



Μάρτιος 2018

Η Εφημεριδούλα

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

Τεύχος 238 Χρόνος 32ος

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

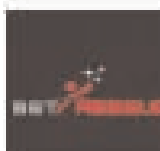
Τι γίνεται; Το ρίζαμε στην τύχη;



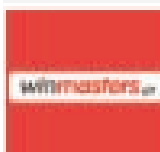
Αυτή την εποχή, όλοι οι «τηλεοπτικοί» ποδοσφαιρόφιλοι κάποιες Τρίτες, Τετάρτες και Πέμπτες βράδυ παρακολουθούμε τα δύο Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα ποδοσφαίρου. Όπως συνηθίζεται, πριν, στο ημίχρονο και μετά τον αγώνα έχει διαφημίσεις. Χαζεύοντας αυτές τις διαφημίσεις συνειδητοποίησα ότι οι 8 στις 10 είναι γραφεία στοιχημάτων! Θα μου πεις: «Μα ποδοσφαιρικό αγώνα βλέπεις. Τι θέλεις να διαφημίσει; Απορρυπαντικά και τσουκάλια»;



Κάθισε: Πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα ποδοσφαίρου παρακολούθησες πάνω από 40 χρόνια. Έχασα την επαφή μόνο στα χρόνια που ζούσα στην Αμερική. Πάντα υπήρχαν διαφημίσεις στους ποδοσφαιρικούς αγώνες. Μπορεί να μην ήταν για ...τσουκάλια και κουρτίνες, αλλά είχαν μια ποικιλία. Αυτοκίνητα, λιπαντικά, μπισκότα, ηλεκτρονικά και άλλα.



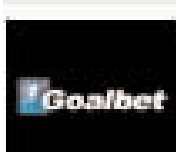
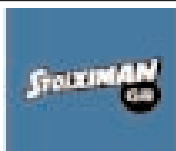
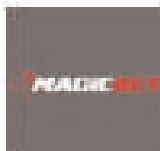
Τώρα, όπως ανέφερα οι 8 στις 10 είναι για γραφεία στοιχημάτων, η μία για κανένα αλλαντικό και η άλλη κάποιο «συμπλήρωμα διατροφής» για χούφταλα. Γιατί όμως να συμβαίνει αυτό; Φαίνεται πως στις μέρες μας, τα γραφεία αυτά έχουν την οικονομική άνεση να διαφημίζονται. Όχι πως οι άλλες εταιρείες δεν θέλουν να διαφημιστούν. Όμως, δεν έχουν την οικονομική ρευστότητα για να προβληθούν από τα μεγάλα κανάλια της τηλεόρασης.



Αν πάρω αυτό το φαινόμενο σαν κριτήριο, αυτό που υπο-



θέτω είναι πως, όλο και λιγότεροι έχουμε τη δυνατότητα ν' αγοράζουμε αυτοκίνητα, ηλεκτρικές συσκευές και τέτοια. Όμως, όλο και περισσότεροι είναι εκείνοι που καταφεύγουν στα τυχερά παιχνίδια και τα στοιχήματα. Γι' αυτό έχει ανέβει ο τζίρος τους και μπορούν και διαφημίζονται. Αυτό σημαίνει πως όλο και περισσότεροι έχουν αποθαρρυνθεί τόσο, που νιώθουν ανήμποροι να πάρουν στα χέρια τους τη ζωή τους και το έχουν ρίξει στην τύχη. Στην παγίδα αυτή πέφτουν πιο εύκολα οι άνθρωποι που πιστεύουν ότι, η ζωή τους είναι αποτέλεσμα των συνηθών που τους περιβάλλουν. Αυτή είναι μια παθητική νοοτροπία που σε κάνει να νιώθεις ανήμπορος. Αν όμως καταλάβεις πως η ζωή σου εξαρτάται από τις αποφάσεις που εσύ παίρνεις εν όψει των συνθηκών που σε περιβάλλουν, δεν εναποθέτεις τις ελπίδες στο Τζόκερ και τα στοιχήματα. Όπως έλεγε κάποιος σ' ένα τραγούδι «ζώντας σε καρδόδρομο, η ελπίδα στον ιππόδρομο».



