



Η Εφημεριδούλα

Απρίλιος 2020β

Τεύχος 277
34ος χρόνος

pinteris@hotmail.com
210 - 96 52 336

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

Ο κορονοϊός και η πλασματική ζήτηση

Όλοι γνωρίζουμε ότι το εφετινό Πάσχα θα διαφέρει απ' όλα τα προηγούμενα. Η πρώτη διαφορά είναι πως όλες οι γιορτές σημαίνουν αυτόματα «άνθρωποι μαζί». Αυτή τη φορά θα είναι ...«άνθρωποι χωρία» ή στην καλύτερη «άνθρωποι μαζί ...εξ αποστάσεως». Μερικά από τα Χριστιανικά έθιμα, μπορείς να τα δεις και από την τηλεόραση. Όμως Επιτάφιος χωρίς περπάτημα γίνεται; Τι θα κάνει ο Χριστιανός; Θα πάρει την τηλεόραση παραμάσχαλα και θα κάνει ...λιτανεία περπατώντας στο μπαλκόνι του; Ή θα τσουγκρίσεις αυγό μέσω Skype;

Όμως, το κυριότερο χαρακτηριστικό αυτής της φοράς είναι ότι θα ζήσουμε ένα Πάσχα χωρίς μυρωδιές! Σκέψου τις μυρωδιές που θα χάσουμε: Πώς θα νιώσεις την εκκλησία χωρίς τη μυρωδιά από τα κεριά, το λιβάνι και την πολυκοσμία της, τα τσουρέκια και τα κουλουράκια όταν περνάς έξω από φούρνο, τις φωτοβολίδες που σου περνάν ξυστά στην Ανάσταση, την τσίκνα από τις σούβλες που σε περιτριγυρίζουν από παντού κι ένα σωρό άλλες μυρωδιές;

Βέβαια, αυτό είναι το κόστος. Το κέρδος είναι ότι, σαν κράτος, έχουμε καταφέρει να περιορίσουμε την μετάδοση του ...κορονοκωλόπαιδου στη χώρα μας σε τέτοιο βαθμό, που θα έλεγα μας κάνει να νιώθουμε υπερήφανους. Ένα μέτρο σύγκρισης ανάμεσα στα διάφορα κράτη είναι οι θάνατοι ανά ένα εκατομμύριο κατοίκους. Στην Ισπανία (σήμερα, 17-4-20) έχουμε 413/εκατ. Στο Βέλγιο 425, στην Ιταλία 366, στην Αγγλία 206, στις ΗΠΑ 101 και στην Ελλάδα 10! Πιστεύω και ελπίζω πως το στοιχείο αυτό είναι ένα ισχυρό κίνητρο να συνεχίσουμε να δείχνουμε μια σχετική αυτοπειθαρχία (πειθόματι από τις αρχές).

Τα κατά του κορονοϊού

Απραξία

Προχθές μιλούσαμε με μια φίλη μας στο τηλέφωνο. Έχουν με τον άντρα της μια βιοτεχνία στην οποία κατασκευάζουν ψεύτικα κοσμήματα στην οποία απασχολούν δέκα άτομα. Η αγορά για αυτά τα κοσμήματα είναι κυρίως η καλοκαιρινή σεζόν που οι τουρίστες έλκονται από τις πολύχρωμες χαντρίτσες. Οι προοπτικές για τα έσοδα του κράτους από τον τουρισμό για



Χριστός Ανέστη

αυτή τη χρονιά είναι ...«καταδύσεις από βατήρα δέκα μέτρων». Και πώς θα σταθούν αυτοί οι άνθρωποι; Πώς θα συντηρήσουν δέκα οικογένειες;

Έχω ένα φίλο που διατηρεί ένα οδοντοτεχνικό εργαστήριο. Στα δώδεκα χρόνια που τον ξέρω τον χαρακτηρίζει μια ρεαλιστική αισιοδοξία. Δεν θυμάμαι να παραπονέθηκε ποτέ για τη δουλειά του. Ίσα - ίσα που περηφανεύεται για το πόσο καλά τα έχει καταφέρει (στη δουλειά του). Ποτέ του δεν κλαίγεται. Είναι ο άνθρωπος του «δόξα τω Θεώ» κι ας μην είναι ιδιαίτερα θρησκευόμενος. Στο εργαστήριο απασχολεί είκοσι άτομα. Μου είπε πως την περασμένη εβδομάδα έφτιαξαν όλα κι όλα πέντε δόντια. Δηλαδή, τέσσερεις υπάλληλοι για κάθε δόντι... Πέρα από την πλάκα όμως, τι κάνεις αν είσαι στη θέση του; Αυτό που θέλω να πω είναι ότι από δύο ανθρώπους με τους οποίους μίλησα φαίνεται να κινδυνεύουν τριάντα οικογένειες. Φαντάσου τι ντόμινο δημιουργείται γύρω μας.

