

«Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΣΤΙΣ ΣΥΖΥΓΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ»*

Όταν δεν συνομιλείς με τον σύντροφό σου, κάνεις διάφορες υποθέσεις τις οποίες δεν φροντίζεις να διερευνάς και να εξακριβώνεις. Έτσι, καταλήγεις σε διάφορα εσωτερικά συμπεράσματα που συν τω χρόνω γίνονται πεποιθήσεις και συχνά παραμένουν κρυφές. Κανείς, όμως, δεν έγινε γνωστός για τις κρυφές του σκέψεις. Αυτές οι κρυφές σκέψεις είναι συχνά αυθαίρετα συμπεράσματα και συνήθως αποδίδουν στον άλλον αρνητικές ιδιότητες και προθέσεις και όχι καλοπροαίρετα κίνητρα.

Συμβαίνουν μέσα στην καθημερινότητα πολλά απλά και συνηθισμένα πράγματα που θυμώνουν και απογοητεύουν τον σύζυγο. Αν τα δεις μεμονωμένα, γελάς. Σου φαίνονται τόσο μικρά. Πίσω, όμως, από αυτά τα συγκεκριμένα μικροσυμβαίνοντα, υπάρχει κάποιο βαθύτερο συμβολικό νόημα, το οποίο έχει σημαντικό ειδικό βάρος και τελικά, όλα αυτά τα μικρά αποκτούν ένα τόσο μεγάλο βάρος και μια τέτοια δυναμική, που δρουν φθοροποιητικά στη σχέση. Αυτό που για σένα φαίνεται ασήμαντο, στα μάτια του άλλου φαντάζει σημαντικό [...]

Το να εκφράζεσαι με ειλικρίνεια, διάκριση και σεβασμό στον σύντροφό σου και χωρίς προκαταλήψεις, είναι η πεμπτουσία της επικοινωνίας. Όταν δεν μοιράζεσαι τις βαθύτερες σκέψεις και τα εσώτερα συναισθήματά σου και προσπερνάς ή καταπίνεις καθημερινά διάφορα πράγματα, όταν δεν βάζεις όρια και δεν διαπραγματεύεσαι τις αλήθειες σου, όταν συζητάς, κυρίως, για θέματα πρακτικά, απωθώντας τα ανακύπτοντα προβλήματα της σχέσης, τότε, αναπόφευκτα, μετά από χρόνια, έρχεται η στιγμή που συνειδητοποιείς πόσο απομακρυσμένος είσαι ψυχικά από τον σύντροφό σου. Έρχεται η στιγμή των ανεξέλεγκτων συμπεριφορών που πληγώνουν το ζευγάρι και αυτό πονάει πολύ και δημιουργεί προηγούμενα.

**Μικρό απόσπασμα με διασκευή από: Ιάκωβου Θ. Μαρτίδη, Τὰ μυστικά τῶν ἄλλων, Ὅσα θὰ ἄξιζε νὰ γνωρίζετε γιὰ τὴ σχέση σας, εκδ. Αρμός, σελ.143-144.