sich selbst. Sie stellen ihnen keine richtigen Fragen, interessieren sich nicht für die Meinung des Gesprächspartners und lassen ihn normalerweise nicht sprechen.

Der Psychopath behandelt den Gesprächspartner nur als Zuhörer und er möchte auch kein Partner Gespräch aufbauen. Es kann aber vorkommen, dass er so tut,

als ob er interessiert wäre und Fragen stellt. Sie haben jedoch nur ein Ziel so viel wie möglich über den Gesprächspartner zu erfahren, um das gegen ihn in richtigem Moment einzusetzen.

Der Psychopath er verliert sich jedoch immer in den Details.

Daher wenn sie mit einem Psychopathen sprechen, haben sie möglicherweise das Gefühl, dass die gleichen Geschichten jedes Mal anders erzählt werden.

Er präsentiert sich oft in Superlativen, auch wenn es in Wirklichkeit nicht so war, was er sagt. Menschen mit psychopathischen Neigungen benutzen lügen, um ihre Ziele zu erreichen, aber es kommt auch vor, dass sie ohne Grund lügen.

Eines ist bei allen Psychopathen gleich, wenn wir sie dabei erwischen, wie sie Unwahrheiten aussprechen, reagieren sie mit Aggression und Wut.

Der Psychopath ist auch sehr verwirrend.

Das ist ein weiteres Verhalten während des Gesprächs, dass uns eine Warnung sein sollte, das ist die Verlegenheit des Gesprächspartners. Scheinbar sorglose und einfache Gespräche können plötzlich eine seltsame Wendung nehmen und der anderen Person ein unangenehmes Gefühl geben.

Der Psychopath erwartet eine ewige Dankbarkeit.

Menschen mit narzisstischen und psychopathischen Tendenzen sind auf sich selbst und ihre Gefühle fokussiert. während des Gesprächs erwarten sie, dass die Aufmerksamkeit auf sie gerichtet ist, und der Gesprächspartner wird sogar dankbar sein, dass der Psychopath ihm seine Zeit und Aufmerksamkeit widmet. Auf diese Weise lässt sich der Gesprächspartner leicht manipulieren.

Die Strafe für den Gesprächspartner kann die offene Zurückhaltung des Psychopathen sein, zu sprechen. Im Laufe der Zeit kann die Liste der Erwartungen zunehmen und der Psychopath wird den Gesprächspartner langsam unterjochen.

In der Liebe ist es schwierig von Partnern zu verlangen, dass sie sich nicht durch eine rosa Brille, sondern mit einem kühlen Auge ansehen, dies würde jedoch den meisten von uns schmerzhaft Enttäuschung und eine Ineffektive Suche nach der anderen Hälfte ersparen.

Aber hat jemand je unter dem Einfluss von Hormonen oder Emotionen seine Liebe in Hauptfaktoren zerlegt? Nein.

Und fragt sich jemand, ob er eine Beziehung mit einem Psychopathen eingegangen ist, wenn ja, ist es meistens schon zu spät.

Aufgrund des Missverhältnisses zerbrechen Beziehungen.

Manche sind entspannt in der Zeit, bei anderen stellt sich heraus, dass der Partner nicht genau das ist, was er sein sollte und mit wem wir eigentlich verbunden sind kommt meist erst nach langer Zeit ans Licht.

Gemeinsame Erfahrungen bringen sie sich näher, lassen sie sich besser kennenlernen und den anderen verstehen. oder sie öffnen unsere Augen dafür, wie falsch wir mit ihr oder ihm lagen, oder sie erkennen die schmerzliche Wahrheit, dass dies keine lebenslange Liebe ist, sondern eine praktische Beziehung mit einem Psychopathen, in der sie so weit wie möglich weglaufen sollten.

Der Psychopath in einer Beziehung.

Eine Beziehung mit einem Psychopathen ist definitiv eine toxische Beziehung.

Er Lügt zum Spaß.

Eine Beziehung mit einem Psychopathen kann eine echte Bühne sein, um die theatralischen Fähigkeiten des Partners zu zeigen.

Der Psychopath erfindet, ohne zu zögern alle lügen, um sein Ziel zu erreichen. Er tut es aus reinem Vergnügen, eine Partnerin von sich selbst abhängig zu machen, um die Kontrolle über sie zu übernehmen.

