



**Δεκεμβριος
2015**

Τηλ: 210-96 52 336
pinteris@hotmail.com

Η Εφημεριδούλα

Τεύχος 223 Χρόνος 29ος

Εκδότης: Γιώργος Πιντέρης, Ph.D. Ψυχολόγος - Συγγραφέας



**Η Εφημεριδούλα κι εγώ
ευχόμαστε σε όλους
όσο θα μειώνονται τα έσοδά μας,
τόσο ν' αυξάνεται η μεταξύ μας
συνοχή.**

Καλές γιορτές .

Η οικονομική κρίση και τα παιδιά

Την Τετάρτη 9 Δεκεμβρίου στην εβδομαδιαία ραδιοφωνική εκπομπή Χαβαλές και επιστήμη που κάνουμε με τη Μαρίτα Μυρωνάκη μιλούσαμε για την αυξημένη οικονομική ανασφάλεια που αισθανόμαστε αυτές τις γιορτές σε σύγκριση με πέρυσι. Όχι πως πέρυσι ήμασταν καλά, αλλά τέλος πάντων. Από το 2009 και πέρα, «κάθε χρόνο και χειρότερα». Η κουβέντα το έφερε για το πώς η οικονομική ανασφάλεια των γονέων μεταφέρεται στα παιδιά από 5 μέχρι 12-13 ετών. Μετά το παιδί γίνεται έφηβος και αρχίζει «άλλου παπά Ευαγγέλιο». Εκεί ήμουν διαβασμένος και είπα τα εξής:

Οι περισσότεροι γονείς δεν δίνουν ιδιαίτερη σημασία στην ψυχολογική επίδραση

που έχει το χρήμα πάνω στο παιδί. Το αποτέλεσμα είναι να κάνουν λάθη που έχουν μακροχρόνιο αντίκτυπο στον παιδί. Ας δούμε τα πιο συνηθισμένα:

1. Θεωρούν το χρήμα τεκμήριο προσωπικής αξίας. Ακούει δηλαδή τους γονείς του να εκφράζουν θαυμασμό για τους ανθρώπους που έχουν λεφτά, ενώ ταυτόχρονα τους ακούει να υποτιμούν εκείνους που δεν έχουν
2. Δεν διδάσκουν απολύτως τίποτα στο παιδί για το χρήμα και πώς να το χειρίζεται. Έτσι, όταν το παιδί χρειαστεί κάποια μέρα να χειριστεί χρήματα, νιώθει άγνοια και του δημιουργείται άγχος.
3. Χρησιμοποιούν το χρήμα σαν υποκατάστατο της αγάπης τους προς το παιδί. Επειδή δεν δημιουργούν χρόνο για να ασχοληθούν μαζί του, προσπαθούν ν' αντισταθμίσουν την περιορισμένη τους

απασχόληση με ακριβά δώρα και παιχνίδια. Το παιδί όμως, νιώθει μια στέρηση αγάπης και στοργής που είναι αδύνατο να καλυφθούν με υλικά αγαθά.

4. Στερούν συνεχώς τα χρήματα από το παιδί ώστε «να φτιάξει χαρακτήρα» και να μη γίνει «παραδόπιστο». Δυστυχώς, το είδος του χαρακτήρα που δημιουργεί μια τέτοια μέθοδος, είναι ένα αρκετά στερημένο και μίζερο ή ένα πολύ σπάταλο άτομο.

5. Παραφορτώνουν το παιδί με τα οικονομικά τους προβλήματα γιατί έτσι πιστεύουν ότι θα «ωριμάσει». Ταυτόχρονα παραλείπουν να το διαβεβαιώσουν ότι, κάποια στιγμή, τα προβλήματα αυτά θα ξεπεραστούν. Έτσι, το παιδί μεγαλώνει μέσα σε ένα κλίμα οικονομικού θρήλερ.

