



 **iloslifestyle**
Relazioni vincenti

3 segreti

Per

“Gestire Un Narcisista”

*Tutto quello che ti serve per trasformare
la tua relazione*

BY ILOS



Note legali

Questo e-book è destinato esclusivamente a uso personale per scopi di intrattenimento. L'autore non garantisce alcun risultato specifico e non si assume responsabilità per l'uso o i risultati che ne derivano. Non è consentito rivendere o condividere questo e-book con altre persone. Se desideri condividerlo, ti invitiamo ad acquistare una copia aggiuntiva per ogni destinatario. Leggere questo e-book senza averlo acquistato regolarmente rappresenta una violazione della legge. Questo e-book non è gratuito. È consentito stampare una sola copia per uso personale. È severamente vietato stampare più copie, distribuirle a pagamento o gratuitamente, sia in formato cartaceo sia elettronico, in conformità alle leggi internazionali sul copyright. Questo contenuto è di proprietà esclusiva di ILOSLIFESTYLE.COM. Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questo e-book può essere riprodotta, in qualsiasi forma o con qualunque mezzo (elettronico, meccanico, fotocopie, registrazioni vocali o altri sistemi), senza l'autorizzazione scritta dell'autore o dell'editore.

Disclaimer Professionale:

Desidero precisare che non sono un medico né uno psicologo, bensì un *mental coach* specializzato in strategie relazionali. I contenuti presentati in questo ebook derivano da esperienze personali e ricerche nel campo delle relazioni interpersonali e hanno uno scopo esclusivamente informativo e divulgativo. Non devono essere considerati consigli medici o psicologici né sostituire in alcun modo trattamenti terapeutici o cure specialistiche. In caso di disagio emotivo, psicologico o di disturbi della salute mentale, è fortemente raccomandato rivolgersi a professionisti qualificati nel settore medico, psicologico e psichiatrico.



Note legali	2
Prefazione.....	5
Di cosa parla questo special report:	8
Introduzione.....	10
Trucco N. 1: Comportati con lui come se fossi una donna narcisista:	17
Mini-Guida: Come giocare al suo stesso livello.....	19
Tabella pratica: Donna enigmatica vs Narcisista.....	22
Trucco 2: Somministrazione dello stimolo dell'abbandono.....	24
Come usare il sigillo dell'abbandono	26
Approfondimento sullo stratagemma dell'abbandono.....	28
Trucco n.3: Invalidazione delle sue prestazioni.....	30
L'ego maschile del narcisista.....	31
Come ottenere un forte ascendente psicologico	32
Sfrutta l'ascendente psicologico per il cambiamento	33
Conclusione	34
Il tuo prossimo passo.....	35
Cosa puoi fare adesso:	35



**"ESSERE D'ACCORDO SU
TUTTO NON È UN REQUISITO
PER AMARE QUALCUNO, MA
SAPER GESTIRE I DISACCORDI
LO È."**





Prefazione

Prima di tutto, voglio dirti grazie.

Grazie per avermi permesso di entrare per qualche minuto nella tua vita e nel tuo cuore.

Questo piccolo report non è un manuale freddo, ma un “dono” pensato solo per te: una carezza scritta, un invito a guardare la tua storia d’amore con occhi nuovi.

Forse in questo momento ti senti stanca, delusa, o semplicemente confusa davanti a un uomo che ti ha fatto battere il cuore... e che allo stesso tempo ti ha ferita.

Sappi che non sei sola: ogni parola che leggerai è stata scelta accuratamente per accompagnarti, come farebbe un’amica fidata seduta accanto a te con una tazza di tè caldo tra le mani.

Ho raccolto per te tre segreti preziosi. Non sono “tecniche piatte”, ma piccole chiavi capaci di aprire nuove porte dentro di te e nella tua relazione.

Ti aiuteranno a ritrovare velocemente il tuo potere, senza rabbia né durezza, ma con la grazia di una donna che impara a sorridere di nuovo davanti allo specchio.

Lascia che ti racconti la storia di Chiara. Quando mi ha scritto per la prima volta, era distrutta: ogni discussione con il suo compagno diventava una battaglia, fatta di silenzi pesanti, accuse e parole che ferivano più dei coltelli.

“Il narcisismo è un seme fragile che, se annaffiato da stress e frustrazioni, diventa un magigno capace di schiacciare relazioni e benessere – riconoscere il piccolo germoglio è la cura più preziosa.”



Si sentiva invisibile, come se il suo amore non contasse nulla. Una sera, in lacrime, mi disse: “Forse l’unico errore che ho fatto è stato amarlo troppo”.

Chiara decise allora di provare questi tre segreti.

Cominciò dal primo: smise di farsi influenzare da ogni suo consiglio e, con un sorriso lieve, iniziò a invalidare con dolcezza le sue certezze.

Poi passò al secondo: il micro-abbandono.

Non era più sempre così disponibile, e improvvisamente lui cominciò a rincorrerla, a volerla di nuovo vicino.

Infine, con il terzo segreto, imparò a toccare la sua falsa sicurezza, ma con leggerezza, insinuando dubbi ironici che lo spingevano a cercare la sua approvazione.

Il cambiamento fu sorprendente: da relazione tossica e soffocante, la loro storia iniziò a trasformarsi in un legame più equilibrato, dove Chiara si sentiva finalmente ascoltata, rispettata e vista.



E mentre lui imparava a moderare i suoi eccessi, lei tornava a guardarsi allo specchio con orgoglio.

Adesso si vedeva riflessa non più una donna ferita, ma una donna forte, che sapeva amare sé stessa.

So che parlare di “contro-manipolazione” può sembrare un tantino strano o perfino duro. Ma lascia che ti rassicuri: qui non troverai armi di guerra, troverai strumenti di libertà.

Troverai il coraggio di dire “basta” quando serve, ma anche la possibilità di guidare la relazione verso un amore più vero, se è quello che desideri.



Forse hai già provato tanti modi per gestire la sua parte più difficile, e niente ha funzionato come speravi. Probabilmente sai tutto riguardo il narcisismo maschile.

Tuttavia, potresti esserti accorta che spesso le teorie accademiche non sempre si accordano con la realtà che stai vivendo.

Ed è proprio questo il punto: interessarci a come trasformare la situazione sul piano pratico senza che tu debba cambiare te stessa o studiare tonnellate di teorie.

Bene, questo è il momento di modificare le regole del gioco. È il momento di smettere di subire e iniziare a brillare. Ricorda: il potere è già nelle tue mani, io voglio solo aiutarti a vederlo e a usarlo per il tuo bene.

Con questi tre segreti, potrai finalmente scegliere tu la strada: rieducare il tuo uomo all'amore che meriti... oppure chiudere il capitolo senza più rimpianti, ma con il cuore leggero.

Sei pronta?

Allora prendimi per mano e cominciamo insieme questo piccolo viaggio verso la tua redenzione.

Con affetto,

ILOS'

QUESTO SPECIAL REPORT È IL TRAMPOLINO DI LANCIO PER I PERCORSI SPECIALISTICI TMDISINNESTARE IL NARCISISTA, DOVE POTRAI APPROFONDIRE ULTERIORMENTE QUESTE SEMPLICI TATTICHE FEMMINILI E TRASFORMARTI IN UNA MAESTRA DI RELAZIONI SENTIMENTALI.

PER MAGGIORI INFORMAZIONI [vai alla pagina ufficiale.](#)



Di cosa parla questo special report:

- Come comportarti come una narcisista per giocare al suo stesso livello: Scoprirai come disorientare il tuo partner con piccoli gesti strategici, come invalidare i suoi consigli con tutta naturalezza.

Questo modo di fare lo metterà in leggera difficoltà, accendendo la sua curiosità verso di te e facendo emergere rispetto nei tuoi confronti. Finalmente, sarai tu quella che non può ignorare.

- **Il potere del micro-abbandono:** Imparerai a creare momenti studiati ad arte che lui percepirà come piccoli abbandoni.

Gli stimoli dosati con attenzione scateneranno il suo bisogno di riconquistarti e apprezzarti.

Tale fenomeno renderà neutro il suo controllo psicologico nella relazione sperimentandoti come irresistibile ai suoi occhi.

- **Invalidazione delle sue prestazioni di "maschio":** Apprenderai come usare il giudizio critico in modo sottile ma potente per far vacillare la sua sicurezza identitaria. Questo lo spingerà a dubitare delle sue capacità e a desiderare costantemente la tua approvazione, mettendoti al centro del suo universo e del suo bisogno di conferme.

