

# Η Εφημεριδούλα

Φεβρουάριος, 2021 Β

Τεύχος 293 35ος χρόνος

pinteris@hotmail.com

210 - 96 52 336

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

## ΜΕΧΡΙ 19 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ !!!

### «ΟΙ ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΕΣ»

Της Άννας Αδριανού

Στο διαδίκτυο από Παρασκευή 5 Φεβρουαρίου 2021  
και για περιορισμένο αριθμό προβολών

ΠΡΟΠΩΛΗΣΗ

<https://www.viva.gr/tickets/theater/streaming/oi-pio-dynates>

«ΟΙ ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΕΣ» είναι ένα θεατρικό έργο της Άννας Αδριανού που γνώρισε μεγάλη επιτυχία όταν πρωτανέβηκε στο Θέατρο πριν από επτά χρόνια, στην Αθήνα αλλά και σε μεγάλες επαρχιακές πόλεις. Πρόκειται για ένα σύγχρονο έργο με αφορμή τον μονόλογο του Στρίντμπεργκ **Η ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΗ**.

Η παράσταση θα παρουσιαστεί διαδικτυακά από την Παρασκευή 5 Φεβρουαρίου 2021 μέσω της πλατφόρμας του VIVA.GR και για περιορισμένο αριθμό προβολών, σε μια νέα δυναμική, πιο ολοκληρωμένη εκδοχή την οποία επιμελήθηκε η συγγραφέας Άννα Αδριανού, η οποία κρατάει τον έναν από τους δύο ισότιμους ρόλους, ενώ στον άλλον ρόλο πρωταγωνιστεί σε ένα εντυπωσιακό come back στο δράμα η Βάσια Παναγοπούλου. Μαζί τους η Κατερίνα Μπιλάλη που υποδύεται μια χαρακτηριστική περσόνα καταλυτική κι αυτή μέσα στην υπόθεση. Την θεατρική σκηνοθεσία υπογράφει ο Κωνσταντίνος Κυριακού και την τηλεοπτική ο Κώστας Κιμούλης.

Promo trailer: <https://youtu.be/Re2KKhxr5JU>



### Λίγα λόγια για το έργο:

Ένας από τους πιο "δυνατούς" μονολόγους του Αύγουστου Στρίντμπεργκ, μεταμορφώνεται σε ένα θεατρικό "παιχνίδι για δύο" μέσα από μια αιρετική διασκευή που φωτίζει το θέμα της απιστίας κι από τις δυο πλευρές. Δυο γυναίκες, σύζυγος και ερωμένη του ίδιου άντρα, συναντιούνται παραμονή Χριστουγέννων, σε ένα καφέ μπαρ και μέσα από αλληπάλληλες προκλήσεις, εκθέτουν την ζωή τους και τους ρόλους τους κι αναμετριοούνται μέχρι εσχάτων.

Δυο ερωτικοί θηλυκοί ρόλοι, δυο διαφορετικές απόψεις ζωής, δυο τρόποι να αγαπάς, να μισείς και να είσαι γυναίκα. Αντικείμενο: ο εραστής και σύζυγος, που αν και απών, κυριαρχεί στην σκέψη και την καρδιά τους. Ένας άντρας που τις θέλει και τις δυο, μιας και «δεν τις θεωρεί επιβάτιδες της ίδιας θέσης στο τρένο της ζωής του»

Άλλωστε ερωμένη και σύζυγος είναι δυο πλευρές της γυναικείας ερωτικής ζωής ... Οι δύο όψεις του θηλυκού προσώπου που ψάχνει μέσα από διαφορετικούς δρόμους το ίδιο πράγμα: Την αγάπη του άντρα καθώς και οι δυο θέλουν να επηρεάσουν την ζωή του... και να γίνουν γι' αυτόν, «η μία και μοναδική»...

COOLMATTERTECHS

Υποστήριξη Υπολογιστών

6931 251 421

Θεατρική σκηνοθεσία:  
Κωνσταντίνος Κυριακού  
Τηλεοπτική σκηνοθεσία:

Κώστας Κιμούλης

Πρωταγωνιστούν:

Άννα Αδριανού

Βάσια Παναγοπούλου

Κατερίνα Μπιλάλη

Ώρα έναρξης προβολών:

Καθημερινά από τις 21:00

Η είσοδος στη σελίδα προβολής της παράστασης δύναται να πραγματοποιηθεί από την ώρα έναρξης έως και 3 ώρες μετά

Διάρκεια: 1 ώρα

Εισιτήριο: 7 euro

Προπώληση:

<https://www.viva.gr/tickets/theater/streaming/oi-pio-dynates/>

ProgressNet<sup>®</sup>



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

[www.progressnet.gr](http://www.progressnet.gr) 211 18 28 724

8ος Χρόνος !

