



Η Εφημεριδούλα

Νοέμβριος 2020

Τεύχος 287 34ος χρόνος

pinteris@hotmail.com

210 - 96 52 336

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

Κληρονομικότητα και βιολογικός προγραμματισμός

Καθένας από μας γεννιέται με κάποιο κληρονομικό δυναμικό το οποίο τα πρώτα χρόνια της ζωής μας είναι ιδιαίτερα εύπλαστο. Συνεπώς οι επιδράσεις του περιβάλλοντος πάνω μας τα πρώτα 3 με 5 χρόνια είναι πιο έντονες απ' ό,τι στα επόμενα.

Κατ' αρχήν καλό θα ήταν να εξηγήσω τι ακριβώς εννοώ όταν μιλάω για «κληρονομικό δυναμικό». Αυτό δεν πιστεύω ότι έχει καμιά σχέση με «χαρακτήρα» ή γενετικά στοιχεία της συμπεριφοράς. Το κληρονομικό δυναμικό είναι καθαρά βιολογικό φαινόμενο. Έχει να κάνει με βιολογικές προδιαγραφές. Για παράδειγμα, αλλιώς βιώνει το περιβάλλον του ένα παιδί που γεννιέται με μικρή ανοχή στο κρύο και αλλιώς ένα άλλο που έχει από κληρονομικούς παράγοντες μεγάλη ανοχή στο κρύο. Το ένα μπορεί να γίνει φιλάσθενο και να προκαλέσει μια υπερπροστατευτική διαπαιδαγώγηση εκ μέρους των γονιών του ενώ το άλλο να είναι πιο ανθεκτικό με αποτέλεσμα να μην χρειαστεί ανάλογη φροντίδα και διαπαιδαγώγηση. Το ένα ίσως να κινείται περισσότερο σε κλειστούς χώρους ενώ το άλλο σε ανοιχτούς.

Άλλη επαφή θα κάνει με τη μάνα του ένα βρέφος που πεινάει κάθε δύο ώρες και άλλη ένα που πεινάει κάθε τέσσερις. Σ' ένα χρόνο το πρώτο θα έχει διπλάσιες ώρες επαφής με τη μητέρα του απ' ό,τι το δεύτερο. Βέβαια, αυτό προϋποθέτει ότι εκτός του θηλασμού, τις υπόλοιπες ώρες και δύο μητέρες ξοδεύουν τον ίδιο χρόνο επαφής με το παιδί.

Όπως είπαμε το βιολογικό κληρονομικό δυναμικό μας είναι ιδιαίτερα εύπλαστο στα πρώτα χρόνια της ζωής μας. Γιατί άραγε να συμβαίνει αυτό; Δηλαδή σε τι ακριβώς είμαστε πιο εύπλαστοι όταν είμαστε μικροί; Πιστεύω πως η απάντηση είναι μία και πολύ συγκεκριμένη: Στον βιολογικό προγραμματισμό. Για να το καταλάβουμε καλύτερα αυτό ας πάρουμε τα δύο παιδάκια που γεννιούνται με διαφορετικές ανοχές στο κρύο. Για να μην περιπλέξουμε περισσότερο τα πράγματα, ας υποθέσουμε ότι και τα δύο αυτά βρέφη γεννιούνται ένα μήνα που ο καιρός είναι δροσερός και ευμετάβλητος. Ας πούμε λοιπόν ότι γεννιούνται τον Απρίλιο που έχει και ζεστές αλλά και κρύες μέρες.

Ο καθοριστικός παράγοντας που θα προγραμ-

ματίσει βιολογικά το κάθε βρέφος, είναι η προσωπικότητα της μητέρας (ή οποιουδήποτε το φροντίζει). Ας πάρουμε και πάλι - χάριν παραδείγματος - δύο διαφορετικές προσωπικότητες μητέρας. Μια αγχώδη, τελειομανή μάνα και μια ψύχραιμη και σχετικά ανέμελη. Ας ξεκινήσουμε με τον πρώτο συνδυασμό:

ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΙΝΤΕΡΗΣ, Ph. D.

ΑΠΟ ΤΗΝ
ΑΝΑΣΦΑΛΕΙΑ
ΣΤΗΝ

ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ

Πώς κατεβαίνει το ένα και ανεβαίνει το άλλο



ΚΥΚΛΟΦΟΡΗΣΕ
από τις Εκδόσεις Ψυχογίος

Λίστα Σεμιναρίων

Όπως ανέφερα στην προηγούμενη Εφημεριδούλα, σκέφτομαι να οργανώσω ένα διαδραστικό σεμινάριο στο διαδίκτυο. Μέχρι τώρα, στις παρουσιάσεις κάποιων θεμάτων που έχω στο YouTube, ο θεατής έχει παθητικό ρόλο. Στο σεμινάριο αυτό θα μπορεί να συμμετέχει κάνοντας ερωτήσεις και σχολιάζοντας.

Το σεμινάριο θα έχει διάρκεια 3 ώρες χωρισμένα σε δύο μέρη. **Το πρώτο μέρος θα είναι Σάββατο 12:00 μ.μ. με 13:30 μ.μ. και το δεύτερο Κυριακή τις ίδιες ώρες.** Οι ημερομηνίες θα καθοριστούν αφού πρώτα καταλήξουμε στο θέμα. Παρακάτω παραθέτω μερικά θέματα που πιστεύω ότι έχουν ενδιαφέρον. Κάποιος μπορεί να διαλέξει μέχρι τρία θέματα με σειρά προτίμησης. Μόλις τα διαλέξει παρακαλώ να μ' ενημερώνει μ' ένα μήνυμα στο pinteris@hotmail.com. Στην επόμενη Εφημεριδούλα θ' ανακοινωθούν τ' αποτελέσματα και η

ημερομηνία στην οποία θα γίνει το σεμινάριο. Παρακάτω είναι τα προτεινόμενα θέματα με μια σύντομη περιγραφή για το περιεχόμενό τους:

Ισορροπημένα ζευγάρια. Μια πετυχημένη συντροφική σχέση δεν είναι μόνο θέμα «χημείας» όπως πιστεύουν μερικοί. Οι σχέσεις που βασίζονται μόνο στη χημεία έχουν συνήθως βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα. Ένα ζευγάρι αντιμετωπίζει πολλές προκλήσεις: Να βρει ισορροπία ανάμεσα στη *σιγουριά* και τη *βαρεμάρα*, τη *συντροφικότητα* και την *αυτονομία* και άλλα.

Μικρές και μεγάλες υπερβάσεις. Τα όρια των δυνατοτήτων κάθε ανθρώπου είναι δεδομένα. Ή μήπως δεν είναι; Υπάρχουν δύο είδη ορίων: Τα *φυσικά*, όπως είναι το χρώμα των ματιών και τα *διδαγμένα* όπως η φυσική ανοχή. Τα *διδαγμένα* όρια είναι αποτέλεσμα ενός *ψυχολογικού προγραμματισμού* ο οποίος λειτουργεί αυτόματα. Η αμφισβήτηση των *διδαγμένων* ορίων βασίζεται πάνω στην *ανοχή στη στέρωση* που κι αυτή είναι αποτέλεσμα ψυχολογικού προγραμματισμού.

Σενάρια ζωής. Είναι η ζωή, η συμπεριφορά και οι αποφάσεις που παίρνουμε αποτέλεσμα της ελεύθερης εκλογής μας ή ακολουθούμε *οικογενειακά σενάρια* που κάποιος κάποτε «έγραψε». Και πώς καταλήγουν τα σενάρια αυτά. Είναι *σενάρια νικητή ή χαμένου*; Τι μπορούμε να κάνουμε για να αλλάξουμε ένα σενάριο χαμένου ή τουλάχιστον τον τρόπο με τον οποίο τελειώνει;

Δύσκολοι άνθρωποι. Οι συνηθισμένοι λόγοι που μερικοί άνθρωποι θεωρούνται «δύσκολοι» είναι τρεις: α) Είναι πολύ διαφορετικοί από εμάς β) Είναι χειριστικοί (δηλαδή «Μανουβραδόροι») γ) Ανήκουν στο χώρο των διαταραχών της προσωπικότητας. Το πρώτο είδος αντιμετωπίζεται αν αυξήσουμε τα «εργαλεία» της επικοινωνίας μας. Το δεύτερο είδος είναι δύσκολο. Υπάρχουν 8 διαφορετικά είδη χειριστικών ανθρώπων. Τέσσερα βασίζονται στη δύναμη, όπως π.χ. ο Μπαμπούλας και τέσσερα στην αδυναμία όπως είναι το Αναρριχώμενο. Το τρίτο είδος δεν αντιμετωπίζεται αν δεν είσαι ειδικός. Μπορείς όμως να μάθεις να το αναγνωρίζεις εύκολα και να προστατεύεις από αυτό.