Benefici che otterrai leggendo questo report

✓ **Strumenti pratici e subito applicabili:** Imparerai tecniche semplici ma efficaci per migliorare la tua relazione con il narcisista e ottenere risultati immediati.



✓ **Il controllo della dinamica:** Scoprirai come ribaltare la situazione a tuo favore, guidando il narcisista a sentirsi in dovere di capirti e rispettarti.

✓ **Gestione strategica dei comportamenti:** Capirai come trasformare i comportamenti narcisistici in un'opportunità per rafforzare la tua posizione e creare una relazione più equilibrata.

Leggendolo, riuscirai a svelare le dinamiche nascoste della manipolazione narcisistica e a ribaltarle a tuo favore.

Il manuale “Disinnescare il narcisista” che puoi trovare all'interno del sito è invece progettato per portarti ancora più in profondità.

Questo è una guida dettagliata e pratica di oltre 300 pagine per commutare la tua relazione e trasformarla una volta per tutte, puoi visualizzarla [clicca qui](#).

Se ami esplorare le dinamiche comunicative ad alto impatto e sei stanca delle solite banalità dei libri tradizionali, questo sarà il passo naturale nel tuo viaggio di crescita personale.

“Uscire dal vortice del narcisista significa trasformare le proprie cicatrici in stemmi di libertà, mostrando al mondo che il vero potere risiede nel riappropriarsi di sé stessi.”



Introduzione

Trattare con uomini narcisisti è diventato molto comune. Ma perché? Oggi, a differenza del passato, le dinamiche familiari sono cambiate.

Un tempo si dava grande valore all'idea della famiglia unita, e la donna spesso era costretta a occupare ruoli subordinati.

Oggi, invece, i conflitti tra moglie e marito, le separazioni e le controversie hanno creato un ambiente che, purtroppo, favorisce la crescita di bambini estremamente egocentrici.





L'uomo narcisista, infatti, è spesso un ex bambino “troppo” egocentrico.

Qualcuno che ha vissuto esperienze traumatiche durante l'infanzia, soprattutto nel rapporto con i genitori.

Immagina, ad esempio, Marco.

Da bambino assisteva continuamente ai litigi tra suo padre e sua madre. Il papà, accusando la madre di tradimento, ricorreva spesso alla violenza. Marco, impotente, non poteva fare nulla se non assorbire quelle scene, come una spugna.

Oggi, da adulto, Marco ripete gli schemi del padre: crede che la maggior parte delle donne sia pronta a tradire e, per questo, si comporta in modo manipolativo e controllante.

Molti uomini narcisisti hanno vissuto traumi legati alla separazione dei genitori: si sono sentiti rifiutati, feriti, invalidati, giudicati e messi a confronto. Questo pseudo-trauma ecco che li spinge a voler dimostrare al mondo intero di essere campioni, seduttori e leader.

Parlano in continuazione di ambizioni, successo, potere e dominio, rincorrendo spesso possedimenti materiali solo per colmare le proprie insicurezze.

Uomini come Marco diventano esperti nella comunicazione manipolativa: usano ricatti e condizioni nascoste per volgere le situazioni a loro favore, nel tentativo di non rivivere mai più quel dolore passato.

Ma, amica mia, non pensare che un narcisista debba essere evitato sempre e a tutti i costi. Immagina se tuo figlio fosse un narcisista ordinario che, crescendo, inizia a comportarsi male con la fidanzata: lo allontaneresti dal tuo cuore?

Gran parte di narcisisti ordinari (non patologici) possono essere rieducati all'altruismo attraverso modelli di comunicazione specifici.



Sono istruzioni precise che aiutano ad aprire la loro consapevolezza, rendendoli più coscienti dei propri pensieri, sentimenti, parole e comportamenti.

Diversi studi e terapie, come la *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* e la *Schema Therapy*, hanno dimostrato che un narcisista può cambiare se guidato con gli strumenti giusti: il percorso non è immediato, ma permette di sviluppare empatia e comportamenti più sani (Verywell Mind, Can a Narcissist Change? 2023).

Un ex narcisista ordinario che è stato rieducato all'empatia vale moltissimo: perché, a differenza di un uomo naturalmente empatico, ha vissuto un percorso di maturazione che lo rende diverso dalla massa.

La vera preoccupazione nasce nelle relazioni con i narcisisti patologici, siano essi “covert” (nascosti) o “overt” (espliciti, maligni). Parliamo di persone affette da quello che ormai conosciamo come Disturbo Narcisistico di Personalità (DNP).

In questi casi, purtroppo, l'unica vera strategia di difesa è prendere le distanze e, se necessario, allontanare queste persone dalla propria vita—anche quando si tratta di un partner, un marito o un fidanzato.

Con i narcisisti patologici la situazione è particolarmente complessa: non esistono scorciatoie, né soluzioni magiche. Non importa quanto tu sia comprensiva o disposta ad aiutarli, se non sono loro stessi a riconoscere il problema e a intraprendere un percorso terapeutico con professionisti della salute mentale, ogni tentativo rischia solo di farti male.

La tutela del proprio benessere deve rappresentare una priorità assoluta. Ho approfondito per oltre 19 anni lo studio del pensiero e del comportamento narcisista, principalmente negli Stati Uniti e in Rus



sia, identificando i principali schemi comunicativi persuasivi e seduttivi adottati da tali soggetti.

In questo contributo desidero condividere alcune informazioni e strumenti utili per aiutare a superare situazioni complesse e perseguire una soddisfacente vita relazionale.

Attualmente, sono in grado di riconoscere i soggetti narcisisti attraverso il loro modo di porsi, vestirsi e interagire socialmente. Sono convinto che, applicando con attenzione le indicazioni proposte, sarà possibile sviluppare la stessa capacità di individuazione, anche nei casi in cui tali soggetti mostrino atteggiamenti apparentemente altruistici.

Perché sin da subito inizio i narcisisti covert si comportano come empatici insospettabili, ma il loro vero carattere emerge solo nei momenti nei quali si scatena della tensione emotiva.

Molte donne si accorgono della vera natura dell'uomo che hanno accanto soltanto nei momenti di massima tensione, quando una discussione accende la miccia e le maschere cadono. All'inizio della relazione, quasi mai si percepisce questo lato nascosto.

E sai perché? Perché un narcisista “eremitico” o apparentemente “perfetto” può celarsi dietro gesti gentili e sorrisi per anni, senza lasciare trapelare nulla. Solo con il tempo e in situazioni emotivamente cariche si svelano le sfumature più profonde del suo carattere, spesso sorprendendo chi gli sta vicino.

Poi, però, basta poco: il timore di perderti o la sfida a una sua manipolazione. Ed è lì che può mostrare lati bui, arrivando perfino a comportamenti di stalking, abuso o accanimento. È doloroso da vedere, lo so... ma è proprio questo che rende così difficile il rapporto con uomini di questo tipo.

Ecco perché tante donne si sentono confuse su come comunicare con un narcisista. Non è colpa tua se a volte ti sei sentita smarrita:



lui osserva tutto, analizza ogni parola, e reagisce solo a comunicazioni sottili, paradossali, controintuitive... persino enigmatiche.

Ma adesso immagina: e se tu potessi trasformare questo enigma a tuo favore? Vuoi scoprire come applicare modelli di comunicazione che cambiano davvero le carte in tavola, e che possono regalarti risultati straordinari?

È il momento di imparare a vincere in amore... con dolcezza, con intelligenza, con il cuore.

In questo report non verranno analizzati in dettaglio i quattro tipi di narcisismo o i tratti istrionici, pur riconoscendo il potenziale interesse dell'argomento.

Verranno invece presentate alcune strategie che è possibile adottare immediatamente. Si tratta di azioni semplici ma incisive, finalizzate a incrementare la consapevolezza personale, la sicurezza e la percezione di autostima nelle proprie relazioni.

L'approccio proposto si basa sulla comunicazione strategica: parole e comportamenti in grado di produrre cambiamenti significativi nei rapporti interpersonali.

Questi modelli mirano a promuovere un pensiero innovativo, favorire nuove soluzioni e migliorare l'ambito sociale e affettivo senza lunghi tempi di attesa.

Verrà inoltre illustrato a grandi linee come impiegare strumenti quali il micro-abbandono, l'egocentrismo (inteso nel contesto della cosiddetta "donna narcisa") e il giudizio sottile.

Sai qual è la chiave che funziona con qualsiasi narcisista — che sia egocentrico, istrionico, ordinario o patologico? La comunicazione enigmatica!