Πείνα

Κι αυτό μας φέρνει σ' ένα δεύτερο από τα «κατά» αυτών των ημερών. Έχουν κλείσει σχεδόν όλα τα κέντρα σίτισης των απόρων και των αστέγων. Δηλαδή, έχει αρχίσει να πέφτει πείνα. Όσο για τα αδέσποτα; Άστα να πάνε... Αυτή είναι όμως η μία μορφή πείνας. Υπάρχει και μια δεύτερη: Είναι αυτοί που έχουν λεφτά για να φάνε, αλλά τα λεφτά δεν τρώγονται. Έτσι, παρόλο που έχουν λεφτά, δεν βρίσκουν φαγητό να αγοράσουν. Το φαινόμενο αυτό εμφανίστηκε στην Ιταλία όπου, εκτός από τα θύματα του κορονοϊού, είχαν και θύματα από αστία.

Οικογενειακή βία

Στην ψυχολογία, σπάνια θα βρεις ένα νόμο που να ισχύει όπως ισχύει ο νόμος της βαρύτητας στη φυσική. Ένας από τους ελάχιστους τέτοιους νόμους είναι: Η στέρηση δημιουργεί επιθετικότητα. Όταν λέμε στέρηση, μπορεί να είναι οποιασδήποτε μορφής, από τη στέρηση της εξόδου μέχρι τη στέρηση χαρτιού τουαλέτας. Επίσης η επιθετικότητα προϋποθέτει κάποια παρατεταμένη στέρηση. Όχι πως δεν υπάρχουν κι εκείνοι με ΧΑΣ (Χαμηλή Ανοχή Στέρσης) που με την παραμικρή στέρηση εξάπτονται, αλλά εδώ μιλάμε για τους περισσότερους από μας, τους ...νορμάλ.

Ο κατ' οίκον περιορισμός, μειώνει τις μετακινήσεις και κατά συνέπεια αυξάνει τις πιθανότητες μέσα στην καθημερινότητα να στερηθούμε πράγματα που τα θεωρούμε δεδομένα, όπως είναι το αλάτι ή τα λεμόνια. Ο Μπάμπης ανακάλυψε στις 11:00 το βράδυ ότι είχε μείνει από τσιγάρα. Το διπλανό μίνι μάρκετ είχε κλείσει κι έπρεπε να πάρει το αμάξι. Δεν ήξερε και τι κωδικό να βάλει στο κινητό του κι έτσι αποφάσισε να μην καπνίσει. Εκεί που έπινε ένα ποτήρι κρασί κάθε βράδυ ήπια σχεδόν ένα μπουκάλι μόνος του. Παρόλα αυτά, ξύπνησε από τις 6 και πήγε για τσιγάρα.

Καθώς αυξάνονται κάθε μέρα οι διάφορες στερήσεις που βιώνει ο καθένας είναι φυσικό να γινόμαστε και πιο ευεξάπτοι. Εδώ, όσον αφορά τα ζευγάρια, (απλοποιώντας) εντοπίζω τρία είδη σχέσεων: Επαφής, βαρεμάρας και αποξένωσης. Και στα τρία είδη δημιουργούνται συγκρούσεις. Αυτό δεν σημαίνει όμως ότι οι συγκρούσεις αυτές καταλήγουν σε βία.

Όμως, τις τελευταίες εβδομάδες, από τότε που άρχισε ο κατ' οίκον περιορισμός υπάρχει μια διεθνής έξαρση της οικογενειακής βίας σε τέτοιο βαθμό που βγήκε ο Γ.Γ. των Ηνωμένων

Εθνών Antonio Guterres και είπε (με δικά μου λόγια) «ρε παιδιά, μη βαράτε ο ένας ...την άλλη»! Τα ζευγάρια μπορούμε να τα κατατάξουμε σε τέσσερις κατηγορίες:

Άντρας υποχωρητικός - Γυναίκα υποχωρητική: Ναι, αλλά τι είδους σχέση; Επαφής, βαρεμάρας ή αποξένωσης; Αν είναι επαφής, πέρα από κάτι μικρο-δυσαρέσκεις, τίποτα το ιδιαίτερο. Το ίδιο ισχύει θα έλεγα και στα δύο άλλα είδη: Αφού κανένας δεν εκφράζει δυσαρέσκεις, πώς να δημιουργηθούν συγκρούσεις; Έτσι, συνυπάρχουν κι ο καθένας ζει στον κόσμο του.

Άντρας επιθετικός - γυναίκα υποχωρητική: Στο βαθμό που η γυναίκα είναι υποχωρητική, όποια και να είναι η σχέση, με την υποχωρητικότητα της έχει... το κεφάλι της ήσυχο. Στη χειρότερη περίπτωση να είναι κάποιος που εκτονώνεται κατεβάζοντας καντήλια - όχι πάνω της.

Άντρας υποχωρητικός - γυναίκα επιθετική: Αν υπάρχει ανάμεσα στο ζευγάρι συναισθηματική επαφή, τότε ο άντρας τα ακούει κάπου - κάπου αλλά δεν διαμαρτύρεται. Σε μια σχέση αποξένωσης, ενδεχόμενα η επιθετικότητα της γυναίκας να είναι αυξημένη σε συχνότητα, διάρκεια και ένταση, ιδίως αν πέρα από τις τρέχουσες, έχει κι άλλες χρόνιες στερήσεις...

