**Γιατί οι δύσκολοι άνθρωποι είναι δάσκαλοί μας;**

Όλοι συναντάμε κατά καιρούς δύσκολους ανθρώπους, είτε στην εργασία μας είτε στο φιλικό περιβάλλον είτε ακόμα χειρότερα, στο οικογενειακό ή συγγενικό μας περιβάλλον. Το ζήτημα των σχέσεων μοιάζει πολλές φορές με έναν λαβύρινθο ή μια σπαζοκεφαλιά, την οποία δυσκολευόμαστε να λύσουμε και συχνά, δεν τα καταφέρνουμε ποτέ.

Πολλές φορές, η μοναδική λύση για να απαλλαγούμε από έναν δύσκολο άνθρωπο είναι να τον απομακρύνουμε από τη ζωή μας ώστε, να μην μας επηρεάζει. Αυτή η τακτική όμως ενέχει δύο σημαντικά προβλήματα. Το ένα είναι ότι η απομάκρυνση αυτών των προσώπων δεν είναι πάντα εφικτή και το δεύτερο είναι ότι κάθε ένας από αυτούς τους ανθρώπους υπάρχει στη ζωή μας για να μας προσφέρει ένα μεγάλο δώρο. Ένα μάθημα αυτογνωσίας. Στην πραγματικότητα, οι περισσότερες σχέσεις με τους άλλους καθρεφτίζουν τη σχέση που έχουμε με τον εαυτό μας.

Εάν το συνειδητοποιήσουμε αυτό βαθιά και επιτρέψουμε στον εαυτό μας να διδαχθεί από αυτούς τους ανθρώπους, τότε θα έχουμε κερδίσει πολλά. Ας δούμε επιγραμματικά γιατί οι δύσκολοι άνθρωποι είναι οι μεγαλύτεροι δάσκαλοί μας και πώς μπορούμε να αποκομίσουμε τα μέγιστα από αυτούς, οφέλη.

**1. Μας φωτίζουν τα σκιερά κομμάτια του εαυτού μας**

Οι δύσκολοι άνθρωποι έχουν μια εξαιρετική ικανότητα να πατούν τα «κουμπιά» μας και να μας κάνουν έξω φρενών σε μόλις λίγα δευτερόλεπτα. Αυτά τα «κουμπιά» λοιπόν δεν είναι τίποτα άλλο από τα σκιερά μας κομμάτια τα οποία φροντίζουμε να θάβουμε και αυτά τα πρόσωπα έχουν την ικανότητα να τα φέρνουν στην επιφάνεια. Αναρωτηθείτε: Μήπως νιώθω ότι αυτός ο άνθρωπος εκθέτει κάποιο μέρος του εαυτού μου που δεν θέλω να παραδεχτώ ότι υπάρχει;

**2. Μας δείχνουν τον τρόπο με τον οποίο βλέπουμε τον εαυτό μας**

Οι άνθρωποι, πολλές φορές, γίνονται «δύσκολοι» όταν μας δείχνουν τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφερόμαστε εμείς οι ίδιοι στον εαυτό μας. Όλοι δεχόμαστε κριτική, υπάρχουν όμως κάποια ήδη κριτικής τα οποία δεν ανεχόμαστε ή μας βγάζουν «εκτός εαυτού». Πολλές φορές, αυτό συμβαίνει μόνο και μόνο επειδή ακούμε τα λόγια που ξεστομίζει ο κριτής μας στο κεφάλι μας. Για παράδειγμα, ένας άνθρωπος ο οποίος κατηγορεί τον εαυτό του, στις μύχιες σκέψεις του, ότι είναι τεμπέλης (άσχετα με το εάν αυτό αποτελεί μια αντικειμενική αλήθεια ή όχι) θα εκνευριστεί πολύ περισσότερο εάν τον αποκαλέσει κάποιος «τεμπέλη», από κάποιον άλλον που δεν αισθάνεται έτσι. Αναρωτηθείτε: Μήπως κάποια από τα λόγια ή τις συμπεριφορές των δύσκολων ανθρώπων αντανακλούν τον τρόπο που μιλάτε ή συμπεριφέρεστε στον εαυτό σας;

**3. Μας καταδεικνύουν ποια είναι τα όριά μας**

Τα πρόσωπα αυτά καταπατούν τα «ιδιωτικά» μας όρια, τον προσωπικό μας χώρο. Γίνονται θρασείς και επιβάλλουν τον εαυτό τους στη ζωή μας. Όλοι γνωρίζουμε ότι ζούμε σε μια ελεύθερη και δημοκρατική κοινωνία η οποία έχει ως σύνθημα ότι τα όρια της ελευθερίας τελειώνουν εκεί που ξεκινούν τα όρια του άλλου. Αδιαμφισβήτητα, υπάρχουν άνθρωποι που τείνουν να καταπατούν τα όρια των άλλων αλλά οι περισσότεροι τα σέβονται διότι κανείς δεν θέλει να αισθάνεται ότι «τον βάζουν στη θέση του». Η οριοθέτηση του προσωπικού μας χώρου, σπάνια λαμβάνει χώρα σε λεκτικό επίπεδο. Η μη λεκτική επικοινωνία (η οποία αποτελεί το 92% της επικοινωνίας μας με τους άλλους) αναλαμβάνει να κοινοποιήσει τα όριά μας σε οποιονδήποτε συναντάμε. Αναρωτηθείτε: Μήπως έχω δώσει το δικαίωμα σε αυτόν τον άνθρωπο να πιστεύει ότι μπορεί να με κακομεταχειρίζεται χωρίς συνέπειες;