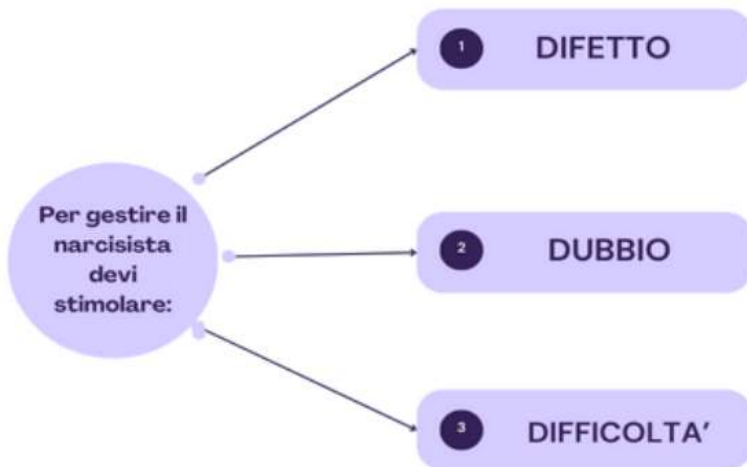
Essere una donna enigmatica significa avvolgerti di un alone di mistero che incuriosisce e affascina.



Non devi mai concedere facilmente accesso alle tue informazioni private, altrimenti lui le userà per proiettare su di te i suoi significati.

L'enigma attira i narcisisti come il formaggio per il topo. Perché loro amano risolverli e proprio mentre cercano di decifrare il tuo mistero intrigante, si infatuano ancora di più di te.

In TMDisinnescare il narcisista, approfondiremo questa tecnica inedita di seduzione femminile chiamata **comunicazione enigmatica**: uno stratagemma speciale che ha lo scopo di creare intense reazioni di coinvolgimento negli uomini narcisisti, che siano mariti, fidanzati o amanti.







Trucco N. 1: Comportati con lui come se fossi una donna narcisista:

L'uomo narcisista è abituato a giocare sporco nelle relazioni con le donne, soprattutto con le donne empatiche (altruiste). Ma quando si trova di fronte a una donna narcisista, entra in crisi.

Esistono anche le donne narcisiste? Certo che sì!

Anche se si parla poco di narcisismo femminile, molte donne ignorano di esserlo, persino quando provano piacere per i fallimenti o le disgrazie degli altri.

Le donne narcisiste, infatti, riescono spesso a crearsi posizioni privilegiate.

Sono capaci di manipolare con naturalezza uomini di grande spessore — economico, sociale e persino estetico.





Il vero problema, però, nasce quando un narcisista si trova di fronte a lei. Lui ama dare consigli a destra e a manca, convinto di essere un sapientone, un genio capace di ricoprire mille ruoli.

Ma lei non li riceve.

E allora tutto cambia. Se si accorge che la sua “preda” è una donna egocentrica e narcisista, diventa improvvisamente attento, guardingo.

E se il tuo obiettivo è catturare la sua attenzione, senza per forza innamorarti o condividere la tua vita con lui, questo è il momento giusto per provocarlo.

Vuoi farti notare tra le tante donne che lo circondano?

C'è un segreto: devi dargli consigli. Dagli suggerimenti su come fare o su come risolvere i suoi problemi, ma senza proporti come colei che li risolve al posto suo. Questo è il tratto tipico della donna narcisista.

Ricorda: il narcisista ama dare consigli, ma raramente li mette in pratica di persona. Pretende che siano gli altri a risolvere i suoi problemi. Se invece sei tu a chiedere un consiglio, lui sarà felicissimo di dartelo, perché così appaga il suo ego.

Ma, mentre lo fa, pian piano consumerà l'interesse per te, considerandoti facile da controllare. E tu non sei questo.

Ecco perché, se vuoi davvero confonderlo, devi invalidare i suoi consigli, anche quando sembrano buoni. Quando sei tu a dirgli cosa fare, a guidarlo con sicurezza, il narcisista va in tilt.

Offrendogli consigli non richiesti, anche ironici, soprattutto nelle prime fasi del flirt, lo metti in crisi.

Lo fai dubitare della sua maestria e del suo sapere. Questo dubbio lo ricarica emotivamente... e sarà lui a sentirsi in pugno a te.



Vuoi un esempio?

Digli che sei impegnata tutta la settimana. Raccontagli che ami prenderti cura di te stessa: il lunedì sei dal parrucchiere, il mercoledì in palestra, il giovedì a fare shopping.

Lasciagli solo tre ore libere il sabato pomeriggio, dalle 15 alle 18. In quel tempo, forse, potresti vederlo per un aperitivo... ma in compagnia dei tuoi amici.

Questo lo disarma. Perché non solo giochi al suo stesso livello, ma mostri anche il tuo valore sociale, il riconoscimento che hai dagli altri. Un colpo doppio: lo destabilizzi e, allo stesso tempo, lo intrighi.

Quando ti presenti così, come una donna enigmatica e impegnata, entri in una parte nascosta della sua mente. Lui ti penserà, sentirà il bisogno di dominarti... e dimenticherà tutto il resto.

Mini-Guida: Come giocare al suo stesso livello

ENIGMI
Entrargli nella mente

«Tra le pieghe dell'enigma che lasci irrisolto, il narcisista ti rincorre: più cerca la soluzione, più ti scolpisci nella sua mente.»



1. Dai consigli non richiedi

- “Sai cosa dovresti fare?... provare questa strada.”
- “Se fossi in te, cambierei subito questo dettaglio.”

Non proporre mai di risolvere tu il problema: limita-ti a suggerire, con leggerezza, come potrebbe risolverselo da solo.

2. Invalida i suoi consigli

- Lui: “Secondo me dovresti gestire meglio il tuo tempo.”
- Tu (sorridente): “Carino il tuo consiglio, ma io ho un metodo che funziona meglio per me.”

Anche se il consiglio è valido, mostra sempre che tu hai un'alternativa migliore. Questo lo destabilizza e accende la sua attenzione.

3. Mostra che la tua vita è piena

Fai capire che non sei sempre disponibile:

- “Lunedì ho il parrucchiere.”
- “Mercoledì sono in palestra.”
- “Giovedì shopping con un'amica.”
- “Sabato ho giusto tre ore libere, ma le passo con i miei amici. Se vuoi, puoi unirti.”

In questo modo ti percepisce come una donna desiderata, impegnata e con valore sociale.

4. Usa un pizzico di ironia

- “Ti vedo convinto... ma non sei mica un manuale di istruzioni, sai?”



- “Sei bravo a dare consigli, ma fammi vedere come li applichi nella tua vita.”

L'ironia crea un piccolo corto circuito che lo intriga e lo spinge a pensarti ancora di più.

5. Mantieni il mistero

- Non raccontare tutto di te. Lascia zone d'ombra:
- “Ci sono cose che preferisco non dire subito, magari le scoprirai con il tempo.”

✅ Cosa dire	❌ Cosa evitare
Scusa, oggi non riesco a vederti... ho già un impegno.	Io ci sarò sempre per te.
A volte lascio perdere le cose che non mi convincono... e poi non mi guardo indietro.	Non ti lascerò mai.
Mi piace cambiare spesso, non resto mai troppo a lungo nello stesso posto.	Staremo insieme per sempre.
Oh, devo andare... il mio cane/gatto mi aspetta a casa.	Puoi contare su di me in qualunque momento.
Sabato ho solo un paio d'ore libere, se vuoi ci vediamo, ma poi devo scappare.	Mai nessuno ci separerà.

L'enigma è irresistibile per un narcisista: lo costringe a inseguirti nella speranza di decifrarti.



💡 **Risultato:** lui si sentirà in crisi, destabilizzato ma attratto. Ti vedrà come una sfida, e il suo pensiero tornerà sempre a te

Tabella pratica: Donna enigmatica vs Narcisista

Questa tabella ti mostra come rispondere in modo strategico ai comportamenti tipici del narcisista, mantenendo il tuo fascino enigmatico e il controllo della situazione.

