



Η Εφημεριδούλα

Μάιος 2024 Β

Τεύχος 345 38ος χρόνος

pinteris@hotmail.com

210 - 96 52 336

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

ΝΕΑΝΙΚΗ ΠΑΡΑΒΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

Ένα παράδοξο φαινόμενο.

Αν συγκρίνουμε τα βιβλία και τα σεμινάρια πάνω στη διαπαιδαγώγηση που ήταν διαθέσιμα τη δεκαετία του 1980 με το αντίστοιχο υλικό που υπάρχει σήμερα η διαφορά είναι τεράστια. Το ίδιο ισχύει και για την παρουσία ψυχολόγων στα σχολεία. Τη δεκαετία του 1980 ήταν ζήτημα αν υπήρχαν ψυχολόγοι σε πάνω από δέκα το πολύ ιδιωτικά σχολεία. Υπαρξη ψυχολόγου σε δημόσιο σχολείο την εποχή εκείνη ήταν σχεδόν αδιανόητο.

Κι όμως: Αν συγκρίνουμε τη νεανική παραβατικότητα της δεκαετίας του 1980 με τη σημερινή τ' αποτελέσματα είναι αποκαρδιωτικά: Παιδιά με μαχαίρια, παιδιά με σιδερογροθιές, πιτσιρικάδες που ληστεύουν, βιαιοπραγούν, συμμορίες νεαρών που τρομοκρατούν μαθητές, ακόμα και καθηγητές. Το αστυνομικό δελτίο σχεδόν καθημερινά περιλαμβάνει συλλήψεις παιδιών και εφήβων για περιστατικά βίας, όπως τα παραπάνω.

Πού μπορεί να οφείλεται η δραματική αυτή αύξηση της βίας; Οι περισσότερες έρευνες ενοχοποιούν τους παρακάτω παράγοντες:

1. Βία στο σπίτι.
2. Έλλειψη ηθικής καθοδήγησης και εποπτείας.
3. Κακή ποιότητα εκπαίδευσης.
4. Κακή σχολική απόδοση.
5. Κατάχρηση ουσιών.
6. Πίεση.
7. Κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες.

Η τηλεόραση

Συμφωνώ με όλα αυτά, αλλά εγώ επισημαίνω τρεις παράγοντες: Μέχρι το 1988 τα ηλεκτρονικά Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (δηλαδή το ραδιόφωνο και η τηλεόραση) μετριόντουσαν στα δάχτυλα του ενός χεριού. Είχαμε 3 ραδιοφωνικούς σταθμούς πανελληνίας εμβέλειας και άλλους τόσους τηλεοπτικούς. Το 1988, με τον Αθήνα 9.84, αρχίζει η ελεύθερη ραδιοφωνία και τηλεόραση. Σήμερα οι ραδιοφωνικοί και οι τηλεοπτικοί σταθμοί είναι πάρα πολλοί. Όμως, θα εστιάσω στην τηλεόραση γιατί η επίδραση της εικόνας στη συμπεριφορά μας είναι πολύ μεγαλύτερη.

Όλα σχεδόν τα κανάλια προβάλλουν σειρές και ταινίες. Οι περισσότερες από αυτές περιέχουν βία. Αυτή είναι η μία πλευρά του νομίσματος. Υπάρχει όμως και μια δεύτερη η οποία είναι, κατά τη γνώμη μου, πολύ πιο καθοριστική.



Το διαδίκτυο γνωστό και σαν Ιντερνέτ.

Face Book, Tic Toc, Instagram, και άλλα το 1980 ήταν «άγνωστες» λέξεις. Σήμερα αν δεν τις γνωρίζεις, είσαι «εκτός». Το διαδίκτυο επηρεάζει τη νεανική βία με δύο τρόπους: Σαν μίμηση και σαν επιβράβευση. Σαν μίμηση, ο ένας έφηβος παίρνει παραδείγματα από τον άλλον. Μάλιστα κακώς το περιορίζω στους εφήβους μιας και το 85% των παιδιών από 10 ετών και πάνω έχουν ένα κινητό καθώς και ένα τάμπλετ.

Όμως, εξίσου σημαντικός παράγοντας είναι και η επιβράβευση: Πλακώνει μια συμμορία ένα παιδί στο ξύλο και ένας το καταγράφει σε βίντεο. Στη συνέχεια το βίντεο προβάλλεται στο διαδίκτυο σαν «κατόρθωμα» και ακολουθεί η επιβράβευση με τη μορφή των likes. Όσο περισσότερα likes εισπράττει τόσο πιο «πετυχημένος» είσαι.

