



**Δεκέμβριος
2017**

Η Εφημεριδούλα

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

Τεύχος 235 Χρόνος 31ος
Εκδότης: Γιώργος Πιντέρης, Ph.D. Ψυχολόγος - Συγγραφέας



**Καλή Εξώφληση
Λογαριασμών
και ...**

Καλές Γιορτές

Η Μετακόμιση

Πριν από ένα μήνα περίπου, η Ζωή κι εγώ μετακομίσαμε από την Κίου 9, Γλυφάδα, στην Κοραή 6, Γλυφάδα. Θα έλεγα, προς το παρόν, έχουμε τακτοποιηθεί κατά 60 τοις 100. Εξακολουθούν να υπάρχουν 50 κλειστές κούτες, δεν έχουν έρθει τα χαλιά, δεν έχουν έρθει τρεις καναπέδες, και δεν έχουν μπει τα στερεοφωνικά. Αν γίνουν κι αυτά, θα είμαστε τακτοποιημένοι κατά 75 τοις 100.

Η αλήθεια είναι ότι η μετακόμιση λειτούργησε πάνω και στους δυο μας σαν ανανεωτικός μηχανισμός. Παράλληλα και αναπόφευκτα είναι ανανεωτικός μηχανισμός και για την ...οικοσκευή. Πετάξαμε πολύ σαβούρα. Αυτές τις μέρες, έκανα και μερικές διαπιστώσεις για τον εαυτό μου: Είμαι συλλέκτης σαβούρας: το 40 στα 100 των πραγμάτων που κουβάλησα μαζί μου, το πέταξα σχεδόν μόλις φτάσαμε εδώ!

Είχα τέσσερις κούτες με καλώδια. Καθώς τα ξεδιάλεγα ήταν σαν να ξεφυλλίζω ένα παλιό άλμπουμ με φωτογραφίες. Καλώδια από άλλες εποχές, άλλες τεχνολογίες και συνειρμικά άλλες αναμνήσεις. Ένα από τα καλώδια μου θύμιζε στιγμές αγωνίας που πέρασα στο γάμο ενός φίλου μου: Την εποχή εκείνη, ένα από τα χόμπι μου ήταν να κάνω τον Disk Jockey. Του πρότεινα λοιπόν, σαν γαμήλιο δώρο, να καλύψω τη μουσική για το πάρτι που θ' ακολουθούσε.

Μόλις τελείωσε το μυστήριο έφυγα άρον άρον για τον χώρο της δεξίωσης. Είχα ήδη στήσει τα μηχανήματα, και είχα έτοιμο το γαμήλιο εμβατήριο για να υποδεχτώ τους νεόνυμφους. Ανακάλυψα όμως ότι μου έλειπε ένα πολύ σημαντικό καλώδιο. Χωρίς αυτό, δεν θα είχαμε μουσική. Ήταν μάλιστα αρκετά σπάνιο. Βράδυ Σαββάτου πού να βρεθεί μαγαζί που να διαθέτει τέτοιο καλώδιο. Μ' έλουσε κρύος ιδρώτας. Τι ήθελα και ανακατεύτηκα; Είχαν αρχίσει να έρχονται οι πρώτοι προσκεκλημένοι και το καλώδιο δεν είχε ακόμα βρεθεί. Τι να κάνω; Σε ποιόν να αποταθώ; Για να μη σε κρατάω σε αγωνία, το καλώδιο το είχα στην τσέπη μου!

Ένα άλλο που ανακάλυψα, είναι ότι τα απρόβλεπτα έξοδα, σχεδόν πλησιάζουν τα προβλεπόμενα. Πού να φανταστούμε ότι θα χρειαστούμε καινούριο κρεβάτι, γιατί το παλιό δεν χωρούσε να μπει στο διαμέρισμα;! Πού να υπολογίσουμε τις μπαταρίες που χρειάστηκαν τα ατέλειωτα τηλεκοντρόλ και πολλές άλλες συσκευές; Άσε που το σπίτι έχει τρεις φάσεις και μέχρι να βρούμε άκρη με το ιντερνέτ, χρειαστήκαμε ένα σωρό αναμεταδότες.

Όσο για τους μαστόρους; Άλλοι συνεπείς, άλλοι αναβλητικοί και άλλοι εντελώς ασυνεπείς. Όλοι όμως έχουν ένα κοινό. Πληρώνονται μόνον με ρευστό. Μόνον ένας δέχθηκε πληρωμή με μεταφορά στον τραπε-

ζικό λογαριασμό του. Θα μου πεις «άμα έχεις ρευστό, πού είναι το πρόβλημα»; Το πρόβλημα είναι στα Capital Controls! Όσα λεφτά και να 'χεις, υπάρχει περιορισμός στο πόσα μπορείς ξοδέψεις μέσα σ' ένα μήνα.