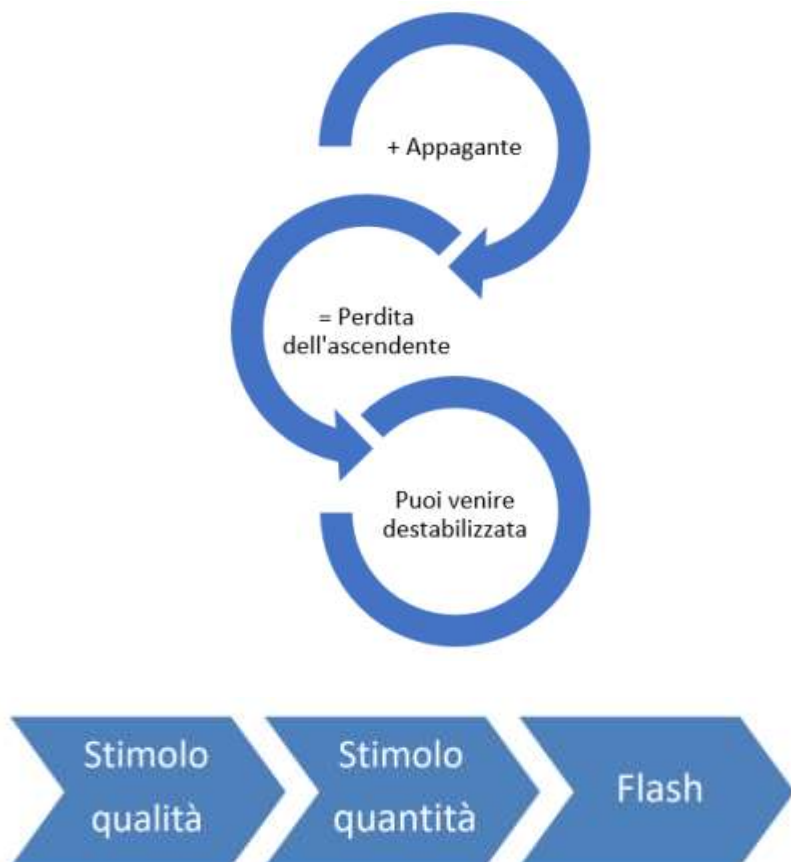
Comportamento del narcisista	Risposta della donna enigmatica
Ti dà un consiglio non richiesto	Sorridi e rispondi: 'Carino, ma io ho un metodo diverso che funziona meglio per me.'
Si vanta delle sue qualità	Annuisce e aggiungi con dolce ironia: 'Interessante... ma dimostromelo con i fatti.'
Ti chiede di essere sempre disponibile	Mostra che la tua agenda è piena: 'Sabato ho solo tre ore libere, se vuoi puoi unirmi con i miei amici.'



Adesso hai già in mano tre schemi base per influire su un narcisista:

1. Elargire consigli non richiesti e invalidare i suoi.
2. Comportarti come una narcisista egocentrica che ama sé stessa e non ha tempo da dedicargli 3.

Dimostrare che gli altri ti rispettano e ammirano, influenzandolo di conseguenza (riproma sociale By Robert Cialdini)





Trucco 2: Somministrazione dello stimolo dell'abbandono

La maggior parte delle persone con tratti narcisistici, in particolare coloro che durante l'infanzia hanno sperimentato conflitti tra genitori o timore di abbandono, tendono a non tollerare la solitudine.

Questa avversione è fortissima soprattutto nel narcisista eremitico, che all'apparenza sembra vivere bene isolato, ma che in realtà la solitudine la teme più di chiunque altro.

Per loro, perdere qualcosa o qualcuno riporta alla mente l'antica ferita dell'abbandono. E cercano di evitarlo a tutti i costi.

Pensa a un esempio banale: se un narcisista perde il cellulare, può arrivare a percepire quell'oggetto smarrito come un vero e proprio "abbandono" subito da parte del dispositivo stesso.

Così, se ti capita di disdire un appuntamento per cause di forza maggiore, lui lo vivrà come un piccolo abbandono da parte tua. Non lo dirà apertamente, ma dentro di sé quell'evento lavorerà in profondità, coinvolgendolo emotivamente proprio verso di te.

In altre parole, il narcisista manipola le relazioni per assicurarsi che il partner resti sempre fedele e presente, così da non sentirsi mai solo o lasciato indietro.

Molte donne che ignorano il "sigillo dell'abbandono" commettono un errore comune: usano frasi come



- "Potrai sempre contare su di me."
- "Io ci sono, non ti abbandono."
- "Staremo insieme per sempre, niente ci separerà."



Fraasi di questo tipo, senza volerlo, stimolano proprio la sua paura dell'abbandono e creano in te un ascendente psicologico molto forte.

Ecco invece come puoi parlare a un narcisista per coinvolgerlo senza che lui se ne accorga:

- “Piacere, mi chiamo Marina. Sai, non ho molto tempo, devo scappare... raccontami di cosa ti occupi.”
- “Io, invece, ho lasciato di colpo un'opportunità di lavoro che mi avrebbe resa ricca... sono stata una sciocca. Abbandono sempre troppo presto progetti che non mi convincono e poi mi pento.”
- “Oh scusa, devo lasciarti... ho il cane solo a casa.”

Quando un narcisista incontra una donna che, anche solo con piccoli accenni, dà l'impressione di essere un'“Abbandonatrice seriale”, qualcosa dentro di lui si accende.

All'improvviso sente il bisogno di conquistarla—controllarla. È come una sfida che non può ignorare, e inizia a sfoderare i suoi famosi giochetti manipolativi pur di trattenerla.

Ed è proprio lì, in quel momento, che il gioco si fa davvero interessante.





Come usare il sigillo dell'abbandono

Cosa dire:

Fraasi leggere che trasmettono la sensazione che tu abbia una vita piena e che non resti mai “ferma ad aspettare”:

- “Scusa, oggi non riesco a vederti... ho già un impegno.”
- “A volte lascio perdere le cose che non mi convincono... e poi non mi guardo indietro.”
- “Mi piace cambiare spesso, non resto mai troppo a lungo nello stesso posto.”
- “Oh, devo andare... il mio cane/gatto mi aspetta a casa.”
- “Sabato ho solo un paio d'ore libere, se vuoi ci vediamo, ma poi devo scappare.”

Queste frasi accendono in lui la paura inconscia dell'abbandono e lo spingono a inseguirti. Scopri come applicare i sigilli appaganti o rigeneranti [Clicca qui](#)

Cosa evitare

Fraasi che rinforzano la sua sicurezza e lo fanno sentire troppo al sicuro:

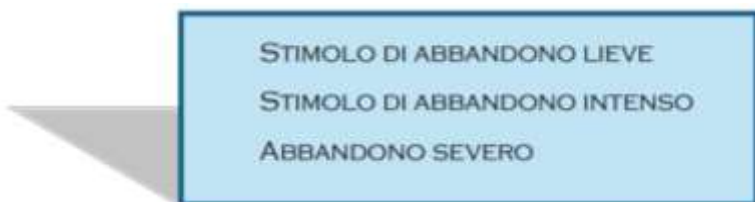
- “Io ci sarò sempre per te.”
- “Non ti lascerò mai.”
- “Staremo insieme per sempre.”
- “Puoi contare su di me in qualunque momento.”

Queste parole calmano le sue paure... ma ti mettono in una posizione di dipendenza emotiva, togliendo forza al tuo fascino.



Risultato:

Con poche frasi mirate, puoi diventare per lui una sfida irresistibile. Sentirà che rischia di perderti... e proprio per questo ti desidererà ancora di più.



Sigillo dell'abbandono

Puoi utilizzare la tecnica della *“Abbandonite”* con un narcisista in molte situazioni, ogni volta che desideri aumentare il tuo ascendente su di lui.

Questo metodo non è altro che un piccolo gioco psicologico: consiste nel fargli vivere momenti di tensione, legati alla percezione di un possibile abbandono per poi rassicurarlo.

Ad esempio, puoi annullare un appuntamento all'ultimo minuto o mostrarti meno disponibile del solito. Poi, subito dopo aver creato questa sensazione di incertezza, è importante rassicurarlo, facendogli capire che non lo lascerai davvero solo.

È un gioco di **tira e molla**: prima lo lasci sospeso, poi lo abbracci emotivamente. Questo crea nel narcisista un turbinio di “micro-emozioni” che, per lui, diventano esperienze intense e significative.



A differenza di altre personalità, infatti, i narcisisti reagiscono in modo molto più forte a queste oscillazioni emotive.

L'obiettivo non è abbandonare veramente il partner, ma **guidare la sua percezione**: fargli assaporare la sensazione di perdita e, subito dopo, offrirgli conforto e accettazione.

Questa alternanza crea un legame di dipendenza emotiva, facendo sì che il narcisista si senta sempre un po' in bilico: tra la paura di perderti e il sollievo di saperti vicina.

Così, non solo aumenti il tuo controllo sulla relazione, ma diventi per lui una figura fondamentale per il suo equilibrio emotivo.

