



Η Εφημεριδούλα

Νοέμβριος 2023

Τεύχος 336 37ος χρόνος

pinteris@hotmail.com

210 - 96 52 336

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

Ανοιχτή Πρόσκληση

Οι Εκδόσεις iWrite και ο συγγραφέας Γιώργος Πιντέρης σας προσκαλούν στην παρουσίαση του νέου του βιβλίου, με τίτλο «**Δέκα είδη άγχους και τα αντίδοτά τους**».



Ομιλητές

- **Δρ. Γιάννης Αυγουστάτος**
(Ψυχίατρος - Ψυχοθεραπευτής)
- **Ευαγγελία Κόκκαλη**
(Ψυχολόγος)

Πέμπτη,
9 Νοεμβρίου
στις 19:00

Αίθουσα Εταιρίας Λογοτεχνών

Ακαδημίας και Γενναδίου 8,
7ος όροφος



iWrite

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 καμπυλόγραμμα τσουλί που φορούσε έναν κολητητό 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 «τέτοιος 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.

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 έχανε 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 τρελαινόνταν 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 τον Βασίλη όμως»; Έτσι, άρχισε να κάνει τα γλυκά μάτια στον 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, αρραβωνιαστικά.

Ο Μπάμπης είχε μείνει κάγκελο.

- Αρραβωνιαστικά; Ξέρεις τι πράγμα είναι η γυναίκα μου;

- Η κυρία Φρόσω είναι μια πολύ αξιόλογη κυρία.

ProgressNet[®]



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

www.progressnet.gr 211 18 28 724

- 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 συνέβη κάτι που δεν γινόταν συχνά: 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 γκόμμενα ταυτόχρονα!

- Τι λες βρε γυναίκα; Για ποια γκόμμενα μιλάς;

- Η Μελίνα.

Ο άνθρωπος πάγωσε. Δεν ήξερε τι να πει.

- Η Μελίνα.

- Ναι. 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 ενός ψυχολόγου.

Μετά από μερικές συνεδρίες κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι έπρεπε να μιλήσει στο γιο του και να του πει όλη την αλήθεια.

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 διαταγή 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! Δηλαδή, ενώ συνειδητά αρνήθηκε την πραγματικότητα, βαθύτερα μέσα του ήξερε ποια είναι η αλήθεια. Μ' άλλα λόγια, όσο και να ήθελε τη Μελίνα, δεν μπορούσε να κάνει τίποτα. Δεν ήταν όμως μόνο αυτό. Η πάθηση ήταν πολύ οδυνηρή. Ένωθε σαν να του είχαν βάλει κάρβουνο 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. Παρόλο που ο Βασίλης πήγε στη Γερμανία, η Μελίνα δεν έλεγε να απομακρυνθεί από την οικογένεια. Άλλωστε η κυρία Φρόσω τη συμπάθησε. Ο Μπάμπης για να την αδειάζει είπε στην Φρόσω ότι η Μελίνα είχε κολλήσει στο Βασίλη ένα σοβαρό αφροδίσιο νόσημα. Από εκεί και πέρα, η Φρόσω δεν ήθελε να την δει στα μάτια της.

Πάει λοιπόν η Μελίνα. Όμως, ο σπόρος που έριξε στο διψασμένο χωράφι του Μπάμπη βρήκε ρίζες. Ο Μπάμπης 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 υπήρχε τίποτε άλλο στη ζωή εκτός από αυτά.

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

Διαδραστική Εφημερίδουλα

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.

Δίκιο και Δύναμη

Κάποτε η εταιρεία αναπτήρων ZIPPO κυκλοφόρησε μια σειρά που την ονόμασε Presidential Serries. Κάθε αναπτήρας είχε σκαλισμένη την υπογραφή ενός προέδρου των ΗΠΑ και μια φράση του που έμεινε στην ιστορία. Μια και η συμπάθειά μου ήταν ο Λίνκολν, πήρα έναν αναπτήρα με σκαλισμένη την εικόνα του, την υπογραφή του και το απόφθεγμά του το οποίο λέει **Right makes might**. Σε ακριβή μετάφραση θα πει «το δίκιο δημιουργεί δύναμη». Εγώ, που είμαι πιο...ποιητικός το μεταφράζω «**το δίκιο δίνει δύναμη**».