Η χρήση ουσιών

Γινότανε χρήση ουσιών το 1980. Γινότανε αλλά σε σύγκριση με σήμερα ήταν ελάχιστη. Περιοριζόταν στο κάπνισμα, το αλκοόλ και την κάνναβη, αλλά κι αυτή ήταν σπάνια. Σήμερα είναι ζήτημα αν θα βρεις ένα 10% των εφήβων γύρω στα 17 που δεν έχει δοκιμάσει κάποια ουσία. Κάποιοι δοκιμάζουν και πάνε παρακάτω. Κάποιοι άλλοι κολλάνε.

Η χρήση ουσιών στην εφηβεία περιλαμβάνει ένα αρκετά ευρύ φάσμα συμπεριφορών, σύμφωνα με τη Laurie Chassin. Οι έφηβοι διαφέρουν ως προς το τι πίνουν, τη συχνότητα και την ποσότητα, καθώς και ως προς τον βαθμό στον οποίο η χρήση ουσιών τους προκαλεί προβλήματα. Υπάρχουν επίσης διαφορετικά στά-

δια χρήσης ουσιών από τους εφήβους, ξεκινώντας από την έναρξη ή τον πειραματισμό, στα οποία εμπλέκεται το μεγαλύτερο ποσοστό.

Συνολικά, τα αγόρια χρησιμοποιούν περισσότερες ουσίες από τα κορίτσια, αν και οι διαφορές ποικίλλουν ανάλογα με την ουσία. Υπάρχουν κάποιες ενδείξεις ότι τα κορίτσια προχωρούν πιο γρήγορα στα στάδια της χρήσης.

Οι έφηβοι από οικογένειες με χαμηλή κοινωνικοοικονομική κατάσταση είναι πιο πιθανό να καπνίζουν τσιγάρα από άλλους έφηβους, αλλά δεν είναι πιο πιθανό να κάνουν χρήση αλκοόλ ή μαριχουάνας. Οι ερευνητές έχουν βρει κάποια στοιχεία ότι οι έφηβοι που ζουν σε συνθήκες φτώχειας ή ευμάρειας μπορεί να έχουν υψηλότερα ποσοστά χρήσης ουσιών από τους ενδιάμεσους.

Πιστεύω πως αυτοί οι τρεις (ΜΜΕ, Διαδίκτυο και Ουσίες) παράγοντες εξηγούν αυτό το φαινομενικά παράδοξο φαινόμενο.

Αποκατάσταση

Στο προηγούμενο τεύχος έγραψα για τις δραστηριότητες της (όπως την αποκάλεσα) Μαρίας σε σχέση με τα αδέρφια. Κάποιες όμως ανακρίβειες μπορεί να έδωσαν στον αναγνώστη λάθος εντύπωση για το άτομο αυτό. Έγραψα ότι επέστρεψε το 2005 με αφορμή το θάνατο του πατέρα της. Λάθος! Ο πατέρας της πέθανε το 2019. Η Μαρία επέστρεψε στην Ελλάδα και διεκδίκησε να παίξει έναν σοβαρό ρόλο στις οικογενειακές επιχειρήσεις, καταφέροντας με την γνώση και την εμπειρία της να τις αναλάβει. Δεν έχει κληρονομήσει μια πεντάροφη πολυκατοικία. Απλά μένει στον 5ο όροφο μιας πολυκατοικίας η οποία είναι ιδιοκτησία μιας εκ των εταιρειών της. Δεν πρόκειται για μια ανέμελη, αργόσχολη και πλούσια κληρονόμο αλλά για έναν άνθρωπο που βρίσκεται σ' έναν καθημερινό αγώνα.

COOLMATTER TECHS

Υποστήριξη Υπολογιστών

6931 251 421

ProgressNet®



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

www.progressnet.gr 211 18 28 724

Συνεδρίες μέσω Skype
Πληροφορίες
pinteris@hotmail.com
210 - 96 52 336

Eurovision και ...ουδετερότητα

Αφιερωμένο στον Βασίλη Λ.

Προχθές (Δευτέρα) έλαβα από τον φίλο μου και αναγνώστη της Εφημεριδούλας, Βασίλη, το παρακάτω μήνυμα: «Καλησπέρα Γιωργο . Μιας και είναι επίκαιρο θέμα λόγω Eurovision αν το βρίσκεις ενδιαφέρον γράψε κάποια πράγματα σε προσεχή εφημεριδούλα για το θέμα με τα προσδιοριζόμενα αφυλλάκια άτομα, το προμοταρισμα τους κλπ.».

