



Związek z **wampirem** – zjawisko **soul diggingu**

Dziękujemy za ściągnięcie e-booka.
W razie jakichkolwiek pytań zapraszam do
kontaktu:

Marlena Stradomska
stradomskamarlena@onet.pl



Koordynator projektu:

dr hab. Marlena Stradomska

Przygotowanie:

Natalia Witkowska

Redakcja naukowa:

dr hab. Marlena Stradomska

Kadra i stażyści Towarzystwa Nowa Kuźnia:

dr Ireneusz Siudem, dr Anna Siudem, dr Justyna Rynkiewicz, mgr Karolina Perec

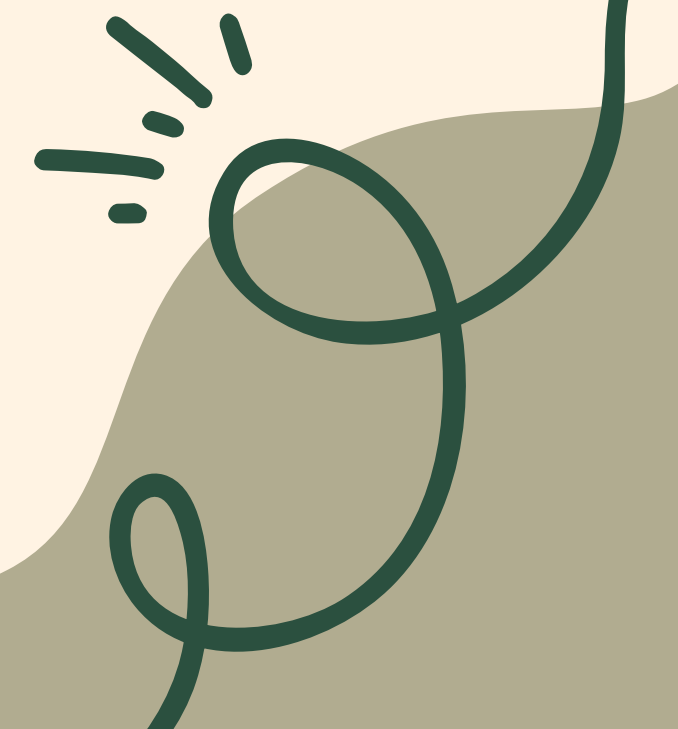
Partnerzy:

Towarzystwo Nowa Kuźnia

Lubelska Inicjatywa Społeczna

Wydawnictwo:

Wydawnictwo Naukowe ArchaeGraph Diana Łukomiak



CZY BYWA TAK, ŻE CZUJESZ
SIĘ WYKORZYSTANY?

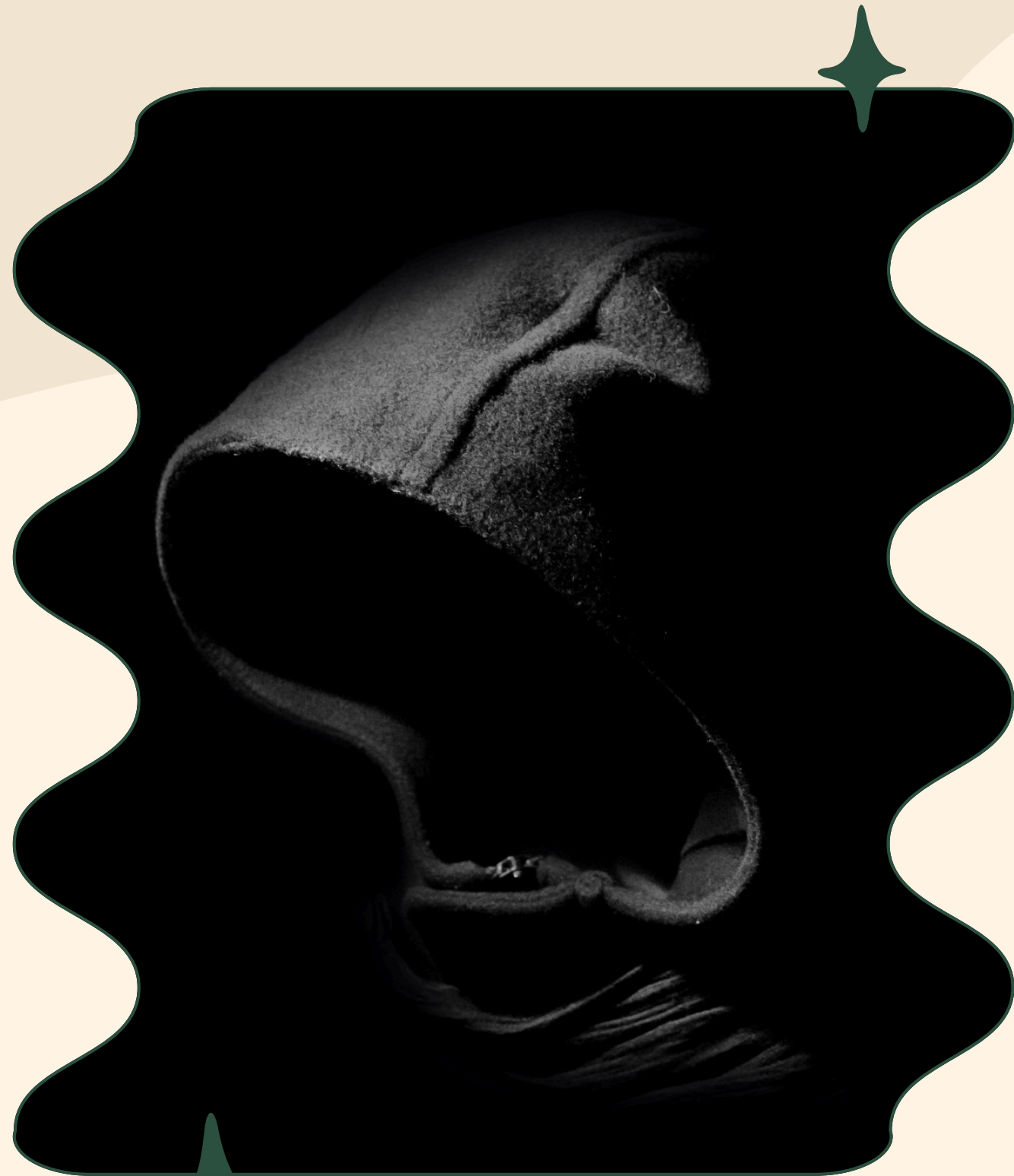
NIE MASZ NA COŚ OCHOTY, A TO ROBISZ?