Κάποτε, παρκάρισα το αμάξι μου έξω από ένα μανάβικο χωρίς να γνωρίζω ότι ο χώρος προοριζόταν για ένα φορτηγό με λαχανικά το οποίο περιμένα να έρθει. Δεν υπήρχε καμία ένδειξη που να το απαγορεύει. Ούτε καν 2 καρέκλες να κλείνουν το πεζοδρόμιο μπροστά στο μανάβικο. Την ώρα που κλείδωνα το αμάξι, πετάχτηκ' έξω ένας «άνθρωπος» γύρω στα 60 και κινήθηκε απειλητικά προς το μέρος μου λούζοντάς με εκφράσεις που δεν ταίριαζαν στην κατάσταση. Όταν έφτασε στα 2 μέτρα έκανα ένα βήμα προς τα πίσω για να καταλάβω τις προθέσεις του. Έκανε ακόμα ένα βήμα μπρος. Αυτό στο Καράτε το λέμε «παραβίασε την απόσταση ασφαλείας». Εκεί είχα 2 επιλογές. Ή να τον χτυπήσω ή να τον αφήσω μου επιτεθεί πρώτος. Διάλεξα το δεύτερο. Σήκωσε χέρι. Για να μην τον χτυπήσω έβγαλα μια δυνατή κραυγή που στο Καράτε τη λέμε κιιά (η κραυγή της ψυχής). Αν την ακούσεις παγώνει το αίμα σου. Το ίδιο έπαθε κι ο κύριος που μου επιτέθη. Χωρίς να τον αγγίξω έμεινε σύζυλος.

Εκείνη την ώρα πετάχτηκε από το μαγαζί ένας караφλός τριαντάρης που ήταν ο γιος του. Βλέποντας τη σκηνή κινήθηκε προς το μέρος μου, αλλά πρέπει να είχα τέτοιο θανατηφόρο βλέμμα που αρκέστηκε να φωνάξει «πάρε το κωλάμαξό σου από δω». Πήρα το αμάξι μου κι έφυγα. Θα μου ήταν αδύνατο να χτυπήσω έναν άνθρωπο που πίστευε ότι υπερασπίζεται τον πατέρα του. Δε μ' ενδιέφερε εκείνη την ώρα ποιος είχε δίκιο. Μου αρκούσε που εκείνος πίστευε ότι το δίκιο ήταν με το μέρος του. Αν εκείνη την ώρα μου ορμούσε δεν ξέρω αν θα είχα τη δύναμη

να τον αντιμετωπίσω κι ας έκανα ήδη τότε 20 χρόνια Καράτε. Αν όμως με χτυπούσε, το δίκιο θ' άλλαζε πλευρά. Κι αν το δίκιο πάει με το μέρος αυτού που ξέρει Καράτε, βάλτο στα πόδια...

Βέβαια, το παράδειγμα που έδωσα δείχνει περισσότερο ότι το άδικο δίνει αδυναμία, παρά ότι το δίκιο δίνει δύναμη. Το ανθρώπινο δικαιο προέρχεται από κάτι πιο πρωτόγονο που τ' ονομάζω ηθική της φύσης. Τώρα εκκρεμεί ένα θέμα: Το δίκιο δίνει πραγματικά δύναμη; Έχουμε τέτοια παραδείγματα; Αν έχουμε λέει;

Για περίπου 100 χρόνια οι Άγγλοι ήλεγχαν τις πολιτείες που είχαν δημιουργήσει οι Αγγλοσάξονες μετανάστες στην Αμερική σαν αποικίες. Οι μετανάστες εργαζόντουσαν σαν σκυλιά και οι Άγγλοι εισέπρατταν. Κάποια στιγμή τους έπνιξε το δίκιο τους. Κι όπως είπαμε, το δίκιο δίνει δύναμη. Κι αυτή η δύναμη, μαζί μ' έναν χαρισματικό ηγέτη, τον George Washington, οδήγησε τις σημερινές ΗΠΑ ν' απαλλαγούν από τη αποικιοκρατική νοοτροπία των Αγγλων. Το Σύνταγμά τους είναι από το 1776. Μπορεί να έχει πολλές προσθήκες, αλλά από το 1776 τα 8 πρώτα άρθρα παραμένουν.

Το 1789 στις 14 του Ιουλίου (έκανε και ζέστη) γίνεται η Γαλλική Επανάσταση. Ο λαός ξεσηκώθηκε. Οι άνθρωποι θα ζούσαν μια χαρά, αλλά έδιναν τόσα πολλά στο βασιλιά, που πεινούσαν. Το βασικό συναίσθημα ήταν η αγανάκτηση: Η αγανάκτηση δίνει θάρρος και δύναμη. Τη συνέχεια τη γνωρίζουμε.

