

Dag!

Dit zijn de vragen over je gemoedstoestand (of die van je partner) in reactie op eventueel narcisme. Als het veel 'ja' is voor jou of jouw partner, dan is het belangrijk om er iets mee te doen.

1. Voel je je voortdurend uitgeput?
2. Heb je problemen met slapen?
3. Worstel je met gevoelens dat problemen in jullie relatie jouw schuld zijn?
4. Ben je vaak bang in wat voor een stemming je partner zal zijn als die thuiskomt of jij thuiskomt?
5. Vraag je je wel eens af of je partner je de volledige waarheid vertelt?
6. Heb je het idee alsof je partner belangrijker is dan dat jij bent?
7. Heb je het gevoel alsof je op je tenen loopt bij je partner?
8. Lijkt het alsof je partner twee gezichten heeft en diens persoonlijkheid ineens kan veranderen? Zo kan je partner schijnbaar gelukkig of aardig zijn en enkele minuten daarna nors, boos, onrustig of depressief?
9. Heb je ooit de 'stille behandeling' gekregen van je partner (uren of langer 'bewust' doodgezwegen worden)?
10. Heb je toestemming van je partner nodig om iets te doen?
11. Heb je weinig of geen toegang tot financiële rekeningen?
12. Heb je weleens suïcidale gedachten?
13. Heb je het gevoel zelden iets gedaan te krijgen wat in jouw behoeften voldoet in deze relatie, of dat jouw behoeften altijd het laatst komen?
14. Heb je het gevoel alsof jouw partner jou behandelt alsof die niet jouw gelijke is?
15. Heb je het gevoel alsof je leven een leugen is, dat de buitenwereld je op een manier ziet, terwijl je innerlijke werkelijkheid heel anders is?
16. Weet je niet meer wie je echt bent?

Met hartelijke groeten,
Drs. Monique Stadler
Socioloog - Basistherapeut EFT

SamenCommuniceren
Oostrikkerdijk 12
5595 XD Leende
KvK Eindhoven 62780298
mstadler@samencommuniceren.nl
www.samencommuniceren.nl