Μάρτιος 2014

Η Εφημεριδούλα

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

Τεύχος 214 Χρόνος 29ος

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

Το Ελληνικό Μπα-Bullying

Αυτές τις μέρες ακούμε συχνά από τα ΜΜΕ τη λέξη Bullying. Η λέξη αυτή προέρχεται από το bull που θα πει ταύρος. Στην κυριολεξία Bullying θα πει «ταυρίζω», δηλαδή σου παριστάνω τον ταύρο. Στα Ελληνικά λέμε «σου κάνω το μπαμπούλα ή πουλάω νταϊλίκι»: Σου επιβάλλομαι δημιουργώντας σου φόβο.

Φόβο μπορεί να μας προκαλέσει, εκτός από τον εκφοβισμό, και ο *εκβιασμός*. Το κοινό στοιχείο που έχουν αυτά τα δύο, είναι η *απειλή*. (Σημειωτέον ότι, η απειλή είναι αδίκημα και διώκεται από το νομό). Διαφέρουν όμως στο εξής: Ο εκβιασμός γίνεται με σκοπό κάποιο συγκεκριμένο κέρδος. Ο εκφοβισμός γίνεται με κέρδος τον έλεγχο των γύρω ανθρώπων. Μ΄ άλλα λόγια, ο μπαμπούλας απαιτεί να γίνεται πάντα το δικό του.

Υπάρχουν δύο είδη εκφοβισμού:

1. Από ανώτερο προς κατώτερο. Για παράδειγμα, ο διευθυντής που εκφοβίζει τον υπάλληλο επειδή ιεραρχικά βρίσκεται σε θέση μεγαλύτερης δύναμης από εκείνον.

2. Από ισότιμο σε ισότιμο. Για παράδειγμα, ο γιγαντόσωμος μαθητής που εκφοβίζει τον αδύναμο συμμαθητή του.

Για να ονομάσουμε ένα φαινόμενο εκφοβισμού Bullying, πρέπει να εμφανίζεται ανάμεσα σε ισότιμους ανθρώπους (τουλάχιστον φαινομενικά ισότιμους). Το Bullying υπάρχει σε ομάδες όπως σχολεία, οικοτροφεία, φυλακές, στρατό, αθλητικές ομάδες κ.λπ.

Το 2012 με επισκέφθηκε ένας δεσμοφύλακας. Εργάζονταν στις φυλακές Κορυδαλλού. Οι κρατούμενοι ήταν 450. Οι σωφρονιστικοί υπάλληλοι ήταν μόλις 10! Ο άνθρωπος είχε υποστεί απειλές με μαχαίρι, πιστόλι και μάλιστα, σε μια απόδραση κρατουμένου που έγινε μ' ένα ελικόπτερο, ήταν όμηρος. Η γνώμη του ήταν ότι τις φυλακές Κορυδαλλού της διηύθυνε ένας κρατούμενος! Μάλιστα μου είπε και το όνομα του.

Πριν λίγους μήνες συνέλαβαν τον Χριστόδουλο Ξηρό. Ο άνθρωπος ετοίμαζε μια μεγάλη επίθεση στις φυλακές Κορυδαλλού με σκοπό την απόδραση κάποιων κρατουμένων. Ο άνθρωπος που χρηματοδοτούσε και οργάνωνε όλη την επιχείρηση, ήταν ο ίδιος κρατούμενος. Τώρα που το όνομα του έχει γίνει γνωστό, μπορώ να το πω και εγώ: Είναι ο Βλαστός.

Πολλές φορές, ο εκφοβισμός στηρίζεται σε έναν εκβιασμό της εξής μορφής: «Αν μιλήσεις ή ζητήσεις βοήθεια, θα πάθεις χειρότερα». Αυτός είναι ο ...αγαπημένος εκβιασμός των απαγωγέων: «Αν απευθυνθείς στην αστυνομία θα σκοτώσουμε το άτομο που έχουμε απαγάγει».

Αυτές τις μέρες, ολόκληρη η χώρα είναι συγκλονισμένη από το θάνατο του Βαγγέλη Γιακουμάκη. Σπουδαστής στην Γαλακτοκομική Σχολή των Ιωαννίνων, φαίνεται ότι υπήρξε κατ' εξακολούθηση θύμα Bullying. Προς το παρόν, ο θάνατος του αποδίδεται σε αυτοκτονία, αν και στο θέμα αυτό είμαι επιφυλακτικός.