Κάθε Τετάρτη 11:00 π.μ.  
ακούτε από το διαδίκτυο  
στον Καρδιά 95

την εκπομπή

Χαβαλές & Επιστήμη

με τη Μαρίτα Μυρωνάκη  
και τον Γιώργο Πιντέρη.

Ψυχολογικά θέματα

με αφορμή

την επικαιρότητα.

Αναμεταδίδεται

Σάββατο 11:00 π.μ.

## Ευρωπαϊκή συνείδηση. Είναι εφικτή;

Όλοι γνωρίζουμε ότι το Ελληνικό έθνος είναι διαφορετικό από το Ελληνικό κράτος. Το Ελληνικό έθνος συμπεριλαμβάνει τους ανθρώπους που έχουν Ελληνική εθνική συνείδηση σε οποιοδήποτε σημείο του πλανήτη κι αν κατοικούν. Έχουν κοινή ιστορία, κοινή γλώσσα, κοινή θρησκεία κοινά ήθη και έθιμα και αναγνωρίζουν τον Εθνικό ύμνο όπου και όποτε τον ακούσουν. Ακόμα κι όταν είναι δεύτερης ή τρίτης γενεάς και δε μιλάνε καθόλου Ελληνικά, εξακολουθούν να νιώθουν Έλληνες.

Η Αμερική αρχικά εποίκιστηκε από Άγγλους, Ιρλανδούς και Σκωτσέζους που, η φτώχεια και οι θρησκευτικοί διωγμοί τους οδήγησαν να μεταναστεύσουν στη Βόρεια Αμερική και τον Καναδά. Σήμερα οι Η.Π.Α. αποτελούνται κατά 62% περίπου από λευκούς μη Ισπανικής καταγωγής με πρόβλεψη το ποσοστό αυτό να μειωθεί στο 45% το 2060. Οι Ισπανικής καταγωγής σήμερα είναι γύρω στο 18%, αλλά το 2060 θα είναι 28%.

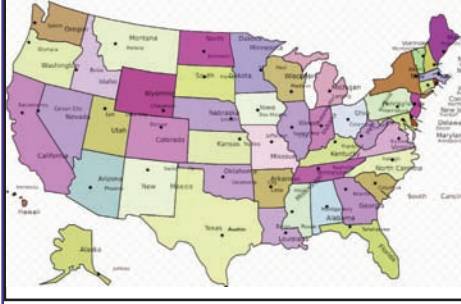
Ανάμεσα στους λευκούς μη Ισπανικής καταγωγής είναι οι WASPs (White Anglo-Saxon Protestants) οι άλλοι Αγγλόφωνοι όπως οι Σκωτσέζοι, οι καθολικοί Ιρλανδοί και άλλοι Ευρωπαίοι. Από εκεί και πέρα, συμπεριλαμβάνουν – εκτός από μια πανίσχυρη Εβραϊκή κοινότητα – και όλες τις φυλές του ...Ισραήλ. Ανάμεσα σ' αυτούς, οι Ιταλοί και οι Έλληνες είναι σημαντικές εθνικές μειονότητες. Αυτό δεν ισχύει για όλους τους Ευρωπαϊκής καταγωγής λευκούς. Για παράδειγμα, αν ρωτήσεις έναν Γερμανικής καταγωγής Αμερικανό υπήκοο τρίτης γενεάς (που δεν μιλάει Γερμανικά) ποια είναι η εθνική του ταυτότητα, θα σου πει «American». Το ίδιο ισχύει για τους περισσότερους ευρωπαϊκής καταγωγής δεύτερης ή τρίτης γενεάς Αμερικανούς. Δεν ισχύει όμως το ίδιο για τους Ιταλούς και τους Έλληνες. Αυτοί, όταν τους ρωτήσεις για την εθνική τους ταυτότητα θα σου απαντήσουν Italian-American και Greek-American.