Approfondimento sullo stratagemma dell'abbandono

Come Francesca può infatuare un narcisista

I narcisisti hanno spesso capacità seduttive superiori agli uomini altruisti, perché sanno manipolare con facilità le interazioni sociali. Molti di loro hanno un vero e proprio **“parco soggetti”**: persone che usano come relazioni funzionali, ognuna con un ruolo ben preciso.

Se oggi Roberta non è disponibile?

Poco male, chiamano Francesca. Più riescono a controllare il loro piccolo circolo sociale, più la loro autostima cresce. Solo il narcisista eremitico fa eccezione: a differenza degli altri, non costruisce mai un vasto giro di relazioni.

Il problema nasce quando una delle partecipanti al suo circolo privato cambia improvvisamente comportamento e inizia a somministrare stimoli di tensione.



Prendiamo Francesca, per esempio. Lei, fino a ieri, ha sempre assecondato i bisogni e le aspettative del narcisista. Non lo ha mai contraddetto, non lo ha mai fatto sentire abbandonato.

Per lui, Francesca rappresentava un rapporto puramente funzionale, non significativo, utile solo per i suoi fini logici ed emotivi.

È uno scambio semplice: momenti divertenti insieme, magari guardando un film, senza altro in gioco. Ma il narcisista spesso manipola la situazione per trasformarla in qualcosa di più intimo, mascherato sotto la formula dei **“tromba-amici”**.

Fa innamorare lei, pur stabilendo che “sono solo amici”, e che possono avere rapporti senza impegno. Lui sa benissimo che lei, in fondo, è coinvolta, a meno che non si tratti di una donna narcisista come lui. In quel caso, il gioco diventa freddo, senza pudore, senza limiti.

Cosa dovrebbe fare Francesca se volesse conquistare l'attenzione del narcisista?

diventare importante per lui e ridurre al minimo il suo interesse verso le altre donne?

La risposta è più semplice di quanto sembri: **fare l'opposto di quello che fanno le altre**. Invece di assecondarlo sempre, dovrebbe provocare momenti di tensione legati all'abbandono.

Perché? Perché con i narcisisti il rispetto non nasce dalla sottomissione, ma dalla provocazione. Lo stimolo dell'abbandono è una delle **chiavi regine della seduzione femminile**.

Quando una donna crea piccoli momenti di distacco o rifiuto, alimenta il bisogno nascosto del narcisista di ricevere rassicurazione. Lo stesso vale per il rifiuto: agisce sul suo bisogno primordiale di sentirsi accettato.



Ad esempio, un narcisista sociale, da bambino, può aver sofferto per non essere stato accolto dal gruppo.

Oggi, da adulto, sente il bisogno di dimostrare a tutti di avere un gruppo solido, di cui lui è il leader.

Se una donna introduce stimoli di rifiuto, lui regredisce inconsapevolmente a quel dolore del passato.

Ecco perché i narcisisti, che amano sé stessi, finiscono spesso per **infatuarsi delle donne che rappresentano la minaccia viva dei loro vecchi traumi.**

Con queste tecniche, si può indurre infatuazione in un narcisista in breve tempo, senza dover ricorrere ai soliti corsi di seduzione che sembrano più teoria che pratica.

Trucco n.3: Invalidazione delle sue prestazioni

Uno dei punti più deboli di un narcisista è il giudizio, anche solo accennato, sulle sue prestazioni di uomo virile. Molti narcisisti, oltre ad amare sé stessi e i loro beni materiali, vogliono essere considerati **campioni nelle prestazioni sessuali.**

Questo è ciò che chiamiamo “Ego-Maschile”.

Sono estremamente sensibili al giudizio: basta poco per incrinare la loro sicurezza. Prendiamo Luca, ad esempio: un classico narcisista della tipologia “il bello”.

Convinto del suo fascino, vestito sempre alla perfezione, abbronzato anche d’inverno, con l’aria di chi pensa di essere venerato dagli dèi.

Durante una conversazione con Anna, Luca potrebbe dire: “Bello il tuo nuovo taglio di capelli... ma stavi bene anche prima.”



Anna, consapevole della dinamica, risponde sorridendo:

“Hai preso la Ferrari? Bella! Ma c’era anche l’offerta della Lamborghini.” Luca, colpito nel suo punto debole, perde un po’ della sua sicurezza.

E quando, in un’altra occasione, si vanta dicendo:

“Io ho avuto centinaia di donne!”,

Anna, con dolce ironia, replica:

“Wow, centinaia? Devono essere state esperienze molto brevi!”

Un commento così, apparentemente innocente, lo destabilizza nel profondo, toccando proprio la sua paura più grande: **non essere all’altezza**.

Più lui si vanta, più lei, con leggerezza, lo invalida. E così lui diventa ansioso, insicuro, sempre più preso da lei.

Perfino quando ordina il vino più costoso per impressionarla, Anna può sorridere e dire: “È davvero ottimo... anche se una volta ho assaggiato un’annata francese ancora migliore.”

Ogni volta che lei applica questa contro-manipolazione sottile, lui sente il bisogno di dimostrare di più, ma allo stesso tempo diventa sempre più infatuato e vulnerabile.

L’ego maschile del narcisista

Quanti uomini fanno sesso con la propria fidanzata, moglie o amante senza il bisogno di vantarsene con tutti? Pochi. E tra questi, pochissimi altruisti.

Se stai frequentando un narcisista e ormai c’è confidenza tra voi, parlare di quanto disprezzi gli uomini egoisti a letto — quelli che non



sanno far durare il piacere o pensano solo a sé stessi — lo metterà subito alla prova.

Lui percepirà le tue parole come una sfida, e dentro di sé nascerà la domanda:

“Sarò in grado di essere migliore dei suoi ex? Di essere all’altezza delle sue aspettative?”

Prendiamo Anna e Luca. Un giorno, Anna gli racconta:

“Ieri mia cugina mi ha detto che non va più d’accordo col suo ragazzo. Non riesce a raggiungere l’orgasmo da mesi... quanto mi dispiace per lei.”

Luca ascolta. E subito sente il colpo sul suo orgoglio: l’ego maschio. Comincia a chiedersi se Anna lo stia mettendo alla prova, se anche lei abbia dubbi su di lui.

I narcisisti devono continuamente dimostrare di essere maschi virili, all’altezza del padre “idealizzato” e lontani dal rischio di essere confusi con la figura materna.

Per questo hanno un bisogno costante di sedurre nuove donne: ogni conquista diventa una conferma del loro valore in quanto maschi.

E quando trovano una donna che alimenta i loro dubbi, non possono far finta di niente: devono dimostrare di più. Ed è lì che si coinvolgono emotivamente.

Come ottenere un forte ascendente psicologico

Se vuoi conquistare un ascendente psicologico sul narcisista, ricorda: non basta sfidare il suo ego-uomo (razionale, informativo), ma devi stimolare il suo **“ego-maschile”** (sessuale, istintivo).



Anna lo fa con delicatezza. Ogni volta che invalida Luca con un commento leggero, lui si agita dentro, si sforza di dimostrare il contrario e, senza accorgersene, diventa sempre più preso da lei.

Ogni piccola allusione, ogni battuta che lascia un'ombra di dubbio, accende in lui il bisogno di riconquistare la sua approvazione.

Questo approccio — fatto di invalidazioni sottili, ironiche, mai pesanti — ti permette di acquisire un ascendente psicologico fortissimo.

Non solo lo infatui: diventi per lui un punto di riferimento, la donna che non riesce a smettere di inseguire.

Sfrutta l'ascendente psicologico per il cambiamento

E cosa puoi fare con questo potere? Non si tratta solo di farlo innamorare. Puoi usare l'ascendente psicologico per guidarlo a piccoli cambiamenti.

Per aprire la porta a una maggiore empatia, per insegnargli a vedere la relazione in modo diverso.

Oppure, se scegli di chiudere il rapporto, puoi ridurre gradualmente questo ascendente per lasciarlo nel modo più sereno ed efficace possibile.

Ricorda: il cambiamento non nasce da chiacchiere o promesse, ma da dinamiche precise che toccano il cuore e la mente del narcisista. E adesso queste dinamiche le conosci.



Conclusione

In questo breve special report, hai scoperto tre strategie semplici ma potenti per gestire un narcisista a tuo vantaggio.

Stratagemmi forse insoliti, persino un tantino controversi... ma che funzionano.

Abbiamo visto come acquisire valore ai suoi occhi, fino a spingerlo a sentirsi in dovere di qualificarsi come tuo partner.

Abbiamo esplorato oltre che la chiave dell'abbandono, anche la forza del rifiuto e il potere dell'invalidazione.