Το ερώτημα είναι: Τι μπορεί να φοβότανε τόσο πολύ αυτό το παιδί, ώστε να υπομένει κατ' εξακολούθηση τα διάφορα που αναφέρονται ότι έχει υποστεί; Εκτός από θύμα εκφοβισμού ήταν και θύμα εκβιασμού; Εκβιασμού σε πιο πράγμα; Σίγουρα σε κάτι που φοβόταν πολύ. Και τι φοβόταν; Μη τον δείρουν, μη τον σκοτώσουν ή μη τον ρεζιλέψουν; Μια και ήταν Κρητικός μου έρχονται τα λόγια που είναι γραμμένα στο μουσείο του Καζαντζάκη στο Ηράκλειο. Δεν τα θυμάμαι ακριβώς αλλά είναι κάπως έτσι: «Κρήτη ποτέ δεν θα σε κάνω να ντρέπεσαι για μένα». Υπήρχε κάποιος λόγος για τον οποίο η Κρήτη θα ντρεπόταν για εκείνον;

Αν όμως αποδειχθεί πως ήταν αυτοκτονία, τι είδους αυτοκτονία ήταν; Υπάρχουν πολλές μορφές αυτοκτονίας:

1.Αυτοκτονία εκδίκησης: Για παράδειγμα, η φοιτήτρια που δεν πέρασε στις Πανελλήνιες και πήδηξε από τον τέταρτο όροφο. Με τον τρόπο αυτό, εκδικήθηκε τους γονείς της για την καταπίεση που είχε υποστεί από αυτούς τόσα χρόνια, καταδικάζοντάς τους να αισθάνονται ένοχοι για την υπόλοιπη ζωή τους.

2.Αυτοκτονία θυμού προς εαυτό: Ο άνθρωπος που είναι πολύ θυμωμένος με τον εαυτό του επειδή έκανε ένα ανεπανόρθωτο λάθος το οποίο κόστισε τη ζωή άλλων.

3.Υπαρξιακή αυτοκτονία: Δεν βρίσκει κανένα νόημα στη ζωή. Αυτή μπορεί να θεωρηθεί και «φιλοσοφική» αυτοκτονία. Ένας καθηγητής φιλοσοφίας άφησε σημείωμα στη φαρμακευτική εταιρεία: «Τα χάπια σας δεν πιάνουν. Θέλει πολύ μεγαλύτερη δόση για να πεθάνει κάποιος». Υπαρξιακή-φιλοσοφική αυτοκτονία μοιαζει να είναι και του φιλόσοφου Σοπενχάουερ.

4.Αυτοκτονία κατάθλιψης: Μια ζωή μέσα στη στεναχώρια, τη βαρεμάρα και το κενό. Την εποχή της μέγιστης κατάθλιψης, το άτομο δεν έχει την ενεργητικότητα για να αυτοκτονήσει. Όταν όμως αρχίζει και συνέρχεται και έχει περισσότερη ενέργεια, εκεί θέλει προσοχή διότι γίνεται επικίνδυνος για τον εαυτό του. Σ΄ αυτές τις αυτοκτονίες θα κατέτασσα και του ποιητή Καρυωτάκη.

5.Αυτοκτονία ψυχοπαθολογίας: Αν ένας άνθρωπος έχει παραισθήσεις και ψευδαισθήσεις μπορεί, μέσα σε μια ψευδαίσθηση να δώσει τέρμα στη ζωή του.

6.Αυτοκτονία αποφυγής συνεπειών: Η ...αγαπημένη αυτοκτονία των Ναζί μετά τον δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο. Άλλωστε το ίδιο έκανε και ο αρχηγός τους, ο Χίτλερ.

7.Αυτοκτονία συνείδησης): Κλασικό παράδειγμα είναι ο Ιούδας που αφού πρόδωσε το Χριστό κρεμάστηκε. Δεν μου έρχεται κάποιο παράδειγμα για αυτοκτονία συνείδησης από κάποιον πολιτικό. Ίσως γιατί όλοι οι πολιτικοί που κατέστησαν τη χώρα ανήμπορη ζουν και βασιλεύουν...