Άντρας επιθετικός - Γυναίκα επιθετική: Αν υπάρχει συναισθηματική επαφή, συγκρούονται μεν, αλλά με όρια. Σπάνια ξεπερνάν τη λεκτική βία, κι αν το κάνουν είναι αμοιβαίο και προσέχουν να μην τραυματίσει ο ένας τον άλλον. Αν όμως τη σχέση τη χαρακτηρίζει η αποξένωση και είναι και οι δύο επιθετικοί, τότε είναι που βγαίνει και φωνάζει ο Guterres. Νομίζω πως κι όταν επικρατεί βαρεμάρα, τα πράγματα είναι παρόμοια. Άλλωστε όταν τσακώνεσαι, δεν βαριέσαι...

Υπάρχει όμως ένας ακόμα σημαντικός παράγοντας που δεν λάβαμε υπόψη: Το αλκοόλ. Αν η κλεισούρα έχει οδηγήσει έναν από τους δύο (ή και τους δύο) να καταναλώνει περισσότερο αλκοόλ και είναι ταυτόχρονα και οι δύο επιθετικοί οι πιθανότητες για την εκδήλωση βίας αυξάνονται κατακόρυφα. Πιστεύω πως στα περισσότερα περιστατικά όπου τα πράγματα ξεφεύγουν, τουλάχιστον ένας από τους δύο είναι υπό την επήρεια αλκοόλ ή κάποιας άλλης ουσίας, συνήθως κοκαΐνης ή ενός άλλου διεγερτικού. Βέβαια, δεν αποκλείεται ο χρήστης να τα συνδυάζει όλα μαζί!

Βέβαια, σε όλα αυτά δεν ανέφερα και τα φαινόμενα ενδοοικογενειακής βίας που συμπεριλαμβάνουν τα παιδιά και κυρίως τους έφηβους. Αν έχουμε έναν επιθετικό γονιό που πίνει κιόλας, κι έναν ή μία επιθετική έφηβο, τα σενάρια βίας τα φαντάζεσαι.

Τα υπέρ του κορονοϊού

Είμαι σίγουρος ότι τα αρνητικά που ανέφερα μέχρι τώρα, είναι τα πιο φανερά και συνηθισμένα. Δεν αμφιβάλω ότι υπάρχουν κι άλλα που δεν πέρασαν από το νου μου. Αν πάμε όμως και στην άλλη όψη του νομίσματος, θα διαπιστώσουμε ότι μέσα απ' όλη αυτή την κατάσταση, έχουμε και κάποια κέρδη.

Το περιβάλλον

Το πρώτο κέρδος είναι ένα (έστω μικρό) διάλειμμα στο περιβάλλον. Οι Κινέζοι διαπίστωσαν με έκπληξή τους ότι ...ο ουρανός είναι γαλάζιος! Το Αστεροσκοπείο, μάς λέει ότι η ατμόσφαιρα στην Αττική έχει καθαρίσει κατά 40% κι αυτό μέχρι πριν τρεις μέρες. Μέχρι να εκδοθεί αυτό το κείμενο θα έχει καθαρίσει κι άλλο. Το σημαντικό είναι ότι δόθηκε μια ευκαιρία στον πλανήτη να πάρει μια ανάσα. Δεν μπορώ να φανταστώ με ποιον άλλο τρόπο θα μπορούσε να συμβεί αυτό. Με απόφαση των G20 να κά-



Οι λαϊκιστές

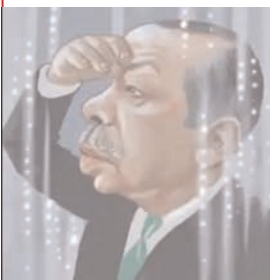
Ένα δεύτερο μεγάλο κέρδος είναι η διάψευση των λαϊκιστών, Trump, Johnson και Erdogan. Ο πρώτος έχασε τη μπάλα και πάει να συμμαζέψει τα συμμαζέματα με σπασμωδικές κινήσεις όπου οι βλακείες διαδέχονται η μία την άλλη. Ενώ είχε ειδοποιηθεί από τον Φεβρουάριο, υπερτίμησε τη διαίσθησή του και τις προβλέψεις του με αποτέλεσμα τώρα οι Αμερικάνοι να τρέχουν και να μη φτάνουν. Του φταίει οι Κινέζοι που δημιούργησαν τον ιό. Μάλιστα τον αποκαλεί «Κινέζικο ιό». Του φταίει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, ο οποίος μεροληπτεί υπέρ των Κινέζων και γι' αυτό του κόβει την επιχορήγηση. Του φταίει οι γιατροί - σύμβουλοι που είχε ο ίδιος επιλέξει. Μόνο αυτός δε φταίει!

Και σα να μη φτάνουν αυτά: Όντας ο ίδιος επιχειρηματίας, έχει αγχωθεί που οι μπιζνες έχουν πάθει καθίζηση και βιάζεται να ξαναβάλει «μπρος τη μηχανή» χωρίς να υπολογίζει τι επιπτώσεις μπορεί να έχει αυτό στη δημόσια υγεία. Η αλήθεια είναι πως οι άνθρωποι με τη δική του νοημοσύνη δεν φημίζονται για τη διορατικότητά τους. Παράλληλα, έξι κυβερνήτες έχουν διαφορετική άποψη για τις Πολιτείες τους. Γι' αυτούς η δημόσια υγεία μετράει περισσότερο από τις μπιζνες του Trump. Ανάμεσά τους και οι Κυβερνήτες της Νέας Υόρκης και της Νότιας Καλιφόρνια.