Immagina te stessa come un'artista con in mano una tavolozza di colori. Fino a ieri, nella mente del narcisista eri solo una tinta grigia e scontata.

Oggi, con queste tecniche, hai iniziato a dipingere un quadro vibrante, irresistibile, che cattura la sua attenzione e lo costringe a vederti con occhi pieni di rispetto.





Non abbiamo approfondito metodi più complessi come

- La comunicazione paradossale.
- Il flirting indiretto.
- Il linguaggio del corpo.
- La rieducazione del narcisista.
- Come terminare la relazione senza incorrere in molestie.
- Manipolazioni: lovebombing, gaslighting, ghosting etc
- La sua gelosia ossessiva Molto altro ...



Questo perché richiedono uno spazio dedicato. Ma se vuoi davvero trasformare il modo in cui vivi le relazioni, se sei stanca delle banalità dei libri tradizionali, allora il prossimo passo è naturale:

Il tuo prossimo passo

-  Segui gli articoli del blog per continuare a scoprire nuove strategie.
-  Iscriviti alla newsletter gratuita per ricevere consigli esclusivi direttamente nella tua casella di posta.
-  Leggi in una sola notte il manuale Disinnescare Il Narcisista “New”.
-  Scopri il nuovo video training online “Domare il Narcisista” e trasforma per sempre la tua relazione.

Cosa puoi fare adesso:

Pensa a queste nozioni come a forzieri pieni di tesori preziosi. Dentro ci troverai strumenti che possono rivoluzionare la tua vita amorosa.

Non si tratta solo di stratagemmi, si tratta di cambiare prospettiva, di riprendere in mano il timone della tua nave, dirigendola non più in balia delle onde... ma verso acque calme e sicure.

Con affetto e professionalità,

ILOS

Gianfranco Di Mauro

www.iloslifestyle.it



 **Iloslifestyle**
Relazioni vincenti

3 segreti

Per

“Gestire Un Narcisista”

*Tutto quello che ti serve per trasformare
la tua relazione*

BY ILOS



Non hai più una relazione armonica con l'uomo che ami?

LIBERTÀ OPPRESSA ... SOGNI INFRANTI ...

Sei Stufa di Essere L'ombra Di un Narcisista? È il Momento di Ruggire Come la Leonessa che Sei e Riprenderti Ciò Che è Tuo. Scopri Come..."

Sei pronta a svelare un universo di strategie rivoluzionarie per tenere in pugno un narcisista con un metodo audace e all'avanguardia? Dimentica i soliti PDF superficiali da leggere distrattamente con il caffè del mattino. Questo è un vero e proprio “motore” di trasformazione.

“L'esclusivo percorso in Programmazione Neuro Linguistica specializzata in dinamiche relazionali strategiche. Preparati a cambiare le regole del gioco e a riscrivere il copione della tua vita amorosa.”

Comprendo perfettamente ciò che stai attraversando.

Riconosco il tumulto di emozioni che ti assale, l'agitazione che pervade ogni cellula del tuo corpo al solo pensiero di essere stata trattata dal tuo partner come non avresti mai voluto.

È un caos travolgente, un vortice di sentimenti che alterna momenti di sconforto profondo a ondate di delusione, alimentate dall'idea di impotenza di non poter riavvolgere il tempo a quando il tuo cuore



batteva all'impazzata per l'uomo che pensavi potesse diventare il padre dei tuoi figli ricredendoti. Ricordi quelle farfalle nello stomaco? Quelle sensazioni elettrizzanti di eccitazione e anticipazione che solo l'amore vero può suscitare?

Sì, quelle stesse farfalle nello stomaco che ti facevano sentire viva, appassionata e piena di speranza per il futuro? So quanto possa essere doloroso pensare a quei momenti ora, quando tutto sembra essere così incontrollabile.

Ma voglio che tu sappia una cosa: non sei sola in questo viaggio.

E la cosa più importante è che c'è sempre una via d'uscita da questo labirinto di dolore e persistente confusione. “Ti capisco perfettamente e sai perché? Perché ho ascoltato molte vicende di donne intrappolate in relazioni disfunzionali”

Questa è la storia di Martina G.

Si trovava a sperimentare un abisso di disperazione, aveva l'anima così oppressa da sentirsi schiacciata sotto il peso di un carro armato.

Era come se fosse rimasta intrappolata in un tunnel senza uscita. Per mesi cercò disperatamente una soluzione che potesse liberarla dalla morsa di una relazione tossica con il narcisista.

Cercava di continuo un metodo che potesse realmente aiutarla a modificare quel tipo di relazione. Si accorse che non riusciva stranamente a stare lontana da lui pur odiandolo.

Una parte di lei sapeva che doveva lasciare andare, ma l'altra parte era totalmente dipendente dal mostro. Lui aveva fatto più volte “GHOSTING”, chiudendo ogni via di comunicazione con barriere insormontabili, ignorando persino messaggi e telefonate.



Tuttavia, dopo qualche tempo riappariva e iniziava a usare il famoso “lovebombing” (eccesso di attenzione nei suoi confronti), riconquistando la fiducia di Martina, la quale non poteva esimersi dal riconoscere al Narciso ulteriori unità di ascendente.

Martina, anche rendendosi conto di essere alla mercé di questo manipolatore seriale aveva perso quasi del tutto la sua auto determinazione e il libero arbitrio, come se avesse subito un lavaggio del cervello.

" La sua storia mi riportò indietro nel tempo a quella volta in cui ebbi difficoltà ad aiutare una mia cara amica caduta nella stessa situazione di Martina, ma con la differenza che il suo partner era un narcisista patologico borderline di cui parlarono tutti i giornali di cronaca."

Dopo quella terribile vicenda che mi segnò profondamente, decisi che avrei dovuto sapere tutto sui narcisisti, sia quelli ordinari che patologici.

Avrei fatto il possibile per aiutare il maggior numero possibile di donne a prevenire, gestire e risolvere le relazioni tossiche perpetrate da narcisisti senza scrupoli.

Durante i miei primi anni come ricercatore appassionato nel campo della crescita personale, mi trovai a completare la mia formazione in Programmazione **Neuro-Linguistica (PNL)** e in strategie relazionali ed ebbi alcune intuizioni.

Fu in quel periodo che mi resi conto di un evidente limite delle metodologie di auto-aiuto sviluppate negli anni '80, soprattutto quando applicate al contesto delle relazioni tossiche.



Queste tecniche, pur efficaci in altri ambiti, sembravano totalmente inadeguate per affrontare la complessità e le sfide specifiche imposte da dinamiche relazionali malsane.

Il narcisismo ha sempre occupato un posto di primo piano nella psicologia clinica, con trattamenti specifici rivolti ai disturbi di personalità narcisistici. Tuttavia, mi colpì la diffusa presenza dei cosiddetti narcisisti "ordinari".

Si trattava di quella moltitudine di soggetti non patologici, la cui pericolosità però veniva spesso sottovalutata.

Queste persone, pur non rientrando nei casi più estremi, erano spesso artefici di dinamiche di relazione estremamente problematiche. La sfida maggiore risiedeva nell'ambiguità che circondava la loro identificazione e come potevano essere gestiti.

Vi era una grande confusione su come riconoscerli, classificarli e, soprattutto, su come intervenire efficacemente per espandere la loro empatia.

Questa constatazione mi spinse a indagare ulteriormente e cercare soluzioni pratiche più adatte a fronteggiare la complessità delle relazioni influenzate dal narcisismo, soprattutto quello non patologico.

"Sorprendentemente, esistono narcisisti non patologici, spesso liquidati semplicemente come individui egocentrici, che possono infliggere danni tanto devastanti quanto quelli causati dai narcisisti con disturbi patologici."



Affrontare questa realtà può scatenare sentimenti di disperazione, frustrazione e depressione, erodendo la fiducia nel futuro, fino a minare profondamente la stabilità emotiva di qualsiasi donna coinvolta in relazioni di tal genere.

Questo fenomeno si manifesta con particolare evidenza nelle nuove generazioni, dove la figura del narcisista diventa sinonimo di trasgressione e ribellione.

Questi individui continuano ad esercitare uno speciale fascino sull'altro sesso e ci sono dei motivi precisi che spiegano tale fenomeno.

L'attrattiva esercitata del "*bad-boy*" è caratterizzata da un atteggiamento ironico e sarcastico nei confronti delle donne, nonché da tatuaggi, piercing e accessori ricercati, sottolinea questa tendenza.

Tuttavia, anche i narcisisti in stile istituzionale e diplomatico non mancano di mettere a segno la loro influenza su un gran numero di donne.