Με τόσες διαφορετικές εθνότητες, αν το Αμερικανικό Κράτος δεν καλλιεργούσε έγκαιρα σε όλους αυτούς τους ετερόκλητους πληθυσμούς μια (έστω «πλαστή») εθνική συνείδηση θα είχε γίνει ανάμεσά τους, ότι έγινε και στον τόπο καταγωγής τους, δηλαδή την Ευρώπη: Συνεχείς πόλεμοι. Εκεί, όλοι πολεμούσαν όλους, για αιώνες. Εκφράσεις όπως «ο Εκατονταετής ή ο Τριαντακονταετής Πόλεμος» είναι συνηθισμένες. Για να αποφευχθούν όλα αυτά, ήταν απαραίτητο να δημιουργηθεί μια κοινή εθνική συνείδηση, κάτι σαν ...κοινωνικό κολλαγόνο.

Το πρώτο στοιχείο, ήταν η αποδοχή μιας κοινής θρησκείας, της Χριστιανικής, αλλά με ελευθερία για όλα τα δόγματα και όλες τις θρησκείες. Αυτό, μοιραία οδήγησε στα *βασικά ανθρώπινα δικαιώματα* ανάμεσα στα οποία και η *ελευθερία του λόγου*. Το δεύτερο σημαντικό στοιχείο, ήταν ότι εδραιώθηκε μια κοινή επίσημη γλώσσα του κράτους. Τα Αγγλικά. Τέλος πάντων, τα στοιχεία αυτά, σε συνδυασμό με την ύπαρξη *κοινών εθνικών οικονομικών και πολιτικών συμφερόντων*, συνέβαλαν κουτσά – στραβά (και με τη βοήθεια δύο Παγκοσμίων πολέμων) ώστε μέσα σε 250 χρόνια να καλλιεργήσουν στο λαό τους μια αίσθηση εθνικής συ-

νείδησης. Βέβαια, αυτή η εθνική συνείδηση δεν έχει τις ρίζες των χιλιάδων ετών που χρειάστηκαν για να καλλιεργηθεί η δική μας εθνική συνείδηση. Όμως, αν πας να συγκρίνεις την Αμερικανική εθνική συνείδηση με την Ευρωπαϊκή, θα διαπιστώσεις ότι η δεύτερη δεν υπάρχει!

Η απόσταση από τη βορειοανατολική άκρη των ΗΠΑ που είναι το Μείν μέχρι το Λος Άντζελες που είναι η νοτιοδυτική άκρη, είναι περίπου 5000 χιλιόμετρα. Για να διασχίσεις αυτή την απόσταση, θα περάσεις (ανάλογα με τη διαδρομή) από τουλάχιστον 10 με 13 διαφορετικές πολιτείες. Θα οδηγήεις τρεις μέρες και θ'



ακούς συνέχεια την ίδια γλώσσα. Μπορεί να αλλάζουν οι προφορές, αλλά η γλώσσα παραμένει η ίδια. Επίσης σε όλη τη διαδρομή θα συναντάς τις ίδιες αλυσίδες ξενοδοχείων, εστιατορίων και εμπορικών καταστημάτων και λίγο – πολύ τον ίδιο Αμερικανικό τρόπο ζωής. Μπορεί όπως κινείται από Ανατολικά προς τα Δυτικά να εμφανίζονται κάποιες διαφορές αλλά δεν είναι οι τεράστιες διαφορές που θα συναντήσεις αν πας από μια Ευρωπαϊκή χώρα σε μια άλλη, ακόμα κι αν συνορεύουν. Για παράδειγμα, αν από τη Γαλλία πας στη Γερμανία.

Αν ξεκινήσεις από το βορειοδυτικό άκρο της Ε.Ε, ας πούμε το Ελσίνκι της Φινλανδίας για να πας στη Λισαβόνα της Πορτογαλίας η απόσταση είναι 4.000 χιλιόμετρα περίπου. Αν πας μέσω Εσθονίας, θα περάσεις σταδιακά από Εσθονία, Λετονία, Λιθουανία, Πολωνία, Γερμανία,



Βέλγιο, Γαλλία και Ισπανία. Στη διαδρομή σου, κάθε λίγες ώρες θα πέφτεις σε μια εντελώς διαφορετική γλώσσα, και διαφορετική κουλτούρα. Πόση σχέση μπορεί να έχει ένας Αμερικανός της Νέας Υόρκης μ' έναν Αμερικανό του Λος Άντζελες; Σίγουρα πολύ μεγαλύτερη απ' ότι ένας Φινλανδός μ' έναν Πορτογάλο.

