

## Τι ζητάς μέσα από τις σχέσεις σου; (Δρ. Γρηγόρης Βασιλειάδης, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπευτής)

/ [Πεμπτουσία](#)



**Όταν δίνεις από πλεόνασμα αγάπης, γιατί έχει ξεχειλίσει το ποτήρι σου από πληρότητα, τότε πραγματικά δεν σε νοιάζει πως θα χρησιμοποιήσουν οι άλλοι την προσφορά σου.**

Κι αυτό γιατί ελάχιστα έως καθόλου σε ενδιαφέρει η ανταπόκριση ως στόχος της σχεσιακής δοσοληψίας, αλλά περισσότερο η πραγμάτωση της κυρίαρχης ανάγκης σου να δοθείς...

Η αίσθηση της κακοποίησης, της αδικίας, της απογοήτευσης από τους άλλους προϋποθέτουν την ύπαρξη ενός ψυχικά & υπαρξιακά ασθενέστερου κι εξαρτημένου από την ανάγκη να πάρει πλάσματος, ενός ανεπαρκούς ατόμου που από μια μειονεκτική κι απλήρωτη, γεμάτη ελλείψεις θέση «συνεργάζεται» στις σχέσεις

του, ενός θυμωμένου «παιδιού» που προσδοκά ως τελική ανταμοιβή των ανταποδοτικών του σχέσεων την δικαίωση της ύπαρξης του από τον «ενήλικα» άλλον.

Μια τέτοια όμως θέση μοιάζει περισσότερο με έναν βαρέλι δίχως πάτο, που όσο και να το γεμίζεις πάλι άδειο θα μένει.

Αν μετά από έναν ειλικρινή εσωτερικό διάλογο αναγνωρίζεις στον εαυτό σου αυτό το «άπατο βαρέλι», αν οι προσπάθειές σου να «γεμίσεις» μέσα από τις σχέσεις σου με τους άλλους -αν και συνεχείς-, παραμένουν ματαιωτικές κι άκαρπες, τότε καλά θα κάνεις να εξετάσεις το ενδεχόμενο να διερευνήσεις μέσα από την ψυχοθεραπεία τα πραγματικά σου ψυχικά δεδομένα και κενά, να δεις κατάματα τους φόβους σου, τον φαύλο κύκλο των μη ρεαλιστικών & αυτοματαιωτικών σου προσδοκιών, αλλά και τις αληθινές δυνατότητες που έχεις να χρησιμοποιήσεις με πίστη τα εσωτερικά σου πλούσια αποθέματα αγάπης, φροντίδας και γενναιοδωρίας.

Πίστεψέ με είσαι απείρως πιο «πλούσιος» απ' ότι νομίζεις....

---

**Παρατήρηση:** ο Δρ. Γρηγόρης Βασιλειάδης είναι δημιουργός της ιστοσελίδας [www.aftognosia.gr](http://www.aftognosia.gr).