Ομολογώ ότι δεν μου είχε καν περάσει απ' το μυαλό μια τέτοια ιδέα. Όταν έθεσα στον εαυτό μου το ερώτημα του Βασίλη, η πρώτη μου απάντηση ήταν «δεν καταλαβαίνω τίποτα» που την ακολούθησε ένα κενό σκέψης. Κουβέντιασα λοιπόν το θέμα με τη σύντροφό μου Ζωή. Έτσι, μέσα από τη συζήτηση που κάναμε ξεκαθάρισα τη σκέψη μου την οποία προτίθεμαι να μοιραστώ με τον Βασίλη και τους υπόλοιπους αναγνώστες.. Αλλά, ας τα πάρουμε από την αρχή:

Τον διαγωνισμό της Eurovision τον παρακολουθώ κάθε χρόνο και μόνον στην τελική φάση. Μέχρι εκείνη την ημέρα δεν έχω ιδέα τι παίζει εκτός από τις όποιες «αρπαχτές» αναφορές γίνονται στην Ελληνική συμμετοχή. Μπορεί, από ποιότητα μουσικής να μη λείει και πολλά και να είναι ρεσιτάλ κιτς, αλλά μας δίνει και μια ευκαιρία να διαπιστώσουμε τις εξελίξεις στην τεχνολογία του θεάματος. Όμως εκείνο που μ'



ενδιαφέρει πιο πολύ είναι η βαθμολογία.

Όταν ξεκίνησαν οι ανακοινώσεις της βαθμολογίας των επιτροπών από τους «ειδικούς» είχα ξεχωρίσει τα τραγούδια της Ουκρανίας, της

Ισπανίας, της Ιταλίας, της Γαλλίας και μερικά ακόμα. Όταν άκουσα να διαλέγουν την Ελβετία η έκπληξή μου ήταν μεγάλη διότι, όχι απλά δεν θυμόμουν το τραγούδι, δεν θυμόμουν ούτε καν την ύπαρξή τους! Από δω και μπρος τα λέω όπως τα βίωσα. Έβλεπα έναν νεαρό με μια ροζ φουσιτίτσα, κατασυγκινημένο να στέλνει φιλιάρικες ευχαριστίες στις επιτροπές και τους περιγυρούς. Μετά από αρκετή ώρα άρχισα να αντιλαμβάνομαι ότι ο νεαρός δεν ήταν ο Nemo, αλλά το Nemo, δηλαδή ένα πλάσμα ...ουδετέρου γένους. Γιατί «ουδετέρου» γένους; Δηλαδή τι θα βλέπαμε αν του βγάzaμε το βρακάκι του; Έλλειψη γεννητικών οργάνων ή συνύπαρξη πέους και αιδοίου; Τίποτα απ' αυτά φυσικά. Τότε από πού προκύπτει η ουδετερότητα; Απλά, έτσι γουστάρει το άτομο. Όμως δεν πα να λείει ό,τι θέλει. Ακόμα και «ελέφαντας» να δηλώνει, εγώ τα λέω όπως τα βλέπω και αυτό που βλέπω είναι ένας νεαρός με μια ροζ φουσιτίτσα.

Το ερώτημα είναι **τι μήνυμα επιθυμεί ναδώσει δηλώνοντας ουδετέρου γένους;** Δύο από τις εξηγήσεις που δίνει η σύντροφός μου Ζωή με καλύπτουν πλήρως: Να δηλώσει τη διαφορετικότητά του **μέσα από την άρνηση της διάκρισης των φύλων.** Κάτι ανάλογο είναι κι εκείνη η Conchita που εμφανίστηκε το Σάββατο με ένα σκιστό κόκκινο φόρεμα το οποίο από τη μια κάτω να προβάλλει το δεξί μπουτί και από την άλλη το μούσι. Συγγνώμη αλλά μου έρχεται αηδία.

Πριν πάμε στη δεύτερη εξήγηση που εξυπηρετεί η ...ουδετερότητα θέλω να υπενθυμίσω τους στόχους της εφηβείας. Οι στόχοι του έφηβου είναι τέσσερεις:

- 1. Να ξεχωρίσει:** Ν' αναπτύξει μια δική του προσωπικότητα, μια αίσθηση ταυτότητας και να διεκδικήσει την αυτονομία του.
- 2. Να ταιριάξει:** Να δημιουργήσει άνετους ανθρώπινους δεσμούς και να κερδίσει την αποδοχή των συνομήλικων του.
- 3. Να τον υπολογίζουν:** Ν' αναπτύξει ικανότητες και να πετύχει πράγματα ώστε να τον υπολογίζουν οι γύρω του.
- 4. Να δεσμεύεται:** Να δεσμεύεται σε συγκεκριμένους σκοπούς, δραστηριότητες και πιστεύω. Ο Nemo με την ουδετερότητα, η Conchita με τα μπουτία και το μούσι υπηρετούν ην κάλυψη αυτών των στόχων, αλλά αρνούμενοι ν' αναλάβουν ως ενήλικες τις ευθύνες των ρόλων του άντρα και της γυναίκας.

