

ανάμεσα σε ηλίθιους



Οι 4 Τύποι Ανθρώπινς Συμπεριφοράς
και πώς να επικοινωνείτε αποτελεσματικά με καθέναν
από αυτούς στην εργασία και στην προσωπική ζωή



thomas erikson

Μετάφραση: Χριστιάννα Σακελλαροπούλου

διόπτρα

Τίτλος πρωτοτύπου

SURROUNDED BY IDIOTS

REVISED AND EXPANDED EDITION

Thomas Erikson

Original edition copyright © 2014 by Thomas Erikson

Revised and Expanded edition copyright © 2024 by Thomas Erikson

Published by arrangement with Creative Artists Agency

© Για την ελληνική γλώσσα σε όλο τον κόσμο: Εκδόσεις Διόπτρα, 2020, 2026

Εκδίδεται κατόπιν συμφωνίας με τους Creative Artists Agency

Πρώτη ελληνική έκδοση: **Μάιος 2020**

Νέα έκδοση, αναθεωρημένη και συμπληρωμένη: **Σεπτέμβριος 2026**

Μετάφραση της αρχικής έκδοσης

Ανδριάνα Σακκά

Μετάφραση της αναθεωρημένης και συμπληρωμένης έκδοσης

Χριστιάννα Σακελλαροπούλου

Επιμέλεια κειμένου

Μαρία Μπανούση

Προσαρμογή εξωφύλλου

Γιώργος Παναρετάκης

Σελιδοποίηση

Έρση Σωτηρίου

Κεντρικά γραφεία

Αγ. Παρασκευής 40, 121 32 Περιστέρι

Τηλ.: 210 380 52 28, Fax: 210 330 04 39

Βιβλιοπωλείο Books & Life

Σόλωνος 93-95, 106 78 Αθήνα

Τηλ.: 210 330 07 74

www.dioptra.gr • info@dioptra.gr

Απαγορεύεται η αναπαραγωγή ή ανατύπωση μέρους ή του συνόλου του βιβλίου σε οποιαδήποτε μορφή, χωρίς τη γραπτή άδεια του εκδότη. Απαγορεύεται η χρήση ή η αναπαραγωγή με οποιονδήποτε τρόπο μέρους ή όλου του βιβλίου για την εκπαίδευση τεχνολογιών ή συστημάτων τεχνητής νοημοσύνης. Τα δικαιώματα επί του παρόντος έργου διατηρούνται ρητά όσον αφορά την εξόρυξη κειμένων και δεδομένων (Άρθρο 4§3) Οδηγία (ΕΕ) 2019/790.

ISBN: 978-618-10-0389-4

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ	9
ΠΡΟΛΟΓΟΣ. Ο κίνδυνος να είμαστε <i>Ανάμεσα σε ηλίθιους</i>	11
1. Η επικοινωνία και γιατί είναι τόσο σημαντική	23
2. Πώς προέκυψαν οι συμπεριφορές μας	33
3. Τι είναι στ' αλήθεια τα Τέσσερα Χρώματα;	41
4. Κόκκινη συμπεριφορά	62
5. Κίτρινη συμπεριφορά	79
6. Πράσινη συμπεριφορά	92
7. Μπλε συμπεριφορά	107
8. Ποιοι τα πάνε καλά με ποιους και γιατί	125
9. Η άλλη πλευρά του νομίσματος	134
10. Πώς γίνονται αντιληπτοί οι Κόκκινοι	142
11. Πώς γίνονται αντιληπτοί οι Κίτρινοι	157
12. Πώς γίνονται αντιληπτοί οι Πράσινοι	168
13. Πώς γίνονται αντιληπτοί οι Μπλε	186
14. Τι τους κάνει πραγματικά έξαλλους;	197
15. Η γλώσσα του σώματος και τα κρυφά της σήματα	212
16. Προσαρμογή - Πώς να αντιμετωπίζετε όλους τους άλλους	231
17. Προσαρμογή στην Κόκκινη συμπεριφορά	242
18. Προσαρμογή στην Κίτρινη συμπεριφορά	259
19. Προσαρμογή στην Πράσινη συμπεριφορά	277

20. Προσαρμογή στην Μπλε συμπεριφορά.....	290
21. Παράγοντες άγχους και κλέφτες της ενέργειας.....	310
22. Οι πιο συνηθισμένοι συνδυασμοί	327
23. Τι δεν μπορούν να αποκαλύψουν τα χρώματα.....	357
24. Συνδυάζοντας χρώματα και κινητήριες δυνάμεις	392
25. Η Βίβλος των σχέσεων - σε μινιατούρα	411
26. Ένα απλό μη-επιστημονικό τεστ.....	419
27. Μία σύντομη ιστορική αναδρομή.....	427
28. Τα χρώματα σε ένα ελαφρώς ευρύτερο πλαίσιο	436
29. Ένα τελευταίο παράδειγμα από την πραγματικότητα....	464
Παράρτημα.....	473

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Προς τους φανταστικούς μου Έλληνες αναγνώστες

Όταν έγραψα για πρώτη φορά το *Ανάμεσα σε ηλίθιους*, δεν μου πέρασε από το μυαλό ότι το βιβλίο θα ταξίδευε τόσο μακριά από τη Σουηδία. Και σίγουρα ποτέ δεν φαντάστηκα ότι θα έβρισκε τόσο παθιασμένο και πιστό κοινό στην Ελλάδα.

Το οποίο, αν το καλοσκεφτείτε, βγάζει απόλυτο νόημα.

Πολύ λίγοι πολιτισμοί κατανοούν την ανθρώπινη συμπεριφορά καλύτερα από τους Έλληνες. Εσείς εφηύρατε τη φιλοσοφία, τη δημοκρατία, τις δραματικές οικογενειακές συζητήσεις και πιθανώς το πρώτο αληθινά προηγμένο σύστημα στον κόσμο για να εκφράσετε δυνατά τα συναισθήματά σας σε ένα τραπέζι. Με άλλα λόγια: εσείς ήδη γνωρίζατε πολύ πριν από εμένα ότι οι άνθρωποι είναι περίπλοκοι.

Ένας από τους λόγους που πιστεύω ότι το *Ανάμεσα σε ηλίθιους* έχει τόση απήχηση σε πάρα πολλούς αναγνώστες σε όλο τον κόσμο είναι ότι ανεξάρτητα από το πού ζούμε, όλοι παλεύουμε με παρεξηγήσεις. Στη δουλειά. Στο σπίτι. Στις φιλίες. Στην κίνηση. (Ουφ!) Στο διαδίκτυο. Τα ανθρώπινα όντα είναι υπέροχα, έξυπνα πλάσματα, κι όμως συνεχώς παρερμηνεύουμε ο ένας τον άλλο. Μπορεί να αποδειχθεί καταστροφικό.

Αυτή η αναθεωρημένη και διευρυμένη έκδοση μου έδωσε την ευκαιρία να αναπτύξω περαιτέρω πολλές από τις ιδέες μου,

να προσθέσω νέο υλικό και να διευκρινίσω ορισμένες από τις έννοιες που έχουν απασχολήσει τους αναγνώστες όλα αυτά τα χρόνια. Η ελπίδα μου παραμένει η ίδια, όπως όταν έγραφα το αρχικό χειρόγραφο: να μη βάλω τους ανθρώπους σε κουτάκια, αλλά να βοηθήσω να καταλάβουμε γιατί τόσο συχνά καταλήγουμε σε σύγκρουση με άτομα που απλώς βλέπουν τον κόσμο διαφορετικά.

Και ίσως, αφού διαβάσετε αυτή την έκδοση, η ζωή να γίνει λίγο πιο εύκολη. Ή τουλάχιστον θα καταλάβετε καλύτερα γιατί ο θείος σας τσακώνεται στα οικογενειακά δείπνα.

Σας ευχαριστώ, υπέροχοι Έλληνες αναγνώστες μου, για την απίστευτη υποστήριξη που δείξατε στο έργο μου. Σημαίνει περισσότερα από όσα νομίζετε.

Να είστε προσεκτικοί εκεί έξω!