8.Αυτοκτονία διαμαρτυρίας: Όλοι θυμόμαστε τους Κούρδους που αυτοπυρπολούντο ζωντανοί στους δρόμους της Αθήνας. Αυτοκτονία διαμαρτυρίας ήταν κι αυτό που έκανε ένας άνθρωπος πριν δυο χρόνια στην πλατεία Συντάγματος: Πυροβόλησε τον εαυτό του μέρα μεσημέρι μπροστά στον κόσμο διαμαρτυρόμενος για την οικονομική κατάσταση στην οποία είχει περιέλθει.

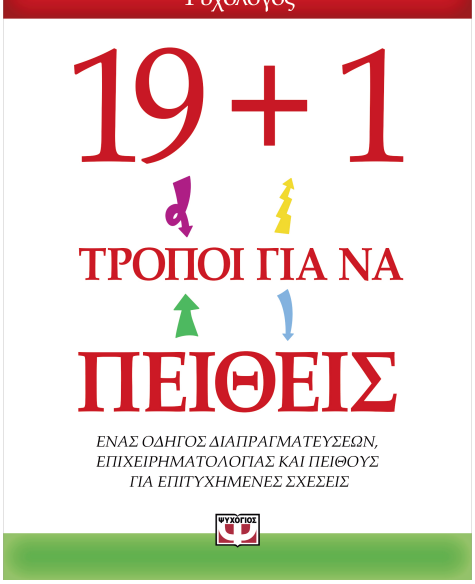
9.Αυτοκτονία αδιεξόδου υγείας: Μαθαίνεις ότι έχεις μια ανίατη νόσο της οποίας το τέλος είναι πολύ οδυνηρό και δεν αντέχεις να το περάσεις.

10.Αυτοκτονία αυτοθυσίας: Είναι ο φαντάρος που πέφτει πάνω στη χειροβομβίδα για να γλιτώσει τους συμπολεμιστές του. Παράλληλα, είναι και ο άνθρωπος που αυτοκτονεί για να μη γίνει βάρος στους αγαπημένους του.

11.Ακούσια αυτοκτονία: Η μια περίπτωση είναι από υπερβολική δόση κάποιος ουσίας όπως, για παράδειγμα κοκαΐνη. Υπάρχει όμως και μια άλλη μορφή η οποία μου θυμίζει μια ιστορία: Ένας νιόπαντρος γιατρός ζούσε σε απόσταση 15 λεπτών από το νοσοκομείο με το αυτοκίνητο. Όποτε είχαν κάποια σημαντική σύγκρουση με τη σύζυγό του, εκείνη έπαιρνε χάπια εκβιάζοντάς τον για αυτοκτονία. Ο γιατρός για να φτάσει στο σπίτι κατέβαινε με το αυτοκίνητο έναν λόφο. Η σύζυγος του, έβλεπε το αυτοκίνητο όταν ήτανε στην κορυφή του λόφου. Ήξερε πως από εκεί και πέρα πως ήθελε 10 λεπτά για να φτάσει στο σπίτι. Έπαιρνε λοιπόν κάποια ψυχοφάρμακα, έπεφτε στο κρεβάτι κι άφηνε το μπουκαλάκι δίπλα. Μία και το νοσοκομείο ήταν κοντά, ο γιατρός την πήγαινε για πλύση στομάχου. Κάποια φορά όμως, ο γιατρός πλησιάζοντας στο σπίτι του, συνειδητοποίησε ότι είχε ξεχάσει κάτι σημαντικό στο νοσοκομείο. Έτσι γύρισε πίσω. Μέχρι να επιστρέψει στο σπίτι του η σύζυγός του είχε πεθάνει.