Συναισθηματικές μεταπτώσεις. Κανένας άνθρωπος δεν έχει μια σταθερή συναισθηματική διάθεση. Όλοι έχουμε τα πάνω και τα κάτω μας. Υπάρχουν όμως άνθρωποι που η ψυχική τους διάθεση αλλάζει πολύ, άλλοι που αλλάζει συχνά και άλλοι που αλλάζει πολύ και πολύ συχνά. Πού οφείλονται οι συναισθηματικές μεταπτώσεις; Πώς δημιουργούνται και πώς ελέγχονται;

COOLMATTERTECHS
Υποστήριξη Υπολογιστών
6931 251 421

ΠΑΙΔΙ ΜΙΚΡΗΣ ΑΝΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΚΡΥΟ - ΑΓΧΩΔΗΣ ΜΗΤΕΡΑ.

Αφού το παιδί έχει κληρονομικά μια μειωμένη βιολογική αντοχή στο κρύο, μόλις βρίσκεται εκτεθειμένο σε κάποιο ρεύμα αρχίζει να βήχει ή να φτερνίζεται. Η αντίδραση αυτή του παιδιού επιδρά πάνω στη μάννα. Όμως, ο βιολογικός προγραμματισμός θα εξαρτηθεί από την στάση που θα κρατήσει η μάνα στην βιολογική αντίδραση του παιδιού. Μια αγχώδης μάννα θ' αρχίσει να ντύνει το παιδί πιο ζεστά, θα αποφεύγει να το εκθέσει σε ανοιχτούς χώρους και γενικά θα διαμορφώσει γύρω από το παιδί συνθήκες οι οποίες θα μειώσουν τις πιθανότητες να κρυολογήσει ξανά. Με τη στάση της αυτή, προγραμματίζει βιολογικά το παιδί. Δηλαδή μειώνει ακόμα περισσότερο την ήδη μειωμένη του αντίσταση στο κρύο. Πώς το κάνει αυτό; Ας δούμε με αριθμούς:

Έστω ότι βιολογικά το παιδί είναι φτιαγμένο έτσι, ώστε να κρυώνει όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος του φτάνει στους 18° βαθμούς. Αν η μητέρα ήταν ήρεμη, αφήνοντας για ένα διάστημα το παιδί στους 18° βαθμούς, βαθμιαία το παιδί θα προσαρμοζόταν βιολογικά στο περιβάλλον με αποτέλεσμα αντί να είναι το όριο στους 18° βαθμούς να άντεχε μέχρι τους 17° ή και τους 16° βαθμούς. Κρατώντας όμως μια λιγότερο ψύχραιμη στάση και βάζοντας το παιδί διαρκώς σε ζεστά περιβάλλοντα, το προγραμματίζει βιολογικά σε ένα νέο στάνταρ θερμοκρασίας, ας πούμε τους 21° βαθμούς. Όπως είναι φυσικό, μετά από ένα διάστημα το παιδί εξοικειώνεται σ' αυτή τη θερμοκρασία κι' εκεί που πριν έβηχε στους 18° βαθμούς τώρα μόλις η θερμοκρασία πέσει κάτω από τους 21 βαθμούς θ' αρχίσει να κρυώνει. Αυτό το νέο όριο ανοχής στο κρύο είναι αποτέλεσμα του βιολογικού παραπρογραμματισμού που έκανε η μάνα.

Πάμε τώρα σ' έναν άλλο συνδυασμό: ΠΑΙΔΙ ΜΙΚΡΗΣ ΑΝΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΚΡΥΟ - ΗΡΕΜΗ ΜΗΤΕΡΑ.

Ας πούμε ότι κρυώνει από τους 20° βαθμούς και κάτω. Εκεί πολύ πιθανόν μια ψύχραιμη μητέρα, με το που αντιλαμβάνεται ότι το παιδί έχει αρχίσει να κρυώνει, να μη σπεύδει αμέσως να το κάνει ...κρεμμύδι. Έτσι το παιδάκι σιγά-σιγά προσαρμόζεται και εκεί που κρύωνε στους αρχικά στους 20°, σιγά - σιγά η ανοχή του στο κρύο να κατέβει από τους 20° στους 18° ή ακόμα και στους 17° βαθμούς. (Για περισσότερο δεν μιλάμε προς το παρόν γιατί δεχόμαστε τα κληρονομικά όρια).

Γεννιόμαστε μεν με κάποιες βιολογικές προδιαγραφές, αλλά δεν γεννιόμαστε στο ...διάστημα. Γεννιόμαστε σ' ένα συγκεκριμένο περιβάλλον. Έτσι, αυτές οι βιολογικές προδιαγρα-

φές θα επηρεαστούν από τον βιολογικό προγραμματισμό που θα ασκήσει πάνω μας από το περιβάλλον. Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε την έννοια του *βιολογικού προγραμματισμού*, διότι πολλοί από μας - ακόμα και επιστήμονες - την συγχέουν με την κληρονομικότητα. Απ' ότι βλέπουμε όμως, οι δύο έννοιες αυτές είναι εντελώς ξεχωριστές και η κάθε μία από τις δύο επιδρά σημαντικά στη διαμόρφωση και την εξέλιξη μας. Αν δυσκολεύεται κανείς να κατανοήσει αυτή τη διαφορά έχει μειωμένες πιθανότητες να συλλάβει και τη διαφορά ανάμεσα στα πραγματικά και τα διαγνωσμένα όρια πάνω στην οποία στηρίζεται η κεντρική έννοια αυτού του κειμένου που είναι η υπέρβαση. Στο σημείο αυτό ίσως κάνεις την εξής σκέψη:

- Καλά, το μόνο κληρονομικό στοιχείο που κουβαλάμε είναι βιολογικό; Αν τα πράγματα είναι έτσι τότε πως εξηγούνται τα ταλέντα, η οι ιδιοφυΐες;

Θα μιλήσουμε για καθένα από τα δύο αυτά φαινόμενα χωριστά, ξεκινώντας από τα ταλέντα: Μια και ο Mozart είναι αντιπροσωπευτική περίπτωση μουσικού ταλέντου θα πάρουμε την δική του περίπτωση: Στα πέντε του χρόνια ήταν ήδη δεξιότεχνος στο εκκλησιαστικό όργανο και παράλληλα, συνέθετε κιόλας! Σύμφωνα με όσα υποστηρίζω πιο πάνω, το δυναμικό που μπορούμε να αποδώσουμε σε κληρονομικότητα, είναι βιολογικό: Έχει να κάνει με μια σειρά συγκεκριμένων ακουστικών ικανοτήτων που θα μπορούσαμε να τις περιγράψουμε με τον γενικό όρο «ακουστικές διακριτικές ικανότητες», δηλαδή η ικανότητά του να διακρίνει τα ακουστικά ερεθίσματα που δέχεται.

Βιολογικά δηλαδή, αυτό το παιδί γεννήθηκε με μια εξαιρετική ικανότητα να συλλαμβάνει διάφορες διαστάσεις του ήχου με πολύ μεγαλύτερη ευαισθησία απ' ότι ο μέσος άνθρωπος. Οι διαστάσεις αυτές είναι συγκεκριμένες και μπορούν να μετρηθούν με συγκεκριμένα όργανα ή τεστ. Ας τις αναφέρουμε:

- 1 Ένταση
- 2 Τόνος
- 3 Χροιά
- 4 Τρέμουλο
- 5 Ρυθμός
- 6 Τονική μνήμη.