Ο Trump επικαλείται το Σύνταγμα των ΗΠΑ και επικαλούμενος τις εξουσίες του Προέδρου, διερευνά και τις πιθανότητες να επιβάλει στη χώρα μια άτυπη δικτατορία. Στο θέμα αυτό οι έξι Δήμαρχοι έχουν ορθώσει σθεναρά και αποφασιστικά το ανάστημά τους και μάλιστα ένας από αυτούς είπε: «Ο Trump είναι Πρόεδρος. Δεν είναι Βασιλιάς. Ούτε υπήρξε κανένας βασιλιάς George Washington».

Το τελευταίο ευτράπελο είναι ότι, αποφάσισε να δώσει μια κρατική οικονομική ενίσχυση σε οικογένειες έχοντας δώσει την εντολή η επιταγή που θα φτάνει σε κάθε νοικοκυριό να έχει την υπογραφή του! Δηλαδή, σα να τα δίνει αυτός τα λεφτά.

Από τη άλλη ο Johnson, ακολούθησε τα βήματα του Αμερικάνου «δασκάλου» και κατέληξε στην εντατική. Στο μεταξύ έχει πάρει στο λαϊμό του χιλιάδες Άγγλους. Μέχρι τώρα έχουν 140



νεκρούς στο εκατομμύριο όταν εμείς έχουμε 9. Κάτι ανάλογο έπαθε και ο Erdogan. Στην αρχή πήγε να τα σκεπάσει αλλά ο έρωτας, ο βήχας και ο κορονοϊός δεν

κρύβονται. Αυτός πάλι ακολουθεί δική του τακτική. Η καραντίνα ισχύει μόνο τα Σαββατοκύριακα. Τις καθημερινές φαίνεται πως ο ιός δεν μεταδίδεται...

Το συμπέρασμα είναι ότι ο κορονοϊός ξεσκέπασε και αποκάλυψε την ανεπάρκεια των λαϊκιστών. Μεγαλόστομοι, κομπορρήμονες και ικανοί να «εξαγοράζουν» τα πλήθη και να καταλαμβάνουν την εξουσία. Από κει και πέρα, χαιρέ βάθος αμέτρητο.

Πραγματική και πλασματική ζήτηση

Όμως το ποιο σημαντικό που επιτελείται αυτούς τους μήνες είναι η αποκάλυψη και ταυτόχρονα η κατάρρευση μιας πλασματικής ζήτησης. Για να κατανοήσουμε αυτή την έννοια, θα ξεκινήσουμε με την πραγματική ζήτηση. Είναι η ζήτηση που δημιουργούν οι υλικές και οι πρακτικές ανάγκες μας, όπως να φάμε, να μετακινηθούμε και ν' αγοράσουμε φάρμακα.

Πάνω στο θέμα αυτό ο Μαρξ κάνει μια διάκριση ανάμεσα στην αξία χρήσης και την ανταλλακτική αξία. Η αξία χρήσης καθορίζεται από το πόσο απαραίτητο είναι ένα προϊόν. Για παράδειγμα, ένα μπουκάλι νερό: Η ανταλλακτική του αξία επηρεάζεται από τον νόμο προσφοράς και ζήτησης. Παρόλο που η αξία χρήσης για ένα μπουκάλι νερό παραμένει σταθερή, η ανταλλακτική του αξία είναι διαφορετική όταν το αγοράζεις από το περίπτερο, απ' ότι στην ...έρημο Σαχάρα. Το ίδιο ισχύει και για ένα μπουκάλι ουίσκι. Αν ήσουν στην έρημο και διψούσες πόσα θα ήσουν πρόθυμος να δώσεις για ένα μπουκάλι νερό και πόσο για ένα μπουκάλι ουίσκι; Ένας πλαστικός αναπτήρας που παίρνεις από το περίπτερο, πόσο να κάνει; Ένα, δύο Ευρώ; Πόσο λες να ήταν πρόθυμος να δώσει ένας που βρίσκεται τη νύχτα στη ζούγκλα και δεν ξέρει πώς ν' ανάψει φωτιά;

Πάμε τώρα στην πλασματική ζήτηση: Αυτή δεν έχει μεγάλη σχέση με τις υλικές και πρακτικές ανάγκες μας. Τα «προϊόντα» της αποκρούν τεράστια ανταλλακτική αξία, χωρίς τις περισσότερες φορές να έχουν καμία σημαντική αξία χρήσης. Η αξία αυτή, είναι το αποτέλεσμα μια τεχνητής ζήτησης που καλλιεργούν και δημιουργούν συντονισμένα οι εταιρείες μάρκετινγκ και διαφήμισης, τα ΜΜΕ καθώς και τα συγκεκριμένα οικονομικά συμφέροντα που προωθούν.