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Ο κίνδυνος να είμαστε *Ανάμεσα σε ηλίθιους*

ΠΩΣ ΑΡΧΙΣΑΝ ΟΛΑ

Αναγνώστες μου, σας προειδοποιώ:

Δεδομένου ότι οι απόψεις των αναγνωστών μου επί παντός του επιστητού είναι τόσο σημαντικές για μένα -αφού χωρίς εσάς, αγαπητοί αναγνώστες, δεν θα είχα καταφέρει τίποτα-, θέλω να εξηγήσω πριν καν αρχίσει το βιβλίο τι ακριβώς κρατάτε στα χέρια σας.

Πρόκειται για μία διευρυμένη, επετειακή έκδοση του *Ανάμεσα σε Ηλίθιους*. Πρακτικά, αυτό σημαίνει ότι πολλά κομμάτια του είναι αναθεωρημένα και ενημερωμένα από την πρωτότυπη έκδοση του βιβλίου. Ο χρόνος τρέχει, ο κόσμος αλλάζει και ως συγγραφέας έχω χρέος να συμβαδίζω μαζί του. Το συγκεκριμένο βιβλίο είναι αρκετά διαφορετικό από το αρχικό, με την έννοια ότι περιέχει τις απαντήσεις στην πλειοψηφία των ερωτήσεων που μου έκαναν οι άνθρωποι αφού διάβασαν το πρώτο. Είναι ένα διευρυμένο, ριζικά αναθεωρημένο βιβλίο, το οποίο απευθύνεται ειδικά στους αναγνώστες που επιθυμούν να βελτιώσουν τη σχέση τους με τους ανθρώπους που τους περιστοιχίζουν. Πρόσθεσα έναν αριθμό από νέα κεφάλαια που δεν εντάχτηκαν στην αρχική έκδοση λόγω έκτασης. Επίσης, επανεξέτασα και αναθεώρησα πολλά άλλα τμήματα του βιβλίου, αν και κάποια παραμένουν κατά κύριο λόγο ανέπαφα. Η γλώσσα εκσυγχρονίστηκε και

αποσαφηνίστηκε, αλλά στην πραγματικότητα αυτό θα έπρεπε να εκληφθεί σαν βελτίωση καλλωπιστικών στοιχείων.

Κοντολογίς, είναι απλώς ένα πιο ολοκληρωμένο και -θεωρώ- καλύτερο βιβλίο.

Αλλά είναι επίσης σημαντικό να σημειώσετε τι δεν είναι: Δεν είναι ένα καινούργιο βιβλίο.

Σωστά, αυτό δεν ισχύει επ' ουδενί. Αν έχετε διαβάσει την αρχική έκδοση του *Ανάμεσα σε ηλίθιους*, τότε ίσως δεν χρειάζεται να αγοράσετε και αυτό το βιβλίο.

Και οι δύο εκδόσεις πραγματεύονται ουσιαστικά το ίδιο θέμα: πώς μία βαθύτερη κατανόηση των τεσσάρων χρωμάτων -αυτού που είναι γνωστό ως το μοντέλο DISC- μπορεί πραγματικά να κάνει τη ζωή σας πιο εύκολη με τους πιο απίστευτους τρόπους.

Αν δεν είναι αυτό που θέλετε, είναι σίγουρα η κατάλληλη στιγμή να ελέγξετε αν φυλάξατε την απόδειξη για να το επιστρέψετε στο βιβλιοπωλείο για αλλαγή.

Η πρωτότυπη έκδοση του *Ανάμεσα σε ηλίθιους* στα σουηδικά έχει μεταφραστεί σε περισσότερες γλώσσες απ' οποιοδήποτε άλλο σουηδικό βιβλίο από τότε που έγραφε ακόμα η αείμνηστη, αξεπέραστη Άστριντ Λίντγκρεν [Η συγγραφέας και σεναριογράφος παιδικής -και όχι μόνο- λογοτεχνίας (1907-2002) έχει μεταφραστεί σε 85 γλώσσες. Το γνωστότερο έργο της είναι η σειρά *Πίπη φακιδομύτη*]. Μπορεί να απέχει παρυσάγγες από την ιστορία της Πίπης φακιδομύτης, αλλά έφτασε σε κάθε γωνιά του πλανήτη μεταφρασμένο σε πάνω από εβδομήντα γλώσσες.

Είναι μία ολότελα σουρεαλιστική εμπειρία και ως συγγραφέας νιώθω πολύ μικρός, αλλά το περιεχόμενο του βιβλίου αγγίζει προφανώς ανθρώπους παντού στον πλανήτη. Είναι σαφές ότι υπάρχουν πολλοί άνθρωποι εκεί έξω που νιώθουν ότι περιστοιχίζονται από ηλίθιους.

Προσωπικά, μου φαίνεται εντελώς ατυχές το γεγονός ότι,

παρά την πληθώρα εργαλείων που έχουμε σήμερα στη διάθεσή μας, εξακολουθούμε να αγωνιζόμαστε για να συνεννοηθούμε μεταξύ μας και να επικοινωνήσουμε ουσιαστικά.

Πιστεύω ακράδαντα ότι ο κόσμος θα ήταν ένας πολύ ωραιότερος τόπος, αν οι άνθρωποι κατανοούσαν καλύτερα τις διαφορές που υπάρχουν μεταξύ τους. Μπορεί να μιλά ο ρομαντικός που κρύβω μέσα μου, αλλά το εννοώ πραγματικά: πολλές από τις διαμάχες που εκτυλίσσονται στην επιφάνεια αυτού του πλανήτη αποδίδονται σε παρεξηγήσεις και αδιαφορία.

Από μια παγκόσμια οπτική γωνία, είναι δύσκολο για οποιοδήποτε μεμονωμένο άτομο να κάνει κάτι γι' αυτό, αλλά εδώ έρχεται η παλιά ρήση: Κανείς δεν μπορεί να κάνει τα πάντα, αλλά όλοι μπορούν να κάνουν κάτι.

Αν μπορώ να απλοποιήσω την επικοινωνία μεταξύ ανθρώπων στην καθημερινότητά τους και να διευκολύνω κάπως τη ζωή τους, τότε θα το κάνω με μεγάλη χαρά. Πιστεύω ότι τώρα είναι σημαντικότερο από ποτέ, όταν κάτι πηγαίνει στραβά, να σταθούμε και να θέσουμε ερωτήματα αντί να αρχίσουμε να εκτοξεύουμε κατηγορίες οι μεν ενάντια στους δε, δεξιοί, αριστεροί και κεντρώοι. Και βέβαια ότι είναι ηλίθιοι, μεταξύ άλλων.

Τούτου λεχθέντος, θέλω να αναφέρω τον λόγο που αποφάσισα να γράψω ένα βιβλίο σχετικά με ηλίθιους ευθύς εξαρχής.

Αφού εργάστηκα μερικά χρόνια στον τραπεζικό τομέα, όπου ομολογώ ότι συνάντησα αδιανόητα πολλούς ηλίθιους, ήρθα τελικά στα συγκαλά μου και έγινα σύμβουλος διοίκησης. Είχα γνωρίσει αρκετούς αξιοθαύμαστους ανθρώπους στον χώρο της συμβουλευτικής - συχνά μέσα στη σφαίρα αυτών που έχει καθιερωθεί να ονομάζονται «εμπνευστικές» ή παρακινητικές ομιλίες. Η εκπαίδευση ήταν άλλος ένας τομέας με τον οποίο ερχόμουν συχνά σε επαφή και είχα μείνει εξίσου εντυπωσιασμένος. Οι σύμβουλοι αυτοί φαίνονταν να έχουν πάντα την

απάντηση σε όλα. Ήταν έξυπνοι, εύστροφοι, σίγουροι για τον εαυτό τους και αποφασισμένοι. Και μάλιστα φορούσαν ακριβότερα κοστούμια από εκείνα που μπορούσα να αγοράσω με τον παλιό τραπεζικό μισθό μου.

Η εργασία αυτή καθεαυτή πρόσφερε μεγάλη ελευθερία, αλλά ήταν εξαιρετικά απαιτητική. Στην πραγματικότητα ήμουν ελεύθερος να αξιοποιώ τον χρόνο μου με όποιον τρόπο με ευχαριστούσε, αρκεί να έφερνα χρήματα στην εταιρεία - και όχι μόνο να απασχολώ τον εαυτό μου, αλλά έπρεπε να κλείνω συνεργασίες και σε άλλους συμβούλους όσο συχνότερα μπορούσα.