Er kann sich sein halbes Leben einfallen lassen und ergänzt es regelmäßig um entsprechende Versionen. Er erkennt auch in der Beziehung keine Normen und Regeln.

Er scheint zuerst auch ein lässiger Rebell zu sein, und doch ist dies der Typ Mensch, der nicht nach festgelegten Regeln oder Normen funktionieren kann.

Das Verhältnis zum Psychopathen verändert sich, er ist nicht der Typ Revolutionär, sondern ein Anarchist, der oft die Grenzen des Verhaltes verbiegt und mit seinen Bedürfnissen erklärt, ohne die Konsequenzen zu beachten, wenn er darauf kommt,

Und er manipuliert gut.

Er wird alles sagen was sie hören möchten, er wird ihnen Argumente vorlegen, die, auch wenn Sie sich vorher Sorgen gemacht haben, jetzt ganz vernünftig erscheinen.

Meistens basiert die Beziehung zu einem Psychopathen auf der absoluten Unterwerfung, der Unterwerfung des Partners.

Der Psychopath erkennt seine Schuld nicht an, er macht was falsch, aber als er die Konsequenzen tragen muss, weigert er sich sie anzuerkennen.

Eine toxische Beziehung zu einem Psychopathen bedeutet, dass der Partner die Last seiner Entscheidungen tragen müssen.

Demzufolge kann er sich ungestraft alles erlauben.

Ohne auf andere zurückzublicken.

Was auch immer passiert, Die Schuld liegt immer auf ihrer Seite.

In einer toxischen Beziehung gibt ein Partner normalerweise viel mehr als er zurückbekommt.

Trotz angespannter Situationen Unzufriedenheit mit Beziehung und psychischer und körperlicher Misshandlung besteht oft eine emotionale Abhängigkeit, die das Verlassen erschwert.

Und der Psychopath hat sadistische Tendenzen.

Er mag es, jemandem Schmerzen zuzufügen, nicht nur den körperlichen, er sieht nichts falsch daran.

Eine Aggression ist die denkbar schlechteste Option für eine Beziehung zu einem Psychopathen, hier gibt es kein Wort der Gnade, der Psychopath zerstört und demoliert, ohne zu zögern, was ihm nicht gehört.

Er hat keinen Respekt vor Menschen Tieren und Gegenständen.

Bei schlechter Laune wächst er aus sich heraus. Auf der Suche nach einem Ventil für schlechte Laune wird der Psychopath sie ansprechen, böse Dinge sagen, beleidigen, um einen Streit zu provozieren. er wird schnell wütend und kann sich nicht rechtzeitig auf die Zunge beißen.

Mangel an Empathie, Dies ist einer der Hauptmerkmale von Psychopathen.

Die Beziehung zum Psychopathen garantiert, dass er keine Empathie empfinden kann weder für seine Partner noch für die Umwelt und Familie, er kann seine eigenen Emotionen ebenfalls nicht ausdrücken. er wirkt zwar zuerst wie ein Fels in einer Macho Haltung, aber es ist nicht die Pose, es sind die wirklichen Defizite, in denen er auch glaubt, das wichtigste zu sein, der Psychopath richtet die Aufmerksamkeit seiner lieben gern auf sich selbst. er ist ein Egoist der viel tun kann, um aufzufallen.

In solch einer Beziehung kann er sogar durch Erpressung zum Beispiel mit Selbstmorddrohung, Zerstörung der Familie, oder Drohung des Verlustes der

Kinder, die Aufmerksamkeit und das Engagement seines Partners nur auf sich selbst lenken.

Eine Beziehung mit einem Psychopathen kann eine Frau für viele Jahre einsperren.

Sex ist ihm am wichtigsten. er ist ein wunderbarer Liebhaber, der alle Geheimnisse der Liebeskunst in seinem kleinen Finger zu haben scheint. Na, er hatte auch viele Partner, weil er sich als charmanter und verführerischer typ ausgibt.

Selbst in einer Beziehung kann er nicht treu bleiben und entscheidet sich sogar für ungeschützten Sex nebenbei. Für ihn zählt die Freude hier und jetzt.

Dies stellt eine ernsthafte Bedrohung für die Gesundheit einer Frau da, die eine Beziehung mit einem Psychopathen eingegangen ist.

Defacto ein verliebter Psychopath ist eine Abstraktion.