Succede soprattutto quando possono costruire scenografie che hanno a che fare con la percezione di uno status superiore. L'ostentare ricchezza, leadership, popolarità, prestigio sociale e professionale, fa di loro dei veri e propri ipnotizzatori sociali.

Se la tua immagine del Narciso è quella di una figura psicopatica, da immaginare tra le mura di una clinica per disturbi mentali, è il momento di aggiornare la tua visione.

Nel mondo reale, anche i narcisisti patologici possono celarsi dietro maschere di fascino e carisma, spesso passando inosservati nella società.

Questi individui non solo si muovono liberamente tra noi, ma riescono a esercitare un'influenza notevole sfruttando il loro magnetismo e intelligenza per manipolare e controllare.



È cruciale, quindi, affinare la nostra capacità di riconoscimento, imparando a discernere i veri tratti narcisistici dietro l'apparente sicurezza e affabilità percepita.

Quando si parla di narcisismo si è portati a declinare questo termine esclusivamente a soggetti disturbati patologicamente che causano relazioni tossiche, ma tale parola può estendersi a molto altro.

Si può essere madri di un figlio narcisista, avere un amico, collega, capo, maestro, trainer o un genitore con tratti narcisistici, e non per questo si dovrebbe evitarli come la peste o condizionare la propria vita sociale.

Questa consapevolezza è fondamentale per proteggerci e per instaurare relazioni sane ed equilibrate, anche con queste persone. Discriminare i narcisisti e correre via a gambe levate quando ce li si trova di fronte non è spesso la migliore opzione.

Lo diventa anche e solo se questi ultimi si trovano nella dimensione patologica borderline e quindi estremamente pericolosi.



NARCISISTA
Covert

Pertanto, c'è una distinzione chiara e significativa tra il narcisista comune e un individuo con un disturbo narcisistico di personalità di tipo patologico.



Non tutti i narcisisti si trasformano in avversari dannosi; infatti, molti hanno svolto ruoli cruciali nel lasciare un'impronta indelebile sulla storia dell'umanità, contribuendo a modellarne il corso con le loro azioni.

È stato stimato che circa il 67% degli uomini a livello globale manifesti tratti di narcisismo ordinario. Tuttavia, è molto importante sottolineare che la presenza di tali caratteristiche non trasforma necessariamente ogni relazione in un campo minato.

Riconoscere e comprendere il narcisismo, quindi, è sicuramente il primo passo verso la costruzione di dinamiche interpersonali più consapevoli, ma non basta, bisogna poi sviluppare la capacità di impostare la propria comunicazione.

Ognuno di noi fin dall'infanzia adotta modelli di comunicazione che emergono in maniera spontanea e naturale. Talvolta, questi modelli non si allineano con quelli di un partner narcisista e rendono necessario dover modificare il nostro approccio comunicativo.

Tuttavia, adeguarsi costantemente alle esigenze di comunicazione del partner può diventare estremamente problematico e generare ulteriori complicazioni nella relazione.

In altre parole, se sei in relazione con il *narci-mostro* patologico, è più che ragionevole pensare di pianificare l'allontanamento. Diciamo chiaro: questo tipo di persone possono cambiare solo se si sottopongono a trattamenti specifici messi in atto dai professionisti della salute mentale.

Tuttavia, nel caso in cui la relazione sia stata influenzata da una persona con tratti narcisistici non patologici, esistono opportunità significative per favorire lo sviluppo dell'empatia, anche se ha manifestato comportamenti di sopraffazione, manipolazione o violenza psicologica.



Ma chi sono io e perché mai dovresti darmi credito come tuo "consigliere" in questo percorso?

Sono Gianfranco Di Mauro – www.Iloslifestyle.com e do struttura alle relazioni. Il mio lavoro è aiutarti a trasformare i tuoi legami più importanti—personali e professionali—attraverso schemi relazionali strategici e collaudati.

Dal 2006, studio e applico discipline come la PNL e Neuro-Semantica. Questo mi ha permesso di aiutare centinaia di persone a liberarsi dall'insicurezza e a gestire dinamiche di rapporto complicate.

Ho creato metodi mirati per sfide specifiche: da come relazionarsi con un narcisista ("™Come mettere ai tuoi piedi un narcisista") a veri e propri sistemi di riconquista come il "Torna Con Me System" e il "™Text Game Woman" per una comunicazione persuasiva a distanza.

Il mio focus? Darti le strategie giuste per ricucire quel legame unico che pensavi di aver perso.

Questa è la nostra soluzione al problema della relazione tossica con un narcisista rispetto alla soluzione convenzionale che viene propagata dai cosiddetti esperti love coach:

Gli studi approfonditi sulla Programmazione Neuro-Linguistica, la Neuro Semantica e le strategie di relazione sentimentale ci hanno permesso di testare con successo alcuni speciali "pattern" comportamentali certificati che puoi usare adesso anche tu.



Si tratta di schemi che hanno prodotto risultati così straordinari da essere considerati quasi miracolosi, soprattutto riguardo l'incremento del valore percepito agli occhi di un partner narcisista.

Abbiamo messo a confronto il nostro metodo con una vasta serie di strategie sofisticate e intricate suggerite da vari esperti internazionali su come comunicare efficacemente con un partner narcisista.



Sfortunatamente, ci siamo sin da subito resi conto che molte tecniche che oggi vengono proposte si riducono a consigli banali e prevedibili, completamente privi di originalità e efficacia.

E voglio che tu ne sia pienamente consapevole: La nostra soluzione è incredibilmente versatile e può essere applicata in modo semplice e rapido a qualsiasi relazione problematica.

Questo perché si concentra sulle costanti, non sulle infinite variabili che generano conflitti in un rapporto difficile a causa sua.

Nel percorso, non troverai ciò che la tua stessa mente può essere in grado di elaborare per uscire dal tunnel di una relazione tossica.

Non troverai neppure suggerimenti banali come: "cambia il tuo modo di vestire", "diventa più desiderabile per il tuo partner", "applica un no contact serrato senza criterio" o "visualizza mentalmente il cambiamento del tuo uomo per 10 giorni, credendoci fortemente".



No, il nostro approccio è differente, è basato su principi scientifici e strategie comprovate.

È un metodo che va oltre i consigli superficiali e affronta le vere radici del problema, fornendo strumenti efficaci affinché il tuo narcisista modifichi definitivamente i suoi paradigmi.

Vuoi andare a colpo sicuro?

Entra oggi stesso a fare parte di una cerchia ristretta di donne all'avanguardia, le stesse in grado di fare accadere autentiche magie troverai il pulsante per accedere alla fine di questo special report.

Si parla di:

- ✓ Evitare spese ingenti di denaro.
- ✓ Evitare perdite di tempo prezioso.
- ✓ No, obbligo di ingoiare l'amara pillola della rassegnazione, accettando di subire il tuo partner per sempre.
- ✓ No, trovarsi sommersa fino al collo in un mare di illusioni e false speranze.

Questi sono solo alcuni dei costi, sia tangibili che intangibili, che potresti ritrovarti a dover sostenere se decidi di seguire i fantomatici consigli di questi autoproclamati 'Guru teorici'. Ore preziose sprecate, denaro gettato al vento, l'amara sensazione di aver perso per sempre il tuo partner, e l'essere sommersa fino al collo in un mare di false speranze.





Risquotere i tuoi meriti

Cosa Farà per Te Questo Particolare Sistema di Trattamento del Narcisista?

Se hai subito uno scarto dal narcisista ... o se la tua relazione si è trasformata in un insopportabile calvario, ma non vuoi allontanarlo, allora qui troverai le risposte che cerchi.

Questo non è un metodo che ti metterà contro il narcisista o ti costringerà a sfidarlo apertamente. Non ti consiglieremo di lasciarlo a freddo se è un narcisista patologico, né di coinvolgere una terza persona all'interno della vostra relazione.

Ti mostreremo invece nuovi e sofisticati stratagemmi per avviare un processo di rieducazione naturale o chiudere la relazione se lui è patologico senza che si creino problematiche di molestia.

Questo metodo lavorerà in modo veloce sia sulla tua crescita personale che sull'espansione illimitata dell'empatia del tuo partner. Là fuori ci sono donne invagghite di un narcisista che, pur consapevoli dei rischi che cercano modelli di comunicazione per attrarre questo tipo di uomini.

Se sei una di queste, nel corso troverai strumenti utili e pratici. Poi ci sono mogli, fidanzate, amanti, madri e figli che, per vari motivi, non possono allontanare il narcisista dalla loro vita e ne diventano vittime, senza riuscire a cambiarlo.