Για παράδειγμα, η ένταση μετρείται σε Desibel. Ο μέσος άνθρωπος μπορεί με το αυτί του να διακρίνει διαφορές έντασης ήχου της τάξεως των 4 έως 8 Desibel. Ας υποθέσουμε ότι παίρναμε 100 παιδάκια ηλικίας 3 ετών και τα βάζαμε ν' ακούσουν δύο πανομοιότυπους ήχους οι οποίοι να διέφεραν μόνο κατά την ένταση: Τα 60 στα 100 θα μπορούσαν να διακρίνουν διαφορές έντασης από 6 Desibel και πάνω. Μερικά μπορεί να διέκριναν μικρότερες διαφορές, π.χ. 4 ή 3 Desibel. Ο Mozart θα μπορούσε να διακρίνει διαφορές και 2 Desibel κάτι που μόνο με μηχανήματα μπορούμε ν' ανιχνεύσουμε.

Το ανθρώπινο αυτί μπορεί και ακούει ήχους συχνότητας από 20 έως 20.000 Hz. Βέβαια οι περισσότεροι από μας στην πραγματικότητα δεν μπορούμε ν' ακούσουμε ήχους πέρα από 16.000 έως 16.500 Hz. Όμως ο Mozart μπορούσε να ακούει μέχρι 19.000 και ίσως ακόμα και 20.000 Hz!

Έχουμε λοιπόν όσον αφορά την κληρονομικότητα ένα ξεχωριστό και σπάνιο βιολογικό

ακουστικό δυναμικό: Πάνω σ' αυτό το βιολογικό δυναμικό ήρθε να επιδράσει και ο βιολογικός προγραμματισμός.

Ο πατέρας του Mozart ήταν μουσικός και όχι ένας οποιοσδήποτε μουσικός. Ήταν ο αρχιμουσικός του εκλέκτορα της Βαυαρίας! Δηλαδή ο μικρός γεννήθηκε μέσα ...στις νότες. Από τις πρώτες κιόλας μέρες της γέννησής του βρέθηκε σ' ένα περιβάλλον που άκουγε συχνά μουσική. Το στοιχείο αυτό, άρχισε να του καλλιεργεί και να του αναπτύσσει στο έπακρο τις υπάρχουσες εξαιρετικές κληρονομικές του ικανότητες.

Αν δεν υπήρχε αυτός ο βιολογικός προγραμματισμός αλλά, αντ' αυτού το παιδί που λεγόταν Mozart μεγάλωνε σ' ένα περιβάλλον που δεν του προσέφερε μουσικά ακουστικά ερεθίσματα, τότε πολύ πιθανόν να μην είχαμε το ίδιο αποτέλεσμα. Βέβαια, ακόμα και σε μια τέτοια περίπτωση πάλι το βιολογικό ακουστικό δυναμικό του Mozart θα ήταν μεγαλύτερο από του μέσου παιδιού, αλλά δεν θα είχε τα ερεθίσματα του βιολογικού προγραμματισμού.

Πιστεύω ότι το 80% του βιολογικού προγραμματισμού επιτελείται στα πρώτα χρόνια της ζωής ενός παιδιού. Στα τρία το πολύ πέντε πρώτα χρόνια. Όταν λοιπόν μιλάμε για την κληρονομικότητα ενός ανθρώπου, στη ουσία μιλάμε για το κληρονομικό βιολογικό δυναμικό με το οποίο γεννήθηκε συν τον βιολογικό προγραμματισμό του υπέστη στα 3 με 5 πρώτα χρόνια της ζωής του. Άρα: Κληρονομικότητα = βιολογικό δυναμικό + βιολογικός παραπρογραμματισμός. Πάνω σ' αυτήν την «κληρονομικότητα» επιδρά καθοριστικά το περιβάλλον. Έτσι, αν πάρουμε τώρα την περίπτωση του Mozart θα μπορούσαμε να πούμε ότι το μουσικό του ταλέντο ήταν συνάρτηση τριών παραγόντων:

1. Το βιολογικό ακουστικό δυναμικό που είχε κληρονομικά.

2. Ο βιολογικός προγραμματισμός από το περιβάλλον στο οποίο θρέφθηκε.

3. Το χρονικό διάστημα για το οποίο θρέφθηκε στο συγκεκριμένο περιβάλλον.

Κι ερχόμαστε τώρα στην περίπτωση της μεγαλοφυΐας ή - για να μην παίρνουμε ακραίες περιπτώσεις - του θέματος της νοημοσύνης. Προκειμένου να πλησιάσουμε το θέμα αυτό με έναν απλό και κατανοητό τρόπο θ' αναφερθούμε για λίγο στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές. Στο παράδειγμα χρησιμοποιώ σκόπιμα πολύ μικρά μεγέθη, απλά για να είναι κατανοητά. Στην πραγματικότητα, στους σημερινούς υπολογιστές τα μεγέθη που αναφέρω δεν φτάνουν ούτε για «ζήτω». Οι δυνατότητες ενός ηλεκτρονικού υπολογιστή εξαρτώνται από τρία κυρίως στοιχεία:

α. Το συνολικό δυναμικό συσσώρευσης δεδομένων που το λέμε και «μνήμη».

β. Τον επεξεργαστή δεδομένων που διαθέτει.

γ. Τον προγραμματισμό του.

Η μνήμη του υπολογιστή μετρείται σε bites. Κάθε χίλια bites αποτελούν ένα KB. Όσο περισσότερα KB έχει ένας υπολογιστής, τόσο περισσότερα δεδομένα μπορεί να συσσωρεύσει. Η χωρητικότητα της μνήμης του όμως, δεν επηρεάζει μόνο τις δυνατότητες συσσώρευσης δεδομένων. Καθορίζει και τις δυνατότητες προγραμματισμού. Για παράδειγμα, αν έχουμε έναν υπολογιστή συνολικής χωρητικότητας 128 KB προκειμένου να τον προγραμματίσου-



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

www.progressnet.gr 211 18 28 724

με να κάνει κάποιες μαθηματικές πράξεις, οι δυνατότητές μας περιορίζονται από την χωρητικότητα των δεδομένων. Αν για παράδειγμα, το μαθηματικό πρόγραμμα που έχουμε φτιάξει καταλαμβάνει 64KB τότε ο υπολογιστής θα μπορεί να λειτουργήσει χωρίς κανένα πρόβλημα. Αν όμως το μαθηματικό πρόγραμμα καταλαμβάνει 512KB, τότε ο υπολογιστής μας με τα 128 KB που διαθέτει δεν θα είναι σε θέση ούτε καν να «διαβάσει» - όπως λένε - το πρόγραμμα.

Ο επεξεργαστής είναι ένα ξεχωριστό εξάρτημα που καθορίζει τις δυνατότητες επεξεργασίας των δεδομένων. Η μονάδα μέτρησης του είναι ο χρόνος, δηλαδή η ταχύτητα. Μπορούμε λοιπόν να φανταστούμε δύο υπολογιστές με ίδια χωρητικότητα και ίδιο πρόγραμμα αλλά με διαφορετικούς επεξεργαστές. Στην περίπτωση αυτή αν τους βάλλουμε να κάνουν την ίδια ακριβώς εργασία, ο υπολογιστής με τον καλύτερο επεξεργαστή θα την ολοκληρώσει σε μικρότερο χρόνο.

Το βιολογικό δυναμικό της νοημοσύνης ενός ανθρώπου εξαρτάται από τον εγκέφαλό του. Τον παρομοιάζουμε μ' έναν υπολογιστή. Πιο συγκεκριμένα, ο εγκέφαλος είναι ένα σωματικό όργανο. Η λειτουργία του είναι ο νους. Τα στοιχεία που καθορίζονται από την κληρονομικότητα είναι τα ανάλογα της «χωρητικότητας μνήμης» και του «επεξεργαστή». Οι λειτουργίες του αριστερού ημισφαιρίου του εγκέφαλου είναι παρόμοιες με του επεξεργαστή, ενώ οι λειτουργίες του δεξιού ημισφαιρίου, ανάμεσα σε άλλα, έχουν και σχέση με την χωρητικότητα της μνήμης. (Βέβαια το δεξί ημισφαίριο κάνει και πολλές άλλες λειτουργίες που ένας υπολογιστής δεν κάνει, αλλά εδώ απλοποιούμε τα πράγματα χάριν παραδείγματος). Το βιολογικό δυναμικό της νοημοσύνης μας λοιπόν εξαρτάται από τις βιολογικές δυνατότητες του εγκέφαλου μας. Αυτές πιστεύω ότι μεταδίδονται κληρονομικά.