Er kann keine höheren Gefühle zeigen, geschweige denn einer anderen Person geben.

Deshalb ist er der Folterer.

Er manipuliert seinen Partner, indem er sein Verhalten und seine emotionale Abhängigkeit beobachtet.

Er nutzt jede Schwäche seines Partners aus um ihn um den Finger zu wickeln.

Er kann charmant sein. Es ist schwer ihn zu erkennen denn er weiß genau wie er sich präsentieren und welche Verhaltensweisen er vermeiden sollte.

Verliebt bringt er Blumen kauft teure Geschenke. Dies ist jedoch nur ein Spiel.

Mit der Zeit stellt das Opfer fest, dass der Partner nicht so charmant ist wie es zunächst schien. Leider ist es dann meist zu spät, um sich aus der schwächenden Beziehung befreien zu können, obwohl es nicht unmöglich ist.

Der Ehemann Psychopathen ist jedoch emotional süchtig, er nutzt die Traurigkeit, Angst und Angst seiner Partnerin aus, so dass sie geistig nicht in der Lage ist, zu gehen.

Eine glückliche Beziehung zu einem Psychopathen aufzubauen ist praktisch unmöglich.

Der beste Rat ist, sich von dieser toxischen Beziehung zu befreien.

Menschen die sich aber für einen solchen Schritt entscheiden sollten mit ihrer Entscheidung nicht allein sein. Die Unterstützung durch Angehörige und psychologische Hilfe ist enorm wichtig.

Menschen, die aus ihrer Beziehung zu einem Psychopathen ausbrechen sollten, eine Psychotherapie in Anspruch nehmen, um sich von einer schwächenden Beziehung zu erholen.

Während einer solchen Therapie ist es möglich, Kraft und emotionales Gleichgewicht zurückzugewinnen das Selbstvertrauen zurückzugewinnen und das Selbstwertgefühl wieder aufzubauen.

Wann und wie beendet man eine Beziehung mit einem Psychopathen?

**DER EINZIGE WEG DEN PSYCHOPATHEN LOS ZU WERDEN, UND WIEDER NORMAL ZU LEBEN, IST DER RADIKALE UND ABSOLUTE -**

**NO CONTACT.**

Wenn ihr Partner eine einzelne Eigenschaft aus dem obigen Listen und Beschreibungen hat, bedeutet dies nicht, dass er ein Psychopath ist. Menschen können an verschiedenen Störungen leiden, manche können einfach ein bestimmtes Verhalten zeigen, beispielsweise aufgrund von unreife.

Anstatt sich dann zu Fragen wie man die Beziehung mit dem angeblichen Psychopathen beenden kann, laden sie ihn ein an einer Paartherapie teilzunehmen, wenn sich die Probleme jedoch verschärfen und auch ihre Familie und Freunde es bemerken, ist es besser, hinzuschauen, mit wem sie durch ihr Leben gehen möchten.

## **Teil 2**

### **Der Narzisst.**

Die Narzisstische Persönlichkeitsstörung.

Umgangssprachlich versteht man unter einem Narzissten einen Menschen der ausgeprägten Egoismus Arroganz und Selbstüchtigkeit an den Tag legt und sich allen anderen gegenüber rücksichtslos verhält.

Auch diese betroffenen, wie die Psychopathen neigen dazu sich nach außen hin als großartig zu präsentieren.

Auch sie sind davon überzeugt ein besonderer Mensch zu sein. sie halten sich für intelligent und gutaussehend und für jemanden der beruflich herausragenden Leistungen erzielt.

Schon im Kindesalter glauben sie das ihnen eigentlich mehr zusteht als sie bekommen.

Auch Narzissten sind auf den ersten Blick charmant und gesellschaftlich erfolgreich. deren Charme setzen sie aber nur ein um aus anderen Menschen nutzen zu ziehen auch ihre Beziehungen sind oberflächlich.

Wenn sie genug von einer Partnerin haben, fangen Sie oft nach kurzer Zeit diese abweisend und ziemlich gefühllos zu behandeln.

Sie sind stark von Fantasien über grenzenlosen Erfolg macht Brillanz, Schönheit und perfekter Liebe eingenommen.

Und sie benötigen exzessive Bewunderung.

Sie sind häufig neidisch auf andere oder glauben andere seien neidisch auf sie.