Είναι πολύ δύσκολος και μεγαλόπνοος στόχος να δημιουργηθεί μια *κοινή Ευρωπαϊκή συνείδηση*. Κατ' αρχήν δεν έχουμε μια κοινή γλώσσα. Μπορεί τα Αγγλικά να είναι αρκετά διαδε-

δομένα στην Ευρώπη, αλλά ποιο είναι το ποσοστό των Αγγλόφωνων Ευρωπαίων; Συγκρίνεται με το ποσοστό των Αγγλόφωνων Αμερικάνων;

Δεν είναι όμως μόνο η γλώσσα. Δεν έχουμε ούτε κοινούς νόμους *ούτε κοινά οικονομικά και πολιτικά συμφέροντα*. Ποιο συγκεκριμένα: Τα εθνικά συμφέροντα, μέχρι τώρα αποδεικνύεται καθημερινά ότι είναι υπεράνω των συνολικών Ευρωπαϊκών συμφερόντων. Το μεταναστευτικό πρόβλημα έδειξε σε όλο της το μεγαλείο την έλλειψη Πανευρωπαϊκής αλληλεγγύης. Οι Ούγγροι σκέφτονται μόνο σαν Ούγγροι. Όχι σαν Ευρωπαίοι. Το ίδιο και οι Πολωνοί.

Όμως, αυτό που αποδεικνύει ότι δεν έχουμε δημιουργήσει τέτοια *κοινά ευρωπαϊκά οικονομικά και πολιτικά συμφέροντα* που να υπερβαίνουν τα εθνικά, είναι η πώληση όπλων από τη Γερμανία και άλλες Ευρωπαϊκές χώρες στην Τουρκία και μάλιστα σε μια περίοδο που η χώρα αυτή προβάλλει προκλητικά τις εχθρικές προθέσεις της έναντι της Ελλάδας και τη Κύπρου που τυγχάνει να είμαστε ανάμεσα στους ...φτωχοί συγγενείς της Ευρώπης.

Ο σκοπός που τα γράφω αυτά είναι για να καταλήξω στο συμπέρασμα ότι για να καλλιεργηθεί μια Ευρωπαϊκή συνείδηση θα χρειαστεί χρόνος και πολύ δουλειά. Το πρώτο βήμα είναι να δημιουργηθούν *κοινά οικονομικά και πολιτικά συμφέροντα*. Τα επόμενα βήματα είναι να βρεθούν κάποια κοινά στοιχεία ανάμεσα σ' αυτά τα 27 ετερόκλητα έθνη. Στον τομέα αυτόν, ίσως έχουμε να μάθουμε πολλά από την Αμερικανική ιστορία. Όχι μόνο σαν παράδειγμα προς μίμηση αλλά και προς αποφυγή.

Ποια θα είναι αυτά τα κοινά στοιχεία; Αυτή είναι, κατά τη γνώμη μου, η μεγάλη Ευρωπαϊκή πρόκληση. Να βρεθούν.

## ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ

### ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ

pinteris.gr

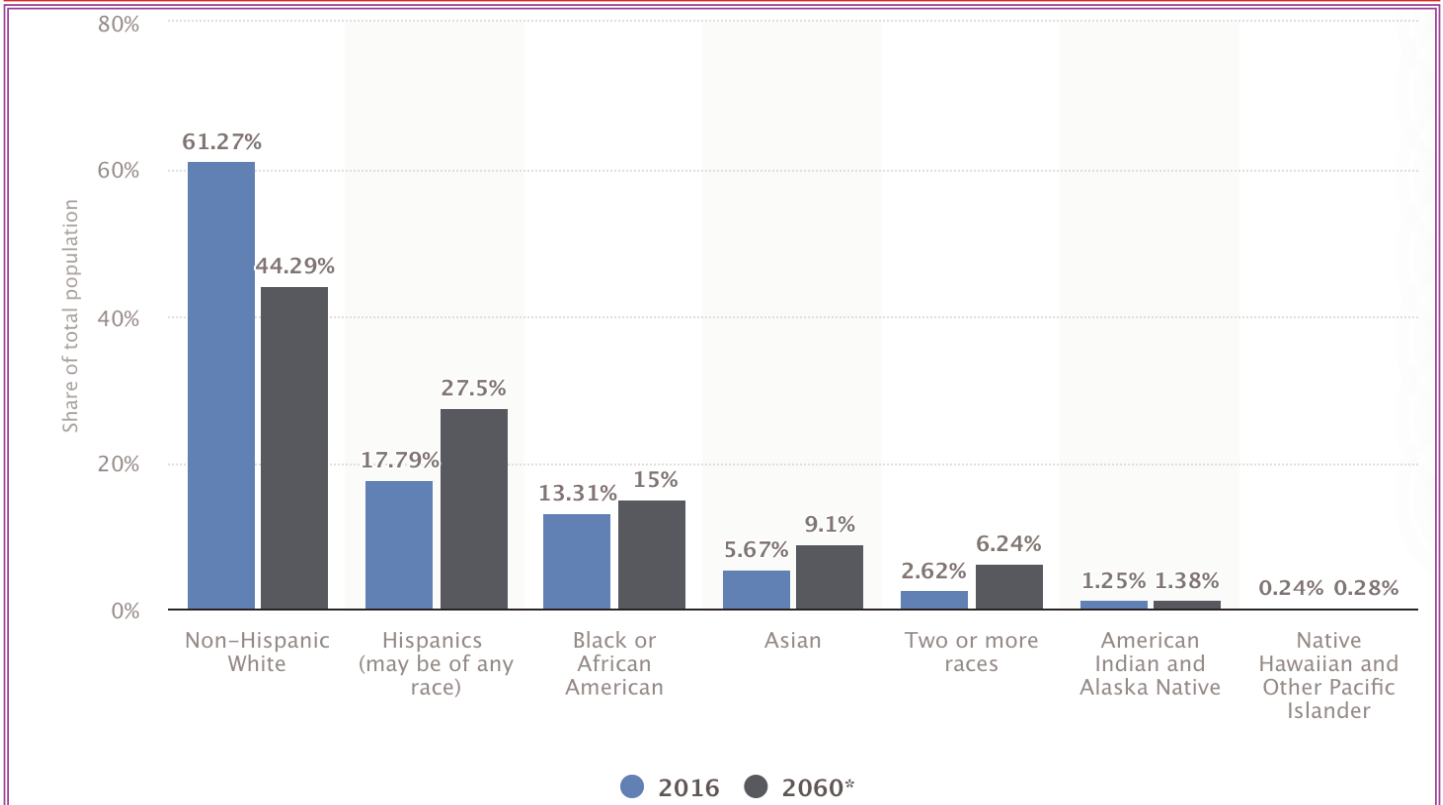
ΜΑΘΑΙΝΩ ΧΩΡΙΣ

### ΔΙΑΒΑΣΜΑ

1. Η Διανοητική Νοημοσύνη
2. Η Συναισθηματική Νοημοσύνη
3. Η ψυχολογία του Καρλ Γιούνγκ:
4. Συναισθήματα που δεν εξηγούνται
5. Η Ευθύνη - Μια άγνωστη λέξη
6. Η θεωρία του Carl Rogers
7. Σεξ Αυτοπαράτηρηση
8. Το Φλερτ

Για παλαιότερα τεύχη της  
Εφημεριδούλας  
και για πολύ  
περισσότερα  
πατήστε εδώ:  
<https://www.pinteris.gr>

## Η ΒΟΡΕΙΑ ΑΜΕΡΙΚΗ ΑΛΛΑΖΕΙ ΠΛΗΘΥΣΜΙΚΑ ΣΕ ΒΑΘΜΟ ΑΝΑΤΡΟΦΗΣ ΔΥΝΑΜΕΩΝ



Η παραπάνω γραφική παράσταση δείχνει την ποσοστιαία κατανομή του πληθυσμού των ΗΠΑ το 2016 και το 2060 κατά φυλές και Ισπανική καταγωγή.

Με βάση τα παρακάτω στοιχεία, φαίνεται πως μέχρι το 2060 η κατανομή του πληθυσμού των ΗΠΑ και συνεπώς η ισορροπία των κοινωνικών δυνάμεων θ' αλλάξει σημαντικά.