Όμως η ουδετερότητα έχει ένα ακόμα κέρδος: Αποφεύγουν να ενηλικιωθούν. Ο άνδρας είναι ένας ενήλικας. Η γυναίκα είναι μια ενήλικας. Το ουδέτερο είναι παιδί/έφηβος. Δεν είναι ενήλικας. Οι άνθρωποι αυτοί φοβούνται να ενηλικιωθούν. Αν ο Nemo και ένα ελάχιστο ποσοστό αυτών των «ουδετέρων» καταφέρουν να ξεχωρίσουν οι 99% αυτού του είδους είναι **πλάσματα ανίκανα να επιβιώσουν** που φοβούνται να ενηλικιωθούν και - όσο υπάρχουν άνθρωποι να τους στηρίζουν - έχουν την πολυτέλεια να παραμένουν «παιδιά».

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

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

Γιώργος Πιντέρης, Ph.D

Ψυχολόγος

ΔΕΚΑ ΕΙΔΗ ΑΓΧΟΥΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΝΤΙΔΟΤΑ ΤΟΥΣ

2η ΕΚΔΟΣΗ



Οι περισσότεροι άνθρωποι καθημερινά έχουμε άγχος. Δεν έχουμε όμως ούτε το χρόνο ούτε το χρήμα ν' αναζητήσουμε επαγγελματική βοήθεια. Το βιβλίο αυτό προτείνει εφαρμόσιμα αντίδοτα.

<https://www.iwrite.gr/bookstore/vivlio-aghos-deka-eidi-agxous-kai-ta-antidota-tous-ekdoseis-iwrite/>

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

ΤΟ ΚΑΝΑΛΙ ΜΟΥ
ΣΤΟ YouTube:

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

Αυτοάμυνα για δειλούς.

Κάποια μέρα, είδα σ' ένα βιβλιοπωλείο ένα μικρό χαριτωμένο βιβλιάρaki με σκίτσα, το οποίο είχε τίτλο «Αυτοάμυνα για δειλούς». Παρόλο που από τότε έχουν περάσει πολλά χρόνια, το

με κάποιον που... κάποτε τον κοίταξε. Η πρόθεσή του είναι να σου ρίξει μια μπουνιά στη μύτη. Αν κάνεις τη βλακεία να του πεις «φίλε μου, κάποια παρεξήγηση έγινε», θα τη φας τη μπουνιά επί τόπου. Αν σε ξαπλώσει, όσο είσαι ξαπλωμένος, μετανιώνεις που δεν ανταπέδωσες το χτύπημα. Δεν θυμάσαι που στο γυμνάσιο έκανες



βιβλιάρaki αυτό δεν το ξέχασα ποτέ. Όταν λοιπόν το βρήκα στο YouTube ενθουσιάστηκα. Στο YouTube ο τίτλος είναι **Self Defence for Cowards**. (<https://www.youtube.com/watch?v=dmYim499bDY&t=25s>).

Όμως, χρειάζεται να ξέρεις πολύ καλά αγγλικά για να καταλάβεις τα σχόλια. Έτσι, αποφάσισα να μεταφράσω τα σχόλια στα ελληνικά, ώστε αν κανείς αποφασίσει να το δει, να πιάσει ολόκληρο το χιούμορ. Όμως, ακόμα κι αν δεν δει το βλεπτο φιλμάκι στο YouTube, εγώ που το μετέφρασα πιστεύω ότι το κείμενο από μόνο του έχει μπόλικο Εγγλέζικο χιούμορ.

Το έργο πνευματικά ανήκει στον Micah Hambrick. Τα σκίτσα είναι του Chris Fenkyns ή Jenkyns. Σίγουρα υπήρξαν κι άλλοι συντελεστές. Για να μη σε κουράσω απλά μεταφράζω το κείμενο. Η μετάφραση δεν είναι κατά λέξη. Περιέχει την ουσία. Στις παρενθέσεις προσθέτω και τις δικές μου σκέψεις.

« Η αποψινή μας διάλεξη είναι πάνω στην αυτοάμυνα για δειλούς. (Δηλαδή, για τους ανθρώπους που όταν φοβηθούν, δεν μπορούν να λειτουργήσουν). Πρόσφατα έχουν αυξηθεί τα έξοδα που δημιουργούνται από γρονθοκοπήματα σε τόπους κοινωνικής συνάντησης όπως είναι τα μπαρ. Και αυτές οι ...μελανιασμένες συγκρούσεις αποδεικνύονται πολύ διασπαστικές σε πολλούς από τους αξιόλογους διανοούμενούς μας.