Vermutlich ist weniger als ein Prozent der Bevölkerung von der Störung betroffen dabei sind 75% Männer und nur 25% Frauen, die diese Störung aufweisen.

Auch bei dieser Störung gehen Wissenschaftler davon aus, dass das Zusammenwirken von biologischen psychischen und umweltbezogenen Faktoren auszugehen ist, auch hier wird vermutet, dass genetische Faktoren bei der Entstehung eine Rolle spielen.



Außerdem soll die Störung dadurch begünstigt werden, wenn die Eltern ihrem Kind die Nichtanerkennung entgegenbringen, wenig einfühlsam sind und es möglicherweise auch überfordern.

Die Konnektive Verhaltenstherapie geht aber davon aus, dass die betroffenen in ihren ersten Lebensjahren zu positiv behandelt wurden sie wurden zum Beispiel von ihren Eltern abgöttisch geliebt bewundert oder idealisiert wurden,

dadurch entwickelten sie das Selbstbild etwas Besonderes zu sein und überschätzen ihre eigenen Fähigkeiten.

Eine narzisstische Persönlichkeitsstörung wird in erster Linie mit Psychotherapie behandelt. allerdings auch hier kommen die betroffenen nur selten von sich aus in eine Therapie.

Auch diese Störung gilt als relativ schwer zu behandeln.

Auch diese Personen sehen sich selbst als etwas besonders an und stellen dieses Bild ungern in Frage.

In der Regel werden Psychopharmaka bei einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung nicht als hilfreich angesehen sie werden auch nur dann eingesetzt, wenn gleichzeitig eine andere psychische Störung vorliegen wie zum Beispiel eine Depression.

Die Narzissten, auch mit solchen Menschen möchte man möglichst wenig zu tun haben.

Dem Narzissten geht es nur um Bewunderung (Selbstliebe),

Der Ursprung des Begriffs Narzissmus liegt in der Antike, der römische Dichter Publius Ovidius Naso (43 v.Chr.-17 n.Chr.) besser bekannt unter den Namen Ovid, erzählt in seinem Werk Metamorphosen

die in der griechischen Mythologie angesiedelte Geschichte von Narziss, der mit unstillbarer Selbstliebe bestraft wird, weil er alle seine Verehrer und Verehrerinnen herzlos zurückweist.

Als sich Narziss in einer wasserquelle sieht, verliebt er sich in sein eigenes Spiegelbild, ohne zu erkennen, dass er sich selbst sieht.

Er erkennt die Unerfüllbarkeit seiner Liebe und verschmachtet vor seinem Spiegelbild, bis er stirbt.

Und die Liste ist ähnlich wie bei den Psychopathen, sehe oben.

Auch hier ist der Selbstschutz und Abgrenzung das wichtigste.

Der erste Schritt dazu, aber auch hier ist die Selbsterkenntnis.

Interaktionen mit Narzissten führen oft dazu, dass sich deren Verzerrung der Realität überträgt und man in der Folge seine eigene Wahrnehmung beziehungsweise seine eigene Sicht der Dinge zu bezweifeln beginnt.

Der nächste Schritt für sie ist die Realität wahr zu nehmen und ihr zu vertrauen, denn Irrealität ist das Kennzeichen von Narzissmus,

das ist unabhängig davon, ob es um Perfektionsansprüche, Vorstellungen darüber wie etwas zu sein hat, Illusionen, Tatsachen Verzerrungen, katastrophendenken, Verleugnung oder auch offene Lügen handelt.

So oder so sie sollten sich abgrenzen.

Sie sollten bei dieser Spezies aber auch vorsichtig sein denn wenn sich Narzissten durchschaut oder gekränkt fühlen, weil sie zum Beispiel etwas haben, was der Narzisst nicht hat, so kann das im Narzisstischen Neid zum Minderwertigkeitsgefühl führen,

das so stark werden kann, dass der Narzisst mit diesen extremen Emotionen, die er sich nicht anmerken lassen wird kaum zurechtkommt.

Die einzige Lösung besteht für den Narzissten in der Beseitigung der Kränkungs-Quelle.

Manipulation, gewalttätige Kommunikation, Ausgrenzung, Mobbing und der Versuch der sozialen Vernichtung sind dabei übliche Vorgehensweise narzisstisch gestörter.

Auch hier ist für die betroffene die psychotherapeutische Begleitung notwendig.