Το γράφημα δείχνει την κατανομή του πληθυσμού σε φυλές το 2016 και πως θα διαμορφωθεί το 2060

	2016	2060
ΛΕΥΚΟΙ	61.27%	44.29%
ΙΣΠΑΝΙΚΗΣ ΚΑΤΑΓΩΓΗΣ	17.79%	27.5%
ΑΦΡΟΑΜΕΡΙΚΑΝΟΙ	13.31%	15%
ΑΣΙΑΤΕΣ	5.8%	9.1%
ΜΙΓΑΔΕΣ	2.6%	6.24%
ΕΡΥΘΡΟΔΕΡΜΟΙ	1.25%	1.38%
ΧΑΒΑΗ, ΑΛΑΣΚΑ κ.λπ.	0.24%	0.28%

Δηλαδή, το 2060 οι λευκοί θα είναι πλέον *μειοψηφία* (44.29%). Μέχρι τώρα, το σύστημα των ΗΠΑ ήταν τέτοιο που ευνοούσε του λευκούς και κυρίως τους WASPs (λευκούς Αγγλο-Σάξονες Διαμαρτυρόμενους). Τι θα γίνει όμως όταν οι λευκοί θα είναι μειοψηφία και οι WASPs δεν θα ξεπερνάν το 20%; Θα καταφέρει η τεχνητά κατασκευασμένη Αμερικάνικη εθνική συνείδηση να συγκρατήσει όλες αυτές τις ετερόκλητες εθνικές μειονότητες, όπως το κολλαγόνο συγκρατεί τα κύτταρα του οργανισμού;

Στο θέμα αυτό, ευτυχώς που δεν επανεξελέγη ο Trump. Γιατί; Ο πληθυσμός των ΗΠΑ το 2019 ήταν 328 εκατομμύρια περίπου. Οι κάτοικοι των μεσο-δυτικών πολιτειών (το λένε MIDWEST αλλά, αν δεις το χάρτη, στην ουσία είναι στο Ανατολικό μισό της Αμερικής) είναι 68 περίπου εκατομμύρια. Οι μισοί από αυτούς είναι οι ονομαζόμενοι Rednecks, δηλαδή «κοκκινολαίμηδες». Τους αποκαλούν έτσι οι πιο ...πολιτισμένοι Αμερικάνοι. Ο λόγος είναι ότι οι περισσότεροι από αυτούς οδηγούν ημιφορτηγά και ο ήλιος τους καίει το σβέρκο. Αυτοί πρέπει να είναι γύρω στα 20 με 30 εκατομμύρια. Τα βασικά τους χαρακτηριστικά: Σοβινιστές, ρατσιστές, γεμάτοι προκαταλήψεις και οπαδοί της οπλοκατοχής. Είναι αυτοί που μπουκάρανε στο Καπιτώλιο.

Στα 4 χρόνια που διήρκεσε η θητεία του Trump αυτά ήταν τα ...αγαπημένα του παιδιά. Θα έλεγα μάλιστα πως η πολιτική των ΗΠΑ αυτά τα 4 χρόνια ήταν κομμένη και ραμμένη στα μέτρα τους. Δεν έχουμε ξεχάσει το AMERICA FIRST (και στα παλιά μας τα παπούτσια όλοι οι άλλοι και οι οικολογικές ευαισθησίες τους). Το κακό είναι ότι μαζί με τους Rednecks και τους Hillbillies (ορεσίβιοι βλάχοι) κατάφερε να παρασύρει και μια σημαντική μερίδα αγράμματων εθνικιστών. Έτσι, το τέλος του 2020 βρήκε τους Αμερικάνους τόσο διχασμένους που ανησυχίσαμε και για νέο εμφύλιο. Φαντάζεστε τι θα γινόταν αν μέχρι το 2060 με διάφορους ...Trump ο διχασμός αυτός συνεχιζόταν; Η σημερινές μειοψηφίες, το 2060 θα αποτελούν το 59.5%, δηλαδή θα είναι η πλειοψηφία. Τι θα γινόταν τότε ανάμεσα σε αυτούς και στους ...America first, οι οποίοι με ηγέτες σαν τον Trump θα είχαν αποθρασυνθεί, χωρίς ν' αντιλαμβάνονται ότι χρόνο με το χρόνο οι λευκοί δεν είναι πια

πλειοψηφία; Το 2060 θα κλείνουν τα 295 χρόνια από τότε που επαναστάτησαν κατά των Άγγλων και έγιναν ανεξάρτητο κράτος (1765). Θα καταφέρουν να κρατήσουν μια ισορροπία δυνάμεων ή το 2065 (διακόσια χρόνια μετά τον εμφύλιο του 1865) θα έχουμε δεύτερο εμφύλιο;

Μάλλον όταν μιλάω για δύναμη είμαι αφελής. Ο Βλαδίμηρος Πούτιν μια χαρά τα καταφέρνει τόσα χρόνια μόνος του!