Ένας υπολογιστής όμως, όσο μεγάλη μνήμη κι αν έχει και όσο καλό επεξεργαστή κι αν διαθέτει, είναι άχρηστος αν δεν έχει κατάλληλο προγραμματισμό. Έτσι μπορούμε να έχουμε έναν υπολογιστή με φοβερές κατασκευαστικές δυνατότητες ο οποίος να αποδίδει πολύ λιγότερο από έναν άλλο πολύ μικρότερο μόνο και μόνο γιατί ο προγραμματισμός του είναι φτωχός.

Τον «προγραμματισμό» του εγκέφαλου τον επιτελεί το περιβάλλον μέσα στο οποίο μεγαλώνουμε. Μάλιστα, εδώ υπάρχουν αρκετά στοιχεία από έρευνες που δείχνουν ότι οι επιδράσεις του περιβάλλοντος στην ανάπτυξη της νοημοσύνης μας, είναι ιδιαίτερα καθοριστικές στα πρώτα χρόνια της ζωής μας. Όσο μεγαλύτερη πληθώρα και ποικιλία ερεθισμών δεχόμαστε σαν παιδιά, τόσο μεγαλύτερες δυνατότητες νοημοσύνης αναπτύσσουμε. Δηλαδή τόσο πιο πολύπλοκο προγραμματισμούς δεχόμαστε.

Για παράδειγμα, στην δεκαετία του 1950 κάποιοι ιεραπόστολοι οργάνωσαν στη Ουγκάντα έναν πρωτότυπο βρεφικό σταθμό όπου έβαζαν βρέφη σε λευκά κυβικά κουτάκια. Όλα τα βρέφη εκείνα παρουσίασαν αργότερα διανοητική καθυστέρηση. Ο λόγος είναι απλός: Δεν δεχόντουσαν ερεθίσματα που να «προγραμματίσουν» τον εγκέφαλό τους. Το μόνο ερέθισμα που είχαν ήταν το λευκό πάνινο δωμάτιο με γέθους ενός κυβικού μέτρου.

Στην ψυχολογία έχουμε δύο τρόπους να μετρήσουμε τη διανοητική νοημοσύνη: Μετράμε το διανοητικό δυναμικό και το πραγματωμένο δυναμικό. Το ένα έχει να κάνει με τις διανοητικές δυνατότητες που θα μπορούσε να έχει ο συγκεκριμένος άνθρωπος αν εκμεταλλευόταν το βιολογικό του δυναμικό στο έπακρο. Δηλαδή το διανοητικό δυναμικό είναι το «πραγματικό» όριο της νοημοσύνης μας. Το πραγματωμένο δυναμικό είναι το μέρος εκείνο που εκμεταλλευόμαστε στην πράξη. Πολλές φορές το δεύτερο είναι αρκετά μικρότερο από το πρώτο. Κάτι ανάλογο μπορούμε να συναντήσουμε ανάμεσα σε δύο αυτοκίνητα. Το ένα έχει 2000 κυβικά μηχανή και το άλλο 1500. Αν όμως λόγω κακής ρύθμισης ή κάποιας βλάβης το αυτοκίνητο των 2000 κυβικών έχει επιδόσεις αυτοκινήτου 1000 κυβικών, τότε το άλλο που έχει επιδόσεις 1500 κυβικών αποδίδει καλύτερα κι έχει μικρότερες κατασκευαστικές δυνατότητες.

Η νοημοσύνη μας λοιπόν είναι αποτέλεσμα:

1. Του βιολογικού δυναμικού που έχει ο εγκέφαλός μας.

2. Της αξιοποίησης αυτού του δυναμικού από τον «προγραμματισμό» που έχουμε δεχθεί από το περιβάλλον μας.

Το άρθρο είναι πιολύ μεγάλο και συνεχίζεται στο επόμενο τεύχος με τίτλο «ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΔΑΓΜΕΝΑ ΟΡΙΑ»

Ο Δούρειος Ίππος της Τουρκίας

Η επιθετικότητα του Ερτογάν προς την Ελλάδα και την Κύπρο τον τελευταίο χρόνο αυξάνεται με ...γεωμετρική πρόοδο. Αρχής γενομένης από τα επεισόδια στον Έβρο, πρόσφατα μας δήλωσε (με Τουρκικό ...νόμο) ότι το μισό Αιγαίο είναι δικό του. Το επόμενο βήμα θα είναι να μας ανακοινώσει (με έναν ακόμα νόμο ...αλά Τούρκα) ότι τα μισά νησιά είναι δικά του. Και όσο αυξάνονται οι πιέσεις αυτές, τόσο περισσότερο αυξάνονται οι προσδοκίες μας για *ουσιαστική στήριξη* από την Ευρώπη. Και η Ευρώπη ηθικά και ...λεκτικά ανταποκρίνεται όσο πότε στο παρελθόν. Η επίσημη γραμμή της Ε.Ε. καταδικάζει τις αυθαίρετες ενέργειες του Ερτογάν και μάς δίνει δίκιο καταφεύγοντας στην τακτική του καρότου και του μαστιγίου.

Ποιο είναι όμως το μαστίγιο; Αρχικά, πιστεύαμε πως θα ήταν κάποιες σοβαρές οικονομικές και πολιτικές κυρώσεις που θα επέβαλε η Ε.Ε. με τη σύνοδο που έγινε στις αρχές του Σεπτεμβρίου. Λάθος. Οι κυρώσεις θα συζητηθούν στις 24-25 Σεπτεμβρίου. Πάλι λάθος. Οι κυρώσεις θα συζητηθούν στις 11 Δεκεμβρίου και θα εφαρμοστούν ...μετά.

Ο λόγος που η, μέχρι τώρα, Ευρωπαϊκή «στήριξη» περιορίζεται σε δηλώσεις είναι απλός: Για να στηρίξεις κάποιον με πράξεις υπάρχει μια βασική προϋπόθεση: *Να είσαι σε θέση να το κάνεις*. Εδώ είναι που αποκαλύπτεται ποιος είναι ο **Δούρειος Ίππος της Τουρκίας** η οποία κατάφερε ναβάλει μια μέγερη στους όρκους της Ε.Ε. και τη στρόφιγγα να την ελέγχει εκείνη. Πώς γίνεται αυτό; Με τις τεράστιες οικονομικές και εξοπλιστικές εξαρτήσεις που έχουν όλες οι βιομηχανικά ανεπτυγμένες Ευρωπαϊκές χώρες από την Τουρκία. Ας ξεκινήσουμε από το χρέος της Τουρκίας προς τις ευρωπαϊκές τράπεζες. Συγκεκριμένα, το τουρκικό χρέος

που κατέχουν ευρωπαϊκές τράπεζες κατανέμεται ως εξής:

Ισπανικές: 64 δις δολάρια

Γαλλικές: 24 δις δολάρια

Ιταλικές: 21 δις δολάρια

Βρετανικές: 13 δις δολάρια

Γερμανικές: 9 δις δολάρια

Δεν μου κάνει εντύπωση που στις Γερμανικές τράπεζες χρωστάνε τα λιγότερα. Αυτό συμβαίνει διότι οι οικονομικές συναλλαγές ανάμεσα στις δύο χώρες είναι συνεχείς και περισσότερες από οποιαδήποτε άλλη Ευρωπαϊκή χώρα. Ποιο αναλυτικά: Η Γερμανία είναι ένας από τους βασικούς προμηθευτές όπλων στην Τουρκία. Πολλές Γερμανικές επιχειρήσεις έχουν εργοστάσια και άλλες δραστηριότητες στην Τουρκία. Πολλοί Τούρκοι επιχειρηματίες έχουν χιλιάδες επενδύσεις στη Γερμανία. Και σα να μη φτάνουν όλα αυτά, 3,5 εκατομμύρια Τούρκοι έχουν Γερμανική υπηκοότητα και ψηφίζουν στην Γερμανία. Πόσο πρακτικά εφικτό είναι η Γερμανία να ψηφίσει υπέρ της επιβολής (σοβαρών) κυρώσεων στην Τουρκία;

Ανάλογες εξαρτήσεις έχουν και άλλες Ευρωπαϊκές χώρες. Μπορεί να μην έχουν οι Τούρκοι μεγάλο αριθμό ψηφοφόρων ή επενδυτών στις χώρες τους, όμως κι αυτές τους πουλάνε όπλα και παράλληλα τους στηρίζουν με δάνεια. Πόσο μπορούν λοιπόν να μας συμπαρασταθούν έμπρακτα χωρίς οι οικονομίες τους να υποστούν σοβαρό πλήγμα;



Έχοντας αυτά κατά νου η Ελληνική διπλωματία παίρνει έναν πιο ...ρεαλιστικό δρόμο:

- Εντάξει ρε παιδιά. Δεν είπαμε να πτωχεύσετε, αλλά τουλάχιστον όσον καιρό μας απειλούν και μας προκαλούν πολεμικά, μην τους δίνετε όπλα. Δεν είπαμε να μην τους πουλάτε καθόλου όπλα. Όμως, για όσο διάστημα κάνουν μονομερείς ενέργειες, μην τους εξοπλίζετε κι από πάνω!