Ας πάρουμε ένα παράδειγμα: Ο τερματοφύλα-

κας της εθνικής ομάδος ποδοσφαίρου της Ισπανίας David Deheia, παίζει στο Αγγλικό πρωτάθλημα (Premier League) στη Manchester United. Ο μισθός του πέρυσι ήταν 250.000 λίρες Αγγλίας (286.000 Ευρώ) την εβδομάδα! Δηλαδή, αυτό το παιδί, στα τριάντα του βγάζει πάνω από 13 εκατομμύρια Ευρώ το χρόνο! Και δεν ανήκει ούτε στους 10 πιο ακριβοπληρωμένους παίκτες. Όπως βλέπουμε ο Deheia, στην ποδοσφαιρική αγορά έχει μια πολύ μεγάλη ανταλλακτική αξία. Η αξία χρήσης του ποια είναι; Ν' αποσοβεί γκολ. Πόση σημαντική είναι αυτή η αξία χρήσης σε σύγκριση την αξία χρήσης ενός γιατρού ή μιας νοσηλεύτριας αυτούς τους μήνες;



Σήμερα ο Deheia είναι 30 ετών, παίζει σε μια ομάδα και, τα τελευταία χρόνια, εισπράττει 13 εκατομμύρια Ευρώ το χρόνο. Πόσα άραγε εισπράττει το χρόνο ένας τριαντάρης γιατρός που

σπουδάζει μέχρι τώρα 12 χρόνια και εργάζεται σ' ένα νοσοκομείο ιδιωτικό ή δημόσιο; Κατ' αρχή, πόσοι στα 30 τους είναι τελειωμένοι γιατροί που έχουν κάνει ειδικότητα; Αν προσθέσουμε και το αγροτικό καθώς και το στρατό (για τους άντρες) τα τριάντα είναι λίγα.

Ας πάρουμε όμως την ιδανική περίπτωση. Είσαι τριάντα ετών αριστούχος στο πτυχίο, αλλά και στην τετραετή ειδικότητα που έκανες. Εργάζεσαι σε μια ιδιωτική κλινική όπου σε θεωρούν «κελεπούρι» διότι είναι όλοι ενθουσιασμένοι από τη δουλειά σου. Πόσα να παίρνεις άραγε το μήνα; Δύο χιλιάδες, τρεις χιλιάδες; Στην καλύτερη περίπτωση θα βγάζει γύρω στις 30000 Ευρώ το χρόνο. Πού τριάντα χιλιάδες και πού δεκατρία εκατομμύρια;

Κι έρχεται ο κορονοϊός. Για την αντιμετώπισή του, ποια είναι η αξία χρήσης του Deheia και ποια του γιατρού; Κι εδώ είναι που αποκαλύπτεται περίτρανα η πλασματική ζήτηση. Η αξία χρήσης ενός τερματοφύλακα για την αντιμετώπιση του ιού, είναι ανύπαρκτη. Όμως, η ανταλλακτική του αξία σε σύγκριση με του γιατρού είναι πολλαπλάσια.

Με τον κορονοϊό αναγκαστήκαμε να έρθουμε σε επαφή με τις πραγματικές μας ανάγκες. Αυτές που δημιουργούν την πραγματική ζήτηση. Σταμάτησαν οι ποδοσφαιρικοί (και αθλητικοί) αγώνες. Δεν γεμίζουν τα ταμεία των εταιρειών

από τα γήπεδα, και δεν εισπράττουν ποσοστά από τις τηλεοπτικές μεταδόσεις. Κλείσανε τα άπειρα γραφεία στοιχημάτων. Μειώθηκαν κατακόρυφα οι διαφημίσεις κατά τη διάρκεια ποδοσφαιρικών αγώνων, αφού δεν υπάρχουν αγώνες. Ένα ολόκληρο σύστημα με αξία χρήσης μικρή, και υπερτιμημένη ανταλλακτική αξία είναι έτοιμο να σκάσει σαν αυτό που πάντα ήταν, δηλαδή μια πληθωρισμένη σαπουνόφουσκα. Η αξία τους είναι όση μιας μπουκάλας ούισκι στην έρημο όταν διψάς.

Διαπιστώνουμε καθημερινά πόσο πιο πολύτιμοι είναι οι γιατροί, οι νοσηλεύτριες, οι τραυματιοφορείς και όσοι αποτελούν ολόκληρο το σύστημα υποστήριξης ενός από τα νοσοκομεία που μάχονται στην πρώτη γραμμή, σε σύγκριση με τον πλαστικό χειρουργό κύριο Τάδε, το διάσημο οίκο μόδας και όσους άλλους...φουσκιστους ασχολούνται με πολυτέλειες.

Καταλάβαμε ότι το champion's league δεν είναι ανάγκη. Ούτε τα botox και τα lifting είναι. Όλα αυτά είναι προτιμήσεις. Δηλαδή μπορούμε να ζήσουμε και χωρίς αυτά. Εκείνα χωρίς τα οποία δεν μπορούμε να ζήσουμε, είναι οι ανάγκες. Αυτές δημιουργούν την πραγματική ζήτηση.

Κι ένα «φιλοσοφικό» κέρδος.

Ο ψυχίατρος Alfred Adler (1870-1937) έλεγε ότι όλοι ζούμε «σαν να». Δηλαδή, διαμορφώνουμε ένα στυλ ζωής «σαν να» πιστεύουμε ότι πρόκειται να μας οδηγήσει σ' ένα στόχο που, οι περισσότεροι, δεν γνωρίζουμε ποιος είναι. Αυτή η περίοδος απομόνωσης και περιορισμού των μετακινήσεών μας είναι μια ευκαιρία να δούμε

ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΙΝΤΕΡΗΣ, Ph.D.
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Δεν Ξέρω Τι Θέλω!