MÓWISZ, ŻE NIE MASZ NA TO OCHOTY,
A ZNÓW TO ROBISZ?

CZUJESZ, ŻE KTOŚ CIEBIE NIE SŁUCHA?

CO OZNACZA TEKST?

WYDAJE MI SIĘ, ŻE MAMY INNE
PRIORYTETY W NASZEJ RELACJI?



Kim jest wampir energetyczny?

Wampirem energetycznym można określić osobę, która “wysysa” z innych nie tylko **energię**, ale też **poczucie własnej wartości**.

Wampiry sprawiają, że **będąc przy nich czujemy się źle**, jednak często nie robią one tego świadomie ani celowo.

Jak żyć z wampirami?

Najczęściej nie da się “pozbyć” takich osób z życia, jednak każdy może dowiedzieć się, w jaki sposób przeciwstawiać się im. Dzięki temu będzie można ochronić przed wampirami swoją energię i samopoczucie.



GOLD DIGGER

Gold digger to angielskie wyrażenie, które w dosłownym tłumaczeniu oznacza "**kopaczka złota**".

W kulturze popularnej "**gold digger**" to określenie osoby, zazwyczaj kobiety, która wchodzi w związek z kimś zamożnym, mając na celu osiągnięcie korzyści materialnych.

Taki związek jest często postrzegany jako oparty na interesie, a nie na uczuciu.

GOLD DIGGER

Charakterystyczne cechy przypisywane gold diggerom to:

- **Materializm:** Priorytetem jest dla nich zdobycie bogactwa i luksusu.
- **Obliczalność:** Wybierają partnerów na podstawie ich statusu materialnego, a nie cech osobowości.
- **Powierzchnowość:** Często kładą duży nacisk na wygląd zewnętrzny i status społeczny.

SOUL DIGGER

CZYLI CO?

**TO NIE ZAGADNIENIE NAUKOWE, ALE
ŻYCIOWE...**

soul - dusza digging - kopanie, poszukiwanie

“POSZUKIWACZ DUSZ”

**TO OSOBY, KTÓRE SPOTYKAJĄ
SIĘ Z KIMŚ PO TO, ABY WYKORZYSTAĆ
GO/JĄ DO TZW. PRACY
EMOCJONALNEJ...**

**KTOŚ KTO WYCHODZI Z TOBĄ,
ŻEBY POPRACOWAĆ NAD
EMOCJAMI...**

**KTOŚ WYCHODZI Z TOBĄ, ABYŚ
WYKONAŁ DLA KOGOŚ MASE
PRACY EMOCJONALNEJ...**

CZYLI CO?

- **MOJE JEST POWAŻNIEJSZE NIŻ TWOJE**
- **NIE ZA BARDZO MAM OCHOTĘ SŁUCHAĆ
TEGO, CO MASZ DO POWIEDZENIA, BO TY
MASZ MNIE SŁUCHAĆ**
- **WYSŁUCHUJ 1000 RAZY TEGO SAMEGO
TEKSTU, BO JA TAK MÓWIĘ...**

A co gdy masz do czynienia z tzw. “wampirem seksualnym”?

Wampiry emocjonalne mogą też być wampirami seksualnymi.

Posiadają one blokady emocjonalne, przez które traktują seks jako ucieczkę od swoich problemów bądź lęków.

Podczas seksu wysysają one z partnerki wszelką pozytywną energię.





Jak rozpoznać wampira seksualnego?

1. Pierwszym znakiem wskazującym na kontakt z wampirem seksualnym **jest szybkość naszego uzależnienia się od niego.**

Uzależnienie to jest toksyczne mimo, że osoba może wydawać się czarująca i kochana.



Jak rozpoznać wampira seksualnego?

