

ارتباط سایه و تله های شخصیتی لغزش عاطفی

اکثرا نیازی که سرکوب شود ، به شکل فاجعه بارتری روان ما را تسخیر میکند



– **غرایز باید فهمیده شوند و کنترل نه انکار و سرکوب.** در غیر

اینصورت یک روز همه زندگی من غریزی میشود

– نیاز به ستوده شدن و تایید و ارزشمندی اگر سرکوب شود یک روز کسی میشوم که از همه تایید میجویم و روابطی میسازم که همه بهم سرویس بدهند

– **اگر دارای تله بی ارزشی** باشم در روابطی میمانم که جنبه بی ارزشی من را نشانم دهند

– **اگر دارای تله طرد شدگی اجتماعی یا تله رهاشدگی** باشم ، در رابطه ام ممکن است کاری کنم که تنها بشوم

– **اگر دارای تله وابستگی یا تله استحقاق** باشم ، زیرا تنها این بازی را در زندگیم بلدم