Το μωρό και το μάνιο του

Αλήθεια είναι ό,τι επαληθεύεται από την πραγματικότητα. Ό,τι αποδεικνύεται με κάποιον τρόπο. Καταλαβαίνουμε λοιπόν, ότι τα τεκμήρια είναι ένα αναπόσπαστο μέρος της αλήθειας. Για παράδειγμα, μια απόδειξη ενός λογαριασμού, είναι τεκμήριο ότι πλήρωσες. Αν όμως δεν έχεις την απόδειξη, αυτό σημαίνει απαραίτητα ότι δεν πλήρωσες; Και βέβαια όχι. Μπορεί να την πέταξες ή να μη θυμάσαι πού την έχεις βάλει. Το σίγουρο λοιπόν δεν είναι ότι δεν πλήρωσες, αλλά ότι δεν έχεις την απόδειξη. Γι' αυτό πιο πάνω έγραφα ότι «τα τεκμήρια είναι ένα αναπόσπαστο μέρος της αλήθειας» και όχι απαραίτητα η αλήθεια.

Τα τεκμήρια δεν λένε πάντα την αλήθεια. Κατ' αρχή, δεν μπορούμε να είμαστε πάντα σίγουροι ότι ένα τεκμήριο είναι αυθεντικό. Κάποια τεκμήρια μπορεί να είναι προϊόντα πλαστογραφίας, ψευδομαρτυρίας ή κάποιας άλλης απάτης. Μ' άλλα λόγια, δύο πολύ σημαντικοί παράγοντες είναι η αξιοπιστία και η εγκυρότητα ενός τεκμηρίου. Για παράδειγμα, η αξιοπιστία ενός μάρτυρα εξαρτάται από τον κατά πόσο συμφωνούν μεταξύ τους αυτά που καταθέτει κάθε φορά. Αν τη μία τα λέει έτσι και την άλλη αλλιώς, τότε δεν είναι αξιόπιστος. Η εγκυρότητα είναι ο βαθμός στον οποίο αυτά που περιγράφει, σχετίζονται με τα γεγονότα. Για παράδειγμα, ένας μάρτυρας καταθέτει στο δικαστήριο για έναν διαπληκτισμό που έγινε. Άλλη εγκυρότητα έχει η κατάθεσή του αν ήταν εκείνη την ώρα μπροστά (αν ήταν «αυτόπτης μάρτυς») και άλλη αν ήταν στο διπλανό δωμάτιο και απλά άκουγε.

Όμως ακόμα κι αν τα τεκμήρια είναι αξιόπιστα και έγκυρα, μπορεί να συνδυάσεις μια σειρά από τεκμήρια για να συνθέσεις ένα ψέμα. Οι Σοφιστές και οι σημερινοί μαθητές τους, οι δικηγόροι, μπορούν μ' ένα συνδυασμό «τεκμηρίων» να σου κάνουν τη μέρα νύχτα.

Αυτό το βλέπουμε να εφαρμόζεται στις δι-

COOLMATTERTECHS

Μάνος Καραντουμάνης

210 422 5065

210 422 6665

6931 251 421



κτατορίες σαν μέθοδος για την εξουδετέρωση των αντιφρονούντων. Στη δικτατορία των συνταγματάρχων (1967-1974) οι αντιφρονούντες ήταν Κομμουνιστές ή «φαύλοι» κι έπρεπε να περιοριστούν σε φυλακές και στρατόπεδα συγκεντρώσεως. Σε κάθε δικτατορία υπάρχει μια ταμπέλα που έτσι και στην κολλήσουνε, «μαύρο φίδι που σ' έφαγε». Οι συνηθισμένες ταμπέλες είναι «τρομοκράτης», «προδότης», «εχθρός του έθνους», «εχθρός του λαού» (βλέπε Στάλιν), «καταχραστής» και άλλα τέτοια. Κι εδώ είναι το παράδοξο με τις δικτατορίες: Ενώ η ίδια η ύπαρξή τους είναι εντελώς παράνομη, στήνουν δίκες με διάφορα «τεκμήρια» ώστε να αποδείξουν ότι οι αποφάσεις τους είναι νόμιμες.