2. Wampir ten **unika oficjalnego związku**.

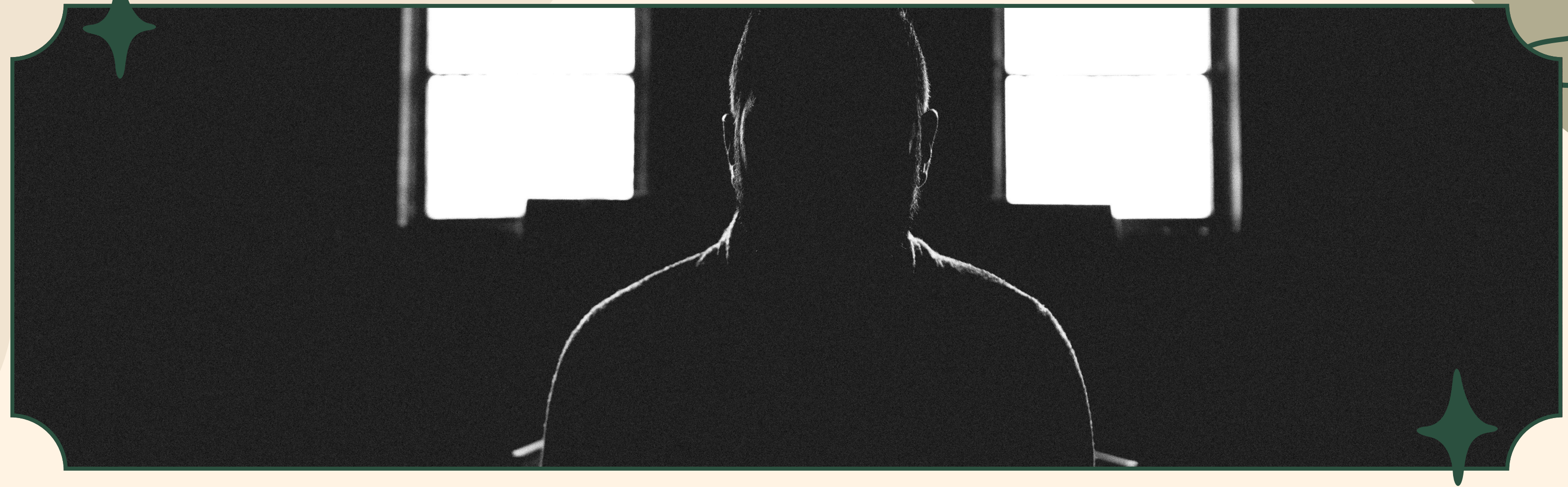
Uczucia okazuje on tylko, gdy jest sam ze swoją partnerką, nigdy w miejscu publicznym.

Unika on również poważnych rozmów, zwodzi i manipuluje.



Jak rozpoznać wampira seksualnego?

3. Powraca on do twojego życia nawet jeśli się od niego odetniesz. Wtedy robi on z siebie pokrzywdzonego i odrzuconego, aby wzbudzić w tobie poczucie winy. Jednak jedyne czego szuka to zaspokojenie swojego głodu.



5 rodzajów wampirów

- wampir **dychotomista**
- wampir **krytykujący**
- wampir **kontrolujący**
- wampir **narcyz**
- wampir **ofiara**

* Wampir dychotomista

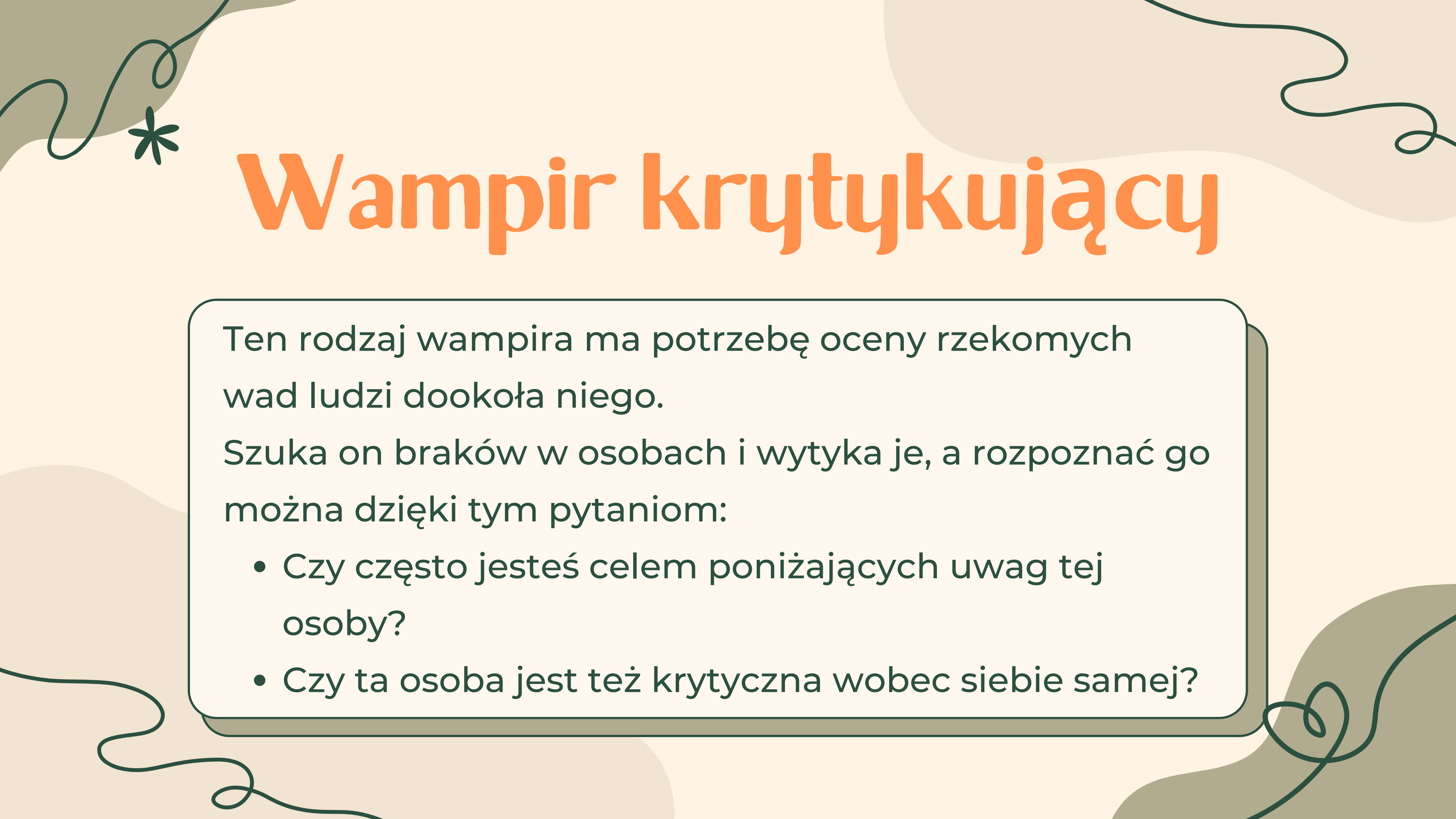
Wampir ten będący osobowością z pogranicza dzieli ludzi na tylko dobrych albo tylko złych. Jego gra nigdy nie jest sprawiedliwa, za to bywa pełna zemsty i impulsywności, a także wyżywania się na swoich ofiarach. Tego wampira rozpoznać możesz zadając sobie pytania:

- **Czy gdy zaspokajasz potrzeby tej osoby, to jej zachowanie jest cudowne, ale gdy tego nie zrobisz to wpędza ją we wściekłość?**

* Wampir dychotomista

Tego wampira rozpoznać możesz zadając sobie pytania:

- Czy robisz wszystko, aby utrzymać z nią “pokój”?
- Czy czujesz się jak na emocjonalnym rollercoasterze z tą osobą?
- Czy nakładasz cenzurę i filtry na swoje uczucia, bo obawiasz się, że ta osoba się rozgniewa?

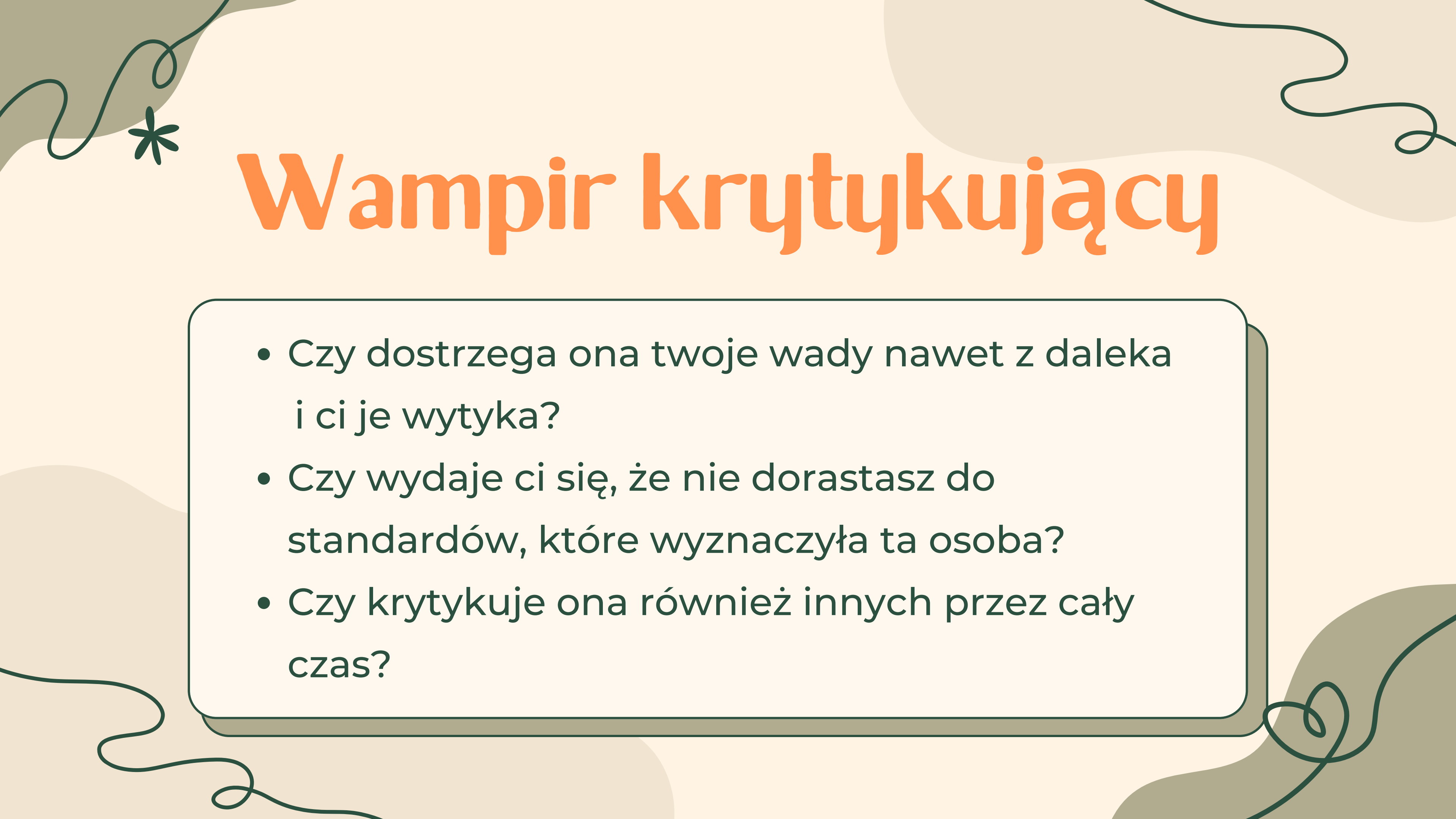


* Wampir krytykujący

Ten rodzaj wampira ma potrzebę oceny rzekomych wad ludzi dookoła niego.