12.Αυτοκτονία Ελέγχου: Υπάρχουν άνθρωποι που είναι τόσο *πεισματάρηδες* που, αν δεν γίνει το δικό τους, είναι ικανοί ν΄ αυτοκτονήσουν: Ο κυρ Γιώργης δεν συμφωνούσε με τον επικείμενο γάμο του γιου του. Ανάμεσα τους δημιουργήθηκε μια έντονη αντιπαράθεση. Όταν τα πράγματα έφτασαν στα άκρα και ο Κυρ Γιώργης κατάλαβε ότι ο γιος του δεν επρόκειτο να κάνει πίσω, ήπιε μπροστά του ποτάσα κι έπεσε νεκρός. Είχε μάλιστα εκ των προτέρων αφήσει και μηνύματα σε *όλα τα μέλη της οικογένειας* δίνοντάς τους διαταγές. Για παράδειγμα, διέταζε τη σύζυγό

Γιώργος Πιντέρης, Ph. D.
Ψυχολόγος



Κυκλοφορεί
23 Απριλίου 2015

του να μην ξαναμιλήσει ποτέ με την αδερφή της. Είναι πασιφανές ότι ο άνθρωπος αυτός θεωρούσε πιο σημαντικό να γίνεται το δικό του από την ίδια του τη ζωή.

Όπως είπα και πιο πριν, δεν γνωρίζουμε ακόμα αν η υπόθεση του Βαγγέλη ήταν αυτοκτονία ή ...σκηνοθετημένη αυτοκτονία. Το γεγονός είναι ότι το θέμα του εκφοβισμού στα σχολεία ευαισθητοποίησε σε σημαντικό βαθμό την κοινωνία. Ας ευχηθούμε η ευαισθητοποίηση αυτή να διατηρηθεί.

Συμβουλευτικές συνεδρίες

μέσω SKYPE !

Διάρκεια 30-35 λεπτά.

Χρέωση 31.1 Euro

+ 23% Φ.Π.Α.(7.1)

Σύνολο 38.2

IBAN GR37 0140 4410 4410

0234 0002 764

Λογαριασμός Ταμιευτηρίου

441.00.2340.002764

Η πληρωμή γίνεται και με Pay Pal

Περισσότερες Πληροφορίες:

pinteris.blogspot

210-9652 336

pinteris@hotmail.com

Δεύτερο γραφείο στην Αγ. Παρασκευή

Τα τελευταία χρόνια, το κυκλοφοριακό πρόβλημα δυσκολεύει τους ανθρώπους που μένουν στα βόρεια προάστια να με επισκεφθούν. Μία συνάδελφος είχε την καλοσύνη να μου παρέχει το γραφείο της στην Αγία Παρασκευή, για κάποιες ώρες την εβδομάδα. Πιστεύω ότι αυτό διευκολύνει τους επισκέπτες μου των βορείων προαστίων. Για περισσότερες πληροφορίες τηλεφωνήστε μου στο 210-9652336 ή στείλτε μου e-mail στο pinteris@hotmail.com.

Νίκος Δριμάλας

Ωτορινολαρυγγολόγος

Κύπρου 15

Άνω Καλαμάκι

210-99 60 780

Τα σοφά ψυχοσωματικά.

Ο Μπάμπης ήταν 54 ετών. Πολύ επιτυχημένος δημοσιογράφος και εκδότης περιοδικών. Παντρεμένος είκοσι έξι χρόνια με την Φρόσω. Είχαν και δυο παιδιά: Την Κατερίνα 24, και τον Βασίλη 22. Η κόρη συμμετείχε στην οικογενειακή επιχείρηση. Ο γιος σπούδαζε.

Εκείνο το πρωί μπήκε στο γραφείο του ένα καμπυλόγραμμο τσουλί που φορούσε έναν κολλητό άσπρο μίνι φόρεμα με μεγάλο ντεκολτέ. Ήταν 19 χρονών. Την λέγανε Μελίνα. Είχε φέρει μαζί της μερικά γραπτά για να ζητήσει τη γνώμη του. Τουλάχιστον αυτό είχε πει, γιατί η συμπεριφορά της έδειχνε άλλα: Αισθησιακή φωνή, αισθησιακές κινήσεις και πολύ αισθησιακό άρωμα...