Η Ψυχολογία των Αναγκών μας

ΔΕΚΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ



ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ - ΑΥΤΟΒΕΛΟΝΙΑ
ΑΤΟΜΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ - 26

τη ζωή μας από μακρύτερα και ν' αναρωτηθούμε: Πώς είναι η ζωή μου; Έτσι την θέλω να είναι; Πού πηγαίνω; Τι ελπίζω; Τι θα ήθελα ν' αλλάξω; Ίσως αυτό να εξηγήσει πώς έγινε και το βιβλίο μου «Δεν ξέρω τι θέλω», παρόλο που κυκλοφόρησε το 2000, πούλησε αυτές τις μέρες πολλά αντί-

τυπα. Ο τίτλος είναι «πιασάρικος», δεν λέω. Τον πρώτο χρόνο που κυκλοφόρησε έκανε 40.000 αντίτυπα. Βέβαια, όλα αυτά τα χρόνια είχε ζήτηση (σήμερα βρίσκεται στη 17η έκδοση) αλλά πώς εξηγείται αυτή αναβίωση του ενδιαφέροντος των τελευταίων ημερών; Πιστεύω ότι έχει να κάνει αυτές τις μέρες της απομόνωσης και της περισυλλογής με την ανάγκη να δούμε τη ζωή μας από μακρύτερα και να εξετάσουμε αν είναι όπως τη θέλουμε. Πιο πριν μιλούσαμε για πραγματικές και πλασματικές. Βέβαια, όταν το λέω αυτό αναφέρομαι στις υλικές και τις πρακτικές ανάγκες. Εκτός από αυτές όμως, έχουμε και συναισθηματικές ανάγκες. Το βιβλίο αυτό ασχολείται με αυτό το θέμα. Σε ευαισθητοποιεί στις 23 συναισθηματικές ανάγκες που έχουμε και σε προειδοποιεί πως αν κλείσεις την πόρτα σ' αυτές τις ανάγκες και εστιάζεις μόνον στις υλικές και τις συναισθηματικές, ανοίγεις την πόρτα στην κατάθλιψη. Είναι πολύ φυσικό λοιπόν αυτές τις μέρες κάποιος που ψάχνεται, στις αναζητήσεις που κάνει στο διαδίκτυο να πέσει και πάνω σ' αυτό το βιβλίο. Το βιβλίο σε υποχρεώνει να βαθμολογήσεις σε μια κλίμακα πόσο ικανοποιούνται αυτές οι ανάγκες μια - μια σε σύγκριση με τρία χρόνια πριν. Σου δείχνει πώς να καταλαβαίνεις τις συναισθηματικές σου ανάγκες και να τις εντοπίζεις έγκαιρα. Για περισσότερα πάνω σ' αυτό το βιβλίο, πατήστε εδώ.

thymari@thymari.gr

Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ

Σήμερα εγκαινιάζω τη στήλη των αναγνωστών. Αποτελείται από αποσπάσματα από τα σχόλια που λαμβάνω στο pinteris@hotmail.com. Αρχικά θ' αποφύγω να γράφω επίθετα, εκτός να ο αποστολέας μου δώσει την άδεια:

Παρεπιπτόντως αυτό που περιγραφεις συνέβη με την κόρη μου (3η γυμνασίου). Από τότε που έκλεισαν τα σχολεία, της έλεγα να βάλει μια δομή στην ημέρα της και κυρίως να βγαίνει 2 βολτες (απο 15 min), μια το πρωι και μια το βράδυ για να κινείται και να αλλάζει παραστάσεις. Υπήρχαν φορές που για 3 μέρες συνεχόμενα δεν έβγαίνει καθόλου (τη μια είχε ταινία στην τηλεόραση, την άλλη μιλούσε στο instagram, την άλλη διάβαζε, την άλλη μίλαγε στο τηλέφωνο κλπ). Το βραδυ της Κυριακής (πριν τη Δευτέρα της αυστηρής απαγόρευσης) περι τις 21.00 της μιλάω στο messenger και την βλέπω χτενισμένη και καλοντυμένη. Που θα πάς? Εεεε, είπα να βγώ μια βόλτα αφού από αυριο θα είμαστε κλεισμένοι...

Για το άρθρο με τις τεχνικές δύναμης του Ιησού, δεν λέω ενδιαφέρον και ωραία αυτά που εντοπίζει, αλλά η ταπεινή μου άποψη είναι οτι μου θυμίζει λίγο reverse engineering (αυτό που κάνουν οι μηχανικοί μιας εταιρείας για να ανακαλυψουν με ποιόν τρόπο ο ανταγωνιστής έφτιαξε ένα φοβερό εξάρτημα: το διαλύουν εξων συνετέθη για να δουν υλικά που χρησιμοποιήθηκαν, διαστάσεις, μηχανισμούς κλπ).