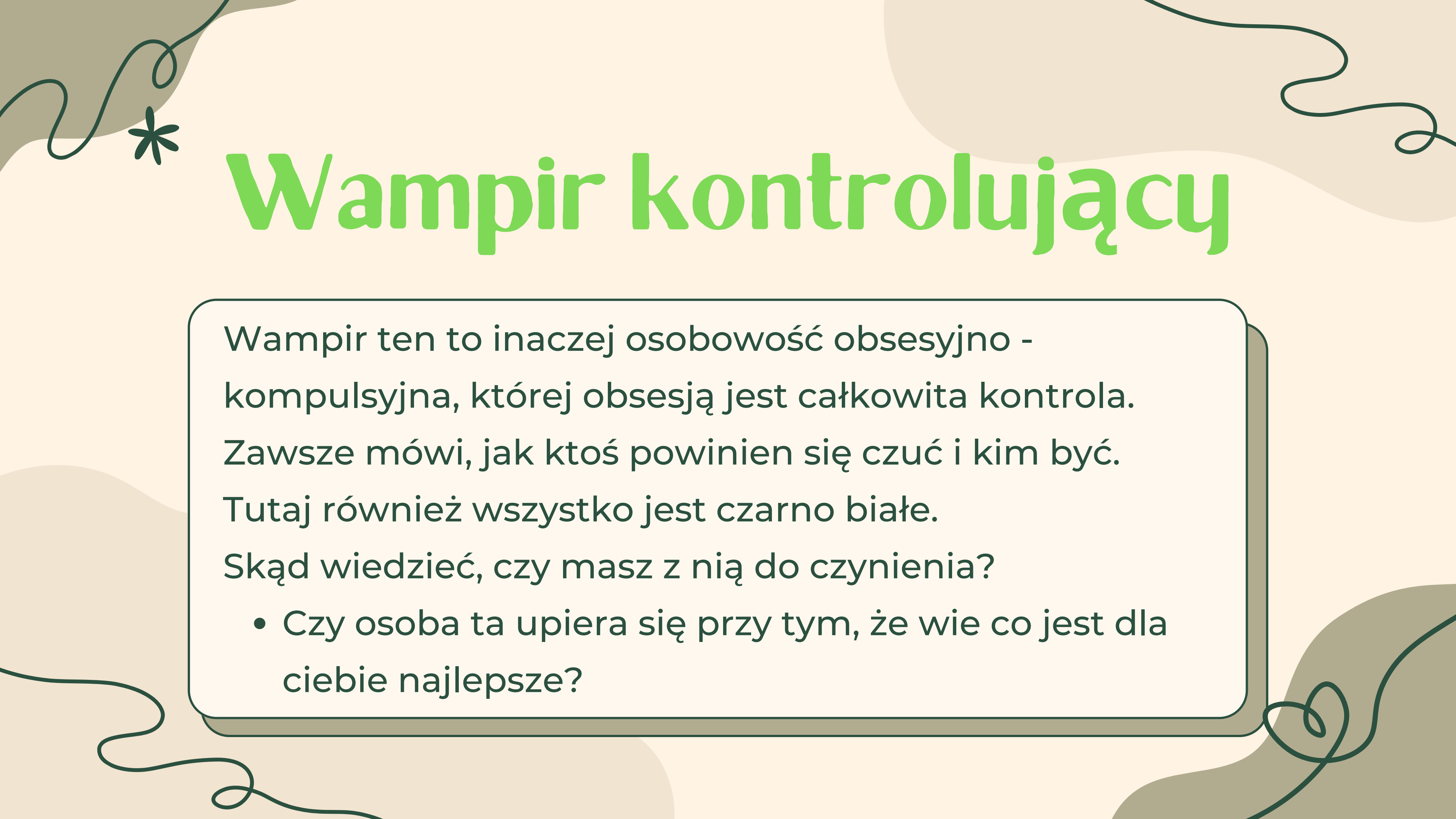
Szuka on braków w osobach i wytyka je, a rozpoznać go można dzięki tym pytaniom:

- Czy często jesteś celem poniżających uwag tej osoby?
- Czy ta osoba jest też krytyczna wobec siebie samej?



* Wampir krytykujący

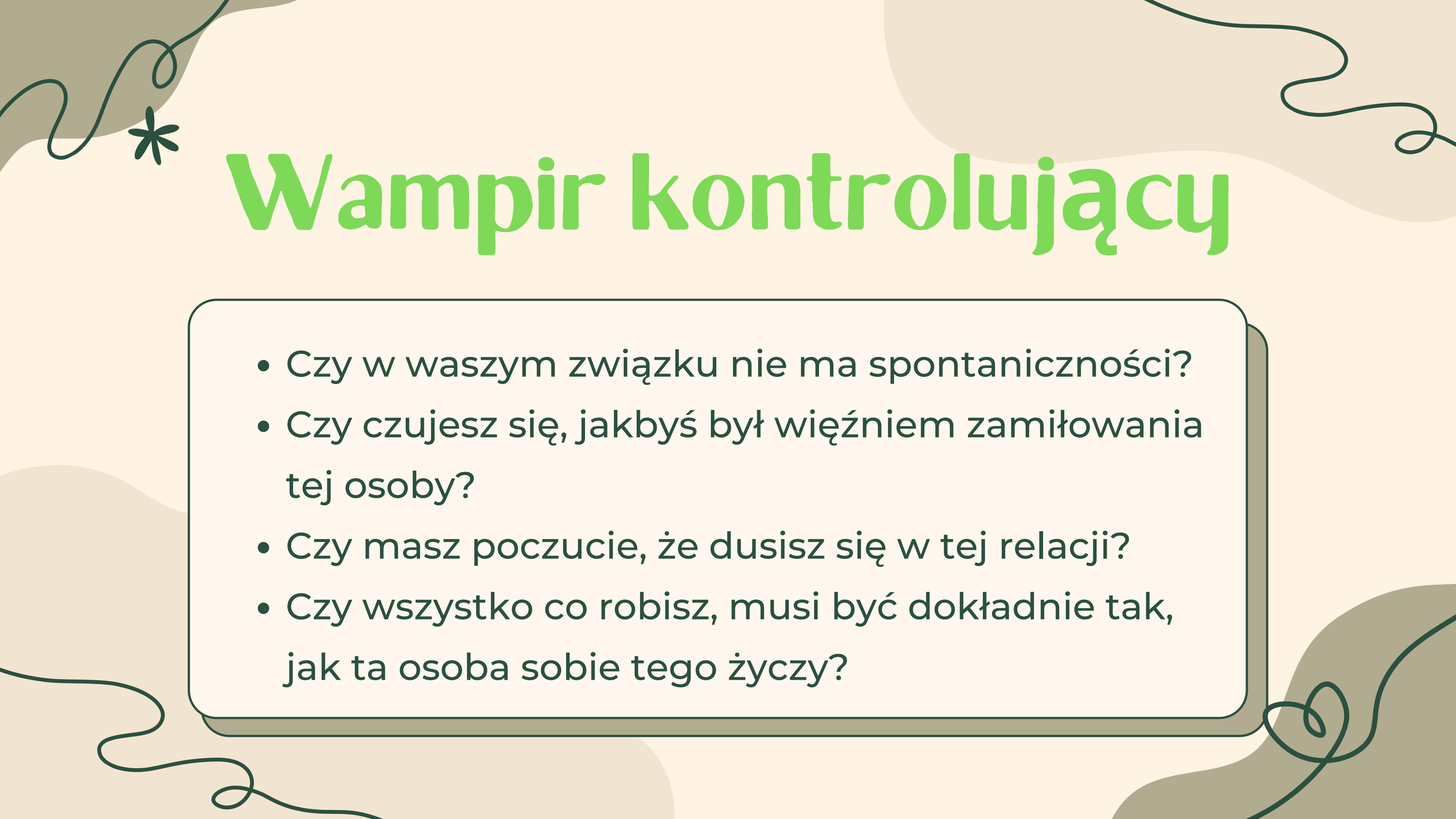
- Czy dostrzega ona twoje wady nawet z daleka i ci je wytyka?
- Czy wydaje ci się, że nie dorastasz do standardów, które wyznaczyła ta osoba?
- Czy krytykuje ona również innych przez cały czas?