**4. Μας δείχνουν πόσο πιστεύουμε ότι αξίζουμε**

Πολλές φορές ανεχόμαστε συμπεριφορές ή προσβολές, τις οποίες άλλοι άνθρωποι δεν θα ανεχόντουσαν. Κάποιοι, όχι απλώς τις ανέχονται αλλά και τις επιβεβαιώνουν μέσα τους. Εάν κάποιος σας κακομεταχειρίζεται και δεν κάνετε τίποτα γι αυτό, αξίζει να αναρωτηθείτε: Μήπως πιστεύω ότι μου αξίζει να με κακομεταχειρίζονται; Γιατί;

**5. Μας βοηθούν να υπερβούμε τον εαυτό μας**

Οι άνθρωποι αυτοί μας φέρνουν αντιμέτωπους με δυσκολίες τις οποίες καλούμαστε να υπερβούμε. Εάν δεν υπήρχαν αυτοί, είναι πολύ πιθανό να μην κάναμε ποτέ καμία υπέρβαση του εαυτού μας. Αντί να μπείτε στον φαύλο κύκλο της γκρίνιας, αναρωτηθείτε: Ποιος είναι ο καταλληλότερος τρόπος αντιμετώπισης αυτής της κατάστασης; Δημιουργήστε μια στρατηγική και εφαρμόστε την.

**6. Μας κάνουν να εκτιμήσουμε όλες τις σχέσεις μας**

Μια δύσκολη – πάσης φύσεως – σχέση μας βοηθά να εκτιμήσουμε τους πραγματικούς φίλους, τους ανθρώπους που μας αγαπούν και αγαπάμε.

**7. Μας βοηθούν να ξεκαθαρίσουμε τι θέλουμε από τις σχέσεις μας**

Τα δύσκολα πρόσωπα στη ζωή μας είναι ιδανικά για να καθορίσουμε, το τι πραγματικά επιζητούμε από μια επαγγελματική, φιλική ή ερωτική σχέση και έτσι μας οδηγούν σε πιο σοφές μελλοντικές επιλογές.

Ίσως δεν είναι τυχαίο ότι η λέξη «δύσκολος» και η λέξη «δάσκαλος» μοιάζουν τόσο πολύ. Οι δυσκολίες έρχονται σε όλους, κάποιοι λένε ότι τις επιλέγουμε, κάποιοι λένε ότι είναι τυχαίες. Το σίγουρο είναι, ότι ακόμα κι αν δεν μπορούμε να επιλέξουμε τις καταστάσεις στη ζωή μας, μπορούμε να επιλέξουμε τον τρόπο με τον οποίον θα τις αντιμετωπίσουμε.

Κανένας άνθρωπος δεν είναι «κακός». Ο καθένας μας έχει τις δυσκολίες του, τα ελλείμματά του και τα προτερήματά του. Καθώς κάποιοι μπορεί να αποτελούν «δύσκολους ανθρώπους» στη ζωή μας, ενδέχεται κι εμείς να είμαστε οι «δύσκολοι άνθρωποι» για κάποιους άλλους. Πριν απορρίψουμε λοιπόν έναν άνθρωπο, ας προσπαθήσουμε να μάθουμε από αυτόν, τι προσφέρει στη ζωή μας, πώς μας εξελίσσει, ποιες αδυναμίες μας φωτίζει. Μόνο όταν αναγνωρίσουμε τις πληγές μας είμαστε ικανοί να τις θεραπεύσουμε. Ίσως έτσι βοηθήσουμε και τον άλλον να έρθει αντιμέτωπος με τη συμπεριφορά του και να πορευτεί καλύτερα στη ζωή του.

Εξάλλου, δεν είναι λίγες οι δύσκολες σχέσεις που εξελίχθηκαν στις μεγαλύτερες φιλίες, στους πιο ευτυχισμένους γάμους και στις καλύτερες συνεργασίες.

Εάν τα έχετε αυτά στο νου σας, την επόμενη φορά που θα συναντήσετε έναν «δύσκολο άνθρωπο» στη ζωή σας, πριν τον απορρίψετε μεμιάς, ίσως αξίζει να το δείτε σαν πρόκληση αυτογνωσίας.

Εξάλλου, Όπως είπε και ο Γκάντι «Κανείς δεν μπορεί να με πληγώσει χωρίς τη συγκατάθεσή μου».

**Πηγή**: [enallaktikidrasi](http://enallaktikidrasi.com/2015/04/giati-oi-dyskoloi-anthropoi-einai-daskaloi-mas/%22%20%5Cl%20%22ixzz3XGtI9cOW)