

## Co powoduje alienację rodzicielską w relacjach narcystycznych opartą na przywiązaniu?

Autorstwa Sharie Stines, Psy.D

*„To zabawne, że czasami ludzie, dla których przyjąłbyś kulę, są tymi, którzy stoją za spustem”.*



### **Czym właściwie jest alienacja rodzicielska w kontekście relacji narcystycznej?**

Jest to dynamika, która występuje, gdy dziecko jest manipulowane przez narcystycznego rodzica, aby odrzucić drugiego, zdrowego i empatycznego rodzica. Dzieje się tak, ponieważ narcystyczny rodzic używa pewnego rodzaju niewidzialnego przymusu, aby przekonać dziecko, że drugi rodzic nie jest dobry. Zasadniczo narcystyczny rodzic uczy swoje dziecko nienawiści do drugiego rodzica i używa go, jako broni, by skrzywdzić drugiego, nie narcystycznego rodzica.

Często dzieje się tak poprzez implikację i komunikację niewerbalną, na przykład, gdy dziecko wraca do domu po byciu z drugim rodzicem, a narcystyczny rodzic jest nadmiernie zaniepokojony lub zdenerwowany czymkolwiek, co mogło się wydarzyć w domu drugiego rodzica; postępując tak, jakby istniała przyczyna niepokoju, i że dziecko ma wielkie szczęście, że znajduje się z dala od „niezdrowego środowiska...”

## **Dlaczego dziecko tak chętnie odrzuca swojego „dobrego” rodzica w zamian za zaburzonego emocjonalnie rodzica z zaburzeniami osobowości?**

Dzieje się tak, ponieważ dziecko widzi i czuje odrzucenie i odcinanie drugiego rodzica przez obraźliwego rodzica i uwewnętrznia głęboki i silny lęk, że jeśli nie identyfikuje się z „uprzywilejowanym” rodzicem, to on również zostanie odrzucony przez narcyza. W rzeczywistości dziecko będzie przebywać z rodzicem odrzucającym, aby zapewnić mu ochronę przed takim samym fatalnym odrzuceniem, jak rodzic docelowy.

Dziecko nieświadomie doświadcza pewnego rodzaju zjawiska więzi urazowej / syndromu sztokholmskiego w relacji rodzicielskiej. Porównaj to z kultem. W kulcie członkowie uczą się lojalności wobec charyzmatycznego przywódcy kosztem przyjaciół, rodziny i społeczeństwa! To naprawdę zdumiewające, jak to się dzieje.

Narcyz, podobnie jak charyzmatyczny przywódca kultu, przekonuje swoje dziecko, że jest „wyjątkowy” i „uprzywilejowany”, łącząc się z nim (narcyzem). Rzeczywistość przewraca się na do góry nogami i drugi rodzic zaczyna być postrzegany niebezpiecznym, podczas gdy narcyz staje się swego rodzaju bohaterem.

Zazwyczaj w rodzinie narcystycznej jest „złote dziecko” i „kozioł ofiarny”. W obu przypadkach rodzina doświadcza instynktownie niewypowiedzianej dynamiki w grze rodzinnej. Często, podczas rozwodu, dziecko „kozioł ofiarny” może doświadczyć narcystycznego rodzica, który nagle zwraca na niego uwagę, zaspokajając odczuwane potrzeby dziecka, które od dawna nie zostały zaspokojone w psychice dziecka.

Dziecko głoduje z powodu braku uwagi narcystycznego rodzica, więc kiedy nagle zaczyna otrzymywać bardzo pożądaną uwagę, wszelkie analizy i logika zostają zawieszane. To jest jak osoba umierająca z pragnienia, otrzymująca tę dawno spóźnioną szklankę lodowej wody gazowanej. Nawet, jeśli narcyz był niegodziwy, krzywdzący lub zaniedbywał dziecko w przeszłości, z powodu amnezji nadużycia, nie ma to znaczenia. Potrzeby dziecka zostają zaspokojone w jednej chwili, a wszystko jest wybaczone i zapomniane.

A jeśli dziecko czuje się bezpiecznie z rodzicem, który zawsze był dla niego dostępny emocjonalnie, łatwo będzie narcystycznemu rodzicowi manipulować takim dzieckiem, ponieważ wewnątrz wie, że jego więź jest bezpieczna z empatycznym rodzicem.

**O wiele łatwiej jest odrzucić osobę, o której wiesz, że nigdy nie odejdziesz, niż odrzucić kogoś, kogo ledwo możesz trzymać.**

Dla dziecka **nieświadomy wybór jest strategią przetrwania emocjonalnego**. Jednym z problemów związanych z toksycznymi związkami jest to, że stwarzają one niezaspokojone potrzeby osobom zależnymi od toksycznych osób. Kiedy narcyz zaczyna zabiegać o dziecko, bardzo niewiele potrzeba, aby go przekonać. Gdy to nastąpi, rozpoczyna się alienacja drugiego rodzica. W rzeczywistości narcyz nie kocha swojego dziecka w prawdziwy sposób. Prawdziwa miłość nie pozbawiłaby nikogo kochającego, empatycznego związku.

Poza tym nie wolno nam zapominać, że ludzie z narcyzmem posiadają urojenia w myśleniu. Na pewnym wypaczonym poziomie narcyz rzeczywiście wierzy we własne kłamstwa. Zniszczył przede wszystkim relacje z drugim rodzicem, tworząc w jego umyśle dramat, który uczynił „dobrego” rodzica złoczyńcą; podczas gdy narcyz niesłusznie uważa, że jest strona naprawdę poszkodowaną.

Aby dodać więcej mocy dynamice, ponieważ narcyz wierzy w swoje własne kłamstwa, jest on **BARDZO** przekonujący dla wszystkich - szczególnie dla jego bezbronnych dzieci. **Propaguje on swoją iluzoryczną narrację.**

Drugi (empatyczny) rodzic nie widzi, kiedy to nadchodzi i nie może konkurować z obłudą tego wszystkiego. Ponieważ empatyczny rodzic jest najprawdopodobniej sumienny i gra uczciwie, nie jest on wyposażony nawet w pole bitwy z bronią narcyza - uwodzenie, manipulacje, kampanie oszczerstw, kompleksy urojeniowe, wiara w konfabulację, zakręcanie rzeczywistości i całkowite szaleństwo. Drugi rodzic jest kompletnie przechytrzony.

<https://pro.psychcentral.com/recovery-expert/2017/11/what-causes-attachment-based-parental-alienation-in-narcissistic-relationships/>