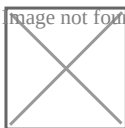


31 Οκτωβρίου 2016

Όταν το άγχος επιλέγει αντί για σένα... (Δρ. Γρηγόρης Βασιλειάδης, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπευτής)

/ [Πεμπτούσία](#)

Image not found or type unknown



«Είχα ένα τεράστιο, ανεξήγητο άγχος. Προσπαθούσα για χρόνια να γίνω μητέρα, και τώρα, μετά από πολλές προσπάθειες επιτέλους τα κατάφερα να μείνω έγκυος! Αλλά αντί να χαρώ, πλημμύρισε ξαφνικά η ζωή μου από άγχος! Η ζωή μου και ο ύπνος μου έγινε ένα μαρτύριο... Υπέφερα γιατί ανησυχούσα συνεχώς μήπως πάει κάτι στραβά με την εγκυμοσύνη μου. Μήπως το παιδί μου έχει κάποιο πρόβλημα, μήπως κάτι δεν πάει καλά με την γέννα... Τελικά, πριν λίγες μέρες απέβαλα. Παραδόξως, αν και περίμενα να τα βάψω μαύρα, το πήρα το πράγμα πολύ ψύχραιμα! Είπα πως αυτό ήταν να συμβεί και άρχισα να το δέχομαι. Όμως, πάλι άρχισα τα βράδια να μην μπορώ να κοιμηθώ, να κλαίω στα καλά καθούμενα, αν και πήγα διακοπές με τον άντρα μου, δεν μπορούσα να χαλαρώσω και να περάσω καλά...».

Βλέπω την κοπέλα εδώ και λίγο καιρό θεραπευτικά.

Αν και η ζωή της είναι εξωτερικά εύρυθμη κι ελέγξιμη, χωρίς δυσχέρειες, αν και δεν υπάρχουν πραγματικοί λόγοι σύγκρουσης για ορατά και άμεσα ανιχνεύσιμα προβλήματα, αν και όλα στην ζωή του ζευγαριού «πάνε καλά», όμως και τα δυο μέλη του ζευγαριού έχουν υπερβολικό άγχος.

Ο ένας -ο σύζυγος- το ρυθμίζει το άγχος του καταφεύγοντας σε καταναγκαστικές συμπεριφορές (π.χ. συχνή κι εμμονική καθαριότητα του σπιτιού, εκρήξεις οργής με αίτημα την εκφορά παραπόνων και αυτοδικαίωσης έναντι της συντρόφου του).

Η άλλη, δημιουργώντας τεχνητές συνθήκες ελέγχου της απρόβλεπτης ζωής της παράγοντας συνεχώς αυτοκαταστροφικές σκέψεις με ζοφερό σενάριο και προοπτική.

Το άγχος πάντα είναι το αποτέλεσμα μιας βαθιάς, αθέατης κι ανεπίλυτης ψυχικής σύγκρουσης. Σύγκρουσης συνήθως ανάμεσα στην συνειδητή και την μη αποδεκτή από το συνειδητό (ασυνείδητη) επιθυμία. Μια επιθυμία που, ενώ έχει μεγάλη ένταση κι επιτακτικά αιτήματα, δεν γίνεται αντιληπτή, ούτε υλοποιείται, αφού η φύση της δεν είναι συμβατή με τους αποδεκτούς στόχους, με τα ηθικά κριτήρια, και την επίσημα αποδεκτή αυτοεικόνα της προσωπικότητάς του ατόμου.

Στην περίπτωση της κοπέλας αυτή, αν και η συνειδητή της επιθυμία είναι να κάνει παιδί, ο ασυνείδητος φόβος να γίνει μητέρα -φόβος που είναι ανεπεξέργαστος επειδή παραπέμπει σε ανέγγιχτα ακόμη και επίφοβα τραύματα της παιδικής της ηλικίας- ζητάει επίμονα κι αποφασιστικά να ακυρώσει την συνειδητή της επιλογή, του να φέρει δηλαδή στον κόσμο το παιδί της. Η σύγκρουση αυτή ανάμεσα στις δύο αντιφατικές επιθυμίες, για να μην γίνει ορατή από τον ψυχισμό, παραμένει

ανεπίγνωστη.

Επειδή όμως παραμένει αθέατη, αναγκαστικά μεταμφιέζεται σε ενοχλητικά συμπτώματα (γενικευμένο άγχος, αυτοκαταστροφικές σκέψεις, αϋπνίες) προκειμένου να ταρακουνήσει το άτομο από τον λήθαργο του, για να αποφασίσει να δει τι γίνεται μέσα του. Όσο η κοπέλα αποφεύγει να αντιμετωπίσει την εσωτερική της σύγκρουση τόσο αυτή της επιβάλλεται με την μορφή εντεινόμενου άγχους, που τελικά παίρνοντας τα ηνία της επιθυμίας, καταργεί την αμφιθυμία επιβάλλοντας την λύση της αποβολής του εμβρύου.

Ενός εμβρύου που -παραδόξως- σύμφωνα με την ομόφωνη διάγνωση των γιατρών είναι εντελώς υγιές. Χωρίς οργανικές ανωμαλίες που συνήθως ερμηνεύουν την μεγάλη πλειοψηφία των αποβολών κι έμμεσα απενοχοποιούν την μητέρα από την ασυνείδητή της συμβολή στον θάνατο του εμβρύου.

Ο φόβος να αγγίξει κανείς τις παιδικές του πληγές, αντιμετωπίζοντας κατ'ανάγκην τις ψυχικές του συγκρούσεις ως έναυσμα γνωριμίας με έναν βαθιά ευάλωτο εαυτό, συχνά κυριαρχεί κι επιβάλλεται έναντι της συνειδητής θέλησης για ίαση, για ένα αυτογνωστικό προχώρημα στην πιο ενήλικη διαχείριση του παρελθόντος και των τραυμάτων που εκκρεμούν σ' αυτό.

Παρατήρηση: ο Δρ. Γρηγόρης Βασιλειάδης είναι δημιουργός της ιστοσελίδας www.aftognosia.gr