

21 Φεβρουαρίου 2017

# Τα πολλά πρόσωπα της υπομονής... (Δρ. Δημήτριος Καραγιάννης, Παιδοψυχίατρος - Ψυχοθεραπευτής)

/ [Πεμπουσία](#)



Η διαστρεβλωτική αντίληψη περί υπομονής δεν αφορά κάποια επουσιώδη κεφάλαια της φιλοσοφίας ή της θεολογίας, με τα οποία ασχολούνται κάποιοι ειδικοί, αλλά διαβρώνει επικίνδυνα την καθημερινή ζωή.

Ως παράδειγμα, η σύζυγος που προσέρχεται σε ένα πνευματικό σύμβουλο και αναφέρεται στη βιαιότητα ή στην έλλειψη αγάπης εκ μέρους του συντρόφου της. Ακούγοντας την προτροπή «υπομονή», αισθάνεται αφ ενός μεν δικαιωμένη, ως προς το ότι της αναγνωρίστηκε το φταίξιμο του συζύγου της και αφ' ετέρου αδικημένη ως προς το ότι θα πρέπει να συνεχίσει να τον ανέχεται. Μια τέτοια αντίληψη θα την οδηγήσει στο να ξεσπάσει κάποια στιγμή, αφού και «η υπομονή έχει τα όριά της». Νιώθοντας εξ άλλου το σύντροφό της ως τύραννο, τον εξωθεί να της συμπεριφέρεται με τον τρόπο που τη δυσαρεστεί.

Στην περίπτωση αυτή, η υπομονή θα ήταν πραγματικά η αναλογούσα στάση, καθώς θα σήμαινε: «Μη βιάζεσαι να θεωρήσεις ότι η κατάσταση είναι όπως την αντιλαμβάνεσαι με την πρώτη ματιά. Αναζήτησε τη δική σου συμμετοχή: Στις επιλογές σου. Στους στόχους σου. Στους όρους με τους οποίους σχετίζεσαι. Στη σταθερότητα της στάσης σου. Στη δική σου συμπεριφορά που μπορεί να δρα σαν εκλυτικό αίτιο. Στη δική σου παρερμηνευτική ερμηνεία της συμπεριφοράς των άλλων. Στην ενήλικη αποφασιστική ανάληψη της ευθύνης για την περαιτέρω πορεία της σχέσης».

Ανάλογο παράδειγμα στις σχέσεις γονιών - παιδιών. Οι γονείς που θα ακούσουν την προτροπή να δείξουν υπομονή στη συμπεριφορά του έφηβου παιδιού τους, κινδυνεύουν να συμπεράνουν ότι όντως το παιδί τους έχει το πρόβλημα και αυτοί απλώς πρέπει να το «υπομένουν». Τότε όμως δε θα κατανοήσουν ότι η θεωρούμενη από αυτούς ως προβληματική συμπεριφορά του παιδιού τους μπορεί να είναι η φυσιολογική αναμενόμενη ανάπτυξη της δικής του προσωπικότητας. Δε θα κατανοήσουν ότι η δυσλειτουργική στάση του παιδιού μπορεί να αποτελεί το εξαγόμενο των δυσλειτουργικών οικογενειακών σχέσεων. Η διαστρεβλωτική αντίληψη της υπομονής θα ενισχύσει τη λανθασμένη συμπεριφορά των γονιών. Θα οδηγήσει με τα συνεχή παράπονα, τη γκρίνια, τις επικρίσεις, και τις τιμωρίες στην επιδείνωση της όποιας δυσλειτουργικής συμπεριφοράς του παιδιού.

Η υπομονή όμως θα μπορούσε πραγματικά να είναι η προτεινόμενη θεραπεία, αν αυτό σήμαινε την ώριμη επεξεργασία και κατανόηση της συμπεριφοράς του παιδιού εκ μέρους των γονιών. Η υπομονή εν προκειμένω δε θα εκφραζόταν με βλέμματα πόνου, απογοήτευσης και κατηγορίας, αλλά με βλέμμα που περιβάλλει με εμπιστοσύνη, φροντίδα, τρυφερότητα, σταθερότητα και αυθεντική ελπίδα. Η υπομονή δε θα ήταν μια πληγωμένη εγκαρτέρηση, αλλά μια ευκαιρία ανίχνευσης της προσωπικής πορείας των γονιών και της γνησιότητας της πίστης τους. Μια αυθεντική αντίληψη της όποιας αποτυχίας θα μπορούσε να οδηγήσει στην έμπρακτη αναζήτηση νέων προσωπικών στόχων και νέων λειτουργικών οικογενειακών σχέσεων.

Υπάρχουν και εκείνες οι σκληρές καταστάσεις της απώλειας αγαπημένου προσώπου. Η παρότρυνση για άσκηση υπομονής δύναται ανάλογα με τον τρόπο που παρέχεται να αποτελεί βάλσαμο ή κακοποίηση. Δηλαδή εκπηγάζοντας από την αδυναμία ουσιαστικής συμμετοχής στο πένθος του άλλου, οδηγείται στην αποστασιοποιημένη θέση που εκφέρεται με την κοινότοπη έκφραση: «Υπομονή»! Με αποτέλεσμα, τα συναισθήματα άρνησης, λύπης και οργής που ενυπάρχουν στο φυσιολογικό πένθος να γιγαντώνονται και ο θυμός να κατευθύνεται σ' αυτόν που ψευδώς συμπαραστέκεται ή στο Θεό που στέλνει το θάνατο.

Η παρότρυνση για υπομονή, μέσα στα πλαίσια μιας έμπρακτης συμπαράστασης, μπορεί να αποτελεί και τη μόνη γνήσια έκφραση συμμετοχής στο πένθος. Μπορεί να σημαίνει την αποδοχή των όποιων αρνητικών συναισθημάτων του πενθούντος. Την αναγνώριση της αδυναμίας για μια ολοκληρωτική συμπαράσταση, που θα οδηγούσε στην εξαφάνιση του πόνου. Το συγκλονισμό από την παρουσία του θανάτου. Η υπομονή στο πένθος είναι η δυνατότητα που ενυπάρχει πέρα από το δικαιολογημένο πόνο και τη δικαιολογημένη θλίψη. Είναι ο χώρος που επιτρέπει την κατανόηση του μυστηρίου της ύπαρξης και της νοηματοδότησης της ζωής πέρα από τους ατομικούς στόχους, τις ατομικές επιτυχίες ή τις αποτυχίες.

---

*Το παρόν κείμενο είναι το δεύτερο μέρος του άρθρου του Δρ. Δημήτρη Καραγιάννη, Παιδοψυχίατρου - Ψυχοθεραπευτή, με τίτλο «Η ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΤΗΣ ΥΠΕΡΒΑΣΗΣ ΤΟΥ ΜΟΙΡΑΙΟΥ»*

Διαβάστε το προηγούμενο μέρος του άρθρου [εδώ](#)