Όμως, μπορεί να θρεθείς κι εσύ σε μια τέτοια κατάσταση. Είσαι σ' ένα μπαρ και δίπλα σου κάθεται ένας τεράστιος σε μέγεθος άντρας. Γυρίζει και σε κοιτάζει έντονα. Τον κοιτάζεις κι εσύ. Το βλέμμα του είναι αγριεμένο. Ξαφνικά σου φαίνεται 3 φορές πιο μεγαλόσωμος. Μόλις τον κοιτάς σου χώνει δυο σπρωξιές και σε προκαλεί να βγει έξω απ' το μπαρ για να ...καθαρίσετε (μάλλον για να σε καθαρίσει). Τον ενόχλησε που τον κοίταξες ή που μοιάζεις

πυγμαχία; Βέβαια, πάντοτε έχανες, αλλά αυτό δεν έχει σημασία. Όχι. Η μόνη αυτοπροστασία είναι η μέθοδος που τώρα προτείνουμε. Η μέθοδος μας αποφεύγει όλα τα χτυπήματα:

Η πρώτη τεχνική είναι το κρέμασμα. Την ώρα που ο άλλος σ' έχει αρπάζει απ' το γιακά και ετοιμάζεται να σου ρίξει τη μπουνιά, γίνεσαι ένα άδειο σακί. Το ένα χέρι του θα σε κρατάει να μην σκάσεις στο πάτωμα και η γροθιά θα μείνει μετέωρη. (Μ' άλλα λόγια, μη φοβηθείς να τα κάνεις πάνω σου. Θα φύγει από τη βρώμα). Είναι εντελώς αδύνατο να χτυπήσεις έναν άνθρωπο που δεν μπορεί να σταθεί στα πόδια του. Βέβαια, σ' αυτή την τεχνική το κρίσιμο στοιχείο είναι ο συγχρονισμός.

Η δεύτερη τεχνική είναι η ψυχαναλυτική αντίδραση. Έρχεται ο άλλος έξαλλος κατά πάνω σου με άγριες διαθέσεις. Το πρώτο που χρειάζεσαι είναι μια φράση που έχεις απομνημονεύσει και να την έχεις πρόχειρη: «Γιατί δεν μου λες τι πραγματικά σ' ενοχλεί»; Ο άνθρωπος μαλακώνει αλλά εσύ συνεχίζεις. «Η δουλειά μου είναι να βοηθάω ανθρώπους σαν κι εσένα». Τον ξαπλώνεις στο ντιβάνι κι αφού απορροφηθεί να σου λέει τον πόνο της ζωής του, την κάνεις μ' ελαφρά πηδηματάκια.

Η τρίτη μέθοδος είναι το νευρικό γέλιο. Ο άλλος σου κάνει το μάγκα και προσπαθεί να σ' εκφοβίσει. Τον κοιτάζεις και προσποιείσαι ότι προσπαθείς να συγκρατήσεις τα γέλια σου. Κάποια στιγμή δεν αντέχεις κι αρχίζεις να γελάς υστερικά. Ο άλλος μένει σα στήλη άλατος, αλλά εσύ συνεχίζεις. Δεν μπορείς να σταθείς από τα γέλια και πέφτεις στην αγκαλιά του.

Η τέταρτη μέθοδος είναι η αβάσταχτη δυσσοσμία. Η μέθοδος ενδείκνυται όταν γνωρίζεις εκ των προτέρων ότι πρόκειται να έχεις μια σωματική αντιπαράθεση. Φροντίζεις να έχεις φάει μπόλικη σκορδαλιά. Ο άλλος κολλάει τη μούρη του πάνω για να σ' εκφοβίσει. Το μόνο που

έχεις να κάνεις είναι να εκπνεύσεις δυνατά στη μούρη του.

Η πέμπτη μέθοδος είναι η στριγγλιά. Εδώ εκμεταλλεύεσαι το στοιχείο του αιφνιδιασμού. Με το που πάει ο άλλος ν' απλώσει χέρι πάνω σου, βγάζεις μια απελτισμένη κραυγή που σπάει ποτήρια και τζάμια. Την ώρα εκείνη απόφυγε να κάνεις άλλους ήχους, κυρίως από τα έντερα σου, διότι μπορεί να έχεις διαφορετικά αποτελέσματα. Βέβαια ο συνδυασμός της στριγγλιάς με τη στοματική δυσσοσμία, αυξάνουν την αποτελεσματικότητα.

Η έκτη μέθοδος είναι ο ελαφρύς αυτοτραυματισμός. Όταν διαπιστώνεις ότι ο άλλος έχει πρόθεση να σε τραυματίσει κάνεις ένα λάθος και αυτοτραυματίζεσαι. Για παράδειγμα, πατάς «κατά λάθος» με το ένα πόδι, το άλλο σου πόδι κι αρχίζεις να χοροπηδάς από τον πόνο. Ο άλλος σε κοιτάζει σα χαζός. Άσε που αν μαζευτούν οι περαστικοί θα νομίζουν ότι αυτός σε τραυματίσε...

