



Φεβρουάριος
2018

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

Η Εφημεριδούλα

Τεύχος 237 Χρόνος 32ος

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

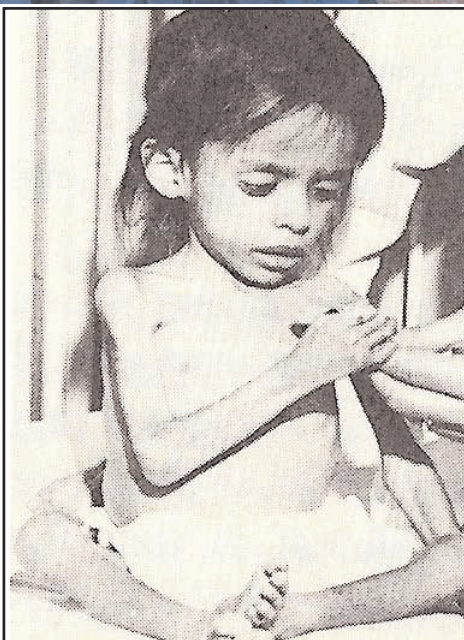
Σκέφτεσαι να κάνεις παιδί: Αναρωτήθηκες αν έχεις τις προδιαγραφές;

Πριν λίγες μέρες, η παγκόσμια κοινή γνώμη σοκαρίστηκε από αυτή την υπόθεση με τα 13 αλυσοδεμένα και υποσιτισμένα παιδιά που αποκαλύφθηκε την Καλιφόρνια. Για την σπάνια περίπτωση που κάποιος δεν γνωρίζει την υπόθεση την αναφέρω τηλεγραφικά. Δύο γονείς είχαν τα 13 παιδιά τους φυλακισμένα και αλυσοδεμένα στο σπίτι. Το μεγαλύτερο 29 ετών. Το μικρότερο δεν θυμάμαι. Κάποια στιγμή η κόρη των 17 ετών δραπέτευσε και ειδοποίησε την αστυνομία. Αυτά που ανακάλυψαν οι αστυνομικοί θύμιζαν στρατόπεδο συγκεντρώσεως. Πέραν τούτου, όλα τα παιδιά βρέθηκαν υποσιτισμένα. Όσον αφορά στο θέμα αυτό, αν κρίνω από την παρακάτω φωτογραφία, δεν είμαι τόσο σίγουρος αν είναι έτσι.



Η διπλανή φωτογραφία είναι από ένα υποσιτισμένο κοριτσάκι 5 ετών που είναι κι αυτό θύμα των γονιών του. Η αστυνομία το βρήκε σ' αυτή την κατάσταση. Σημειωτέον, ενώ ήταν 5 ετών δεν είχε περπατήσει. Τα παιδιά στην πάνω φωτογραφία δεν έχουν τέτοια εικόνα. Όμως, εδώ υπάρχει κάτι άλλο, πολύ πιο ενδιαφέρον: Όλα τα παιδιά είναι ντυμένα το ίδιο και πάνω στο μακό τους γράφει THING, δηλαδή «πράγμα» ή «αντικείμενο». Αυτό τα λέει όλα.

Όχι πως κι εμείς στην Ελλάδα έχουμε... μένει πίσω. Οι μεγαλύτεροι θα θυμούνται το Κωσταλέξι. Οι ακόμα μεγαλύτεροι θα θυμούνται και τη Σπυριδούλα: Μια «υιοθετημένη» οικιακή βοηθό που η τιμωρία



της ήταν να την καίνε με το ηλεκτρικό σίδερο. Μάλιστα ο μακαρίτης ο Σιδηρόπουλος, από αυτή την ιστορία εμπνεύστηκε και δημιούργησε το συγκρότημα Σπυριδούλα!