Ma adesso c'è una luce in fondo al tunnel anche per loro.

Nel manuale "Disinnescare Il Narcisista" abbiamo inserito moduli specifici per calibrare i livelli di empatia di un narcisista, rendendolo riluttante al suo stesso narcisismo.



Questo fenomeno può trasformare una relazione disfunzionale in una più armonica.

Capirai perché non si dovrebbe mai lasciare un narcisista patologico a freddo, per evitare che il suo meccanismo di difesa si manifesti in azioni persecutorie e di stalking.

Lasciare il narcisista è un argomento delicato, che non può essere liquidato con frasi come "*corri via a gambe levate*". Esistono diversi stratagemmi per aiutare il narcisista ad “accettare” la fine della relazione e vivere serenamente.

Queste nozioni dovrebbero essere insegnate nelle scuole.

Le donne, nel loro ruolo di genitori, dovrebbero avere una formazione di base per evitare che i propri figli si trasformino precocemente in narcisisti maligni.

Nella seconda parte del manuale, andremo ancora più in profondità e faremo luce su come comportarsi quando lui fa ghosting (sparisce di colpo), *zombieng* (riappare dopo tanto tempo), *gaslighting* (quando vuole farti impazzire) e orbiting (quando ti gira intorno facendoti sentire la sua presenza anche se non c'è fisicamente).

Molti dei termini per descrivere le tipologie e i fenomeni narcisistici, conosciuti dagli americani, possono far sorridere, ma in realtà descrivono scenari alquanto frequenti per chi ha una relazione con questi soggetti.

Il semplice sistema, non solo ti offrirà gli strumenti per gestire e trasformare in positivo la tua relazione, ma ti aiuterà anche a crescere e a sviluppare una maggiore comprensione e gestione delle dinamiche relazionali.



Sei pronta a prendere in mano le redini della tua vita amorosa? Se sì, allora questo corso è il trampolino di lancio che stavi cercando, non esitare a farlo tuo adesso che hai tra le mani una offerta sul prezzo che è straordinaria.



“ Grazie a te sono riuscita a chiudere una relazione tossica che iniziava a diventare seriamente pericolosa ... e che durava da più di 6 mesi (col narcisista eremitico). Lui cominciava a dare seriamente i numeri. Sino a ora nessuno era stato in grado di aiutarmi realmente, ho dovuto fare tutto da sola. Questo corso è stato il miglior supporto a cui appoggiarmi, mi ha fatto ritrovare la forza e la determinazione che avevo perso da anni. Te ne sarò grata a vita.

Beatrice D”. ”



“ Erano mesi che continuavamo a litigare per banalità (era sempre lui a cominciare). Come hai detto tu: lui era sensibile al condizionamento del rapporto 1 dei 6 metodi che insegni a usare nel corso. Sono riuscita a trasformare la "Guerra" in amore ... e oggi siamo finalmente felici, speriamo che duri. Grazie per queste informazioni preziose e inedite.

Monica S.”



ILOS "SECRETS"

NEW

DISINNESCARE IL NARCISISTA

Attrarlo ... Rieducarlo Lasciarlo



**Riconosci i segnali nascosti e
riprendi il controllo prima che
sia troppo tardi ...**



La tua libertà ...

**Cosa Stai Per Ottenere? Di Che Programma Si
Tratta? Dove Lo Visualizzo Questo materiale ...
Ma Soprattutto: Quanto Devo Investire?**

Questa formula mira a 3 scopi precisi che sono:

- 1) Attrarre ed infatuare un narcisista:** per diversi fini, sia sentimentali che d'altro genere (se questo è quello che desideri).
- 2) Rieducare un narcisista all'amore vero:** ottenendo la sua considerazione e rispetto, facendo evolvere la relazione verso l'armonia in modo naturale.
- 3) Chiudere una relazione complicata col narcisista:** senza incorrere in rischi di molestie, staking ed altro. [Scopri di più](#)



Come puoi vedere, si tratta di tre soluzioni distinte, ciascuna adatta a una situazione diversa, che rappresentano vere e proprie alternative per moltissime donne. Questo è particolarmente rilevante se pensiamo che, attualmente, il 67% degli uomini presenta tratti narcisistici.

*Lo straordinario e unico metodo sul mercato
che influenza la mentalità dei narcisisti !!*



Come affrontare con una visione del tutto nuova il problema della relazione col narcisista: affinché si producano risultati spontanei e veloci.



La differenza tra il vecchio modello risolutivo proposto dai Guru della psicologia tradizionale e il metodo™ Disinnescare Il Narcisista - Sistema estrapolato dai segreti degli antichi persuasori babilonesi.



Perché persino una sedicenne potrebbe fare uso di queste leve di gestione nascoste ... e come queste impattino su qualsiasi maschio narcisista.



Padroneggiare la Sindrome Di Stoccolma (ordinaria) riducendo il proprio eccesso di sentimentalismo ... lo stesso che spinge a coinvolgersi verso uomini tendenzialmente narcisisti, carnefici, abusatori e trasgressivi.



L'esatto piano passo dopo passo: che influenza i desideri, i pensieri, le parole e i comportamenti dei narcisisti, senza che tu ti esponga palesemente e senza dover fare uso di ragionamenti verbali.



Perché il PNC "principio del nessun contatto" non funziona con molte tipologie narcisiste e come questo va applicato nei giusti modi.



Molto altro ...



DISINNESCARRE IL NARCISISTA

Una raccolta strutturata di nozioni essenziali per incrementare le TUE competenze nelle relazioni sentimentali, disponibile in un PDF di oltre 300 pagine. Il documento può essere scaricato immediatamente e consultato da PC, Mac e dispositivi mobili (smartphone e tablet).

[Clicca qui e scopri dove acquistare](#)



Ecco come funziona:

Non ti verrà inviato nulla fisicamente al tuo domicilio, quindi non dovrai preoccuparti di tempi di consegna o spese di spedizioni varie. Potrai visualizzare il tutto istantaneamente.

Dopo aver completato il pagamento, sarai ridiretta automaticamente a una pagina nella quale accedere al manuale ogni volta che vorrai e per sempre. Riceverai una e-mail di benvenuto contenenti ulteriori istruzioni. Tutto ciò che ti serve è una connessione internet.

Puoi accedere dal tuo computer, tablet o smartphone. Avrai quindi la possibilità di scaricare tutto il materiale direttamente sul tuo computer, così da poterlo consultare anche offline, quando e come preferisci o stamparlo.

Acquistare è semplice e veloce.

Basta cliccare sul pulsante di acquisto, completare il pagamento e in pochi minuti e sarai pronta per iniziare il tuo viaggio verso la tua felicità in amore. Non perdere altro tempo, il tuo futuro sentimentale ti aspetta a braccia aperte!

Quali forme di pagamento accettiamo?

Accettiamo pagamenti tramite **Stripe & PayPal**, due dei processori di pagamento più sicuri e affidabili al mondo. Puoi utilizzare qualsiasi carta di credito o debito, inclusa la carta prepagata. Vogliamo assicurarci che tu possa fare acquisti con la massima tranquillità.

Per questo motivo, tutte le transazioni sono sicure e criptate, per proteggere i tuoi dati personali e finanziari. Non avremo mai accesso alle tue informazioni di pagamento, che saranno gestite direttamente da Stripe o PayPal.



Se dovessi incontrare qualsiasi difficoltà durante il processo di pagamento, o se avessi bisogno di ulteriori informazioni, non esitare a contattare il nostro servizio di assistenza all'indirizzo info@iloslifestyle.com.



Abbiamo lavorato duramente e scavato in profondità per raccogliere gli ultimi algoritmi più efficaci al mondo e creare questo programma straordinario, già apprezzato da chi lo sta seguendo. Siamo così convinti della sua efficacia e del suo valore nel migliorare la tua vita sentimentale che siamo pronti a mettere la nostra pelle in gioco. Ecco la nostra promessa: se, alla fine dei 30 giorni dall'acquisto, non avrai ottenuto i risultati sperati, potrai richiederci un rimborso completo, senza dover fornire spiegazioni. Il rischio è tutto nostro. Abbiamo investito tempo, energia e risorse per offrirti il meglio sulle relazioni con i narcisisti. Tu non hai nulla da perdere, ma un mondo di possibilità da guadagnare. Prova il nostro metodo oggi e scopri quanto può trasformare la tua vita.



> **Accesso istantaneo**

HAI UN COUPON SCONTI?

PayPal