**DER EINZIGE WEG DEN NARZISSTEN LOS ZU WERDEN, UND WIEDER NORMAL ZU LEBEN, IST DER RADIKALE UND ABSOLUTE WEG DES -**

**NO CONTACT.**

## Teil 3

### Gaslighting

Als Gaslighting wird in der Psychologie eine Form von psychischer Gewalt bzw. Missbrauch bezeichnet.

Die Opfer werden gezielt desorientiert manipuliert und zutiefst verunsichert und ihr Realitäts und Selbstbewusstsein allmählich deformiert bzw. zerstört.

Der Begriff stammt ursprünglich vom Titel des Theaterstückes *Gas Light* des britischen Dramatikers Patrick Hamilton aus dem Jahr 1938.

Das Thema wurde durch den Film *Das Haus der Lady Alquist*, mit Ingrid Bergman in der Hauptrolle, weltbekannt.

*Gaslight* erzählt die Geschichte eines Paares: Paula (gespielt von der Oscar Preisträgerin Ingrid Bergman) verdächtigt ihren Mann des Mordes.

Sie bemerkt, dass Gegenstände aus dem Haus verschwinden und nachts seltsame Geräusche sie erreichen.

Der Ehemann versucht, sie davon zu überzeugen, dass es eine Wahnvorstellung ist, und um es zu beweisen zündet er die Gaslampen an und überzeugt die Frau, dass nur sie sie sehen kann.

Irgendwann beginnt der Ehepartner zu glauben, dass er psychisch krank ist.

Und die Manipulation war erfolgreich.

Handlungen werden bewusst und behutsam ausgeführt,

Momente der Zärtlichkeit und Wut greifen ineinander, für einen Außenstehenden mag der Manipulator ein guter, fürsorglicher Partner sein,

so dass sich das Opfer in der Manipulation desorientiert, hilflos und unverstanden fühlt,

so dass es die Schuld auf sich nimmt und auf sich selbst gestellt und im fortgeschrittenen Stadium die eigene psychische Gesundheit in Frage stellt.

Der Begriff wird seit den 1960er Jahren auch umgangssprachlich und als psychologischer Fachbegriff verwendet.

Um Bemühungen zu beschreiben jemand der Wahrnehmung der Realität zu manipulieren.

Die Täter werden als Gaslighter bezeichnet.

Nicht nur Psychopathen verwenden diese Technik, auch Narzissten.

Ja diese Technik wird von Psychopathen und Narzissten verwendet - Menschen mit B-Cluster Persönlichkeitsstörungen - dramatisch-inkonsistente Störungen.

Gaslighting kommt jedoch viel häufiger vor.

Untreue Partner greifen zu Gaslighting.

Es kann auch eine schlechte Angewohnheit sein, bitte Manipulator nicht wahrnimmt und die überwunden werden kann.

Dieses Phänomen ist jedoch nicht zu unterschätzen. es ist eine psychische Gewalt, die nicht weniger schädlich sein kann als körperliche Gewalt.

Das ist Gewalt!

Anstatt deinen Körper zu verletzen, verletzt der Gaslighter deine Emotionen.

Opfer solcher Manipulationen geraten in eine Spirale des Zweifels, Trauen ihren Eindrücken nicht und ihr Selbstwertgefühl stürzt kopfüber.

Sie beginnen, an die Versionen des Manipulators zu glauben, entschuldigen sich immer häufiger und rechtfertigen das Verhalten ihrer Unterdrücker.

Eine solche allmähliche Zerschlagung des eigenen mentalen Widerstands kann folglich zu Depressionen und Angstzustände führen.

Es ist eine Art mentaler Folter, mit der Folterer und Terroristen Gefangenen unter Kontrolle halten und sie mit sich schnell ändernden Situationen desorientieren.

Hier wird die Wahrnehmung der Realität beim Opfer in Frage gestellt.

dies geschieht wiederholt und über einen langen Zeitraum durch eine oder mehrere Personen. das kann durch Verleugnung von real existierenden Dingen, Verhaltensweisen oder Ereignissen geschehen und durch bewusste Inszenierung.

Täter und Opfer befinden sich in einem Vertrauensverhältnis, also vertraut das Opfer dem Täter und seinen manipulierenden Aussagen.

und mit der Zeit beginnt das Opfer an dem eigenen Gedächtnis der Wahrnehmung und an dem eigenen verstand zu zweifeln.