Ήδη αρκετές Ευρωπαϊκές χώρες, αρχικά με τη Συρία και στη συνέχεια με τον πόλεμο για το Ναγκόρνο Καραμπάχ έχουν επιβάλλει ένα μερικό εμπάργκο όπλων στην Τουρκία. Οι χώρες αυτές θ' αυξηθούν; Θα είναι συνεπείς σε μια τέτοια πολιτική; Η ελπίδες μας στον - κατά Ερτογάν - «τρελό» Μακρόν.

Συνεδρίες μέσω Skype

Πληροφορίες

pinteris@hotmail.com

210-96 52 336

Και πάλι δεν είμαι σίγουρος αν κάτι τέτοιο είναι εφικτό. Φανταστείτε αυτό το διάλογο:
Μέρκελ: Τα έξι υποβρύχια θα σου τα δώσω, αφού τα βρείτε με την Ελλάδα.
Ερτογάν: Δώρων άδωρον. Τι να τα κάνω τότε;
Μέρκελ: Είναι Ευρωπαϊκή απόφαση. Δεν μπορώ να κάνω κάτι.

Ερτογάν: Μα όσο θα έχουν αυτοί πιο προχωρημένα όπλα, τόσο πιο δύσκολα θα τους «πεισω» να τα βρούμε.

Γι' αυτό μιλάω για **Δούρειο Ίππο**. Μόλις τώρα αρχίζω ν' αντιλαμβάνομαι το μέγεθος της εξάρτησης των μεγαλύτερων Ευρωπαϊκών χωρών από την Τουρκία. Τελικά ο Ερτογάν, αγοράζοντας τους S-400 από τη Ρωσία και με την προοπτική επίθεσης σε μια σύμμαχο χώρα (την Ελλάδα) απειλεί να διαλύσει το ΝΑΤΟ (προς τέρψιν του Πούτιν). Τώρα, αν δεν συμφωνήσουν όλες οι μεγάλες Ευρωπαϊκές χώρες να τον **κοντράρουν πραγματικά επιβάλλοντάς του σοβαρές κυρώσεις** τότε όπως ισχυρίζεται και ο ίδιος ο Ερτογάν, διακινδυνεύουν να διαλυθεί η Ε.Ε.

Γράμμα στο Δήμαρχο Γλυφάδας κ. Γιώργο Παπανικολάου

*Την 1η Σεπτεμβρίου 2020 έστειλα στο Δήμαρχο Γλυφάδας κ. Γιώργο Παπανικολάου την παρακάτω επιστολή. Το μήνυμα εστάλη στη διεύθυνση grapanik83@gmail.com. Μέχρι τώρα δεν έχω λάβει καμία απάντηση. Επειδή όμως μια βασική αρχή της επικοινωνίας λέει «**μήνυμα που εστάλη δεν είναι απαραίτητα μήνυμα που ελήφθη**» δεν μπορώ να γνωρίζω αν έλαβε ποτέ ο Δήμαρχος (ή κάποιος άλλος δημοτικός παράγοντας) το γράμμα που έστειλα ή όχι. Έτσι, το ξαναστέλνω μέσω της Εφημεριδούλας συμπληρώνοντάς το με φωτογραφίες που επιβεβαιώνουν του λόγου το αληθές.*

Αγαπημένε μας Δήμαρχε,
Ζω στη Γλυφάδα από το 1983. Το 1997 μεταφέρθηκα στην Άνω Γλυφάδα, όπου έμεινα στο σπίτι του Σπύρου και της Βάσως Βαμβακερού για 20 χρόνια! Γνωριζόμαστε γιατί τότε επισκεπτόσουν συχνά τομ Σπύρο. Μετά το θάνατο των δύο φίλων μου τα τελευταία τρία χρόνια η σύντροφός μου Ζωή Κορέα κι εγώ επιστρέψαμε στα παλιά μου τα λημέρια στην ...κάτω Γλυφάδα, διατηρώντας πάντα εξαιρετικές σχέσεις με την οικογένεια Βαμβακερού.

Τα τελευταία τρία χρόνια η Ζωή, ταΐζει καθημερινά και ανελλιπώς κατά μέσο όρο 30 με 40 αδέσποτες γάτες σε τέσσερα διαφορετικά σημεία γύρω απ' την πολυκατοικία

μας. Αυτό το κάνει βρέξει – χιονίσει, ακόμα και με πυρετό. Και όποτε φεύγουμε για διακοπές φροντίζει να υπάρχει αντικαταστάτης.



Επίσης, εκτός από αυτά, η Ζωή όποτε καταφέρνει να πιάσει ένα από τα γατιά που τής έχουν εμπιστοσύνη, το πηγαίνει στον κτηνίατρο κ. Παραγιό για στείρωση ή για θεραπεία όταν είναι κάποιο άρρωστο και μπορεί να το πιάσει. Στο σημείο αυτό πρέπει ν' αναφέρω ότι ο κ. Παραγιός, γνωρίζοντας ότι η Ζωή δρα ανιδιοτελώς τη διευκολύνει όσο μπορεί.



Στο σημείο αυτό έχω μια απορία: Τι κονδύλιο διαθέτει ετησίως ο Δήμος για τα αδέσποτα; Η Ζωή ξοδεύει κατά μέσο όρο 6 με 8 ευρώ την ημέρα για φαγητό (δηλαδή 180 με 240 € το μήνα) συν τα έξτρα για θεραπείες και στείρωσεις (μπορεί ο κ. Παραγιός να μας διευκολύνει, αλλά δεν δουλεύει τσάμπα). Έχουμε όμως μια ιδέα:

Να μεσολαβήσει ο Δήμος ώστε να βρεθούν ένας ή περισσότεροι χορηγοί που θα μπορούσαν να επωμισθούν αυτά τα έξοδα. Όπως πο-

λύ καλά γνωρίζεις οι οικονομικές δυνατότητες όλων μας έχουν μειωθεί αισθητά τους τελευταίους μήνες. Έτσι, το κόστος που έχουν τα αδέσποτα έχει αρχίσει να γίνεται δυσβάστακτο. Νομίζω ότι είναι κρίμα η Ζωή να παλεύει μόνη της. Θα εκτιμούσα ιδιαίτερα μιαν απάντηση.

Με φιλικούς χαιρετισμούς

Γιώργος Πιντέρης

**SAVE THE PLANET
DON'T VOTE FOR TRUMP!**

**Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ
ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ**

Αγαπητέ Γιώργο,
Παρακολουθώ κι εγώ με προσοχή (και φόβο) την δημόσια πορεία του Τραμπ, το οποίο θεωρώ έναν πολύ επικίνδυνο άνθρωπο. Κατ'αντιστοιχία βέβαια θεωρώ επικίνδυνη και την εκλογή βουλευτών της Χρυσής Αυγής στο ελληνικό κοινοβούλιο και προσδοκώ ότι πράγματι θα λειτουργήσει η δικαιοσύνη κι όχι μόνο κατ'επίφασην (γιατί προς το παρόν μέχρι σήμερα που σου γράφω δεν έχουν ανακοινωθεί οι ποινές). Δυστυχώς η παγκόσμια ιστορία είναι πλούσια από θλιβερά παραδείγματα παράφρονων που ανέλαβαν την εξουσία: Χίτλερ, Πολ Ποτ κοκ... εδώ θα με ενδιέφερε πολύ η άποψή σου: πιστεύεις ότι συνδέεται σαν φαινόμενο με την ψυχολογία αγέλης; Κι ακόμα κι έτσι, γιατί δεν έχουμε μάθει από τα λάθη μας; - Βέρα

Κ.Γιωργο Καλό απόγευμα !!