Η έβδομη μέθοδος είναι η λιγοθυμία. Πολύ αποτελεσματική σε πολλές καταστάσεις. Όταν δεις ότι έρχεται το κακό πέφτεις ανάσκελα. Κανένας δεν χτυπάει έναν λιγοθυμισμένο άνθρωπο. Άσε που θα τα χάσει και θ' αναρωτιέται τι έπαθες. Βέβαια, η μέθοδος απαιτεί να γνωρίζεις πώς να πέφτεις, αλλιώς η ζημιά από την πτώση μπορεί να είναι χειρότερη από τη γροθιά από την οποία γλίτωσες. Η τεχνική είναι ως εξής:

Στάση 1: Στέκεσαι όρθιος και απλώνεις τα δύο χέρια σου μπροστά σαν υπνοβάτης.

Στάση 2: Σηκώνεις το ένα πόδι ενώ λυγίζεις το δεύτερο. Όταν φτάσεις πολύ κοντά στο πάτωμα, κωλοκάθισε και την ίδια στιγμή χτύπα με τα χέρια το πάτωμα ώστε να δημιουργήσεις κι ένα ρεαλιστικό ηχητικό εφέ.

Η όγδοη μέθοδος είναι να έχεις έναν πολύ δυνατό φίλο. Κάτι σαν έναν τρίφυλλο ένα μπουλντόκ ή ένα λιοντάρι. Όποιος τολμήσει να σου την πέσει, έχει να κάνει με το ...φίλο σου. Αυτή η τακτική είναι πολύ αποτελεσματική για όσους έχουν το σωστό είδος φίλων.

Άλλη μια μέθοδος είναι το σοκάρισμα. Ο άλλος είναι έτοιμος να παίξετε ξύλο. Βγάζεις το ρολόι σου. Βγάζεις το πουκάμισο. Βγάζεις τη φανέλα. Βγάζεις τα παπούτσια, βγάζεις τις κάλτσες. Βγάζεις το παντελόνι. Ο άλλος που ετοιμαζότανε για μάχη σε κοιτάζει σα χαζός. Την ώρα εκείνη βγάζεις και το βρακί σου. Το βάζει στα πόδια!

Από δω και μπρος θα έχετε αντιληφθεί τις πλούσιες πιθανότητες να μπορείτε ν' αντιμετωπίσετε κάθε εχθρική κατάσταση. Όμως, είναι καλύτερα να θυμάστε ότι οι ενέργειες που μέχρι τώρα περιγράψαμε, είναι εφαρμόσιμες μόνον για αυτοάμυνα...

<https://www.youtube.com/watch?v=dmYim499bDY&t=25s>

Συνεδρίες μέσω Skype

Πληροφορίες

pinteris@hotmail.com

210 - 96 52 336

COOLMATTER TECHS

Υποστήριξη Υπολογιστών

6931 251 421

Νεανική Παραβατικότητα

Εντυπωσιακό. Σύμφωνα με την ΕΛ.ΑΣ. η νεανική παραβατικότητα έχει αυξηθεί κατά 30% τον τελευταίο χρόνο!

Προ ημερών άκουσα από το ραδιοφωνικό σταθμό SKAI μια συνέντευξη που έδωσε ο υπουργός Προστασίας του Πολίτη Μιχάλης Χρυσοχϊδης στους δημοσιογράφους Βασίλη Χιώτη και Νότη Παπαδόπουλο. Ανάμεσα στα θέματα τα οποία συζητήσαν ήταν και η νεανική βία. Όταν του ζητήθηκε να πάρει θέση στο θέμα, από τη μια καταδίκασε τη νεανική παραβατικότητα κι από την άλλη δεν είχε να προτείνει τίποτε συγκεκριμένο για την αντιμετώπιση του φαινομένου. Απλά περιορίστηκε να πει ότι «είναι πολύ σκληρό να βάλεις ένα παιδί 15 χρόνων στη φυλακή».