Ένα από τα πολλά ευχάριστα που γίνονται αυτές τις μέρες, είναι ότι έχω την ευκαιρία να ξαναδώ (και ξεσκονίσω) ένα – ένα όλα μου τα βιβλία. Πολλά, ούτε καν θυμόμουν ότι τα είχα. Επίσης δεν είχα συνειδητοποιήσει πόσο πολλά είναι. Αυτό βέβαια είναι σχετικό, διότι η Ζωή έχει γύρω στα 7.500 βιβλία, πολλά εκ των οποίων σπάνια και ...ακριβούτσικα. Μου φαίνεται ότι κάποια



στιγμή θα γίνουμε άτυπο παράρτημα της ...Εθνικής βιβλιοθήκης.

Τέλος, η μετακόμιση μου έδειξε για άλλη μια φορά ότι εξακολουθώ να πάσχω από τη νόσο της βιασύνης κι ας μου κόστισε – μαζί

με το κάπνισμα- ένα έμφραγμα (Αύγουστος 2016). Θα μου πεις «εσύ, ψυχολόγος άνθρωπος, να μην έχεις υπομονή»; Έλα ντε. Για τους άλλους και τα προβλήματα τους, έχω. Με τα δικά μου είμαι ανυπόμονος. Άσε που εξακολουθώ να καπνίζω. Πολύ λιγότερο, αλλά αν δεν ανάψω τρεις με τέσσερις πίπτες την ημέρα, δεν ησυχάζω.

Πάντως, ό,τι και να πω, μια μετακόμιση είναι ένας *πανίσχυρος ανανεωτικός μηχανισμός* που διαρκεί για πολύ καιρό. Κάθε μέρα, μια καινούργια κατάκτηση πραγμάτων που, μέχρι ένα μήνα πριν, ήταν όλα δεδομένα. Αύριο, θα ξανακούσω τα ηχεία μου μετά από ένα μήνα. Μεθαύριο, θα έρθουν τα χαλιά. Σε λίγες μέρες θα έρθει και το κρεβάτι. Και για τους επόμενους μήνες, κάθε εβδομάδα, όλο και κάτι καινούργιο θα γίνεται. Γι' αυτό, αν νιώθεις τελματωμένος και αισθάνεσαι την ανάγκη για μια ανανέωση, μετακόμισε! Ακόμα και μέσα στο ίδιο σου το σπίτι.

**Μαθαίνω χωρίς διάβασμα.
Τηλεοπτικά σεμινάρια.
Προσεχώς στο [pinterest.gr](https://www.pinterest.gr)
Καθυστερεί λόγω μετακόμισης**

Ένα σεμινάριο

Ανάμεσα στις 20 Οκτωβρίου και τις 24 Νοεμβρίου έγινε **στην αίθουσα του βιβλιοπωλείου των εκδόσεων Ψυχογίος (Εμμ. Μπενάκη)** ένα σεμινάριο με θέμα την αποτελεσματική επικοινωνία. Αποτελείτο από τέσσερις δίωρες συναντήσεις οι οποίες γινόντουσαν Παρασκευή 8 με 10 το βράδυ.

Η πρώτη συνάντηση ήταν αφιερωμένη στο να μάθουμε να αναγνωρίζουμε ποιανού είναι το πρόβλημα. Η δεύτερη, πώς να ακούμε τον άλλον όταν έχει κάποιο πρόβλημα. Η τρίτη, πώς να μιλάμε στον άλλον όταν έχουμε κάποιο πρόβλημα μαζί του, και η τέταρτη, πώς αντιμετωπίζουμε συγκρούσεις αναγκών.

Είχα πολύ καιρό να διδάξω ένα σεμινάριο στην Αττική. Γι αυτό το λόγο, το έκανα με χαρά και αφιλοκερδώς. Η αμοιβή μου ήταν η ποιότητα των ανθρώπων που παρακολούθησαν το σεμινάριο. Καλλιεργημένοι και ζεστοί άνθρωποι. Λυπάμαι πολύ που ήμασταν στη φούρια της μετακόμισης και δεν μου έκοψε να κρατήσω επαφή με κάποιους από αυτούς. Πιστεύω όμως, γύρω στην άνοιξη να κάνουμε κάτι ανάλογο και να ξανασυναντηθούμε τότε.

Ένα φιάσκο...