Μόλις διάβασα την εφημερίδα ..πολυ ωραία θέματα και ωραία τοποθέτηση. Όλα τα αρθρα ξεχωριστα!! Και ενδιαφέροντα!! Όλα, αλλά αυτό με τους φίλους τρομερό!! Κι αληθινό!! Θα πω περίπου έλεγε ή μάννα μου "παιδί μου δεν μπορεί όλοι να γίνουν πανύψηλα δέντρα,θα υπάρχουν και δεντράκια και θάμνοι και χορταρακι.ολα χρειάζονται στη φύση και καθένα δίνει αυτό που μπορεί, αρκεί αυτό που δίνει να το κάνει καλά." Καλό απόγευμα!!! Ζαννέτ

Κύριε Πιντέρη καλησπέρα!

διαβάζω την εφημεριδούλα σας και χαίρομαι όποτε την λαμβάνω. Όχι μόνο για το περιεχόμενό της αλλά και για την ίδια την ενέργεια της προσφοράς σας, η οποία με συγκινεί. Θα ήθελα κάποια στιγμή να θίξετε το θέμα του life coaching και όλης αυτής της βιομηχανίας που έχει στηθεί γύρω από τη "εμφύχωση" και "καθοδήγηση" των ανθρώπων. Προσωπικά έχω διαβάσει αμέτρητα τέτοια βιβλία και έχω πάει κ σε αρκετά σεμινάρια. Προχθες που μπήκα στο site του public για να πάρω το νέο σας βιβλίο έπιασα τον εαυτό μου να προσθέτει στο καλάθι κ μερικά άλλα ειδικά για "μπουστάρισμα", δεν

θυμάμαι καν τι αγοράσα, θα τα δω μόλις έρθει η παραγγελία! Η άποψη μου γ αυτά κυμαίνεται από το 10 (πολύ χαμηλά) μέχρι το 90 (πολύ ψηλά) ανάλογα με το ψυχολογικό status της περιόδου. Γι αυτό το ευρος από 10-90, είμαι σίγουρη ότι μπορούν να γίνουν πολλές συζητήσεις και να ακουστούν πολλές απόψεις .. ! Πρόσκαίρα πράγματι μου κάνουν καλό, γιατί έχω από κάπου να πιαστώ. Πρόσκαίρα όμως!

Σας εκτιμώ πολύ και εύχομαι να είστε πάντα καλά!

Ολυμπία Παπαντωνίου

Απάντηση:

Από την αρχή της επαγγελματικής μου καριέρας αποφάσισα να αναλαμβάνω μόνον «νορμάλ» ανθρώπους (οι οποίοι βέβαια έχουν κι αυτοί τα προβλήματά τους) και την παθολογία την παραπέμπω στους κλινικούς ψυχολόγους και τους ψυχιάτρους. Παράλληλα, υπήρξα για 12 χρόνια δάσκαλος Καράτε και οι μαθητές εκμυστηρεύονται πολλά στο δάσκαλό τους. Έτσι, από τα πρώτα χρόνια έλεγα σε κάποιους επισκέπτες μου «άνθρωπέ μου, δεν χρειάζεσαι ψυχολόγο. Ένα coach χρειάζεσαι, κάποιον που να σε βοηθήσει να προσανατολιστείς χωρίς να σε ...καπελώσει». Τώρα διαπιστώνω ότι το coaching έγινε ξεχωριστός κλάδος. Σ' αυτό το μόνο που έχω να πω είναι ότι κάποιος που έχει σπουδάσει και εργαστεί σαν ψυχολόγος είναι σε θέση να εργαστεί και σαν coach. Κάποιος άλλος που οι βασικές του σπουδές είναι σε άλλο τομέα (π.χ. Διοίκηση επιχειρήσεων) και παρακολούθησε μαθήματα coaching όχι απλώς δεν είναι σε θέση να προσεγγίσει ψυχολογικά θέματα, αλλά αν το κάνει μπορεί να γίνει επικίνδυνος.

ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΑΥΛΟ ΦΥΣΣΑ

Ο φίλος μου Σπύρος έστειλε κάτι που έγραψε στη μνήμη του Παύλου Φύσσα. Ξεκινάει μ' ένα απόσπασμα του Παύλου και μετά συνεχίζει με το δικό του κομμάτι.

Μου είπαν να μην κάνω όνειρα τρελά, να μην τολμήσω να κοιτάξω τα αστέρια, μα εγώ ποτέ μου δεν τους πήρα σοβαρά, πήρα τον κόσμο ολόκληρο στα δυο μου χέρια. Θέλουνε τώρα να μου φτιάξουν μια φωλιά, που εκεί πάνω της το φόβο, την ασχήμια κι ένα κλάμα γοερό και μια αλυσίδα βαριά, κουβαλάει την κατάρα των θεών και τη βλασφήμια.

Δε θα δακρύσω μα και δε θα φοβηθώ. Δε θα αφήσω να μου κλέψουν τα όνειρα μου, ελεύθερα, ψηλά, πολύ ψηλά πετώ κι όλοι ζηλεύουν τα περήφανα κι αδέσμευτα φτερά μου.

Και περιμένω κι άλλα αδέρφια για να `ρθουν σ' αυτήν την κορυφή που όλους περιμένει, αρκεί να μη δακρύσουν και να μη φοβηθούν σ' αυτήν την έξυπνη απάτη, την καλοστημένη.

Π.Φ.

Και μετά από αυτά ένα μικρό λουλούδι στην υπεραξία που λέγεται Παύλος Φύσσας. Η παρακαταθήκη που μας άφησες βαριά Παύλο. Λυγίζουν τα γόνατά μας! Αυτό, το ελάχιστο, που κατάφερα μέχρι στιγμής να κάνω εγώ για σένα είναι ένα ποιηματάκι και να σου δώσω μια υπόσχεση πως θα προσπαθήσω. Όχι για σένα. - Εσύ άλλωστε δεν έχεις κανέναν ανάγκη! - Αλλά για μένα, για τα παιδιά μου, για τους φίλους μου, για ότι αγαπώ, για την ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ.

Απάντηση.

Και την ασχήμια τώρα αδελφέ μας έχουν πείσει όλους να γευτούμε. Μοναδικό αστέρι φωτεινό, ελπιδοφόρο μήνυμα εσύ, πάντα θα παραμένεις.

Με την αξιοπρέπεια θα κατευθύνεις των κολασμένων όλων τις ψυχές με τις φτερούγες τις δικές σου να σωθούνε.

Να αντέξουν πόρνες δολερές στο σκορποχώρι τούτου του ανέμου κινούν τα νήματα κρυφά ανέξο στον κάτω κόσμο όλους οδηγούνε.

Μα η ανάσα σου πάντα είναι δροσερή, φλόγα στα όνειρά μας θα ξυπνάει τις λευτεριάς τα άλογα οδηγεί στους κάμπους του παράδεισου, της αθωότητας, της νιότης.

Απάντηση αιώνια τώρα ν ακουστεί στη μαγική ασύλληπτη δικιά σου την θυσία.

Το απαράμυλλο το θάρρος μην χαθεί το αίμα που κύλισε να δώσει ευωδία.