ProgressNet



- ▶ Κατασκευή ιστοσελίδων & e-shop
- ▶ Ανάπτυξη Web - Mobile εφαρμογών
- ▶ Ανάπτυξη πληροφοριακών συστημάτων

www.progressnet.gr 211 18 28 724

Ετσι κι εδώ: έχοντας δει τι έκαναν οι διάφοροι ηγέτες του 20 αιώνα στα ολοκληρωτικά (και όχι) καθεστώτα για να κατευθύνουν τις μάζες, πάμε αναδρομικά και εντοπίζουμε σε ποιές περιπτώσεις έκανε κι ο Ιησούς το ίδιο. Θα μου πείς ποιά είναι το πρόβλημα? κανένα, απλά ίσως με αυτό τον τρόπο η ερμηνεία που δίνει ο συγγραφέας να είναι ήδη προκατειλημμένη.

Νίκος Δ.

Αγαπητέ Γιώργο,

μου άρεσε πάρα πολύ το άρθρο για τον Χριστό. Θα το διαβάσω σε όλους μας το βράδυ και είμαι σίγουρος, ότι θα κάνουμε μια ωραία συζήτηση.

Περιμένω και τις αντιδράσεις των φίλων μου, στους οποίους προώθησα την "Εφημεριδούλα".

Εύχομαι, Καλή Ανάσταση, σε όλα τα επίπεδα.
Πέτρος Π.

Φίλε μου Γιώργο,

Με ιδιαίτερη χαρά διαβάζω την εφημεριδούλα σου. Πολύ σωστά η μετακίνηση των ανθρώπων καλύπτει υλικές, πρακτικές, γραφειοκρατικές και συναισθηματικές ανάγκες. Ο περιορισμός των μετακινήσεων αναμφίβολα έχει συνέπειες στην πολιτική, κοινωνική, οικονομική, αλλά και στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων. Άλλωστε, ο περιορισμός της ατομικής ελευθερίας, οποιασδήποτε μορφής, προκαλεί πάντοτε αντίδραση.

Σου στέλνω όσα έγραψα σε φίλους μου στις 26-03-2020:

Η υγεία είναι το σημαντικότερο αγαθό για όλους, αν και όσο νεώτερος είσαι στην ηλικία δεν το αντιλαμβάνεσαι όσο θα έπρεπε. Έχουμε μια πανδημία εξαιτίας ενός ιού, που αποτελεί μετεξέλιξη ενός άλλου ιού, που ξέφυγε από τον έλεγχο της παγκόσμιας ιατρικής κοινότητας. Τα περιοριστικά μέτρα που λαμβάνονται είναι πρωτόγνωρα για να αναχαιτίσουμε τη μετάδοση του ιού. Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι θα ξεπεράσουμε την κρίση, όπως άλλωστε έκανε η ανθρωπότητα πολλές φορές στη μακραίωνη ιστορία της. Η αβεβαιότητα είναι που τρομάζει περισσότερο. Τελικά θα μετρήσουμε τις απώλειες και φυσικά θα υποστούμε τις συνέπειες, που μάλλον θα είναι τρομακτικές. Η φύση κατά διαστήματα θα μας υπενθυμίζει ότι οφείλουμε να τη σεβόμαστε. Η ζωή είναι απρόβλεπτη.

Όσον αφορά τα μέτρα, ολοένα και περισσότεροι ρωτάνε: Μήπως ένας μεταδοτικός ιός με θνησιμότητα μικρότερη του γνωστού ιού της γρίπης δεν πρέπει να προβάλλεται σαν αιτία απενέκρωσης ολόκληρων κοινωνιών; Μήπως ο πανικός και η καλλιεργούμενη εικόνα μιας επικίνδυνης απειλής είναι χειρότερα από κάποιο «θανατηφόρο» ιό;

Εύχομαι σε σένα και τη Ζωή να περνάτε καλά.
Καλό Πάσχα !

Μάριος Σ

Συνεδρίες μέσω Skype

Πληροφορίες

pinteris@hotmail.com

210-96 52 336



Περισσότερα για τις «Τακτικές δύναμης του Ιησού Χριστού» στο επόμενο τεύχος

Καλημέρα Γεωργό. Ήταν καινούργιο για μένα το βιβλίο του Jay Haley (Οι τακτικές δύναμης του Ιησού Χριστού).

Απηλαυσα ότι γράφεις και θυμήθηκα κάτι που παλιά έλεγαν οι κομμουνιστάι: " Ο Ιησούς ήταν ο πρώτος κομμουνιστής". Τώρα καταλαβαίνω που το πήγαιναν. Να δικαιολογήσουν την τακτική τους για να πάρουν πιστούς του Χριστιανισμού.

Σκέφθηκα, αναρωτήθηκα, θυμήθηκα, και βρήκα αληθείες. Είθε να το διαβάσουν πολλοί. Το έστειλα σε φίλους, αλλά δεν βρίσκω φίλους Σταλινικούς. Έχουν πέθανει. Θάρρω καλό θα ήταν να διάβαση το βιβλίο η ...Κανέλλη!

Ευχαριστώ πολύ .

Καλό Πάσχα. Κρατησου υγιής.

Ρένα Μ.