Πάμε τώρα και σ' ένα λάθος που συμβαίνει συχνά, όταν το παιδί μπαίνει στην εφηβεία: Χρησιμοποιούν το χρήμα σαν μέσο ελέγχου του εφήβου:

Ο Χαρίλαος από τότε που ο γιος του ο Σπύρος ήταν 6 χρονών τον είχε τρελάνει στη σφαλιάρα. Πίστευε πως με αυτόν τρόπο «θα του βάλει μυαλό». Η μέθοδος είναι χαζή, ιδιαίτερα αν ο γονιός έχει τη συνήθεια να χτυπάει το παιδί του στο κεφάλι. Εκεί, όχι δεν του «βάζει», αλλά του βγάζει μυαλό. Από τότε που ο Σπύρος έγινε 12 χρονών φάνηκε ότι θα γίνει ντερέκι. Έτσι, ο Χαρίλαος σταμάτησε να τον χτυπάει. Όμως μέχρι τα 16 ο Σπύρος ήταν υπάκουος. Στα 16 τα έφτιαξε με μια κοπέλα που ο Χαρίλαος δεν την ήθελε γιατί, δεν χώνευε τη μάνα της. (Ποιος ξέρει γιατί;) ... Έλα

3η Χρονιά !

Κάθε Τετάρτη 11-11.30 ακούτε ζωντανά από το διαδίκτυο

στο ραδιοφωνικό σταθμό

Κέντρο Καρδιάς 95

την εκπομπή

«Χαβαλές & Επιστήμη»

που κάνουμε με τη

Μαρίτα Μυρωνάκη.

Η εκπομπή επαναλαμβάνεται

κάθε Σάββατο 11-11.30

όμως που ο Σπύρος είχε γίνει 1.95 με γάλες πλάτες. Το μοτίβο αυτό εκδηλώνεται στην εφηβεία, όπου το παιδί αμφισβητεί την εξουσία του γονιού. Πού βάσιζε μέχρι πριν 4 χρόνια την εξουσία του ο Χαρίλαος; Στη σφαλιάρα. Με τη σφαλιάρα (δηλαδή τη διαφορά σωματικής δύναμης) είχε τον έλεγχο πάνω στο γιο του. Άντε τώρα ρίξε σφαλιάρα στο Σπύρο. Δεν είσαι χαζός. Προσπαθείς λοιπόν να διατηρήσεις τον έλεγχο μέσα από το χρήμα: «Δεν θα σου δίνω τα λεφτά μου για να βγαίνεις με την κόρη αυτής της καριόλας!» Έτσι όμως, ο Σπύρος καταλήγει ν' αντιλαμβάνεται το χρήμα σα δύναμη και σα μέσον εκβιασμού

Αν ξοδέψουμε λίγη ώρα να θυμηθούμε πώς αντιλαμβανόμασταν το χρήμα όταν ήμασταν παιδιά, καθώς και πώς το βλέπαμε στην εφηβεία ίσως καταλάβουμε μερικά σημαντικά πράγματα όσον αφορά στην τρέχουσα αντίληψή μας για το χρήμα.

Γιώργος Πιντέρης, Ph. D.
Ψυχολόγος

19 + 1

ΤΡΟΠΟΙ ΓΙΑ ΝΑ ΠΕΙΘΕΙΣ

ΕΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΕΩΝ,
ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΠΕΙΘΟΥΣ
ΓΙΑ ΕΠΙΤΥΧΗΜΕΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ



Συνεδρίες μέσω Skype

Η χρέωση είναι 40 € για 30 λεπτά.

Οδηγίες

1. Με βρίσκεις στο Skype: george.pinteris και μου στέλνεις μια πρόσκληση.
2. Μ' ενημερώνεις στο pinteris@hotmail.com ότι μου έστειλες πρόσκληση.
3. Σου απαντάω με e mail και σου προτείνω ώρες στις οποίες θα μπορούσαμε να κάνουμε μια δοκιμαστική συνεδρία. Έχει διάρκεια 10 λεπτά και **δεν χρεώνεται**. Ο σκοπός είναι να διαπιστώσουμε αν η τεχνολογία, μας επιτρέπει να επικοινωνούμε χωρίς διακοπές. Σ' αυτή τη σύντομη συνεδρία θα κρατήσω τα στοιχεία σου και θα ορίσουμε

Η δύναμη της γλώσσας

Ο 50άρης γιατρός κάνει παράπονα στη δεκαεξάχρονη κόρη του για τα υπερβολικά έξοδα της.

- Δεν νοιάζεσαι για τον κόπο του πατέρα σου;

- Γιατί να νοιάζομαι; Σάματι σε ξέρω καθόλου; Για μένα είσαι μόνο κάποιος που πληρώνεις τους λογαριασμούς. Ούτε με ξέρεις ούτε σε ξέρω.