Παράλληλα όμως ήταν και τρομακτικό, επειδή δεν υπήρχε κάποιο σύστημα να ακολουθώ, αντίθετα από μία τράπεζα όπου τα πάντα διέπονταν από κανόνες. Τεράστιο μέρος της εν δυνάμει επιτυχίας μου εξαρτιόταν στην ουσία από εμένα τον ίδιο και την επίδοσή μου. Για πρώτη φορά στη ζωή μου άρχισα να αμφισβητώ τις ικανότητές μου.

Θυμάμαι μια μέρα, γύρω στους έξι μήνες αφότου είχα ξεκινήσει, να κάθομαι σε μια πολυθρόνα στη μικρή μας βιβλιοθήκη ψάχνοντας έμπνευση σε κάποιο βιβλίο - και αντί γι' αυτή, να παραδίδομαι στον ύπνο ξεκάθαρα λόγω εξάντλησης και άγχους.

Κατά τύχη με έκανε τσακωτό ο διευθύνων σύμβουλος και με ξύπνησε, προσθέτοντας ότι έπρεπε να κάνουμε μια κουβέντα.

Αλλά τα πράγματα έφτιαξαν. Σε λίγο πήρα το κολάι: να πουλάω τις υπηρεσίες μας, να έχω την αυτοπεποίθηση να τηλεφωνώ σε οποιονδήποτε υψηλά ιστάμενο και να συναντώ ανώτατα στελέχη από πασίγνωστες εταιρείες. Δεν είχα κλείσει ακόμα τα τριάντα και ήδη άρχιζα να σχηματίζω μια εικόνα για τον τρόπο που λειτουργούσαν όλα σε αυτή την εταιρεία.

Μόλις στον δεύτερο χρόνο της συνεργασίας μου αναδείχτηκα κορυφαίος υπάλληλος της χρονιάς και θεώρησα ότι έκανα την τύχη μου. Είχε πετύχει όλο αυτό. Είχα βρει επιτέλους

τη θέση μου. Ίσως αυτό ήταν κάτι στο οποίο ήμουν αληθινά καλός.

Και όντως, τα πράγματα πήγαιναν εξαιρετικά καλά. Δούλευα σαν σκυλί και αναλάμβανα κάθε εγχείρημα που μπορούσα. Και όσο πρόσθετα στο ενεργητικό μου το ένα πρότζεκτ μετά το άλλο, παράλληλα μεγάλωνε και η αυτοπεποίθησή μου. Και με αυτή την αυξανόμενη αυτοπεποίθηση έρχονταν νέες ευκαιρίες να γελοιοποιηθώ.

Σε κάποια περίπτωση έπεσα πάνω σ' έναν τύπο που διέυθυνε τη δική του επιχείρηση. Ο εξηντάρης πλέον Στούρε είχε ιδρύσει δική του επιχείρηση από το μηδέν και την ανέπτυξε επί τριάντα χρόνια. Του είχα τηλεφωνήσει μη γνωρίζοντας τίποτα για τον θυρυκτικό εκρηκτικό χαρακτήρα του και κανόνισα ένα ραντεβού μαζί του, στο οποίο οραματιζόμουν να του πουλάω ένα πρότζεκτ που πίστευα ότι είχε ανάγκη η εταιρεία του.

Η ανάλυση αναγκών ήταν εξαιρετικά απλή. Αυτό που χρειαζόταν εμφανώς ο Στούρε ήταν να βγάλει κάτι από μέσα του, και δεν θ' αργούσα να συνειδητοποιήσω ποιο ήταν το πραγματικό πρόβλημα. Ξεκινήσαμε συζητώντας τι λειτουργούσε στην εταιρεία και τι όχι.

Μια από τις πρώτες δηλώσεις του Στούρε ήταν ότι περιστοιχόταν από ηλίθιους. Θυμάμαι να γελάω επειδή νόμισα πως αστειευόταν. Αλλά το εννοούσε πραγματικά. Και ήταν αμετακίνητος στην άποψή του, επιμένοντας ότι κυριολεκτούσε λέγοντας πως περιστοιχόταν από ηλίθιους.

Αφού το επανέλαβε κάμποσες φορές, θυμάμαι ότι σήκωσα το χέρι μου με τεντωμένη παλάμη για να τον σταματήσω. *Προφανώς δεν εννοείτε ότι οι συνεργάτες σας είναι ηλίθιοι, οπότε τι ακριβώς εννοείτε;*

Ο Στούρε ήταν απτόητος. Αυτό ακριβώς εννοούσε, ότι ήταν ηλίθιοι. Ο χώρος έβριθε από ανεγκέφαλους.

Διασκεδάζοντας με την όλη κουβέντα, του ζήτησα παραδείγματα.

Το πρόσωπό του αναψοκοκκίνισε καθώς μου έλεγε ότι τα άτομα που εργάζονταν στο Τμήμα Α ήταν παντελώς ηλίθιοι, ένας προς έναν. Υπήρχε μόνο ένα άτομο στο Τμήμα Β που είχε στοιχειώδη αντίληψη, ενώ όλοι οι υπόλοιποι ήταν ένα μάτσο κουφιοκέφαλοι. Το Τμήμα Γ ήταν το χειρότερο όλων, απαρτιζόμενο από άτομα τόσο αλλόκοτα και χαμένα στο διάστημα, ώστε πραγματικά απορούσε πώς κατάφερναν να φτάνουν στη δουλειά κάθε πρωί!...

Όσο περισσότερο τον άκουγα, τόσο συνειδητοποιούσα ότι υπήρχε κάτι πολύ περίεργο στην όλη υπόθεση. Τον ρώτησα αν πίστευε ειλικρινά ότι περιστοιχιζόταν από ηλίθιους. Με κάρφωσε με μια άγρια ματιά κι έπειτα μου εξήγησε ότι ελάχιστα από το προσωπικό του ήταν έστω επαρκείς.

Αργότερα ανακάλυψα ότι ο Στούρε απολάμβανε να λέει αυτές τις απόψεις του στους συνεργάτες του. Δεν δίσταζε καθόλου να αποκαλεί κάποιον ηλίθιο μπροστά σε όλη την εταιρεία. Μεταξύ άλλων, αυτό ώθησε τους υπαλλήλους του να κρατούν τις αποστάσεις τους από εκείνον. Κανείς δεν τολμούσε να τον συναντά κατ' ιδίαν και όλοι απέφευγαν συστηματικά να του ανακοινώνουν άσχημα νέα, επειδή συνήθιζε να... πυροβολεί τον αγγελιαφόρο. Μεταφορικά, να διευκρινίσω.

Σε ένα από τα γραφεία του κάποιος είχε συνδέσει ένα προειδοποιητικό σύστημα στον προθάλαμο. Ήταν εγκατεστημένο διακριτικά πάνω από τη ρεσεψιόν και όταν βρισκόταν μέσα, άναβε η κόκκινη λυχνία. Αντίθετα, όταν ήταν εκτός γραφείου, άναβε η πράσινη.

Όλοι γνώριζαν την ύπαρξή του. Προσωπικό και πελάτες έλεγχαν μηχανικά τη λυχνία για να ξέρουν τι τους περίμενε όταν θα περνούσαν το κατώφλι. Όταν άναβε το κόκκινο φως, κάποιοι έκαναν απλώς μεταβολή και επέστρεφαν πάλι αργότερα. (Με το πέρασμα των χρόνων κατέληξα να αναρωτιέμαι πώς γίνεται να μην ήξερε ο Στούρε την ύπαρξη του

συστήματος. Υποπτεύομαι ότι απολάμβανε το σχεδόν μυθικό κύρος που του προσέδιδε.)

Όπως κι αν έχει, όπως ξέρουμε όλοι, όταν είσαι νέος ξεχειλίζεις από καταπληκτικές ιδέες. Οπότε έκανα τη μοναδική ερώτηση που μπορούσα να σκεφτώ: *Ποιος επέτρεψε να μαζευτούν στην εταιρεία όλοι αυτοί οι ηλίθιοι;*

Φυσικά ήξερα ότι τους περισσότερους τους είχε προσλάβει ο ίδιος. Κι ακόμα χειρότερα, ο Στούρε ήξερε ότι το ήξερα. Το υπονοούμενο ήταν: *Ποιος είναι ο μεγαλύτερος ηλίθιος εδώ;*

Το πρόσωπό του έγινε στη στιγμή σαν παντζάρι, πετάχτηκε όρθιος και μου έδειξε την πόρτα κραυγάζοντας: *Η σύσκεψη έληξε!*

Ο Στούρε με πέταξε έξω με τις κλοτσιές.