Για να μιλήσουμε για τη σχέση ανάμεσα στο δίκιο και τη δύναμη, καλό θα ήταν να ορίσουμε τι εννοούμε με τις δύο αυτές λέξεις. Ξεκινάω με τη δύναμη γιατί μου έρχεται πιο εύκολο. Στο σημείο αυτό συμφωνώ με τον ψυχίατρο Eric Berne. Αυτός λέει πώς είναι αδύνατο να καταλάβουμε την έννοια δύναμη χωρίς να λάβουμε υπόψη μας την ελευθερία. Και τι είναι ελευθερία; Δικός μου ορισμός: «Ελευθερία είναι η συμπεριφορά που απορρέει από την ελεύθερη εκλογή μας». Ο Berne λοιπόν λέει ότι «η ελευθερία, σου δίνει τη δύναμη να πραγματοποιείς τα σχέδιά σου και η δύναμη σου δίνει την ελευθερία να παρεμβαίνεις στα σχέδια των άλλων».

Πάμε τώρα και στον ορισμό του... ποιανού; Του δικίου ή του Δικαίου; Το δίκιο είναι μια συνολική αίσθηση που έχουν τα θηλαστικά (λιοντάρια, δελφίνια μαϊμούδες, άνθρωποι και άλλα) όταν συναλλάσσονται με το περιβάλλον τους. Με απλά λόγια, είναι η αίσθηση που έχουν για το πόσο ισορροπημένο είναι το «πάρε-δώσε» στην εκάστοτε συναλλαγή τους.

Το Δίκαιο είναι δημιούργημα του ανθρώπινου είδους. Όλα τα θηλαστικά έχουν μια συνολική αίσθηση δικαίου αλλά, γραπτό δίκαιο έχουμε μόνον οι άνθρωποι. Και μην ξεχνάμε: Εκτός από το γραπτό Δίκαιο, σαν πρωτεύοντα θηλαστικά, έχουμε και εμείς μια συνολική αίσθηση δικαίου όπως και οι μαϊμούδες. Γι' αυτό μιλάμε για το γράμμα του νόμου και το πνεύμα του

COOLMATTER TECHS

Υποστήριξη Υπολογιστών

6931 251 421

νόμου.

Το Δίκαιο είναι οι γραπτοί κανόνες. Υπάρχουν όμως και πανανθρώπινα αποδεκτοί άγραφοι κανόνες που ισχύουν σε κάθε εποχή και κάθε κοινωνία που μας υπαγορεύουν το «καλό» και το «κακό». Τους κανόνες αυτούς τους ονομάζουμε ηθική. Δεν θα ήταν λάθος να πούμε ότι ηθική είναι η εσωτερική αίσθηση δικαίου. Βέβαια, η ηθική ενός Παπούα είναι διαφορετική από την ηθική ενός Εσκιμώου ή ενός Έλληνα. Όμως, μέσα στις γενεές, ο καθένας με τον τρόπο του, έχουν και οι τρεις μέσα στα χρόνια διαμορφώσει μια εσωτερική αίσθηση δικαίου.

Αυτό που ονομάζω έως τώρα «ηθική» ο Stephen Covey το ονομάζει «αρχές». Υποστηρίζει ότι οι αρχές είναι νόμοι της φύσης, όπως για παράδειγμα ο νόμος της βαρύτητας. Μερικές από αυτές τις αρχές είναι: «Ό,τι σπείρεις θα θερίσεις». «Η εξέλιξη περνάει από στάδια: Μπουσουλές, στέκεσαι, περπατάς, τρέχεις και μετά ...πηδάς».

Μάλιστα ο Covey ισχυρίζεται ότι ακόμα και τα μικρά παιδιά έχουν αίσθηση δικαίου. Μπορεί να κάνουν ζαβολιές, αλλά έχουν επίγνωση ότι αυτό που κάνουν είναι ζαβολιά.

Το φαινόμενο Placebo.

Ο 50άρης γιατρός κάνει παράπονα στη δεκαεξάχρονη κόρη του για τα υπερβολικά έξοδα της.

