

Η γλώσσα του θύτη

Ένα από τα βασικά προβλήματα σε μία σχέση συναισθηματική κακοποίησης είναι η έλλειψη επικοινωνίας. Πολλοί αδυνατούν να αναγνωρίσουν το βάθος των προβλημάτων επικοινωνίας σε τέτοιου είδους σχέσεις. Πολλές φορές τα θύματα αναρωτιούνται «γιατί μου μίλησε έτσι» ή «τι ήθελε να μου πει με αυτό». Η απάντηση θα μπορούσαμε να πούμε ότι είναι «απλή», χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δικαιολογεί το θύτη και του δίνει το δικαίωμα να μιλάει με αυτόν τον τρόπο. Ο θύτης έχει μία δική του γλώσσα, με τη οποία θέλει να ελέγχει, να φοβίζει, να μπερδεύει και να απειλεί το θύμα του. Ένας άνθρωπος σε μία φυσιολογική σχέση χρησιμοποιεί τη γλώσσα για να επικοινωνήσει συνειδητά τα συναισθήματα και τις σκέψεις του στο σύντροφό του. Οι θύτες, ωστόσο, χρησιμοποιούν τη γλώσσα για να παραπλανήσουν το σύντροφό τους και να πάρουν αυτό που τελικά θέλουν. Μερικές φορές συνειδητά, άλλες όχι. Οι θύτες ξέρουν να παραπλανούν τόσο καλά, που αυτό γίνεται ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούν με τον άλλο και του μιλάνε, χάνοντας στο τέλος το συνειδητό έλεγχο των αντιδράσεών τους.

Η γλώσσα του θύτη είναι ένα εργαλείο για να προστατεύσει τον εαυτό του από τη συναισθηματική έκθεσή του. Ο φόβος του να μην εκτεθεί και η ανάγκη του για έλεγχο τον εμποδίζει να μιλήσει μία γλώσσα που προϋποθέτει την κατανόηση των αναγκών και των θέλω των άλλων.

Μία από τις πρωταρχικές ανάγκες του ανθρώπου είναι να τον καταλαβαίνουν και να τον αποδέχονται. Γιαυτό και η έλλειψη επικοινωνίας σε μία σχέση εξάρτησης είναι ένας από τους πιο καταστροφικούς παράγοντες της σχέσης. Ούτε τα απλά καθημερινά πράγματα δεν μπορεί κάποιος να λύσει χωρίς να δεχτεί κάποιου είδους επίθεση ή κατηγορία. Αυτή η καθημερινή ματαιώση και η μοναξιά που νιώθει τελικά το θύμα το αποδυναμώνει και το αποδιοργανώνει.

Ο θύτης θέλει να έχει τον απόλυτο έλεγχο σε μία συζήτηση γιαυτό και δεν αφήνει το θύμα του να εκφραστεί όπως θέλει, διακόποντάς το και μην αφήνοντας το να ολοκληρώσει αυτό που θέλει να πει. Ο θύτης δεν ενδιαφέρεται, γιαυτό και δεν παρακολουθεί τι έχει να πει ο σύντροφός του. Προσπαθεί και επιθυμεί να αποδέχεται ο άλλος αυτά που λέει και να μην μιλάει. Όταν το θύμα φτάσει στο σημείο να καταλάβει τι κρύβει η συμπεριφορά του θύτη, τότε μόνο μπορεί να συνειδητοποιήσει πόσο μάταιο είναι να προσπαθεί να φτιάξει τη σχέση του χωρίς επαγγελματική βοήθεια. Δεν γίνεται να υπάρξει επικοινωνία αν ο ένας από τους δύο δεν είναι πρόθυμος να επικοινωνήσει.

Κάτι άλλο, εξίσου καταστροφικό που κάνει ο θύτης είναι επαναλαμβάνει τα λόγια του θύματος. Για παράδειγμα:

«Δεν μου άρεσε ο τρόπος σου χτες το βράδυ»

«Ούτε εμένα μου άρεσε ο τρόπος σου χτες το βράδυ»

Αυτός είναι ένας τρόπος να αποφύγει ο θύτης να ασχοληθεί με τις ανησυχίες του άλλου, να έχει τον έλεγχο, να αλλάξει την συζήτηση και να αμυνθεί. Επίσης με αυτόν τον τρόπο ο θύτης αποφεύγει να απαντήσει ερωτήσεις. Ποτέ δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι ο θύτης δεν απαντάει σε ερωτήσεις. Αυτό το αντιλαμβάνεται σαν να χάνει τον έλεγχο και τον δίνει στον άλλο. Συνήθως απαντάει μία ερώτηση με μία άλλη ερώτηση για να αποπροσανατολίσει τον άλλο και να πάρει τον έλεγχο στα χέρια του. Αυτό συνεχίζεται μέχρι το θύμα να «παραδοθεί» ή μέχρι να αρχίσει ένας καβγάς. Αυτός είναι επίσης ένας τρόπος για να μάθει το θύμα να μην παραπονιέται στο θύτη του.

Ένας άλλος τρόπος για να ελέγχει τη συζήτηση ο θύτης είναι να κατηγορεί το θύμα για αυτά που το θύμα τον κατηγορεί. Για παράδειγμα:

«Μην με διακόπτεις όταν μιλάω»

«Εσύ με διακόπτεις όταν μιλάω».

Υπάρχουν πολλοί τρόποι που ο θύτης υιοθετεί για να αποφύγει την επικοινωνία. Η ουσία όμως παραμένει ότι η γλώσσα που χρησιμοποιεί ο θύτης δεν είναι αυτή που χρησιμοποιεί ένας φυσιολογικός άνθρωπος. Η γλώσσα του δεν λειτουργεί σαν μέσο μεταφοράς των σκέψεών του, μάλλον το αντίθετο γίνεται. Όσο πιο γρήγορα το καταλάβει κανείς αυτό, τόσο πιο γρήγορα συνειδητοποιεί ότι δεν έχει νόημα και κανένα αποτέλεσμα να προσπαθεί να επικοινωνήσει με αυτούς τους ανθρώπους.