Την Κυριακή 26, Νοεμβρίου ήταν προγραμματισμένο να παρουσιάσω το καινούργιο μου βιβλίο «Εαυτέ μου, σταμάτα να κατέβω» ζωντανά στην EPT1 στις 9.15 το πρωί. Δυο βράδια πριν, μου τηλεφώνησε η τηλεπαρουσιάστρια, με την οποία είμαστε φίλοι 35 χρόνια, ώστε να είναι προετοιμασμένη για την συνέντευξη. Η συζήτηση κράτησε δέκα λεπτά, και αν είχα όρεξη, θα μπορούσε να κρατήσει άλλο τόσο.

Είχα καιρό να βγω στην τηλεόραση και η προοπτική της συνάντησης μου έδινε χαρά. Το ανακοίνωσα και στο facebook και το είπα και στην αδερφή μου που ζει στην Κύπρο. Το πρωί της Κυριακής ξυπνήσαμε από τις επτάμισι. Η Γλυφάδα δεν είναι πολύ κοντά στην Αγία Παρασκευή και ήθελα να είμαι στην ώρα μου. Πράγματι, στις 9 ακριβώς ήμουν στη ρεσεψιόν. Με οδήγησαν στην αίθουσα του μακιγιάζ, μου βάλανε μια πούδρα που μου ξέρανε το πρόσωπο, και ήμουν εν αναμονή για την συνέντευξη. Για κακή μου τύχη, την ημέρα εκείνη ήταν στο στούντιο μια υπουργός και εξηγούσε στο κοινό ποιοι θα πάρουν, και πώς θα πάρουν επίδομα. Μιας και η EPT είναι δημόσια υπηρεσία, η υπουργός είχε προτεραιότητα. Έτσι, η δική μου συνέντευξη άρχισε στις 9.25 και τελείωσε στις 9.30! Πού να φανταστώ ότι θα ξυπνάγαμε επτάμισι το πρωί και θα κάναμε ολόκληρη διαδρομή, για ένα πεντάλεπτο; Άσε που κόλλησα και εξ επαφής δερματίτιδα από την πούδρα που μου έβαλαν την οποία έβαζαν από τον έναν στον άλλο με το ίδιο σφουγγαράκι. Επειδή έχω συνεργαστεί συστηματικά με την EPT τηλεοπτικά στο παρελθόν, το μακιγιάζ που κάνουν τώρα δεν έχει καμία σχέση με το τότε. Τώρα είναι μια τυπική «ξεπέτα» κι όποιον πάρει ο χάρος. Και σαν να μην φτάνει αυτό, χάλασα και τον Κυριακάτικο πρωινό ύπνο ένα σωρό ανθρώπων. Ο Θεός να μας φυλάει από τις δημόσιες υπηρεσίες.



Κάθε Τετάρτη 11-11.30
ακούτε ζωντανά από το διαδικτυο
στο ραδιοφωνικό σταθμό
Κέντρο Καρδιάς 95
την εκπομπή
«Χαβαλές & Επιστήμη»
που κάνουμε
με τη Μαρίτα Μυρωνάκη.
Η εκπομπή επαναλαμβάνεται
κάθε Σάββατο 11-11.30

Γιώργος Πιντέρης, Ph. D.
Ψυχολόγος

**Εαυτέ μου,
σταμάτα να κατέβω!**



ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΙ ΚΑΒΓΑΔΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΛΟΓΟΙ
ΜΑΘΕ Ν' ΑΠΟΦΑΣΙΖΕΙΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ



Δύο Ειδών Βιβλία

Τα βιβλία μου τα χωρίζω σε 2 μεγάλες κατηγορίες: Τα βιβλία Αυτογνωσίας και τα Διαπροσωπικά. Το πρώτο μου βιβλίο «Αντιμετωπίζοντας το Χωρισμό» (εκδόσεις Θυμάρη) μπορεί να θεωρηθεί ότι ανήκει και στις δύο κατηγορίες. Τα δύο τελευταία βιβλία μου που εκδόθηκαν, «Όταν η λογική παραλογίζεται» και «Εαυτέ μου, σταμάτα να κατέβω!» (εκδόσεις Ψυχογίος) είναι αυτογνωσίας. Βιβλία διαπροσωπικών σχέσεων είναι τα πρόσφατα «Μήνυμα εστάλη. Όμως ελήφθη;» και «19+1 τρόποι να πειθείς» (Ψυχογίος). Μερικά από τα παλιά είναι το «Εσύ, τα Δικαιώματά σου και οι Άλλοι», «Οι Μανούβρες» και «Δεν ξέρω τι θέλω» (Θυμάρη). Τα γράφω αυτά, γιατί τώρα αμφιταλαντεύομαι αν το επόμενο θα είναι Αυτογνωσίας ή Διαπροσωπικό.

Πραγματική Βοήθεια για Υπολογιστές
COOLMATTERTECHS
Μάνος Καραντουμάνης
210 422 5065
210 422 6665
6931 251 421