- Δεν νοιάζεσαι για τον κόπο του πατέρα σου;
- Γιατί να νοιάζομαι; Σάματι σε ξέρω καθόλου;
Για μένα είσαι μόνο κάποιος που πληρώνεις τους λογαριασμούς. Ούτε με ξέρεις ούτε σε ξέρω.

Εκείνο το βράδυ, ο γιατρός δεν μπόρεσε να κοιμηθεί καλά. Τα λόγια της κόρης του είχαν πάει σαν πύρινα βέλη στο στομάχι του και είχε ξεραθεί στους πόνους. Παρόλο που πήρε τα κατάλληλα χάπια δεν ανακουφίστηκε.

Ο τρόπος με τον οποίο μας μιλάει κάποιος άνθρωπος που είναι σημαντικό για μας κι αυτά που μας λέει, μας δημιουργούν συναισθήματα. Όταν μάλιστα τα συναισθήματα αυτά είναι έντονα, μας δημιουργούνται σωματικές αισθήσεις ή ακόμα και σωματικά συμπτώματα. Βέβαια, το ίδιο ισχύει και αντίστροφα: Όταν μιλάμε σε κάποιον που του είμαστε σημαντικοί του δημιουργούνται συναισθήματα.

Όταν όμως πρόκειται για μια σχέση θεραπευτή με θεραπευόμενο, αυτά που λέει ο θεραπευτής δεν δημιουργούν μόνον συναισθήματα στον ασθενή. Δημιουργούν και προσδοκίες. Οι προσδοκίες αυτές, επηρεάζουν σημαντικά την εξέλιξη της υγείας του. Ας δούμε ένα παράδειγμα:

Ο Σωτήρης είχε κάνει τάμα να νηστέψει για 40 μέρες πριν το Πάσχα. Με νύχια και με δόντια κατάφερε να κρατήσει το τάμα του μέχρι την Κυριακή του Πάσχα. Εκείνο το βράδυ κατέληξε με γαστρορραγία στο νοσοκομείο. Η νοσηλεύτρια της νυχτερινής βάρδιας ήταν η Σάσα. Πενηντάρα και ελαφρώς υπέρβαρη. Μόλις τον εί-

δε του είπε «το ίδιο έπαθε πριν 3 χρόνια και ο άντρας μου. Έμεινε για μια εβδομάδα στο νοσοκομείο».

Το θέμα δεν είναι τι είπε η Σάσα, αλλά τι είπε ο Σωτήρης από μέσα του ακούγοντας τη Σάσα: «Κατάλαβα. Μια εβδομάδα θα μείνω εδώ». Την άλλη μέρα το πρωί πέρασε απ' το κρεβάτι του ένας γιατρός που τον γνώριζε διότι ήταν γείτονες. Του είπε με ενθουσιασμό: «Σωτήρη είσαι πολύ τυχερός. Μόλις τώρα παραλάβαμε ένα καινούργιο φάρμακο που είναι ιδανικό για την περίπτωση σου. Θ' αρχίσεις να το παίρνεις από σήμερα». Έδωσε λοιπόν εντολή στην πρωινή νοσοκόμα να του χορηγήσει το χάπι. Το χάπι δεν ήταν τίποτε άλλο από νερό με ζάχαρη. Σε τρεις μέρες ο Σωτήρης είχε πάρει εξιτήριο!

Αυτό είναι ένα καλό παράδειγμα για το φαινόμενο placebo. Placebo είναι ένα ψευτο φάρμακο. Δεν περιέχει καμιά δραστική ουσία. Η θεραπεία είναι αποτέλεσμα αυτών που λέει στον ασθενή αυτός που το χορηγεί. Έχουν γίνει μέχρι τώρα κοντά στα 3 εκατομμύρια (!) έρευνες πάνω στο θέμα. Η περισσότερες δείχνουν πως το placebo έχει μεγάλη αποτελεσματικότητα όταν συνοδεύεται από θετικά και αισιόδοξα σχόλια του θεραπευτή. Μ' άλλα λόγια, η αποτελεσματικότητα του placebo είναι θέμα υποβολής.