Αυτή την εποχή, έχει γίνει μεγάλος θόρυβος γύρω από τη φαρμακευτική εταιρεία Novartis. Το ονομαζόμενο σκάνδαλο, στην πραγματικότητα είναι μια συνηθισμένη πρακτική από όλες τις μεγάλες πολυεθνικές εταιρείες. Ενηθαρρύνουν τους διάφορους επαγγελματίες να προτιμούν τα προϊόντα τους, δίνοντάς τους κάποιο ποσοστό. Επίσης, χρηματοδοτούν κάποιους κυβερνητικούς υπάλληλους ώστε να «διευκολύνουν» την προώθηση των προϊόντων τους σε κρατικό επίπεδο. Στην Ελλάδα μόνο από αυτή την εταιρεία ενεργητούνται κάπου 4.000 γιατροί. Αν συμπεριληφθούν και οι υπόλοιπες εταιρείες (Ελληνικές και ξένες) που ακολουθούν ανάλογη τακτική, ο αριθμός αυτός αυξάνεται. Τίποτα απ' όλα αυτά δεν είναι εντελώς νόμιμο. Όσο δεν αποκαλύπτονται, δεν υπάρχει πρόβλημα. Μόλις αποκαλυφθεί ονομάζεται «σκάνδαλο» και δίνει θέμα στα ΜΜΕ (και οι δημοσιογράφοι κλέφτες θα γίνουν;).

Όμως, το σκάνδαλο Novartis παίρνει στην Ελλάδα πολιτικές διαστάσεις. Ενώ στα άλλα κράτη το σκάνδαλο αφορούσε τους γιατρούς και κάποιους κυβερνητικούς υπάλληλους, εδώ στοχοποιούνται τέως πρωθυπουργοί και υπουργοί. Η ποινική δίωξη των γιατρών με τις υπερ-συνταγογραφήσεις έχει πέσει σε δεύτερη μοίρα.

Ο ψυχίατρος Alfred Adler έλεγε: Να πετάξουμε το βρώμικο νερό από το μπάνιο του μωρού, αλλά να μην πετάξουμε και το μωρό! Τι σημαίνει αυτό; Σημαίνει να κρατήσουμε τα ουσιώδη και να πετάξουμε τα επουσιώδη. Το ερώτημα στην προκειμένη περίπτωση είναι: Ποια είναι τα ουσιώδη; Για μένα, τα ουσιώδη είναι τα περιθώρια που αφήνει η κρατική νομοθεσία στις φαρ-

μακευτικές εταιρείες να ελίσσονται με παράνομους τρόπους.

Αν θεωρήσουμε σαν ουσιώδες την εμπλοκή κάποιων πολιτικών στο «σκάνδαλο» Novartis, έχω την εντύπωση ότι η προσοχή μας στρέφεται σε λάθος σημείο. Γιατί ακόμα κι αν αποδειχθεί η ενοχή κάποιων ατόμων και τιμωρηθούν, αυτό δε σημαίνει ότι διορθώθηκαν οι μηχανισμοί που επιτρέπουν σε μια φαρμακευτική, ή οποιαδήποτε άλλη εταιρεία να προωθήσει τις πωλήσεις της με αθέμιτες μεθόδους.

Αυτό δεν σημαίνει πως, αν υπάρχουν ένοχοι πολιτικοί δεν θα ασχοληθούμε μαζί τους. Όμως αυτό είναι το βρώμικο νερό από το μπάνιο του μωρού. Εκείνο που μετράει μακροπρόθεσμα είναι το μωρό, δηλαδή η θωράκιση του κράτους από τέτοιες πρακτικές.

Γιώργος Πιντέρης, Ph. D.
Ψυχολόγος

Εαυτέ μου,
σταμάτα να κατέβω!



ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΙ ΚΑΒΓΑΔΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΛΟΓΟΙ
ΜΑΘΕ Ν' ΑΠΟΦΑΣΙΖΕΙΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ

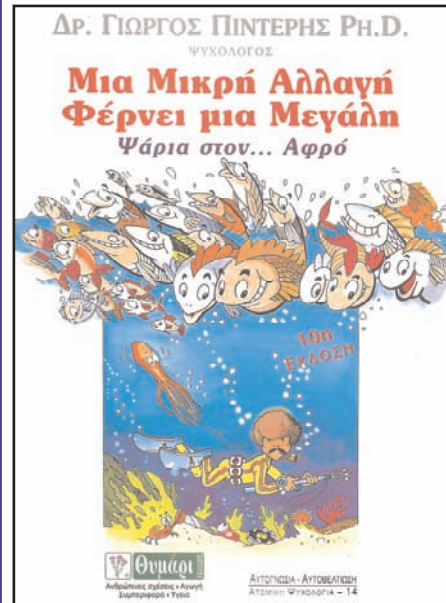


Το πιο αγαπημένο μου βιβλίο

Όπως κάθε χρόνο, έτσι κι εφέτος οι εκδόσεις Θυμάρι μου έστειλαν μια αναλυτική αναφορά για την κίνηση των βιβλίων μου που εκδίδουν. Όπως πάντα, το «Δεν ξέρω τι θέλω» έχει μακράν τη μεγαλύτερη ζήτηση. Επίσης το «Εσύ τα δικαιώματά σου και οι άλλοι» έχει την σταθερή πορεία που θα περίμενε κανείς από ένα «κλασικό» έργο του είδους. Έχουν εκδοθεί 22 έργα μου από τις εκδόσεις Θυμάρι. Γενικά, τα περισσότερα βιβλία εξακολουθούν να κινούνται ικανοποιητικά, αν λάβει κανείς υπόψη του ότι κυκλοφορούν αρκετά χρόνια και ότι το βιβλίο περνάει κρίση. Μέχρι και από την σπάνια ποιητική μου συλλογή «Ανάποδα στο χρόνο» πουλήθηκαν μερικά τεύχη!

Εκείνο που με στεναχώρησε όμως, ήταν η κίνηση του «Μια μικρή αλλαγή φέρνει μια μεγάλη» γνωστού και σαν «Ψάρια στον αφρό». Πολύ μικρή κίνηση για ένα τέτοιο βιβλίο. Μέχρι τώρα,

έχουν εκδοθεί 30 έργα μου. Απ' όλα όσα έχω γράψει, είναι το πιο αγαπημένο μου. Το έγραψα σε ηλικία 41 ετών, στα μπαλκόνια ενός αγαπημένου σπιτιού στην κορυφή ενός λόφου στη Σκιάθο, περιτριγυρισμένος από αγαπημένους ανθρώπους. Μια από τις ωραιότερες εποχές της ζωής μου.



Το βιβλίο αυτό, ξεφεύγει από οποιοδήποτε άλλο βιβλίο ψυχολογίας που κυκλοφορεί στα Ελληνικά (συμπεριλαμβάνω και τα δικά μου). Είναι στο χώρο της δημιουργικής, της παράδοξης, ακόμα και της παράλογης ψυχολογίας. Δίνει λύσεις εκεί που η λογική σιχώνει τα χέρια ψηλά. Διαλύει τα αδιέξοδα. Μα πάνω απ' όλα, δείχνει ότι δεν χρειάζεται να φας τα χρόνια σου στα ντιβάνια των ψυχαναλυτών για ν' αλλάξεις τη ζωή σου. Λίγη δημιουργικότητα μαζί με λίγη τόλμη, είναι αρκετά στοιχεία για να «ξε-υπνωτιστεί» κάποιος και να δει τα πράγματα με άλλο μάτι.

Ο αναγνώστης παρακολουθεί μερικούς από τους πιο δημιουργικούς ψυχοθεραπευτές του 20ου αιώνα σε κορυφαίες τους στιγμές. Διαβάζει για την κυρία που αδυνάτησε τρώγοντας, τον άνθρωπο που πέρασε όλη του τη ζωή στα αναμορφωτήρια και τις φυλακές και μεταμορφώθηκε σε μια στιγμή και μόνο από την κουβέντα μιας γυναίκας. Μαθαίνει πώς γίνεται να μιλάς με κάποιον σε συνειδητό επίπεδο και ταυτόχρονα να μιλάς στο ασυνειδητό του. Πολλές ιστορίες στις οποίες η ζωή η ίδια λειτουργεί σαν θεραπευτής.

Γνωρίζω πως υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που έχουν διαβάσει πολλά βιβλία μου. Αν όμως δεν έχουν διαβάσει το «Μια μικρή αλλαγή φέρνει μια μεγάλη», έχουν χάσει ό,τι καλύτερο έχω προσφέρει σαν συγγραφέας στο χώρο της ψυχολογίας. Το έγραψα το άρθρο αυτό γιατί, εκ μέρους του βιβλίου, ένιωσα αδικημένος.

Συνεδρίες με Skype
Πληροφορίες
pinteris@hotmail.com