* Wampir kontrolujący

Wampir ten to inaczej osobowość obsesyjno - kompulsyjna, której obsesją jest całkowita kontrola. Zawsze mówi, jak ktoś powinien się czuć i kim być. Tutaj również wszystko jest czarno białe. Skąd wiedzieć, czy masz z nią do czynienia?

- Czy osoba ta upiera się przy tym, że wie co jest dla ciebie najlepsze?



Wampir kontrolujący

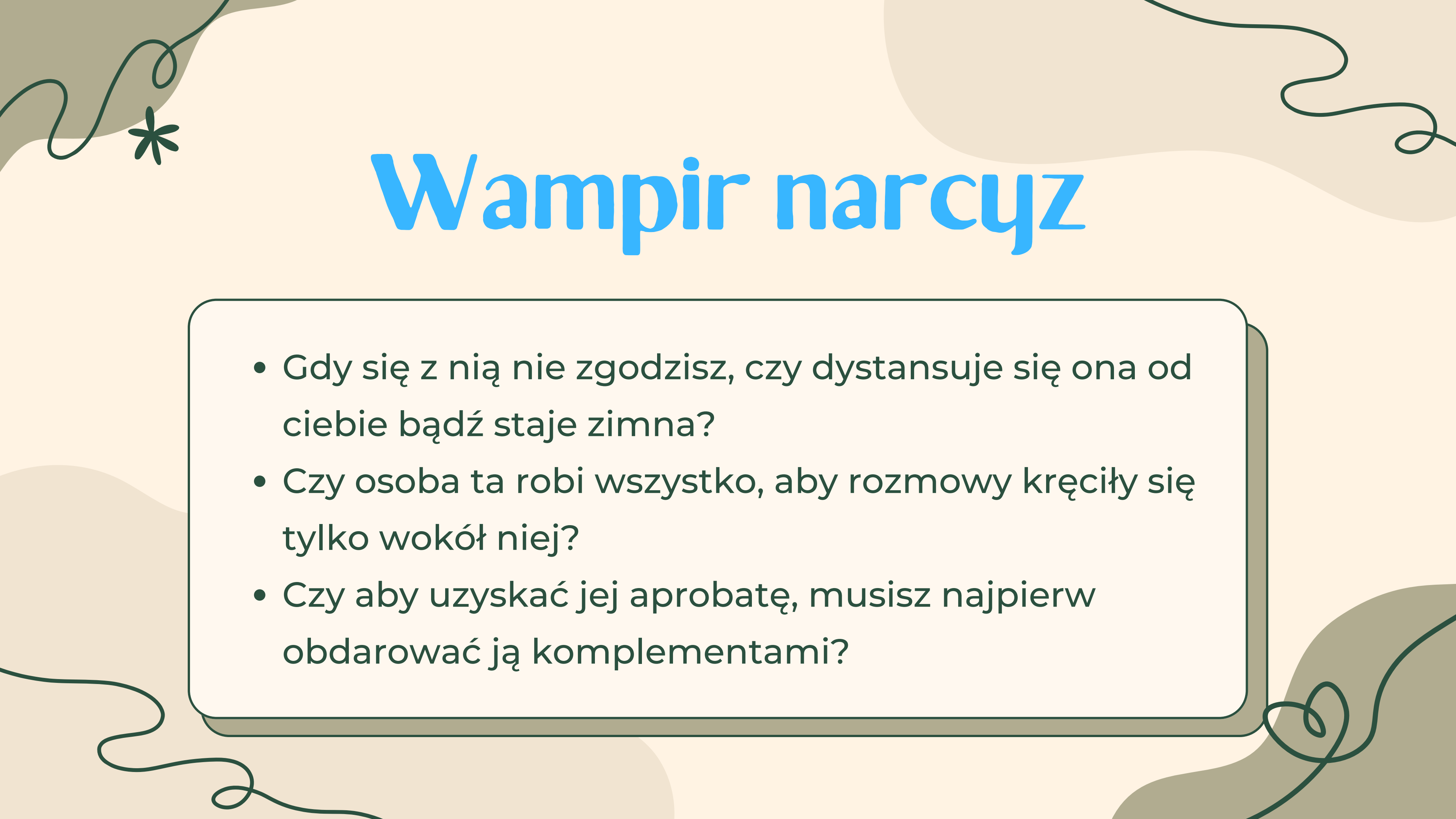
- Czy w waszym związku nie ma spontaniczności?
- Czy czujesz się, jakbyś był więźniem zamykania tej osoby?
- Czy masz poczucie, że dusisz się w tej relacji?
- Czy wszystko co robisz, musi być dokładnie tak, jak ta osoba sobie tego życzy?