Αυτό που δεν αποκάλυψα στην πρώτη έκδοση αυτού του βιβλίου είναι τι συνέβη αμέσως μετά από εκείνη τη σύσκεψη. Μέσα στο αυτοκίνητο, οδηγώντας προς το γραφείο μου, ένιωθα αναστατωμένος. Όταν έφτασα στην εταιρεία, με υποδέχτηκε ως διά μαγείας ο δικός μου διευθύνων σύμβουλος και απαίτησε να μάθει ό,τι είχε συμβεί στη σύσκεψη, με κάθε λεπτομέρεια. Υπήρχαν βλέπετε υψηλές προσδοκίες γι' αυτή τη συμφωνία.

Θυμάμαι να τον καρφώνω με το βλέμμα ενώ έψαχνα τις κατάλληλες λέξεις, πριν αναγκαστώ τελικά να του εκθέσω όλα τα στοιχεία. Είπα, λοιπόν: *Κοιτάξτε, θα σας πω την αλήθεια, που είναι ότι... πρόκειται για έναν... παντελώς ηλίθιο. Μιλάμε για άτομο με μηδενική αντίληψη.*

Αλλά το επεισόδιο με έβαλε σε σκέψεις. Είχαμε να κάνουμε με έναν τύπο λίγο πριν από τη συνταξιοδότηση. Προφανώς επρόκειτο για ικανότατο επιχειρηματία, ο οποίος έχαιρε καθολικής εκτίμησης για τις γνώσεις του στον συγκεκριμένο επιχειρηματικό τομέα όπου δραστηριοποιείτο. Κι όμως, στην πραγματικότητα ήταν ανίκανος να συνδιαλέγεται με κόσμο. Αδυνατούσε να κατανοήσει τον μοναδικό πόρο μιας εταιρείας

που δεν αντιγράφεται: το ανθρώπινο δυναμικό, τους υπαλλήλους. Και όποιον δεν καταλάβαινε... τον βάφτιζε απλούστατα ηλίθιο.

΄Οντας εκτός της εταιρείας, μπορούσα εύκολα να δω πόσο λάθος ήταν το σκεπτικό του. Ο Στούρε δεν αντιλαμβανόταν ότι σύγκρινε μονίμως τους άλλους με τον εαυτό του. Ο ορισμός του για την ηλιθιότητα περιλάμβανε απλούστατα όποιον δεν σκεφτόταν ή ενεργούσε όπως εκείνος.

Χρησιμοποιούσε εκφράσεις που συνήθιζα κι εγώ για ορισμένους τύπους ανθρώπων, όπως «υπεροπτικοί φαφλατάδες», «χαϊβάνια», «αγενείς» και «κουραστικοί», «καβαλημένα καλάμια», «γαϊδούρια ξεκαπίστρωτα» και «βλαμμένοι». Παρότι δεν θα αποκαλούσα ποτέ κάποιον ηλίθιο χωρίς λόγο, σαφώς είχα κι εγώ θέματα με συγκεκριμένες κατηγορίες ανθρώπων.

Και τότε, μου ήρθε στον νου. Ήταν μια πέρα για πέρα τρομακτική σκέψη να πρέπει να πορεύομαι στη ζωή θεωρώντας μονίμως ότι περιστοιχιζόμουν από ανθρώπους με τους οποίους ήταν αδύνατον να συνδιαλέγομαι. Θα συνιστούσε έναν τερατώδη περιορισμό των περιθωρίων ανάπτυξής μου στη ζωή. Πώς θα ήταν οι διαπροσωπικές μου σχέσεις με τους άλλους αν είχα αυτή τη νοοτροπία;

Φαινομενικά, ο Στούρε είχε τα πάντα: μια επικερδή επιχείρηση, πλούτο, κύρος, αναγνώριση, δύναμη. Εντούτοις ήταν βαθιά δυστυχημένος.

Επιχείρησα να κοιταχτώ στον καθρέφτη. Η απόφαση πάρθηκε αβίαστα. Δεν ήθελα να καταλήξω σαν τον Στούρε.

Μάζεψα λοιπόν το κουράγιο μου και του τηλεφώνησα ξανά, καταφέροντας να προγραμματίσω άλλη μια συνάντηση.

Κι ενώ καθόμασταν για τη νέα αυτή σύσκεψή μας, ο Στούρε μου είπε επί λέξει το εξής: *Αυτή τη φορά δεν άφησα το πιστόλι στο αυτοκίνητο.*

Σίγουρα θα μπορούσε να έχει ξεκινήσει με καλύτερο τρόπο αυτή η σχέση.

Μετά από μια ιδιαίτερα φαρμακερή συνάντηση μαζί του

και με κάποιους από τους δύστυχους συνεργάτες του, είχα έναν κόμπο στο στομάχι. Ήταν όλοι τσατισμένοι. Κάποιοι ήταν θλιμμένοι. Και όλο αυτό ήταν απόρροια της ανικανότητας του Στούρε να επικοινωνεί με τους άλλους.

Ήταν τότε ακριβώς, εκείνη τη στιγμή, που αποφάσισα να αναζητήσω την πιο σημαντική γνώση: πώς λειτουργούν οι άνθρωποι. Δεδομένου ότι θα είχα επαφές με ανθρώπους για όλη την υπόλοιπη ζωή μου, και μάλιστα θα βασιζόμουν πάντα σε αυτούς, ήταν προφανές ότι θα με ωφελούσε μια τέτοια δεξιότητα.

Τήρησα τη δέσμευσή μου. Άρχισα να μελετώ πιο συγκεκριμένα πώς μπορούμε να κατανοήσουμε ανθρώπους που αρχικά δυσκολευόμασταν να καταλάβουμε. Γιατί κάποιοι άνθρωποι είναι λιγομίλητοι, γιατί άλλοι δεν βάζουν γλώσσα μέσα, γιατί ορισμένοι αισθάνονται μονίμως την υποχρέωση να λένε την αλήθεια, ενώ άλλοι ποτέ. Γιατί κάποιοι από τους συνεργάτες μου έρχονταν πάντα στην ώρα τους, ενώ άλλοι σπανίως; Γιατί κάποιοι μου ήταν πιο συμπαθείς από άλλους - γιατί αυτό συνέβαινε όντως.

Οι πληροφορίες που άρχισα να σταχυολογώ ήταν σαγηνευτικές, κι εγώ είμαι άλλος άνθρωπος από τότε που ξεκίνησα αυτό το ταξίδι. Η γνώση που συνέλεξα με άλλαξε ως άνθρωπο, ως φίλο, ως συνεργάτη, ως γιο, ως σύζυγο απέναντι στη γυναίκα μου και ως πατέρα απέναντι στα παιδιά μου.

Αυτό το βιβλίο πραγματεύεται ίσως τον συνηθέστερο τρόπο στον κόσμο να περιγράφονται οι διαφορές στην ανθρωπινή επικοινωνία, ένα εργαλείο του οποίου χρησιμοποιώ παραλλαγές για περισσότερα από τριάντα χρόνια με θεαματικά αποτελέσματα.

Η πρώτη έκδοση αυτού του βιβλίου δέχτηκε αρκετά αυστηρή κριτική. Όπως και ο υποφαινόμενος, για να λέμε την αλήθεια. Για να μη μιλήσουμε για το μοντέλο των τεσσάρων χρωμάτων - το μοντέλο DISC. Στο μεγαλύτερο μέρος της, αυτή

η κριτική προερχόταν από ανθρώπους που δεν συμφωνούν με το γεγονός ότι απλοποιεί την ανθρώπινη συμπεριφορά.

Και το κάνει όντως. Από την άλλη, το ίδιο ισχύει για κάθε άλλο μοντέλο αυτής της κατηγορίας. Ο ανθρώπινος ψυχισμός είναι εκπληκτικά πολύπλοκος και γνωρίζω καλά τα μειονεκτήματα της συγκεκριμένης μεθόδου. Θα αναφερθώ σε αυτά αργότερα.