Διαδραστική Εφημεριδούλα

Τώρα που η Εφημεριδούλα μεγαλώνει σε έκταση, μπορεί να γίνει πιο διαδραστική και οι αναγνώστες να συμμετέχουν πιο ενεργά με τρεις τρόπους: Ο πρώτος, με το να προτείνουν θέματα για τα οποία θα ήθελαν να μάθουν κάτι περισσότερο. Ο δεύτερος με σχόλια, απορίες και παρατηρήσεις που – αν παρουσιάζουν ενδιαφέρον και δεν είναι μακροσκελή – θα μπαίνουν μια μόνη στήλη με τίτλο ΣΧΟΛΙΑ. Ο τρίτος με κάποιο σύντομο άρθρο, δικό του ή κάποιου άλλου. Όλα αυτά πάντα με αποστολή στο

pinteris@hotmail.com.

Facebook:

Περίμενα κάτι διαφορετικό

Δεν θυμάμαι πότε μπήκα στο Facebook. Πρέπει να είναι κάπου δέκα χρόνια. Θυμάμαι όμως για ποιο λόγο μπήκα: Κυρίως για να έχω κάποια επαφή με τους αναγνώστες των βιβλίων μου και της Εφημεριδούλας, με όσους παρακολούθησαν κάποιο σεμινάριο ή διάλεξή μου, παλιούς μαθητές μου στο Καράτε και ανθρώπους που έχω γνωρίσει κάτω από διάφορες συνθήκες.

Τα πρώτα χρόνια δεν ήμουν πολύ τακτικός στο Facebook γι' αυτό σε όσους επικοινωνούσαν μαζί μου από εκεί τους συμβούλευα για μια πιο γρήγορη επικοινωνία να προτιμούν το pinteris@hotmail.com. Τον τελευταίο χρόνο είμαι πολύ τακτικός. Όμως ομολογώ ότι έχω απογοητευτεί. Το περιεχόμενο και η ποιότητα της επικοινωνίας δεν είναι ούτε 10% όπως το περίμενα. Καθημερινά λαμβάνω από 20 με 30 μηνύματα. Αν δεν μπω στο FB για δύο μέρες θα βρω να περιμένουν τουλάχιστον 60 μηνύματα. Κανονικά, ίσως θα έπρεπε να χαίρομαι. Επειδή όμως, σέβομαι το γεγονός ότι κάποιος μπήκε στον κόπο να μου στείλει ένα μήνυμα, νιώθω ηθική υποχρέωση να του απαντήσω ή τουλάχιστον ν' αναγνωρίσω ότι το είδα μ' εκείνον τον αντίχειρα προς τα πάνω που κάποιες φορές είναι πολύ βολικός.

Το θέμα είναι «ποιο είναι το περιεχόμενο και ποια η ουσία αυτών των μηνυμάτων»; Αυτή τη στιγμή, στο Facebook με περιμένουν 49 μηνύματα. Το πιο πρόσφατο πριν 35 λεπτά και το πιο παλιό δύο μέρες. Πολλά από αυτά, λόγω των ημερών είναι ευχές. Αυτό το καταλαβαίνω. Εγώ μιλάω όμως γι' αυτό που γίνεται συνήθως. Τα περισσότερα είναι: Ο Τάδε έστειλε μια φωτογραφία, έστειλε ένα βίντεο, έστειλε ένα link και τα παρόμοια. Δεν λέω· μερικά είναι ενδιαφέροντα. Αλλά το να λαμβάνω κάθε μέρα «καλημέρα», «καληνύχτα» με καρδιές, λουλούδια και άλλα ζαρζαβατικά καταντάει κουραστικό και είναι και σπατάλη χρόνου. Την ίδια ώρα θα μπορούσα να γράψω ένα άρθρο ή να κάνω κάτι πιο παραγωγικό.

Ίσως όμως να μη φταίει το Facebook αλλά οι προσδοκίες μου από αυτό. Γι' αυτό, θ' αναζητήσω έναν πιο ουσιαστικό τρόπο επαφής μέσα από την Εφημεριδούλα και το Facebook θα είναι για σαχλαμάρες και διασκέδαση.

Εντυπωσιακό

Σήμερα το πρωί, έστειλα το μήνυμά μου στο 13033 και πήγα στο μίνι μάρκετ. Όταν ήρθε η ώρα να πληρώσω, δεν φορούσα τα γυαλιά μου και προσπαθούσα να ξεχωρίσω τα κέρματα. Συνήθως τα ξεχωρίζω από το μέγεθος. Αυτή τη



φορά όμως, έβλεπα δύο κέρματα διαφορετικού μεγέθους που έγραφαν και τα δύο 20! Ζήτησα να τα κοιτάξει και ο υπάλληλος, που είναι δεν είναι 30 ετών, και είδε κι αυτός το

ίδιο. Αποφάσισα λοιπόν ότι το συγκεκριμένο κέρμα παρουσιάζει ενδιαφέρον. Έτσι, το φωτογράφησα τραβώντας δύο παράλληλες γραμμές για να φανεί η διαφορά. Το μεγαλύτερο έχει το κεφάλι του Καποδίστρια. Το μικρό είναι Ισπανικό. Υπάρχει κάποια εξήγηση; Είχα την εντύπωση πως η ποσότητα μετάλλου που χρησιμοποιείται για ένα νόμισμα των 20 cents είναι προκαθορισμένο από την Ε.Ε. Κάνω λάθος;

7ος χρόνος !

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