Κορέας Σπύρος

28η Οκτωβρίου Χρονογράφημα

Ο φίλος μου και εκδότης της εφημερίδας Προοδευτική Εύβοια Κωστής Δεμερτζής με αφορμή την επέτειο της 28ης Οκτωβρίου μου έστειλε το παρακάτω. Το είχε γράψει τότε ο πατέρας του Δημήτρη. Κρίνω πως αξίζει να το διαβάσουν κι άλλοι, έτσι το συμπεριλαμβάνω όπως ακριβώς το έστειλε ο Κωστής:

Η απελευθέρωση της Χαλκίδας (από το ημερολόγιο του Δημήτρη Δεμερτζή: εγγραφή 18ης Οκτωβρίου 1944)

18 ώρα 6 μ.μ. Σήμερα ήρθαν δύο αντιπρόσωποι της εθνικής κυβερνήσεως. Ο κόσμος εσυγκεντρώθη έξωθι του Στρατηγείου με την εντύπωση πως είναι εγγλέζοι. Παρ' όλα τα χειροκροτήματα και τας ζητωκραυγάς κατέστη αδύνατον να λάβωμε την τιμήν να γνωρισθώμε με αυτούς τους κυρίους. Ο στρατηγός παρακάλεσε και ο λαός διελύθη. Κατόπιν ο Σηην/ρχης Γερακίνης μαζί με τους αντιπροσώπους ξεκίνησε δια Αθήνας. Τη νύχτα κάποιο γερμανικό υποβρύχιο, το οποίο εγκατέλειψαν οι Γερμανοί φεύγοντες εχτύπησε τη γέφυρα, την άνοιξε και επέρασε από το κάτω λιμάνι στο επάνω. Είναι παλιό από τον άλλο πόλεμο. Εχρησίμευε ως δεξαμενή πετρελαίου. Αυτό το έχουν λούσει τα κύματα του Αταλντικού. Είναι από τα υποβρύχια που ενέσπειραν τον τρόπον κατά το 14-18 σε ολόκληρο τον κόσμο ...

Στις 12 μεσημβρινήν ομίλησε ο πρωθυπουργός Παπανδρέου από του ραδιοφώνου. Είπε ότι στην Ελλάδα θα δοθούν τα Δωδεκάνησα, η Βόρειος Ήπειρος και μέρη της Βουλγαρίας. Μακάρι. Είπε ότι θα γίνη δημοψήφισμα και δημαρχιακές εκλογές. Και ότι θα έχωμε λαοκρατία. Ο λαός των Αθηνών – ακούγαμε μέσα στο Ράδιο – διέκοπτε ανά πάσαν στιγμήν τον λόγο με ζητωκραυγές. Ο κόσμος όλος έχει κρύα καρδιά. Λες

και δεν έχει γίνει τίποτα. Μόνο οι σημαίες, το ράδιο που συγκεντρώνει πλήθη κόσμου και το φως μας υπενθυμίζουν ότι είμαστε ελεύθεροι. Αυθόρμητος ενθουσιασμός δεν υπάρχει. Καλύτερα ο κόσμος ήτανε τον Μάιο του 1941. Αν και το μέλλον φαινόταν σκοτεινό.

Σημείωση: αυτή η αίσθηση του μουνιάσματος, της κρύας καρδιάς και της έλλειψης γνήσιου ενθουσιασμού κυριαρχεί στο χρονικό της απελευθέρωσης της Χαλκίδας από τον Δημήτρη Δεμερτζή. Δεν είμαι σε θέση να πω τι έχουν γράψει ακριβώς οι ιστορίες της εποχής. Αλλά το ημερολόγιο αυτό, γραμμένο επί τόπου, αποτελεί μαρτυρία που μπορεί να τινάζει στον αέρα πολλές τέτοιες ιστορίες, άρθρα, λόγους και χρονικά. Και, εκτιμώ, αν δεν έχει καταγραφεί στην ιστορία – δεν έχει αναλυθεί κιόλας. Δεν είναι υποκειμενικό. Είναι η αντικειμενική καταγραφή της περιρρέουσας ατμόσφαιρας από έναν άνθρωπο ο οποίος, μέχρι το τέλος της μακράς σταδιοδρομίας του – η οποία, σε μια στιγμή εξελίχθηκε σε δημοσιογραφική – στάθηκε ευαίσθητος και αξιόπιστος παλμογράφος της αίσθησης του κοινωνικού σώματος. Και είναι ό,τι πιο ενδιαφέρον αναδύεται από την σειρά των ημερολογιακών εγγραφών που μεταφέρουμε σ' αυτές εδώ τις σελίδες.

Για την επιλογή, την αντιγραφή και την σημείωση: Κ.Δ.

Διαδραστική Εφημεριδούλα

Οι αναγνώστες μπορούν να συμμετέχουν 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 σε μια μόνιμη στήλη με τίτλο Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ.

Ο τρίτος με κάποιο σύντομο άρθρο, δικό του ή κάποιου άλλου. Όλα αυτά πάντα με αποστολή στο

pinteris@hotmail.com.

Καλά, είμαστε τόσο βλάκες;

Ακούμε ότι τα κρούσματα ξεπέρασαν τα 800 και αυξάνονται ραγδαία. Το ερώτημα είναι, **επί συνόλου πόσων τεστ;** Διότι είναι ένα πράγμα να κάνεις 1000 τεστ PCR και τα 800 να εντοπίζουν κρούσματα κι άλλο να κάνεις 10.000 τεστ και να βρίσκεις 800 κρούσματα. Για να πούμε ότι τα κρούσματα «αυξήθηκαν» θα πρέπει ο αριθμός των τεστ που γίνονται να είναι σταθερός. Για παράδειγμα, αν καθημερινά κάνουμε 1000 τεστ και βρίσκουμε 300 κρούσματα και από ένα σημείο και πέρα τα κρούσματα φτάνουν τα 450 τότε, και μόνον τότε, μπορούμε να πούμε εκ του ασφαλούς ότι τα κρούσματα αυξήθηκαν. Όμως, και πάλι υπενθυμίζω ότι **«κρούσμα» δεν θα πει απαραίτητως και μόλυνση.**

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΑΛΗΘΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ COVID-19

Ο Σπύρος, ο Χρήστος και το Facebook

Στις 17 Οκτωβρίου έλαβα από το Σπύρο το παρακάτω link

https://www.youtube.com/watch?v=Ulds4L-y2A4&fbclid=IwAR3t9t2L5vJZ3nfUA62Ub08LiSv_KWA9xQ6q3AC6RnvVTFnyu1-VHD64_U

Είναι μια ομιλία ενός Γερμανού δικηγόρου ονόματι Dr. Reiner Füllmich που είναι ένα από τα τέσσερα μέλη μιας γερμανικής εξεταστικής επιτροπής για τον κορονοϊό με δικη του πρωτοβουλία. Η επιτροπή από τις 10 Ιουλίου 2020 εξετάζει ειδικούς από όλο τον κόσμο. Η ομιλία του διαρκεί 50' λεπτά.

Ξεκινήσαμε να τον ακούσουμε με τη σύντροφό μου και ήταν αδύνατο να σταματήσουμε. Από εκείνο το βράδυ άρχισα να προβληματίζομαι. Προώθησα την παρουσίαση σε 10 άτομα που εκτιμώ της γνώμη τους και περιμένα αντίδρασεις. Ένα από τα άτομα αυτά μου έστειλε ένα άρθρο με την ομιλία που έκανε ο διάσημος και πολυβραβευμένος Δρ. Sucharit Bhakdi (ειδικός στην Μικροβιολογία, την Ιολογία και την Επιδημιολογία των λοιμώξεων) το Σεπτέμβριο του 2020 σ' ένα Διεθνές Διεπιστημονικό Συνέδριο που έγινε διαδικτυακά. Οι αρχικοί προβληματισμοί του Reiner Füllmich ενισχύθηκαν.