Wampir narcyz

Narcyz jest przekonany, że świat kręci się wokół niego, że jest najważniejszy. Niezależnie od tego, jakie wrażenie sprawia wampir na początku, gdy się z nim nie zgodzisz, ujawnia się jego niesympatyczna natura. Czy masz z nim do czynienia?

- Czy osoba ta deprecjonuje twoje wszelkie zainteresowania albo uczucia?



Wampir narcyz

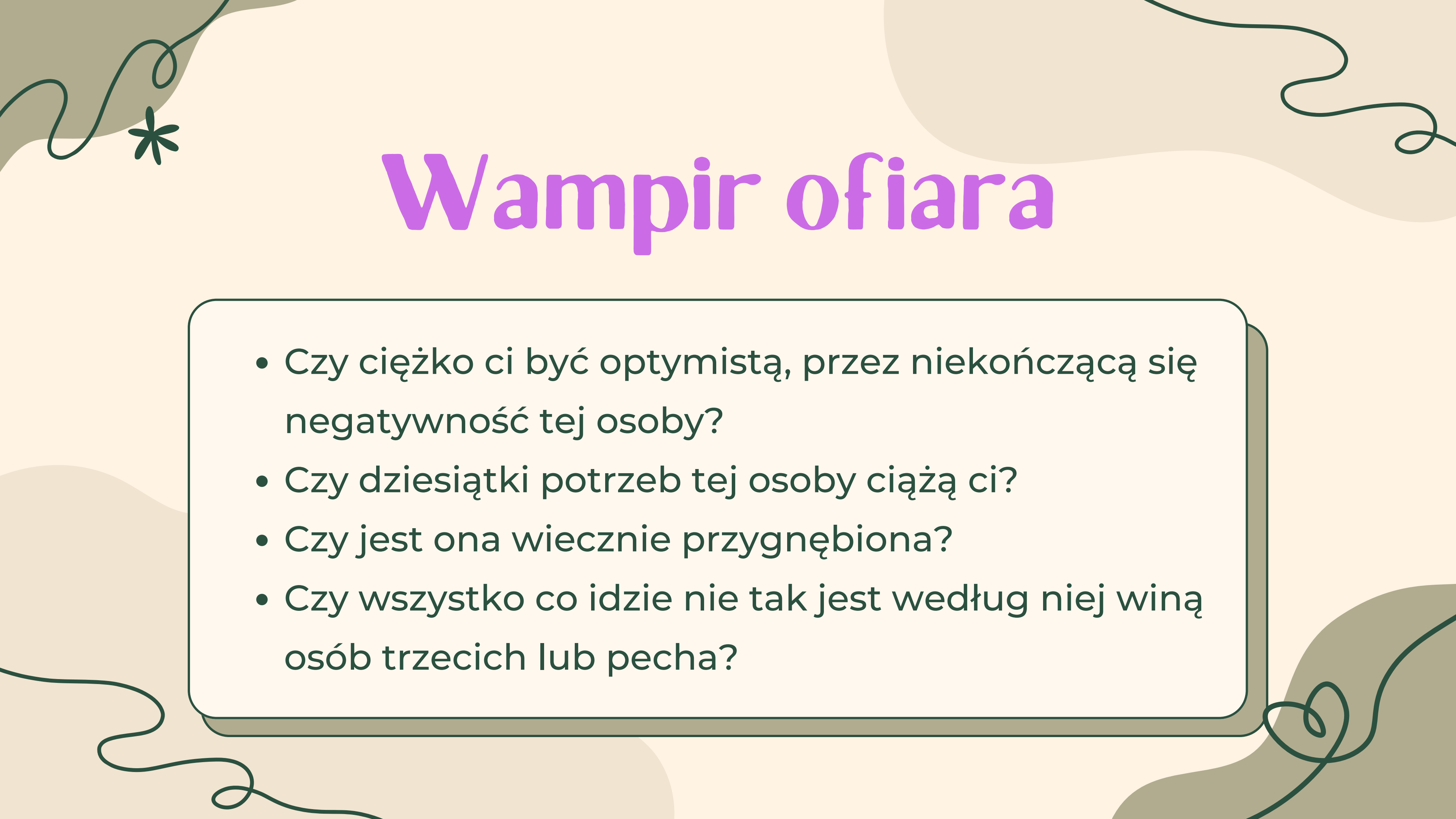
- Gdy się z nią nie zgodzisz, czy dystansuje się ona od ciebie bądź staje zimna?
- Czy osoba ta robi wszystko, aby rozmowy kręciły się tylko wokół niej?
- Czy aby uzyskać jej aprobatę, musisz najpierw obdarować ją komplementami?



Wampir ofiara

Wampir ofiara czyli osobowość zależna wiecznie robi z siebie “najbiedniejszą”. Przyjmuje ona postawę, w której nie bierze odpowiedzialności za to co robi i pokazuje, jak nieszczęśliwa stale jest. Oto pytania, które pomogą ją dostrzec:

- Czy ignorujesz telefony tej osoby, aby uniknąć słuchania skarg i użalania się?