Ωστόσο -κι αυτό είναι κάτι στο οποίο θα επιμείνω- το μοντέλο των τεσσάρων χρωμάτων είναι αρκετά αξιόπιστο. Κυκλοφορεί επί δεκαετίες εκεί έξω. Δεν το εφηύρα εγώ βέβαια και δεν δικαιούμαι κανενός είδους εύσημα για τη δημιουργία του ή για τον τρόπο που λειτουργεί, αλλά μου αρέσει στον βαθμό που χρησιμοποιείται γι' αυτό για το οποίο προοριζόταν.

Για μένα είναι σημαντικότερο να χρησιμοποιώ μια μέθοδο που είναι αποτελεσματική και λειτουργεί από το να ψάχνω κάποια που είναι 100 τοις εκατό ακριβής.

Κι έπειτα, υπάρχει το προφανές: Δεν υπάρχουν μέθοδοι που δημιουργούν μια ακριβή περιγραφή του ψυχισμού ενός εν ζωή ανθρώπου, και ειλικρινά θα εκπλησσούμουν αν εμφανιζόταν στο μέλλον.

Πώς γίνεστε *πραγματικά* καλός στην αντιμετώπιση διαφορετικών τύπων ανθρώπων; Η μάθηση του θεωρητικού μέρους δεν σε κάνει επικοινωνητή διεθνούς εμβέλειας. Μόνο όταν αρχίζετε να *χρησιμοποιείτε* τη γνώση μπορείτε να αναπτύξετε γνήσια, λειτουργική ειδημοσύνη στον τομέα.

Είναι όπως όταν μαθαίνετε οδήγηση: Η μελέτη της θεωρίας δεν αρκεί. Πρέπει να βγείτε στον δρόμο με όλους τους άλλους, να βιώσετε πώς είναι να περιβάλλεστε από... άλλους αυτοκινητιστές. Κάποιοι απ' αυτούς ξέρουν πώς να συμπεριφερθούν κι αυτό είναι τέλειο. Άλλοι δεν είναι τόσο ικανοί, πράγμα που σημαίνει ότι πρέπει να ξέρετε πώς να αντιδράτε. Αλλά λειτουργεί μόνο όταν κάθεστε πίσω από το τιμόνι. Μόνο τότε αντιλαμβάνεστε τι πρέπει να κάνετε.

Όπως είπε κάποτε ένας σοφός ή μία σοφή: *Θεωρητικά δεν*

υπάρχει διαφορά μεταξύ θεωρίας και πραγματικότητας - αλλά στην πράξη υπάρχει.

Από τότε που άρχισα να μελετώ πώς λειτουργούν οι άνθρωποι και μόχθησα στ' αλήθεια για να κατανοήσω όλες τις πιθανές -και ενίοτε απίθανες- παραλλαγές, δεν ήμουν ποτέ πια ο ίδιος. Τώρα δεν είμαι ούτε κατά διάνοια τόσο δογματικός όσο ήμουν άλλοτε και δεν κρίνω τον άλλον απλώς και μόνο επειδή δεν είναι σαν εμένα. Με λίγη τύχη, μπορώ να προκαλέσω τον ίδιο σεβασμό σε αντάλλαγμα.

Η υπομονή μου με ανθρώπους που είναι εντελώς αντίθετοι από εμένα έχει αυξηθεί πολύ εδώ και κάμποσα χρόνια. Δεν θα το τραβούσα τόσο ώστε να ισχυριστώ ότι δεν εμπλέκομαι ποτέ σε κάποια αντιπαράθεση, όπως δεν θα προσπαθούσα να σας πείσω ότι δεν λέω ποτέ ψέματα, ωστόσο και τα δύο φαινόμενα είναι σπάνια τον τελευταίο καιρό.

Ελπίζω να μην το ερμηνεύσετε αυτό σαν κομπορρημοσύνη. Μου πήρε δεκαετίες μελέτης και πρακτικής εξάσκησης για να φτάσω σε αυτό το σημείο και έχω επώδυνη επίγνωση του τεράστιου όγκου γνώσης που δεν κατέχω ακόμα.

Οφείλω ευγνωμοσύνη στον Στούρε και στο τρελαμένο προειδοποιητικό φωτάκι του για έναν λόγο. Ήταν αυτός που πυροδότησε το ενδιαφέρον μου για όλα αυτά. Χωρίς εκείνον πιθανότατα δεν θα είχε γραφτεί ποτέ αυτό το βιβλίο. Χωρίς εκείνον και το σλόγκαν του, επαναλαμβανόμενο λες και είχε κολλήσει η βελόνα, πιθανότατα δεν θα είχα δώσει καν τον συγκεκριμένο τίτλο σε αυτό το βιβλίο: *Ανάμεσα σε ηλίθιους*. Και ποιος ξέρει, αγαπητοί αναγνώστες; Χωρίς αυτό ίσως δεν είχαμε συναντηθεί ποτέ εσείς κι εγώ.

Μιλώντας βάσει στατιστικής, τα μη μυθοπλαστικά βιβλία πολύ σπάνια διαβάζονται ολόκληρα. Κατά μέσο όρο, οι άνθρωποι διαβάζουν μόνο τα τρία πρώτα κεφάλαια. Αν θέλετε τη γνώμη μου, είναι κρίμα, δεδομένου ότι χάνετε σημαντική και πολύτιμη γνώση που περιέχεται σε κάθε βιβλίο.

Τι μπορείτε να κάνετε για να διευρύνετε τη γνώση σας; Μια καλή αρχή θα μπορούσε να είναι να διαβάσετε ολόκληρο αυτό το βιβλίο, αντί να περιοριστείτε στα τρία πρώτα κεφάλαια. Με λίγη τύχη, σε διάστημα λίγων λεπτών θα ξεκινήσετε το ίδιο ταξίδι που έκανα κι εγώ πριν από καμιά τριανταριά χρόνια.

Και, αγαπητοί μου αναγνώστες, δεν θα ήταν τόσο κακό αυτό, δεν συμφωνείτε;

Τόμας Έρικσον
Συμπεριφοριστής, μέντορας,
ομιλητής και συγγραφέας

Η επικοινωνία και γιατί είναι τόσο σημαντική

1.1 Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΠΑΝΤΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΟΡΟΥΣ ΤΟΥ ΑΚΡΟΑΤΗ

Οι άνθρωποι βλέπουν αυτό που βλέπουν και ακούν αυτό που ακούν.

Ξέρατε τι θέλατε να πείτε, οπότε το είπατε όπως το βλέπατε μέσα στο μυαλό σας. Παραμερίζοντας για μια στιγμή τον τρόπο που εκφραστήκατε, τι επιλέξατε να τονίσετε, τον τόνο της φωνής που υιοθετήσατε και την έκφραση του προσώπου σας καθώς το λέγατε - αυτό που βγήκε... βγήκε.

Αλλά αυτό που μένει απ' αυτό που είπατε σε κάποιον αφού φιλτραρίστηκε μέσα από το πλαίσιο αναφοράς, τις απόψεις, τις συνήθειες, τις εμπειρίες, τις προκαταλήψεις και τις ήδη διαμορφωμένες ιδέες του είναι εντέλει το μήνυμα που κατανοεί. Για πολλούς και διάφορους λόγους το άτομο μπορεί να ερμηνεύσει αυτό που θέλετε να μεταφέρετε με εντελώς διαφορετικό τρόπο από εκείνον που επιθυμούσατε. Ουσιαστικά αυτό που αντιλαμβάνεται ο άλλος ποικίλλει, φυσικά, ανάλογα με το άτομο στο οποίο μιλάτε, ωστόσο πολύ σπάνια περνάει ολόκληρο το μήνυμα ακριβώς όπως το έχετε συλλάβει στο μυαλό σας.

Μπορεί να νιώσετε θλίψη συνειδητοποιώντας ότι ελέγχετε ελάχιστα αυτό που καταλαβαίνει ο ακροατής σας. Όσο κι αν θέλετε να σπάσετε το ξερό του το κεφάλι και να καρφώσετε

το μήνυμα μέσα στο μυαλό του, στην πραγματικότητα δεν μπορείτε να κάνετε και πολλά, και εκεί ακριβώς έγκειται το πρόβλημα. Φυσικά μπορείτε να το εκλάβετε σαν μία από τις πολλές προκλήσεις της ζωής. Ένας Θεός ξέρει πόσα μπορούμε να μάθουμε αντιμετωπίζοντας τις προκλήσεις μας, αλλά σίγουρα δεν μπορείτε να αλλάξετε τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί ο ακροατής.