Βγαίνει δηλαδή μια συμμορία 15άρηδων και ληστεύουν έναν έφηβο ή τον πλακώνουν στο ξύλο, καταλήγει στο νοσοκομείο με κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις και – εκτός από το να πάει φυλακή – η μόνη εναλλακτική σύμφωνα με τον υπουργό, είναι του γίνουσαν συστάσεις και να πάει σπίτι του. Μ' άλλα λόγια να μην αντιμετωπίσει καθόλου τις συνέπειες των πράξεών του. Όμως, εκτός από τη μέριμνα για την ψυχική υγεία του παραβάτη (η οποία είναι συνήθως χαλασμένη) υπάρχει και το σημαντικό ζήτημα της προστασίας της κοινωνίας από την παραβατική συμπεριφορά. Τα περισσότερα από αυτά τα άτομα κουβαλάν μαχαίρια, κατσαβίδια, σιδερογοροθιές και ό,τι άλλο φανταστείς. Πώς προστατεύει η κοινωνία τον νομοταγή έφηβο που βγαίνει για βόλτα με την παρέα του και καταλήγει στο νοσοκομείο; Και τι συνέπειες αντιμετωπίζουν αυτοί που τον έστειλαν εκεί; Μπορεί οι φυλακές να μην είναι η κατάλληλη λύση. Όμως, εκτός από τη φυλακή ή τις συστάσεις χωρίς καμία άλλη συνέπεια, υπάρχουν μέτρα όπως, η οικονομική αποκατάσταση της ζημιάς από την οικογένειά τους, κι αν αυτό δεν είναι εφικτό, η υποχρεωτική κοινωνική εργασία, ή το αναμορφωτήριο. Βέβαια, από τα 15 και πέρα, αν το άτομο δεν έχει εσωτερικεύσει ένα σύστημα αξιών το οποίο να υπολογίζει την κοινωνία, από το αναμορφωτήριο δεν έχει ν' αποκομίσει τίποτα. Σ' αυτή την περίπτωση το κέρδος είναι μόνο η προστασία της κοινωνίας για όσο διάστημα θα είναι κλεισμένος μέσα.

Κατά την γνώμη μου, οι ποινές για τη νεανική παραβατικότητα πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τους, τουλάχιστον δύο παραμέτρους: Την ηλικία του παραβάτη και το μέγεθος της παράβασης. Τις παραβάσεις μπορούμε να τις κατατάξουμε σε μικρές, μεσαίες και μεγάλες.

Για παράδειγμα, μικρές παραβάσεις είναι να σπάσει θρανία, τζάμια και υπολογιστές ή να γράψει συνθήματα στους τοίχους του σχολείου. Σημειωτέον ότι μιλάμε για σχολείο και όχι για Πανεπιστήμιο διότι, όπως είπαμε, μια πα-

ράμετρος είναι και η ηλικία. Οι καταλήψεις στα σχολεία γίνονται συνήθως από παιδιά 12 έως 17 ετών. Οι καταλήψεις στα Πανεπιστήμια γίνονται από νέους 18 ετών και άνω, δηλαδή ενήλικες. Εδώ δεν μιλάμε για αναμορφωτήρια, αλλά για φυλακές.

Μεσαίες παραβάσεις θεωρώ τις ληστείες κινητών και χρημάτων από ανηλικούς και ομαδικούς ξυλοδαρμούς με ελαφρές σωματικές βλάβες όπως μώλωπες ή κανένα κάταγμα.

Μεγάλες παραβάσεις είναι εκείνες στην οποίες έγινε χρήση κάποιου όπλου όπως μαχαίρι, κατσαβίδι σιδερογοροθιές και τα τοιαύτα. Δεν συμπεριλαμβάνω πυροβόλα όπλα γιατί σπάνια (έως ποτέ) δεν ακούγονται τέτοια περιστατικά στη χώρα μας. Όταν πρόκειται για τις ΗΠΑ, εκεί είναι «άλλου παππά Ευαγγέλιο». Οι Ηνωμένες Πολιτείες έχουν υψηλότερο ποσοστό θανάτων από πυροβόλα όπλα μεταξύ των παιδιών και των νέων από τα ποσοστά των επόμενων 25 βιομηχανικών χωρών μαζί.

Πριν πάμε στις ποινές για κάθε κατηγορία, χρειάζεται να γνωρίζουμε την έννοια κρίσιμη περίοδος. Είναι η περίοδος για ν' αναπτύξουμε κάποιες εγκεφαλικές λειτουργίες, τις οποίες – αν δεν αναπτύξουμε τότε – δεν θα τις αναπτύξουμε ποτέ. Για παράδειγμα, οι περισσότεροι γλωσσολόγοι συμφωνούν ότι αν δεν μάθεις να μιλάς από τα 2 μέχρι τα 13, μετά είναι σχεδόν αδύνατο ν' αποκτήσεις αυτή την ικανότητα. (E. Lenneberg, R. Mayberry, D. Birdsong και άλλοι).

Αν ο έφηβος έχει ξεπεράσει την κρίσιμη περίοδο για την αφομοίωση ενός συστήματος αξιών Συμβατικής Ηθικής (L. Kohlberg) το αναμορφωτήριο δεν έχει να του προσφέρει καμία αναμόρφωση. Συμβατική Ηθική είναι η ηθική στην οποία ο έφηβος, όταν ενεργεί λαμβάνει υπόψη του την κοινωνία. Η έμφαση είναι στη διατήρηση του νόμου και της τάξης ακολουθώντας τους κανόνες, κάνοντας το καθήκον του και σεβόμενος την εξουσία. Η κρίσιμη περίοδος για την αφομοίωση μιας τέτοιας ηθικής είναι ανάμεσα στα 12 και τα 15. Από εκεί και πέρα ισχύει ο κανόνας «τον αράπη κι αν τον πλένεις το σαπούνι σου χαλάς». Αυτό σημαίνει πως το αναμορφωτήριο από τα 15 και πέρα έχει πια χρησιμότητα μόνον για την προστασία της κοινωνίας.