Έτσι αποφάσισα να βάλω το link του Füllmich στο Facebook. Την επόμενη μέρα βρήκα πάνω στο βίντεο που είχα στείλει **false information** (ψευδείς πληροφορίες). Δεν θα εμπλακώ στη συζήτηση περί πληροφοριών. Αυτό που μ' ενδιαφέρει δεν είναι τόσο οι πληροφορίες που δίνουν, **αλλά οι ερωτήσεις που θέτουν τα μέλη αυτής της επιτροπής. Και οι ερωτήσεις δεν είναι πληροφορίες.** Αυτές είναι:

1. Πόσο επικίνδυνος είναι πράγματι ο ιός;
2. Ποια είναι η σημασία ενός θετικού τεστ PCR;
3. Ποιες παράπλευρες απώλειες έχουν προκαλέσει τα μέτρα κατά του κορονοϊού τόσο στην υγεία του παγκόσμιου πληθυσμού όσο και στην παγκόσμια οικονομία;

Αλλά πάμε και σ' αυτό το false information: Ας πούμε ότι διαβάζεις κάπου ότι ένας συγκεκριμένος άνθρωπος, π.χ. ο κ. Christian Drosten που φορούσε ένα πράσινο καπέλο «μπήκε σε μια τράπεζα κρατώντας ένα Καλάσνικοφ και σκότωσε 3 ανθρώπους». Το βασικό ερώτημα εδώ είναι αν όντως σκότωσε 3 ανθρώπους. Αν αυτό αληθεύει, αλλά δεν φορούσε πράσινο αλλά μαύρο καπέλο και το όπλο δεν ήταν Καλάσνικοφ, αυτό σημαίνει ότι η είδηση δεν αληθεύει επειδή έχει ανακρίβειες στα δευτερεύοντα και επουσιώδη στοιχεία; Αν απορρίπτουμε ή θεωρούμε ψευδή μια είδηση επειδή τα επουσιώδη στοιχεία δεν είναι ακριβή, είναι σαν με το βρώμικο νερό από το μπάνιο του μωρού, πετάμε και το μωρό!

Κρούσματα προς τέστ

Οπότε όταν κάποιος σας λείι ότι **οι περιπτώσεις** («κρούσματα») αυξάνονται, πρέπει να τον ρωτήσετε ποιο είναι το ποσοστό των θετικών τέστ προς τον αριθμό των συνολικών τέστ, γιατί αυτό που μετράει είναι το ποσοστό, όχι ο

Πόσο επικίνδυνος είναι;

Υπάρχουν πολλά είδη κορονοϊών. Ένα από αυτά είναι και ο Covid-19. Το τεστ που ανιχνεύει την ύπαρξη κορονοϊού είναι το PCR (Polymerase Chain Reaction - Αλυσιδωτή αντίδραση πολυμεράσης). Το τεστ ανιχνεύει την ύπαρξη κορονοϊού, *αλλά δεν ανιχνεύει το είδος*. Δηλαδή το γεγονός ότι το τεστ σε θεωρεί «κρούσμα», **δεν σημαίνει ότι έχεις πάθει λοίμωξη** ή ότι θα έχεις οπωσδήποτε συμπτώματα. Άλλη λουπόν η πιθανότητα να θεωρηθεί κάποιος «κρούσμα» και εντελώς άλλη να νοσήσει. Πάνω στο θέμα αυτό η Ιατρική Επιθεώρηση της Βραζιλίας (Revista da Associação Médica Brasileira, Εκτύπωση έκδοσης ISSN 0104-4230 Ηλεκτρονική έκδοση ISSN 1806-9282) γράφει: «Ασθενείς που επηρεάζονται από τον κοροναϊό 2019 (COVID-19) μπορεί να είναι ασυμπτωματικοί, να παρουσιάζουν ήπια συμπτώματα (βήχας, πονόλαιμος, πυρετός, διάρροια, μυαλγία, ανοσμία), μέτρια συμπτώματα (αδυναμία, μυαλγία, δύσπνοια) ή σοβαρά συμπτώματα με οξεία αναπνευστική ανεπάρκεια , σύνδρομο οξείας αναπνευστικής δυσχέρειας και οξεία νεφρική ανεπάρκεια 2. Το ποσοστό θνησιμότητας μπορεί να φτάσει το 0,5%»

Λίγη ιστορία.

Ο Dr. Reiner Fuellmich αναφέρει: «Πρέπει να σημειώσουμε ότι ο ορισμός της πανδημίας άλλαξε πριν 12 χρόνια. Μέχρι τότε, «πανδημία» θεωρούνταν μια νόσος που είχε παγκόσμια διασπορά και προκαλούσε *πολλές σοβαρές ασθένειες και θανάτους*. Ξαφνικά, και για λόγους που ποτέ δεν εξηγήθηκαν, θεωρήθηκε ότι είναι μια νόσος με παγκόσμια διασπορά. Το «πολλές σοβαρές ασθένειες και θανάτους» αφαιρέθηκε. Λόγω αυτής της αλλαγής ο ΠΟΥ, που συνδέεται στενά με τη φαρμακευτική βιομηχανία μπόρεσε να κηρύξει ως πανδημία τη γρίπη των χοίρων το 2009 με αποτέλεσμα να παραχθούν εμβόλια και να πωληθούν σε όλο τον κόσμο στη βάση συμβολαίων τα οποία παρέμειναν κρυφά μέχρι και σήμερα. Την εποχή εκείνη ο Γερμανός ιολόγος **Drosten** ήταν ένας από εκείνους που προκάλεσαν πανικό στον πληθυσμό, επαναλαμβάνοντας ξανά και ξανά ότι η γρίπη των χοίρων θα προκαλούσε πολλές χιλιάδες ή ακόμα και εκατομμύρια θανάτους σε όλο τον κόσμο. Τελικά, χάρις κυρίως στον δόκτωρ Βόλφγκανγκ Βόνταρκ και τις προσπάθειες που έκανε ως μέλος του Γερμανικού Ομοσπονδιακού Κοινοβουλίου και μέλος του Συμβουλίου της Ευρώπης, η απάτη αυτή τελείωσε προτού οδηγήσει σε ακόμα πιο σοβαρές συνέπειες».

Ποιος είναι όμως ο κ. Drosten; Είναι ιολόγος του νοσοκομείου Σαρπέ στο Βερολίνο και ο δημιουργός του τεστ PCR. Πάνω σ' αυτό ο Δρ. Sucharit Bhakdi λέει: «Αυτό το τεστ που χρησιμοποιείται δεν έχει ποτέ επικυρωθεί και δεν είναι κατάλληλο για διαγνωστικούς σκοπούς και το τεστ δίνει ψευδή αποτελέσματα, οπότε όσα πιο πολλά τεστ, τόσο πιο πολλά ψευδή αποτελέσματα.

Οπότε όταν κάποιος σας λείι ότι **οι περιπτώσεις** («κρούσματα») αυξάνονται, πρέπει να τον ρωτήσετε ποιο είναι το ποσοστό των θετικών τέστ προς τον αριθμό των συνολικών τέστ, γιατί αυτό που μετράει είναι το ποσοστό, όχι ο αριθμός των θετικών, γιατί **εαν αυτό το ποσοστό είναι κατω απο 2,5%**, απλά ξεχάστε το, δεν είναι αξιόλογο και αληθινό. Και αυτός ο αριθμός είναι πολύ σημαντικός, **ποιο είναι το ποσοστό των θετικών περιπτώσεων, διαιρεμένο με τον συνολικό αριθμό των τέστ που γίνονται**». Κάτι ανάλογο ισχυρίζεται και ο Dr. Reiner Fuellmich όταν καταγγέλλει ότι το τεστ PCR ουδέποτε αξιολογήθηκε πριν τη χρήση του. Στην ψυχολογία όταν αξιολογούμε ένα τεστ, τα κριτήρια είναι δύο. Reliability (αξιοπιστία) και validity (εγκυρότητα). Δηλαδή, κατά πόσο το τεστ μετράει αυτό που υποτίθεται ότι μετράει, και κατά πόσο οι μετρήσεις του είναι σταθερές δηλαδή δεν σου βγάζει άλλα αποτελέσματα τώρα κι άλλα αν το ξανακάνεις σε δύο ώρες. Δεν έχει γίνει τίποτα τέτοιο πριν βγει το τεστ στην αγορά και οι αξιολογήσεις που έχουν γίνει από τότε που κυκλοφόρησε (όπως της Ιατρικής Επιθεώρησης της Βραζιλίας) καταλήγουν στο ίδιο συμπέρασμα: Η ανίχνευση ενός κρούσματος δεν σημαίνει απαραίτητα λοίμωξη.

αριθμός των θετικών, γιατί **εαν αυτό το ποσοστό είναι κατω απο 2,5%**, απλά ξεχάστε το, δεν είναι αξιόλογο και αληθινό. Δρ. Sucharit Bhakdi. Απ' ότι βλέπουμε στο διπλανό γράφημα στο σύνολο των τεστ PCR που έχουν γίνει σ' αυτές χώρες τα κρούσματα είναι ελάχιστα. Αλλά όπως είπαμε, «κρούσμα» δεν σημαίνει και λοίμωξη.

Κρούσματα προς τεστ που έχουν γίνει