Γύρω στο 1980 η Μαρία Φωτεινού (δεν ξέρω πια) είχε εκδώσει ένα βιβλίο με τίτλο «Γονείς Τέρατα» που μιλούσε για τη σωματική και την ψυχολογική βία που ασκούν κάποιον γονείς στα παιδιά τους. Το μωό να πω πως οι περισσότεροι από αυτούς έχουν καλές προθέσεις. Το κακό όμως είναι ότι «ο δρόμος για την κόλαση, είναι στρωμένος από καλές προθέσεις». Είναι το συνηθισμένο λάθος που κάνουμε όλοι οι άνθρωποι όταν λέμε σε κάποιον ότι «θέλω το καλό σου». Άλλο «θέλω» το καλό σου, και άλλο το «επειδή θέλω το καλό σου, το ξέρω κιόλας». Όλοι αυτοί οι γονείς είναι ανασφαλείς άνθρωποι που κάθε τι στη συμπεριφορά του παιδιού τους το οποίο δεν αποδέχονται, το βλέπουν σαν προσωπική τους αποτυχία.

Αν είσαι σε ηλικία που σκέφτεσαι να γίνεις μητέρα ή πατέρας, καλό θα ήταν πρώτα να εξετάσεις αν έχεις τις προδιαγραφές. Ποιες είναι αυτές; Θ' αναφέρω εκείνες που θεωρώ εγώ σημαντικές σαν ψυχολόγος:

Το πρώτα και βασικά ερωτήματα να θέσεις στον εαυτό σου είναι:

1. Θέλω να κάνω παιδί;
2. Πρέπει να κάνω παιδί αν θέλω να κρατήσω αυτόν που αγαπώ;
3. Πρέπει να κάνω παιδί γιατί δεν μου έχει μείνει πολύς χρόνος;

Μερικές φορές το «πρέπει» και το «θέλω» συνυπάρχουν. Όμως, αυτές είναι πολύ λίγες. Δεν είναι καθόλου τυχαίο που η γλώσσα διαθέτει δύο διαφορετικές λέξεις: Πρέπει και θέλω. Τις περισσότερες φορές όταν κάποιος λέει «πρέπει», καταλαβαίνω ότι το «θέλω» του δεν είναι και πολύ ισχυρό, αν υπάρχει καν. Παράδειγμα: Σου ζητάει ένας συνάδελφος την ώρα που σχολάτε να πάτε στο διπλανό μπαράκι και να τα πείτε λίγο. Σύγκρινε τις δύο παρακάτω απαντήσεις:

1. Δεν μπορώ απόψε. Πρέπει να δω τη γυ-

ναίκα μου.

2. Δεν έχω διάθεση για μπαράκι. Θέλω να δω τη γυναίκα μου.

Αν ήσουν η σύζυγος ποια θα προτιμούσες να ήταν η απάντησή του;

Στην περίπτωση που στην ερώτηση «θέλω να κάνω παιδί;» απαντάς μ' ένα κατηγορηματικό «να» πάμε στην επόμενη ερώτηση που είναι: «Για ποιο σκοπό θέλεις να κάνεις ένα παιδί»; Μερικές από τις συνηθισμένες απαντήσεις που προσωπικά θεωρώ «αποθαρρυντικές» είναι:

- Για να βρω νόημα στη ζωή μου. **Δηλαδή, κάνεις παιδί για να καλύψει το δικό σου υπαρξιακό κενό.**

- Για να έχω έναν δικό μου άνθρωπο. **Μα, αυτός με τον οποίο θα το κάνεις δεν είναι δικός σου άνθρωπος;**

- Για να ολοκληρωθώ βιολογικά. **Αυτός είναι ένας μύθος. Οι περισσότερες γυναίκες έχουν την ικανότητα να κάνουν ένα παιδί. Αυτό δεν σημαίνει ότι ζόρι - στανιό θα πρέπει να κάνουν ένα παιδί για να ...ολοκληρωθούν.**



Ένας ακόμα μύθος είναι η προτροπή που κάνουν γονείς, συγγενείς και περιβάλλον «κάντε ένα παιδί για να 'δυναμώσει' ο γάμος». Ανοησίες! Αν ένα ζευγάρι έχει σοβαρά προβλήματα στη συμβίωσή του, ένα παιδί όχι απλώς δεν θα δυναμώσει το γάμο, αλλά θα του βάλει ...μπουρλότο. Γι' αυτό και η συμβουλή μου θα ήταν ένα ζευγάρι ν' αποφύγει να κάνει παιδί αν δεν έχουν συμβιώσει τουλάχιστον ένα χρόνο. Στην περίπτωση που η σχέση δείχνει να έχει δύσκολα προβλήματα, καλό θα ήταν πριν κάνετε παιδί να παίρνατε ένα σκυλί. Εκεί θ' ανακαλύψεις πολλά για τον εαυτό σου (και για το άλλον) όσον αφορά τη διαπαιδαγώγησή.