Πιθανότατα οι περισσότεροι άνθρωποι είναι συνειδητοποιημένοι και ευαίσθητοι ως προς το πώς *θα ήθελαν* να αντιμετωπίζονται. Αλλά όπως γνωρίζουμε καλά κι εσείς κι εγώ, σπάνια είναι τόσο απλός ο κόσμος. *Προσαρμόζοντας* τον εαυτό σας στον τρόπο με τον οποίο οι άλλοι θέλουν να αντιμετωπίζονται, θα γίνετε πιο αποτελεσματικοί στην επικοινωνία σας.

1.1.1. Τι σημασία έχει το πώς αντιμετωπίζουμε ο ένας τον άλλον;

Βοηθάτε άλλους ανθρώπους να σας κατανοήσουν δημιουργώντας ένα ασφαλές πεδίο επικοινωνίας - με τους δικούς τους όρους. Αυτό σημαίνει ότι ο ακροατής μπορεί να χρησιμοποιήσει την ενέργειά του για να κατανοήσει αντί να αντιδρά συνειδητά ή ασυνείδητα στον δικό σας τρόπο επικοινωνίας.

Οι άνθρωποι είναι πολύ διαφορετικοί μεταξύ τους. Υπάρχουν τόσο πολλές διαστάσεις να εξετάσουμε, ώστε και μόνο να το σκεφτούμε μπορεί να προκαλέσει σύγχυση. Όλοι μας πρέπει να αναπτύξουμε έναν βαθμό ευελιξίας ούτως ώστε να είμαστε σε θέση να διαφοροποιήσουμε το ύφος της επικοινωνίας μας, προσαρμόζοντάς το όταν μιλάμε σε άτομα διαφορετικά από εμάς.

Γιατί εδώ εντοπίζουμε μια άλλη αλήθεια: Ανεξάρτητα από τη μέθοδο με την οποία θα επιλέξετε να επικοινωνήσετε, ως άτομο θα ανήκετε πάντα στη μειονότητα. Ανεξάρτητα από το είδος της συμπεριφοράς σας, η πλειονότητα των ανθρώπων

γύρω σας θα λειτουργεί με έναν διαφορετικό τρόπο. Και θα προκύπτουν μονίμως καινούργιοι.

Η μητέρα μου είχε άδικο. Μη φέρεστε στους άλλους όπως θα θέλατε να σας φέρονται. Είναι ωραία σκέψη, αλλά λανθασμένη. Συγγνώμη, μαμά.

Δεν μπορείτε να βασίζετε τα πάντα στον εαυτό σας. Είναι ακριβώς αυτή η ευελιξία και η ικανότητα ερμηνείας των αναγκών των άλλων, μαζί με την προσαρμογή σας σε αυτές τις παρατηρήσεις, που χαρακτηρίζει έναν καλό ειδικό στην επικοινωνία.

Η εξοικείωση και η κατανόηση του τρόπου συμπεριφοράς και της μεθόδου επικοινωνίας ενός άλλου ατόμου θα έχει ως αποτέλεσμα πιο εμπειριστατωμένες εικασίες ως προς το πώς ένα άτομο μπορεί ενδεχομένως να αντιδράσει σε διάφορες καταστάσεις. Αυτή η κατανόηση θα αυξήσει επίσης εντυπωσιακά την ικανότητά σας να γίνετε αντιληπτοί στο συγκεκριμένο άτομο.

1.2 ΚΑΝΕΝΑ ΣΥΣΤΗΜΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΔΙΑΣΕΙΣΤΟ

Μέχρι να πάρετε στα χέρια σας αυτό το βιβλίο, θα έχουν συμβεί πολλά από τότε που το έγραψα.

Το *Ανάμεσα σε ηλίθιους* δεν ισχυρίζεται ότι περιέχει τα πάντα σε σχέση με το πώς εμείς, ως άνθρωποι, επικοινωνούμε μεταξύ μας. Κανένα βιβλίο δεν μπορεί να το κάνει αυτό, γιατί το σύνολο των σημάτων που εκπέμπουμε διαρκώς στους γύρω μας δεν χωράει σε ένα βιβλίο. Αν συμπεριλαμβάναμε και τη γλώσσα του σώματος, τις διαφορές μεταξύ του διαλόγου αντρών και γυναικών, τη θέση σας στην αδελφική σειρά γέννησης, τις πολιτιστικές διαφορές και όλους τους άλλους τρόπους καθορισμού των διαφορών, δεν θα ήμαστε σε θέση να γράψουμε τα πάντα. Θα ήταν το πιο μακροσκελές βιβλίο του κόσμου.

Θα μπορούσαμε να προσθέσουμε στο μείγμα πτυχές

ψυχολογίας, γραφολογίας, ηλικίας και αστρολογίας, και παρ' όλα αυτά να μην αποκτήσουμε μια 100% ολοκληρωμένη εικόνα. Η νευροεπιστήμη -αυτό που εσείς κι εγώ θα κατανοούσαμε ως έρευνα του εγκεφάλου- σημειώνει διαρκή πρόοδο.

Πολύπλοκο. Ωστόσο, στον βαθμό που με αφορά, εδώ ακριβώς έγκειται και η μαγεία του όλου πράγματος. Δεν ποσοτικοποιούνται τα πάντα. Οι άνθρωποι δεν είναι υπολογιστικά φύλλα του Excel. Είμαστε υπερβολικά περίπλοκοι για να γίνει πλήρης περιγραφή μας. Ακόμα και το απλούστερο, πιο απαί-δευτο, χαμηλόβαθμο άτομο στις αντίστοιχες κλίμακές μας είναι πιο πολύπλοκο απ' ό,τι μπορεί να εκφραστεί μέσα σε ένα βιβλίο. Ωστόσο, μπορούμε να αποφύγουμε τα πιο κραυγαλέα λάθη κατανοώντας τα βασικά της ανθρώπινης επικοινωνίας.

Απλούστατα δεν υπάρχουν θεωρίες, εργαλεία ή βοηθήματα που μπορούν να περιγράψουν πλήρως ένα άτομο. «Βλέπουμε τι κάνουμε, αλλά δεν βλέπουμε γιατί κάνουμε αυτό που κάνουμε. Έτσι, αξιολογούμε και εκτιμούμε ο ένας τον άλλο μέσω αυτού που βλέπουμε ότι κάνουμε». Αυτά τα λόγια προέρχονται από τον ψυχαναλυτή Καρλ Γιουνγκ. Οι διαφορετικές συμπεριφορές είναι αυτές που δημιουργούν τις δυναμικές στη ζωή μας. Καθένας πρέπει να συμπεριφέρεται με τον έναν ή τον άλλο τρόπο. Σε κάποιες συμπεριφορές θα αναγνωρίσετε τον εαυτό σας, ενώ θα υπάρχουν άλλα μοτίβα συμπεριφοράς που είτε δεν αναγνωρίζουμε είτε δεν κατανοούμε. Όπως γνωρίζετε, ο καθένας μας δρα διαφορετικά σε διαφορετικές καταστάσεις, γεγονός που μπορεί να αποτελεί πηγή χαράς ή εκνευρισμού για τους γύρω μας. Μπορεί ασφαλώς να είναι αναζωογονητικό, αλλά ταυτόχρονα να προκαλεί σύγχυση.

Στην πραγματικότητα δεν υπάρχει κανένα μοτίβο συμπεριφοράς που είναι σωστό ή λάθος από αυτή την άποψη, και οι περισσότερες συμπεριφορές μπορούν πιθανότατα να θεωρηθούν αποδεκτές. Αυτό που εννοώ είναι ότι δεν υπάρχει σωστή ή λανθασμένη συμπεριφορά. Είστε αυτοί που είστε, και δεν

υπάρχει λόγος να αναρωτιέστε το γιατί. Είστε καλοί, όπως κι αν είστε φτιαγμένοι. Όπως κι αν επιλέγετε να συμπεριφερθείτε, όπως κι αν γίνεστε αντιληπτοί, είστε εντάξει. Σε λογικά πλαίσια φυσικά. Οι χειριστικές συμπεριφορές και γενικά οι ψυχοπαθητικές (αντικοινωνικές) ή ναρκισσιστικές πράξεις δεν είναι και τόσο εντάξει. Αλλά πάλι, το γνωρίζατε ήδη αυτό.