### 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](mailto:pinteris@hotmail.com).

**Συνεδρίες μέσω Skype**  
**Πληροφορίες**  
**[pinteris@hotmail.com](mailto:pinteris@hotmail.com)**  
**210-96 52 336**



## ΣΑΒΒΑΤΟ 6

### ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

Λίγο πριν ακοινώθηκε  
ότι θα μας  
μαντρώνουν από τις 6:00μ.μ.  
Λεωφόρος Βουλιαγμένης  
ώρα 3:00 μ.μ. με κατεύθυνση  
προς Γλυφάδα.

**Το φανάρι είναι πράσινο!**

#### Η Συνήθεια

Μιλάμε για καλές συνήθειες, κακές συνήθειες και για συνήθειες που είναι απλώς ...συνήθειες. Τι είναι όμως *συνήθεια*; Κατά τη γνώμη μου έχει να κάνει με το «θέλω», «ξέρω» και «μπορώ». Η συνήθεια βρίσκεται εκεί που συναντιούνται αυτά τα τρία. Μ' άλλα λόγια αν αποπειραθούμε έναν ορισμό μπορούμε να πούμε: *Συνήθεια είναι η συνύπαρξη της θέλησης, της γνώσης και της ικανότητας.*



Λέμε «ο Γιάννης έχει τη συνήθεια να κάνει κάθε πρωί μισή ώρα ποδήλατο». Αυτό σημαίνει ότι ο Γιάννης θέλει να κάνει ποδήλατο. (Θα μου

πεις, αν δεν ήθελε γιατί να έκανε;). Σημαίνει επίσης ότι *ξέρει* να κάνει ποδήλατο. Αν δεν ξέρει, όσο και να θέλει, δεν γίνεται. Τέλος σημαίνει και ότι *μπορεί* να κάνει ποδήλατο. Αυτό θα πει ότι κατ' αρχή διαθέτει κάποιο ποδήλατο. Αλλιώς θα καβαλήσει ...τον αέρα. Θα πει επίσης ότι έχει ...πόδια.

Προκειμένου κάποιοι από εμάς να επιδιώξουμε ή να κόψουμε μια συνήθεια, χρειάζεται πρώτα απ' όλα, να θέλουμε. Πιστεύω πως αυτό είναι αυτονόητο. Είναι άλλωστε ένα από τα όρια κάθε ψυχολόγου: *Δεν μπορώ να κάνω έναν άνθρωπο να θέλει κάτι (ή κάποιον) που δεν θέλει, όπως δεν μπορώ να κάνω κάποιον που θέλει κάτι (ή κάποιον) να μην το θέλει.*

Ο Χρήστος στα 45 του ακούει συχνά από τη σύζυγο, τους έφηβους γιούς του, τους συνεργάτες και τους φίλους του, πως ναι μεν τον αγαπάνε, αλλά δεν μπορούν να συνηνεηθούν «σωστά» μαζί του, που θα πει αποτελεσματικά. Ο Χρήστος είναι ευαίσθητος άνθρωπος. Δεν του αρέσει που τόσο άνθρωποι έχουν αυτό το παράπονο μαζί του. Συζήτησε το πρόβλημα μ' έναν φίλο του ψυχολόγο ο οποίος τον προέτρεψε να παρακολουθήσει κάποια μαθήματα επικοινωνίας. Δηλαδή ο Χρήστος καλείται να αλλάξει τους τρόπους με τους οποίους έχει συνηθίσει να επικοινωνεί (συνήθως αναποτελεσματικά) με τους άλλους. Θέλει ο Χρήστος ν' αλλάξει αυτή τη «συνήθεια»; Θέλει και μάλιστα πολύ. Θέλει να μάθει επικοινωνία, δηλαδή να αποκτήσει το «ξέρω»; Θέλει, αλλά με ...τσιτάκι στον εγκέφαλο ή κάποιον άλλο μαγικό τρόπο. Γιατί; Διότι δεν *μπορεί* να πειθαρχήσει σε μια σειρά μαθημάτων που απαιτούνται για να μάθεις να επικοινωνείς αποτελεσματικά. Άρα εδώ, ο Χρήστος θέλει, αλλά δεν μπορεί ν' αποκτήσει το «ξέρω». Έτσι, οι πιθανότητες να βελτιωθούν οι κοινωνικές του ικανότητες μειώνονται σημαντικά.