Πιο πάνω ανέφερα ότι, για να γίνεις γονιός καλό θα ήταν να έχεις τις «προδιαγραφές». Τώρα θα το θέσω αλλιώς: Απόφυγε να κάνεις παιδί αν σε έναν από τους δύο υποψηφίους γονείς ισχύουν τα παρακάτω:

1. Δεν έχει νιώσει στοργή σαν παιδί μέχρι τα 8-10 πρώτα χρόνια της ζωής του.
2. Δεν μπορεί να εκφράσει συναίσθημα.
3. Δεν είναι ικανός να συναισθάνεται τους

άλλους και να το δείχνει.

4. Δεν είναι ικανός να εκφράσει στοργή.

5. Αποφεύγει τη σωματική επαφή και τ' αγκαλιάσματα (με εξαίρεση τις ερωτικές περιπτώσεις).

Αν ισχύουν αυτά καλό θα ήταν πριν κάνετε παιδί να επισκεφθείτε έναν ειδικό (ψυχολόγο, ψυχίατρο, παιδαγωγό κ.λπ.) και να ζητήσετε να σας αξιολογήσει σαν μελλοντικούς γονείς. Αλλιώς, αν δεν αποφασίσετε να το κάνετε σήμερα αυτό, θ' αποφασίσουν αύριο τα γεγονότα για σας...



Τζιμάκο Αντίο.
Ήρθες, είδες,
άφησες τη σφραγίδα σου
και απήλθες

Γιώργος Πιντέρης, Ph. D.
Ψυχολόγος

Εαυτέ μου,
σταμάτα να κατέβω!



ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΙ ΚΑΒΓΑΔΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΛΟΓΟΙ
ΜΑΘΕ Ν' ΑΠΟΦΑΣΙΖΕΙΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ



COOLMATTERTECHS
Μάνος Καραντουμάνης

210 422 5065

210 422 6665

6931 251 421

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

Πέμπτος χρόνος

Έχω Ηγετικές Ικανότητες αν:

- α. Μπορώ να πείθω
- β. Μπορώ να επηρεάζω
- γ. Μπορώ να βάζω στόχους
- δ. Μπορώ να παρακινώ τους άλλους

Ικανότητες στις
Δημόσιες Σχέσεις αν:

- α. Μπορώ να δικτυώνομαι κοινωνικά εύκολα.
- β. Είμαι ικανοποιημένος από την τωρινή μου δικτύωση.
- γ. Έχω ικανότητες επικοινωνίας.

Διαπραγματευτικές Ικανότητες
αν:

- α. Μπορώ να οριοθετούμαι.
- β. Ν' αρνούμαι χωρίς ν' απορρίπτω.
- γ. Ξέρω να εκφράζω τα θέλω μου αποτελεσματικά.
- δ. Στις συγκρούσεις ξέρω να βρίσκω μέσες λύσεις.

Κοινωνική Αντίληψη αν:

- α. Αντιλαμβάνομαι γρήγορα το είδος των σχέσεων γύρω μου.
- β. Οι αντιλήψεις μου για τις σχέσεις γύρω μου είναι ακριβείς.

Συναίσθηση αν:

- α. Αντιλαμβάνομαι έγκαιρα τι νιώθει ο άλλος.
- β. Αντιλαμβάνομαι με ακρίβεια τι νιώθει ο άλλος.
- γ. Καταφέρνω να δείξω στον άλλον ότι τον συναισθάνομαι.

Αυτές είναι οι Διαπροσωπικές Ικανότητες του Συναισθηματικού I.Q