1.2.1. Έτσι είμαι εγώ, εντάξει;

Σε έναν τέλειο κόσμο θα ήταν εύκολο να πει απλώς κανείς: «Είμαι ένα ιδιαίτερο είδος ανθρώπου και αυτό δεν πειράζει γιατί το διάβασα σε ένα βιβλίο. Απλούστατα έτσι είμαι και έτσι ενεργώ». Αλήθεια, δεν θα ήταν υπέροχο να μην ήσαστε υποχρεωμένοι να περιορίζετε τη δική σας συμπεριφορά; Να είστε πάντα σε θέση να ενεργείτε και να συμπεριφέρεστε ακριβώς όπως νιώθετε ανά πάσα στιγμή; Μπορείτε να το κάνετε. Μπορείτε να συμπεριφέρεστε ακριβώς όπως επιθυμείτε. Το μόνο που πρέπει να κάνετε είναι να βρείτε την κατάλληλη συνθήκη για να το κάνετε.

Υπάρχουν δύο συνθήκες στις οποίες μπορείτε να είστε ο εαυτός σας και μόνο αυτός:

1. Η πρώτη συνθήκη είναι όταν βρίσκεστε μόνοι σας σε ένα δωμάτιο. Τότε δεν έχει και τόσο σημασία πώς μιλάτε ή τι κάνετε. Δεν βλάπτει κανέναν αν ουρλιάξετε και βρίσετε ή αν απλώς θελήσετε να καθίσετε σιωπηλοί και να συλλογιστείτε τα μεγάλα μυστήρια της ζωής ή να αναρωτηθείτε γιατί ο Μπιλ Γκέιτς είναι ο μεγαλύτερος γαιοκτήμονας στις ΗΠΑ. Μέσα στη μοναξιά σας μπορείτε να συμπεριφέρεστε ακριβώς όπως νιώθετε. Έξοχα, ε;
2. Η δεύτερη κατάσταση στην οποία μπορείτε να είστε απολύτως ο εαυτός σας είναι όταν όλοι οι άλλοι στο δωμάτιο είναι ακριβώς όπως εσείς. Είστε ελεύθεροι να ακολουθήσετε τη συμβουλή της μητέρας σας και να

συμπεριφέρεστε στους άλλους όπως θέλετε να σας συμπεριφέρονται. Εξαιρετική συμβουλή και με πολύ καλές προθέσεις. Και επίσης λειτουργεί, αρκεί να είναι όλοι ίδιοι με εσάς. Το μόνο που χρειάζεται να κάνετε είναι μια λίστα με όλους τους ανθρώπους που γνωρίζετε και οι οποίοι πιστεύουν ακριβώς ό,τι κι εσείς, που σκέφτονται και ενεργούν ακριβώς όπως εσείς σε όλες τις περιστάσεις. Στη συνέχεια τηλεφωνήστε τους και αρχίστε να κάνετε παρέα. Σημαντικό, πρέπει να είναι ακριβώς όπως εσείς.

Σε οποιαδήποτε άλλη περίπτωση θα ήταν μάλλον καλή ιδέα να κατανοήσετε πώς σας αντιλαμβάνονται οι άλλοι και να μάθετε πώς λειτουργούν. Δεν νομίζω ότι θα κάνω κάποια βαρυσήμαντη δήλωση αν σας πω ότι οι περισσότεροι άνθρωποι που γνωρίζετε δεν είναι ακριβώς όπως εσείς.

Οι λέξεις και οι εκφράσεις που επιλέγουμε να χρησιμοποιήσουμε ποικίλλουν. Ο τίτλος και μόνο αυτού του βιβλίου αποδεικνύει τις διαφορετικές ερμηνείες που δίνουμε σε απλές λέξεις. Έλαβα αρκετά ηλεκτρονικά μηνύματα από ανθρώπους που θεωρούν πως ήταν ατυχής επιλογή τίτλου. Λένε ότι δεν είναι σωστό να αποκαλούμε ο ένας τον άλλο ηλίθιο. Και τείνω να συμφωνήσω σε γενικές γραμμές, σημειώνοντας παράλληλα ότι το χιούμορ και η ειρωνεία μάλλον δεν ταιριάζουν σε όλους.

Αλλά όταν χρησιμοποιείτε τη λάθος λέξη, τότε, ναι, ίσως είστε ηλίθιος.

Πού να ξέρω κι εγώ;

Αλλά αυτό που ξέρω είναι το εξής: Είμαστε όλοι ο ηλίθιος στο αφήγημα *κάποιου*.

1.2.2. Περιστοιχιζόμαστε από ηλίθιους – ή μήπως όχι;

Για σταθείτε ένα λεπτό. Τι ακριβώς σημαίνει αυτό;

Καθώς έγραφα, μου ήρθε στο μυαλό η ακόλουθη αναλογία: τα μοτίβα συμπεριφοράς μοιάζουν με κιβώτιο ταχυτήτων. Δεν

λειτουργεί με μία μόνο ταχύτητα. Όσο περισσότερες ταχύτητες έχετε στη διάθεσή σας, τόσο πιο ομαλή είναι η διαδρομή. Όπως ακριβώς με ένα κιβώτιο ταχυτήτων, κάποιες φορές είναι κατάλληλη μία από τις ταχύτητες, ενώ άλλες φορές η ίδια ακριβώς ταχύτητα είναι εντελώς ακατάλληλη. Είναι μια χαρά να ξεκινάτε το αυτοκίνητο με πρώτη - θα ήταν κάπως δύσκολο να ξεκινούσατε με πέμπτη. Σε άλλες συνθήκες, είναι άσκοπο να προσπαθείτε να χρησιμοποιήσετε την πρώτη - αν, ας πούμε, οδηγείτε με ογδόντα χιλιόμετρα την ώρα.

Σε κάποιες περιστάσεις κάθε δεδομένο άτομο καταλήγει σταματισμένο, χαρακτηρισμένο και κατηγοριοποιημένο πιο γρήγορα απ' όσο μπορείτε να πείτε τη λέξη «στερεότυπο». Από την άλλη, πριν τραβήξετε το πιστόλι που κολλάει ταμπέλες και αρχίσετε να πυροβολείτε με λέξεις όπως «βλάκας», «τεμπέλης» ή «γενικώς αλλόκοτος», ας εξετάσουμε την επιλογή να μη βάζουμε καθόλου ταμπέλες ο ένας στον άλλο.

Τα πλεονεκτήματα του να μην κατηγοριοποιούμε τους ανθρώπους είναι το ίδιο εκπληκτικά όσο να βρίσκουμε έξτρα τηγανητές πατάτες στο πιάτο μας. Κατ' αρχάς, κάνει τη ζωή μας πιο συναρπαστική. Αντί να βλέπετε κάποιον απλώς σαν «ενοχλητικό», μπορεί να ανακαλύψετε ότι είναι μια απρόσμενη πηγή διασκέδασης.

Επίσης, υπάρχει και το θέμα της αποφυγής ντροπιαστικών καταστάσεων. Το να κολλήσετε σε κάποιον την ταμπέλα του «αργόστροφου» μπορεί να καταλήξει σε μεγάλη ντροπή όταν αποδειχτεί ότι το συγκεκριμένο άτομο είναι καθηγητής αστροφυσικής ή γκραν μετρ στο σκάκι. Είναι σαν να καρφιτσώνεις στην πλάτη κάποιου ένα χαρτί που γράφει «Κλότσα με» και ανακαλύπτεις μετά ότι το συγκεκριμένο άτομο είναι πρωταθλητής του κικ μπόξινγκ.

Ωστόσο, δεν είναι τόσο εύκολο να καταργήσουμε τις ταμπέλες. Ορισμένες φορές φαίνεται λες και ο εγκέφαλός μας είναι προγραμματισμένος να αποδίδει αυτόματα ταμπέλες

στους ανθρώπους, θαρρείς και έχουμε ανάγκη να κατηγοριοποιούμε ο ένας τον άλλο προκειμένου να έχουμε οποιαδήποτε σχέση μαζί του - τελεία και παύλα.