Ο Μπάμπης δεν ήταν «τέτοιες τύπος». Η μόνη εξωσυζυγική σχέση που είχε ήταν η δουλειά του. Τα κουνήματα και τα αρώματα της Μελίνας τον άφηναν αδιάφορο. Κοίταξε πρόχειρα τα κείμενα και της είπε: «Αυτά είναι προσωπικά ξεσπάσματα. Ούτε δημοσιογραφία ούτε τέχνη είναι». Η Μελίνα το έπαιξε «πληγωμένη κοπέλα». Ο Μπάμπης μπορεί να μην ήταν γκομενιάρης, αλλά ήταν πονόψυχος. Έτσι, κανόνισε μετά τη δουλειά να συναντηθούμε για λίγο με την Μελίνα και να ξαναδεί τα κείμενα της.

Όπως είπαμε, ο Μπάμπης στα γκομενικά ήταν μπόμπος. Η άλλη ήταν γάτα. Αρχικά του πρότεινε να πάνε σε μια διπλανή καφετέρια. Επειδή όμως ήταν επώνυμος και δεν ήθελε να τον εκθέσει του πρότεινε να καθίσουμε στο αυτοκίνητό του. Για να μην βρίσκονται στο κέντρο της Αθήνας, σταμάτησαν το αυτοκίνητο σ ένα ήσυχο σημείο κοντά σ΄ ένα πάρκο. Μέχρι να πεις «κύμινο» η Μελίνα του είχε ...κατεβάσει τα βρακιά. Ο Μπάμπης άπειρος και άβγαλτος παραδόθηκε άνευ όρων. Έτσι, μετά από αυτή τη ...συνάντηση, βρέθηκε κεραυνοβολημένα ερωτευμένος με τη Μελίνα. Από κει και πέρα έγιναν αυτοκόλλητοι. Ο Μπάμπης νοίκιασε μία πολυτελή επιπλωμένη γκαρσονιέρα κοντά στο γραφείο του και - που τον έχανες που τον έβρισκες- ήταν εκεί με την Μελίνα.

Το επαγγελματικό πρόγραμμα του Μπάμπη ήταν τέτοιο, που η Φρόσω δεν πήρε χαμπάρι τι συνέβαινε. Όσο περνούσε ο καιρός, τόσο ο Μπάμπης τρελαίνονταν με την Μελίνα. Μαζί της ένιωθε 20 χρόνια νεότερος.

Κάποια στιγμή, διαπίστωσε ότι έχει φορτώσει τη δουλειά του στον κόκορα και της ζήτησε ν΄ αραιώσουν. Εκείνη του αντιπρότεινε να την προσλάβει σαν έκτακτη βοηθό. Έτσι και έγινε. Μέσα στην εταιρεία η Μελίνα γνώρισε και το γιο του Μπάμπη, τον Βασίλη. Μάλιστα είχε πολύ πιο συχνή επαφή μαζί του από ότι με τον Μπάμπη. Κάποια στιγμή σκέφτηκε: « Τι μέλλον έχω με τον Μπάμπη; Με το Βασίλη όμως»;

Έτσι, άρχισε να κάνει τα γλυκά μάτια στο Βασίλη. Αν ο Μπάμπης με τις γυναίκες ήταν άβγαλτος μια φορά, ο Βασίλης ήταν 10. Μέσα σε ένα δεκαπενθήμερο η Μελίνα τον είχε βάλει στο βρακί της. Όμως, για να είναι «ηθικά εντάξει» μίλησε στον Μπάμπη.

- Και τώρα τι μου ζητάς; Να γίνεις γκόμενα του γιου μου;
- Όχι απλώς γκόμενα, αρραβωνιαστικιά.

Ο Μπάμπης είχε μείνει κάγκελο.

- Αρραβωνιαστικιά; Ξέρεις τι πράγμα είναι η γυναίκα μου;
- Η κυρία Φρόσω είναι μια πολύ αξιόλογη κυρία.
- Κι εσύ πού την ξέρεις.
- Πήγαμε χθες με τον Βασίλη από το σπίτι.

Ο Μπάμπης μάζεψε όλες του τις δυνάμεις για να μην λιποθυμήσει.

- Καλά όλα αυτά. Όμως στην εταιρεία θα μείνεις για ακόμα 15 μέρες.

Ο Μπάμπης βρέθηκε σε πολύ δύσκολη θέση. Από την μία, έχανε το «παιχνίδι» του. Από την άλλη, μέσα στο σπίτι του είχε μπει ένα ...φίδι. Η Μελίνα ερχότανε όλο και πιο συχνά στο σπίτι. Ο Βασίλης έσταζε μέλι. Η κυρία Φρόσω το ίδιο. Η μεγάλη αδερφή, η Κατερίνα, κράτησε αποστάσεις.