Εκείνο το βράδυ, ο γιατρός δεν μπόρεσε να κοιμηθεί καλά. Τα λόγια της κόρης του είχαν πάει σαν πύρινα βέλη στο στομάχι του και είχε ξεραθεί στους πόνους. Παρόλο που πήρε τα κατάλληλα χάπια δεν ανακουφίστηκε.

Ο τρόπος με τον οποίο μας μιλάει κάποιος άνθρωπος που είναι σημαντικός για μας κι αυτά που μας λέει, μας δημιουργούν συναισθήματα. Όταν μάλιστα τα συναισθήματα αυτά είναι έντονα, μας δημιουργούνται σωματικές αισθήσεις ή ακόμα και σωματικά συμπτώματα. Βέβαια, το ίδιο ισχύει και αντίστροφα: Όταν μιλάμε σε κάποιον που του είμαστε σημαντικοί του δημιουργούνται συναισθήματα.

Όταν όμως πρόκειται για μια σχέση θεραπευτή με θεραπευόμενο, αυτά που λέει ο θεραπευτής δεν δημιουργούν μόνον συναισθήματα στον ασθενή. Δημιουργούν και προσδοκίες. Οι προσδοκίες αυτές, επηρεάζουν σημαντικά την εξέλιξη της υγείας του. Ας δούμε ένα παράδειγμα:

Ο Σωτήρης είχε κάνει τάμα να νηστέψει για 40 μέρες πριν το Πάσχα. Με νύχια και με δόντια κατάφερε να κρατήσει το τάμα

για μια κανονική συνεδρία.

4. Κάθε συνεδρία χρεώνεται 40 € (30.8+9.2 ΦΠΑ)

5. Καταθέτεις το ποσό στον λογαριασμό: BIC: CRBAGRAAXXX (Αυτό αφορά μόνο τράπεζες του εξωτερικού)

IBAN GR37 0140 4410 4410 0234 0002 764

Λογαριασμός Ταμειυτηρίου
441.00.2340.002764

Η κατάθεση γίνεται πριν ή το πολύ 2 μέρες μετά τη συζήτηση.

Όταν ολοκληρωθεί η συνεργασία μας, σου στέλνω ταχυδρομικά μια συνολική απόδειξη για όσες συνεδρίες έχουμε κάνει.

Αν κάπου δυσκολεύεσαι τηλεφώνησέ μου στο 210 - 96 52 336.

του μέχρι την Κυριακή του Πάσχα. Εκείνο το βράδυ κατέληξε με γαστρορραγία στο νοσοκομείο. Η νοσηλεύτρια της νυχτερινής βάρδιας ήταν η Σάσα. Πενηντάρα και ελαφρώς υπέρβαρη. Μόλις τον είδε του είπε «το ίδιο έπαθε πριν 3 χρόνια και ο άντρας μου. Έμεινε για μια εβδομάδα στο νοσοκομείο».

Το θέμα δεν είναι τι είπε η Σάσα, αλλά τι είπε ο Σωτήρης από μέσα του ακούγοντας τη Σάσα: « Κατάλαβα. Μια εβδομάδα θα μείνω εδώ». Την άλλη μέρα το πρωί πέρασε απ' το κρεβάτι του ένας γιατρός που τον γνώριζε διότι ήταν γείτονες. Του είπε με ενθουσιασμό: «Σωτήρη είσαι πολύ τυχερός. Μόλις τώρα παραλάβαμε ένα καινούργιο φάρμακο που είναι ιδανικό για την περίπτωση σου. Θ' αρχίσεις να το παίρνεις από σήμερα». Έδωσε λοιπόν εντολή στην πρωινή νοσοκόμα να του χορηγήσει το χάπι. Το χάπι δεν ήταν τίποτε άλλο από νερό με ζάχαρη. Σε τρεις μέρες ο Σωτήρης είχε πάρει εξιτήριο!

Όπως είδαμε παραπάνω, η γλώσσα μπορεί να έχει σημαντικό αντίκτυπο στην υγεία μας. Άλλες φορές θετικό και άλλες αρνητικό. Οι περισσότεροι θεραπευτές, όταν μιλάμε στον ασθενή δεν έχουμε συνείδηση ότι αυτά που λέμε, μπορούν να επηρεάσουν την υγεία του. Η γλώσσα που χρησιμοποιούμε είναι «τυχαία».



Το όνειρο που είδα χθες...

Νίκος Δριμάλας

Ωτορινολαρυγγολόγος
Κύπρου 15 Άνω Καλαμάκι
210-99 60 780