Συνεδρίες μέσω Skype

Πληροφορίες

pinteris@hotmail.com

210 - 96 52 336

Στην ιστοσελίδα

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 Αυτοπαρατήρηση**
- 8. Το Φλερτ**
- 9. Κριτική της Αστρολογίας**
- 10. Η Αντίληψη**

Για άλλες Εφημεριδούλες
και άλλα πολλά:

<https://www.pinteris.gr>

Η περίπτωση Μπακογιάννη

Ο δεύτερος γύρος των δημοτικών εκλογών στο Δήμο Αθηναίων εξέπληξε τους πάντες, ανεξάρτητα από πολιτικές και κομματικές προτιμήσεις. Να έχεις 41,35% στον πρώτο γύρο όταν οι άλλοι τρεις (Δούκας 14,19%, Ζαχαριάδης 13,36% και Σοφιανός 12,88%) συγκεντρώνουν το 40,43% των ψήφων, και να χάσεις στον δεύτερο γύρο από τον Δούκα με 44,04% έναντι 54,96% πράγματι αποτελεί έκπληξη.

Πώς εξηγώ αυτό το φαινόμενο; Όπως θυμόμαστε αυτές οι εκλογές ήταν διπλές: Περιφερειακές και Δημοτικές. Τα κριτήρια με τα οποία ψηφίζει κάποιος σε καθεμία από τις δύο αυτές εκλογές είναι διαφορετικά. Στις Περιφερειακές επικρατεί περισσότερο το κομματικό στοιχείο ενώ στις Δημοτικές εκλογές η προσωπικότητα του υποψήφιου Δημάρχου μετράει περισσότερο από τις κομματικές προτιμήσεις.

Τι νομίζω ότι έγινε λοιπόν σ' αυτές τις εκλογές; Την πρώτη Κυριακή ενεργοποιήθηκαν όσοι ήθελαν, μέσα από τις περιφερειακές εκλογές να στείλουν κάποιο μήνυμα στην κυβέρνηση. Όσο για Δήμαρχο ψηφίσε καθένας με τις προσωπικές του προτιμήσεις. Τα αποτελέσματα των Δημαρχιακών εκλογών του πρώτου γύρου (41,35%) είναι ακριβώς εκείνα που έδειξαν και δείχνουν οι δημοσκοπήσεις και οι δύο πρόσφατες εθνικές εκλογές.

Τι έγινε λοιπόν και ανετράπη το αποτέλεσμα; Απλά, εκείνοι που θεώρησαν τις Περιφερειακές εκλογές σαν τις σημαντικές, έκριναν πως είναι περιττό να τρέχουν να ψηφίζουν πάλι. Έτσι, ένα μεγάλο μέρος εκείνων που ψηφίσαν στον πρώτο γύρο Χαρδαλιά και Μπακογιάννη στον δεύτερο γύρο δεν πήγαν να ψηφίσουν.

Προσωπικά, ψηφίζω στη Γλυφάδα. Όμως, αναρωτιέμαι; Πώς βρέθηκε ο άνθρωπος αυτός να είναι Δήμαρχος Αθηναίων; Με τι προσόντα; Θα ήταν εκεί αν δεν ήταν γιος της Ντόρας και ανιψιός του πρωθυπουργού; Όλα ξεκίνησαν με το φόνο του Μπακογιάννη από τη 17Ν. Η περιοχή είναι μονοεδρική. Η Ντόρα ...κληρονόμησε την έδρα την οποία (λόγω αναγνώρισης προς τον Μπακογιάννη) κράτησε και κρατάει με μεγάλη πλειοψηφία. Άλλωστε από τότε προβάλλει η Ντόρα στο πολιτικό προσκήνιο. Έτσι, ο υιός Μπακογιάννη, με προσόν το ...επίθετό του έγινε Δήμαρχος Καρπενησίου και μάλιστα «πετυχημένος». Με προσόν ότι ήταν Δήμαρχος Καρπενησίου (συν το momentum που είχε η ΝΔ) έγινε Δήμαρχος Αθηναίων. Άλλο όμως Καρπενήσι και άλλο Αθήνα. Έτσι, ο «πετυχημένος» Δήμαρχος Καρπενησίου στην Αθήνα απέτυχε. Τον έφαγε ...η βόλτα.



VET CLINIC
ΚΤΗΝΙΑΤΡΙΚΟ
ΚΕΝΤΡΟ
ΖΩΩΝ
ΣΥΝΤΡΟΦΙΑΣ

Κατερίνα Μπίρου-Παταλίδου

Κτηνίατρος D.V.M UTH
Λαοδίκης 34, 16674 Γλυφάδα
Τηλ. 210-8942429
6976911720
mpirouk@gmail.com

ΤΟ ΚΑΝΑΛΙ ΜΟΥ
ΣΤΟ YouTube:

<https://www.youtube.com/@user-im6kd8gu2w/videos>