ثانيا: السعي إلى الكمال : فأنت في سعيك للكمال تتقبل كونك ضعيفًا، كونك خُلقت ناقصا لن تكتمل أبدا، ولا يوجد على هذه الأرض إنسان كامل يوجد من يحاول تجميل صورته ورسمها لتظهر بأكمل وجه، كما أن شعور الإنسان بضعفه وإدراكه لاحتمالية فشله هو بحد ذاته إحدى نقاط قوته، فإن الضعف صفة إنسانية متأصلة في نفس كل فرد منا، ومن حاول محو هذا الشعور « بصفة القوة » فإنما هو يخدع نفسه . ويعرضها لأبشع التشوهات النفسية مع الوقت قد ترى هذا القوي الذي لا يضعف يبكي معك كالطفل. بل المشكلة أن يدعي الإنسان عكس ما يشعر به « حيث أن الضعف الحقيقي هو ألا نقبل هذا الضعف » كما أن البكاء يخفف من شعوره بالضغط ويخلصه من التوترات المتراكمة. ~ والكمالية لديها اشكال مختلفة ؟ كمالية الاخرين : لا بد لمن حولي ألا يتركوني أشعر بالوحدة أبدًا. تظهر حرص الفرد على أن يكون كل ما حوله مثاليًا، يتحقق بالطريقة التي خطط لها ودون أي هفوات أو استثناءات لكن المشكلة أن هذا النوع من الأشخاص الذي يتطلب كمال من حوله، وتضعف علاقته بهم من ناحية أخرى. كلما زاد نجاحي زادت توقعات الآخرين مني. وغيرها من العبارات إرضاء الآخرين من أهم دوافع الكمالية، تستشعر أن كل نظرة من الآخرين وكل كلمة تعني الكثير، فتلزم نفسك بإرضاء كل من حولك ولو على حساب نفسك؛ وما يدفعنا إلي هذا هو الخوف. نعم الخوف يصديقي سواء من اراء الناس لينا ونظرتهم و. ولكن الشجاعة يا صديقي ؟ الكمالية المرتبطة بالنفس : تخيل معي أن هناك أحدًا يعيش معك في نفس المنزل كلما رأيته أخبرته أنه ضعيف وأنه لا بد أن يكون أكثر قوة، هل تري أنه سيعيش بسلام معك ؟!

Summarized by © lakhasly.com