Η άποψή μου είναι για τις μικρές παραβάσεις, η ποινή να είναι η χρηματική αποκατάσταση στις ζημιές που έγιναν από την οικογένεια. Στην περίπτωση που κάτι τέτοιο είναι ανέφικτο η ποινή να είναι η υποχρεωτική κοινωνική εργασία για ένα διάστημα ανάλογο με το αδίκημα που έχει διαπράξει, όπως σε κάποια υπηρεσία του Δήμου, σε κάποιο νοσοκομείο ή σε κάτι ανάλογο. Στις μεσαίες παραβάσεις η τιμωρία να είναι πάλι η υποχρεωτική κοινωνική εργασία, αλλά για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Στις μεγάλες παραβάσεις το μόνο που περνάει απ' το νου μου είναι το αναμορφωτήριο. Όχι διότι ελπίζουμε να γίνει κάποια ...αναμόρφωση, αλλά για προστασία της κοινωνίας.

«Καλό» το κλίμα, αλλά με τι κόστος;

Δεδομένο: Εδώ και μήνες ο Κ. Μητσοτάκης γνώριζε ότι τη Δευτέρα 13 Μαΐου θα βρεθούν με τον Ερντογάν στην Τουρκία. Εννοείται ότι και οι

Τούρκοι γνώριζαν ότι περιμένουν το Μητσοτάκη. Κι ενώ και οι δύο πλευρές γνώριζαν αυτή την επικείμενη συνάντηση μέσα στις τελευταίες τρεις εβδομάδες οι Τούρκοι έκαναν τα εξής:

Ανακοινώνουμε τη δημιουργία δύο θαλάσσιων πάρκων, ένα στο Αιγαίο κι ένα στο Ιόνιο και πριν περάσουν 24 ώρες πετιούνται οι Τούρκοι και ούτε λίγο ούτε πολύ μας λένε «πήρατε την άδειά μας»; Λες και είναι οι διευθυντές του Αιγαίου.



Λίγες μέρες μετά ανακοινώνουν ότι αυτό το ...φρούτο της «Γαλάζιας πατρίδας» που τους προέκυψε πρόσφατα θα γίνει μέρος του μαθήματος ιστορίας στα σχολεία τους. Δηλαδή στο μέλλον θα μας προκύψουν Τούρκοι που θα πιστεύουν ότι τα νησιά του Αιγαίου είναι δικά του και τους τα ...κλέψαμε.

Λίγες μέρες μετά ανακοινώνουν ότι στην εκκλησία της Χώρας που είναι παγκόσμια κληρονομιά της UNESCO σκέπασαν τα ψηφιδωτά με κουρελούδες και την μετέτρεψαν σε τζαμί.

Ανακοίνωσαν μια NAFTEX για στρατιωτικές ασκήσεις στο Αιγαίο κάτω από τη μύτη μας. Τους μουσουλμάνους [της Θράκης ο Ερντογάν τους αποκαλεί (μπροστά στο Μητσοτάκη) Τούρκους.

Και, μετά απ' όλα αυτά, λίγες μέρες πριν την άφιξη του Μητσοτάκη μιλούσε για την ανάγκη να διατηρηθεί το καλό κλίμα που υπάρχει ανάμεσα στις δύο χώρες και ότι δεν υπάρχει κανένα θέμα που δεν μπορεί να λυθεί ...ειρηνικά.

Είναι σα να μας λέει με δυο λόγια «αν θέλετε να τα πηγαίνουμε καλά αποδεχθείτε τις αυθαιρεσίες μου και μη διαμαρτύρεστε». Δηλαδή μας κάνουν χάρη τα πηγαίνουμε καλά. Και ποιο είναι αυτό το «καλά»; Το ότι σταμάτησαν τον τελευταίο χρόνο να μας παραβιάζουν τον εναέριο χώρο; Γιατί, τα οικονομικά τους, τους επέτρεπαν να συνεχίσουν αυτό το βιοζή; Με τον πληθωρισμό που τους δέρνει δεν έχουν περιθώρια για τέτοια έξοδα. Για να μη φανεί όμως κάτι τέτοιο, εκμεταλλεύτηκαν το σεισμό και μας σερβίρισαν τη διακοπή των παραβιάσεων σαν αναγνώριση για τη συμπαράστασή μας στο σεισμό.