Ακούμε συχνά τον εαυτό μας και τους άλλους να λέμε «δεν μπορώ». Πιστεύω πως πολλές από αυτές τις φορές το «δεν μπορώ» στην ουσία ή είναι «δεν θέλω» ή «δεν ξέρω». Ένας ωραίος τρόπος για να τα ξεχωρίσεις αυτά τα τρία είναι να ρωτήσεις κάποιον που σου λέει «δεν μπορώ»: *Αν σου είχα ένα πιστόλι στον κρόταφο θα μπορούσες να το κάνεις για να σώσεις τη ζωή σου; Αν η απάντηση είναι ναι, τότε το δεν μπορώ, είναι δεν θέλω. Αν είναι όμως όχι, τότε είναι δεν ξέρω.*



#### Προβλήματα Οργάνωσης Χώρου

Συνεχίζουμε μ' ένα ερωτηματολόγιο που ερευνά κατά πόσο ανήκουμε στην τέταρτη κατηγορία που είναι οι **Σαβουροσυλλέκτες**. Έχεις τρεις επιλογές: **Ποτέ (0 βαθμοί) Κάπου-κάπου (1 βαθμός) Συχνά (2 βαθμοί)**

1. Αποθηκεύεις πράγματα γιατί κάποια μέρα μπορεί να χρειαστούν; Π ΚΚ Σ
2. Διστάζεις να πεταξεις κάτι γιατί μπορεί κάποιος να το χρειάζεται; Π ΚΚ Σ
3. Κρατάς πράγματα μόνο και μόνο γιατί δεν ξέρεις τι να τα κάνεις; Π ΚΚ Σ
4. Συνδέσσει συναισθηματικά με κάποια αντικείμενα σου; Π ΚΚ Σ
5. Στο σπίτι ή στο γραφείο σου ξεμένεις από αποθηκευτικούς χώρους; Π ΚΚ Σ
6. Οι γύρω σου άνθρωποι αναρωτιούνται γιατί μαζεύεις τόσα πράγματα; Π ΚΚ Σ
7. Φυλάς ρούχα γιατί μπορεί να επανέλθουν στη μόδα; Π ΚΚ Σ
8. Σου δημιουργεί ασφάλεια να ξέρεις πως έχεις διαθέσιμο ό,τι χρειαστείς; Π ΚΚ Σ
9. Αποθηκεύεις χαλασμένα ή σπασμένα αντικείμενα με την προοπτική κάποια μέρα να τα επισκευάσεις; Π ΚΚ Σ
10. Είσαι θαμνώνας παλαιοπωλείων και παρόμοιων αγορών (γιουσουρούμ και τα παρόμοια); Π ΚΚ Σ

#### Η Βαθμολογία:

**0 - 6 Δεν είσαι Σαβουροσυλλέκτης**

**7-13 Είσαι επιρρεπής σε συνήθειες σαβουροσυλλογής**

**14 -20 Είσαι ένας Σαβουροσυλλέκτης με ...τα όλα του.**

#### Γιατί κάποιοι άνθρωποι είναι Σαβουροσυλλέκτες;

Κάποιοι πιστεύουν πως να πετάς κάτι είναι σπατάλη. Υπάρχουν όμως και άλλοι λόγοι:

1. Δεν καταλαβαίνουν ότι μερικά πράγματα καθώς περνάει ο καιρός χάνουν την αξία τους.
2. Δεν αντιλαμβάνονται ότι καταλαμβάνουν πολύτιμους χώρους με άχρηστα πράγματα.
3. Όσο περισσότερα πράγματα έχουν φυλαγμένα τόσο πιο ασφαλείς νιώθουν.
4. Όταν πετάνε πράγματα νιώθουν ένοχοι.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΙΝΤΕΡΗΣ, Ph. D.

**ΑΠΟ ΤΗΝ  
ΑΝΑΣΦΑΛΕΙΑ  
ΣΤΗΝ**

**ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΩΣΗ**

Πώς κατεβαίνει το ένα και ανεβαίνει το άλλο