Μετά από λίγες μέρες ο Μπάμπης και η Φρόσω βρέθηκαν ένα βράδυ μόνοι τους στο σαλόνι. Ο Μπάμπης έβλεπε ειδήσεις. Η Φρόσω έκλεισε την τηλεόραση.

- Άκουσε η Μπάμπη. Δεν μπορείς να έχεις σύζυγο και γκόμενα ταυτόχρονα!
- Τι λες βρε γυναίκα; Για ποια γκόμενα μιλάς;
- Η Μελίνα.

Ο άνθρωπος πάγωσε. Δεν ήξερε τι να πει.

- Η Μελίνα τι;
-Ας είναι καλά αυτό το κορίτσι που μου άνοιξε τα μάτια. Όλο είσαι σε δουλειές και όλο λείπεις. Και πού ξέρω εγώ που πας;

Η καρδιά του Μπάμπη ήρθε στη θέση της. Τουλάχιστον δεν είχε αποκαλυφθεί. Από εκεί και πέρα, κατάφερε και τα έβγαλε πέρα με την Φρόσω. Την άλλη μέρα όμως, ξύπνησε πολύ προβληματισμένος. Έτσι, στην απελπισία του ζήτησε την βοήθεια μου χωρίς να με γνωρίζει προσωπικά.

Μετά από μερικές συνεδρίες κατέληξε στο συμπέρασμα να μιλήσει στο γιο του. Για μεγάλη του έκπληξη, ο γιος όχι μόνο δεν τον πίστεψε, αλλά θύμωσε και μαζί του! Στην μεγάλη του απελπισία, ο Μπάμπης θυμήθηκε ότι μαζί με την Μελίνα είχαν τραβήξει σεξουαλικές φωτογραφίες. Χωρίς δισταγμό ο Μπάμπης του τις έδειξε. Όπως ήταν αναμενόμενο, ο γιος έμεινε κάγκελο. Παρ΄ όλα αυτά δεν άντεχε να αφήσει τη Μελίνα.

Εκεί μπήκαν στο παιχνίδι τα σοφά ψυχοσωματικά: Μέσα σε λίγες μέρες, ο Βασίλης εμφάνισε έρπη των γεννητικών οργάνων. Με άλλα λόγια, όσο και να ήθελε τη Μελίνα, δεν μπορούσε να κάνει τίποτα. Δεν ήταν όμως μόνο αυτό. Η πάθηση ήταν πολύ οδυνηρή. Ένιωθε σαν να του είχαν βάλει κάρβουνα στα γεννητικά του όργανα. Έτσι, όταν ο Μπάμπης του πρότεινε να πάει σε έναν ειδικό φίλο του γιατρό στη Γερμανία, δέχθηκε την πρόταση του πατέρα του αμέσως.

Πάει λοιπόν η Μελίνα. Όμως, ο σπόρος που έριξε στο διψασμένο χωράφι του Μπάμπη βρήκε ρίζες. Κατάλαβε ότι μέχρι τότε ζούσε από κεκτημένη ταχύτητα. Έκανε το γάμο, έκανε τα παιδιά και μετά έπεσε με τα μούτρα στη δουλειά. Λες και δεν υπάρχει τίποτε άλλο στη ζωή εκτός από αυτά. Τσουλί ή όχι η Μελίνα τον ξύπνησε.

Στα 57 του, ο Μπάμπης ξεκίνησε μια καινούργια ζωή. Χώρισε με τη Φρόσω, παντρεύτηκε την Φλωρεντία, έκανε μαζί της δύο παιδιά και πέθανε ευτυχισμένος.

Κάθε Τετάρτη 11-11.30 ακούτε ζωντανά από το διαδίκτυο στο ραδιοφωνικό σταθμό Κέντρο Καρδιάς 95 τη ζωντανή εκπομπή που κάνουμε με τη Μαρίτα Μυρωνάκη.

Η εκπομπή επαναλαμβάνεται κάθε Σάββατο 11-11.30