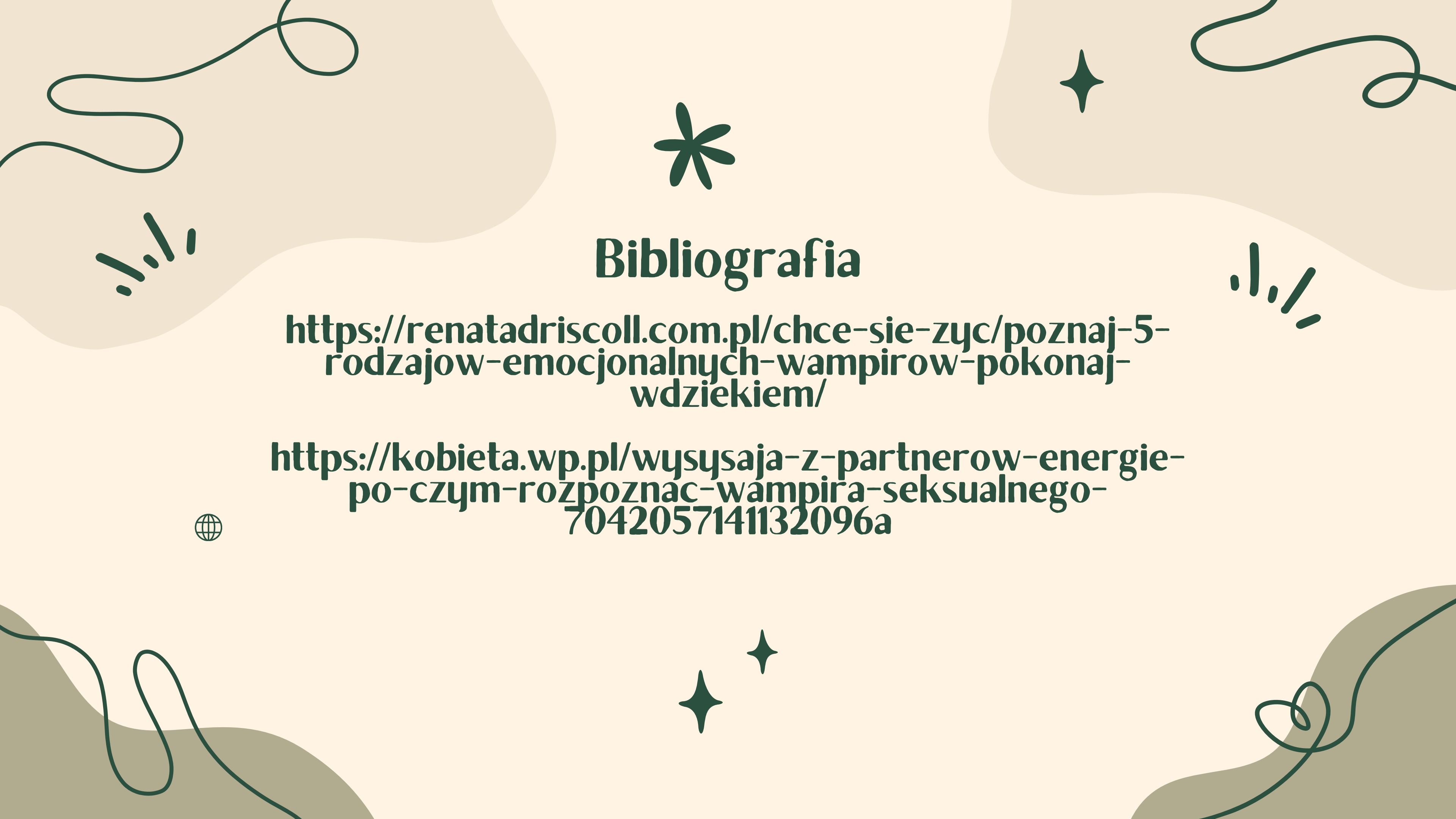
Wampir ofiara

- Czy ciężko ci być optymistą, przez niekończącą się negatywność tej osoby?
- Czy dziesiątki potrzeb tej osoby ciążą ci?
- Czy jest ona wiecznie przygnębiona?
- Czy wszystko co idzie nie tak jest według niej winą osób trzecich lub pecha?

**W JAKI SPOSÓB RADZIĆ SOBIE
Z WAMPIREM I SOUL
DIGGEREM?**

- 1. ZASTANÓW SIĘ CZY TA RELACJA JEST DLA CIEBIE DOBRA.**
- 2. ZAOBSERWUJ JAK SIĘ CZUJESZ PO SPOTKANIU Z TAKĄ OSOBĄ.**
- 3. POMYŚL CZY TA OSOBA WSPIERA CIĘ W TWOICH TRUDNOŚCIACH.**
- 4. SPRAWDŹ CZY STOSUNEK SEKSUALNY Z TAKĄ OSOBĄ JEST DLA CIEBIE PRZYJEMNOŚCIĄ CZY ZACZĄTKIEM DO TEGO, ABY MIEĆ WYRZUTY SUMIENIA CZY OBNIŻONY NASTRÓJ.**

DOBRO JEJEST
JEDNAK
WYBIERAĆ
SIEBIE



Bibliografia

<https://renatadriscoll.com.pl/chce-sie-zyc/poznaj-5-rodzajow-emocjonalnych-wampirow-pokonaj-wdzikiem/>

<https://kobieta.wp.pl/wysysaja-z-partnerow-energie-po-czym-rozpoznać-wampira-seksualnego-7042057141132096a>



Partnerzy:



ARCHAEOGRAPH
Wydawnictwo Naukowe