Ποια είναι στ' αλήθεια; Ηλικία, γούστα στο ντύσιμο, επάγγελμα. Παντρεμένη, ανύπαντρη, συζεί με κάποιον, είναι στρέιτ ή κάτι άλλο; Πτυχιούχος πανεπιστημίου; Αυτό θα μπορούσατε ίσως να το συνάγετε από την αρχή. Με ποιο αντικείμενο σπουδών; Α, είναι μία απ' αυτούς. Μένει σε πολυκατοικία; Χμ. Σε μονοκατοικία, λοιπόν; Έτσι εξηγείται. Πολυταξιδεμένη ή καρφωμένη στον καναπέ; Παιδιά; Γιατί; Α μάλιστα, άτεκνη; Πώς έτσι; Πλένει το αμάξι της κάθε Κυριακή; Τι βαρετό. Δεν το πλένει ποτέ; Μπλιαχ. Βρομίαρα.

Και ούτω καθεξής. Αποδίδουμε ταμπέλες ο ένας στον άλλο - το κάνουμε ακατάπαυστα. Υποπεύομαι ότι έχει ενσωματωθεί στο DNA μας. Απλούστατα πιστεύουμε ότι οφείλουμε να βρίσκουμε τρόπους να συνδεόμαστε με τους άλλους· διαφορετικά καταλήγει υπερβολικά δύσκολο να τους κρατάμε σε λογαριασμό.

Αλλά την επόμενη φορά που θα μπείτε στον πειρασμό να κολλήσετε ταμπέλα σε κάποιον, πάρτε λίγο χρόνο να σκεφτείτε τα πλεονεκτήματα να συγκρατηθείτε. Ίσως ανακαλύψετε ότι η ζωή είναι λίγο πιο διασκεδαστική και ότι αποκτάτε περισσότερους απροσδόκητους φίλους στην πορεία. Και, ποιος ξέρει; Ίσως έτσι αποφύγετε να σας κατηγοριοποιήσουν σαν «μανιακό της κατηγοριοποίησης».

Μα τι σχέση έχει αυτό με τους αγαπημένους μας ηλίθιους; Να, βλέπετε... σε αυτό το βιβλίο κολλάω κι εγώ ταμπέλες στον κόσμο. Και υπάρχουν αυτοί που αντιτίθενται στην ιδέα της ταξινόμησης των ανθρώπων σε διαφορετικούς τύπους προσωπικότητας. Ίσως συγκαταλέγεστε κι εσείς σε αυτούς που πιστεύουν ότι οι άνθρωποι δεν πρέπει να κατηγοριοποιούνται με αυτόν τον τρόπο, ότι είναι γενικά λάθος η ταξινόμηση των ατόμων. Έστω και αν -όπως επισήμανα- το κάνουμε όλοι.

Κάποιες φορές μπορεί να το κάνουν με άλλο τρόπο από ό,τι εγώ σε αυτό το βιβλίο, μολαταύτα όλοι καταγράφουμε τις διαφορές μας. Και το γεγονός παραμένει ότι είμαστε διαφορετικοί και, κατά τη γνώμη μου, η επισήμανση αυτή μπορεί να είναι κάτι θετικό, αρκεί να την κάνετε με τον σωστό τρόπο και, το πιο σημαντικό, για τον σωστό λόγο. Οποιοσδήποτε κατηγοριοποιεί τους ανθρώπους βάσει προκαταλήψεων είναι σε λάθος δρόμο. Αλλά πιστεύω ότι αυτοί που το κάνουν προσπαθώντας να καταλάβουν τον άλλο μπορεί να πετύχουν κάτι.

Όχι πως αυτό δεν έχει τα ρίσκα του. Με ακατάλληλη χρήση κάθε εργαλείο μπορεί να είναι επιβλαβές. Πιστεύω ότι έχει να κάνει περισσότερο με το άτομο που το χρησιμοποιεί παρά με το ίδιο το εργαλείο.

Ως εκ τούτου, θεωρήστε αυτό το βιβλίο μια εισαγωγή στο πώς λειτουργεί η ανθρώπινη συμπεριφορά και έναν διάλογο πάνω στον τρόπο που μπορούμε να προσαρμοζόμαστε όσο το δυνατόν καλύτερα ο ένας στον άλλο. Τα υπόλοιπα εξαρτώνται από εσάς.

1.2.3. Σημειώστε τα ακόλουθα

Η συμπεριφορά... *είναι σχετικά προβλέψιμη. Αλλά:*

- Κάθε άτομο αντιδρά με τον συνήθη για αυτό τρόπο σε παρεμφερείς καταστάσεις.
- Είναι αδύνατον να προβλέψουμε κάθε πιθανή αντίδραση προτού αυτή συμβεί.

Η συμπεριφορά... *είναι μέρος ενός μοτίβου.*

- Συχνά αντιδρούμε με συνεπή μοτίβα. Ως εκ τούτου, πρέπει να σεβόμαστε τα μοτίβα του άλλου ατόμου. Και να κατανοούμε τα δικά μας.

Η συμπεριφορά... *είναι ευμετάβλητη.*

- Πρέπει να μάθουμε να ακούμε, να ενεργούμε, να μιλάμε ανοιχτά και να προβληματιζόμαστε όπως επιβάλλει η επικρατούσα συνθήκη. Ο καθένας μπορεί να προσαρμοστεί.

Η συμπεριφορά... *μπορεί να παρατηρηθεί.*

- Πρέπει να είμαστε σε θέση να παρατηρούμε και να κατανοούμε τις περισσότερες μορφές συμπεριφοράς, χωρίς να γινόμαστε ερασιτέχνες ψυχολόγοι.

Η συμπεριφορά... *είναι κατανοητή.*

- Πρέπει να είμαστε σε θέση να κατανοούμε γιατί οι άνθρωποι αισθάνονται και κάνουν ό,τι κάνουν αυτή τη στιγμή. Όλοι μπορούν να σκεφτούν το γιατί.

Η συμπεριφορά... *είναι μοναδική.*

- Παρά τα όσα έχουμε κοινά, η συμπεριφορά κάθε ατόμου είναι μοναδική για το ίδιο. Ο καθένας μπορεί να πετύχει με τους δικούς του όρους.

Η συμπεριφορά... *είναι συγκληρητέα.*

- Απαλλαχτείτε από την προσωπική ζήλια και την γκρίνια - βοηθά να το συζητάτε. Μάθετε την τέχνη της ανοχής και της υπομονής, τόσο με τον εαυτό σας όσο και με τους άλλους.

Οι συμπεριφορές... *είναι σαν εργαλειοθήκη.*

- Κάθε τύπος είναι αναγκαίος. Ανάλογα με την περίπτωση, ένα εργαλείο μπορεί κάποιες φορές να είναι το σωστό και άλλες πάλι όχι. Μια βαριοπούλα είναι κατάλληλη για το γκρέμισμα τοίχων, αλλά σίγουρα δεν είναι η καλύτερη αν θέλετε να κρεμάσετε έναν πίνακα στο σαλόνι σας.

Πώς προέκυψαν οι συμπεριφορές μας

2.1 ΓΙΑΤΙ ΚΑΤΑΛΗΞΑΜΕ ΟΠΩΣ ΕΙΜΑΣΤΕ;

Από πού πηγάζει η συμπεριφορά μας; Γιατί είναι τόσο διαφορετικοί οι άνθρωποι; Πώς και δεν είμαστε όλοι ίδιοι; Πείτε μου εσείς. Κοντολογίς, όλα εξαρτώνται από τον συνδυασμό ιδιοσυγκρασίας και διαπαιδαγώγησης. Τα πρότυπα των συμπεριφορών που παρουσιάζουμε ως ενήλικες έχουν θεμελιωθεί προτού καν γεννηθούμε. Κληρονομικά χαρακτηριστικά της ιδιοσυγκρασίας και στοιχεία του χαρακτήρα επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας, μια διαδικασία που έχει ξεκινήσει ήδη κατά τη δημιουργία του γενετικού κώδικα.

Ο ακριβής τρόπος λειτουργίας αυτής της διαδικασίας εξακολουθεί να αποτελεί σημείο τριβής μεταξύ των επιστημόνων, αλλά πιστεύω ότι μπορούμε να συμφωνήσουμε με σιγουριά ότι η ύπαρξή της έχει σημασία. Δεν κληρονομούμε χαρακτηριστικά μόνο από τους γονείς μας, αλλά και από τους γονείς των γονιών μας - και σε διαφορετικό βαθμό από άλλους συγγενείς. Κάποια στιγμή όλοι έχουμε ακούσει ότι μιλάμε σαν ή ότι μοιάζουμε με κάποιον θείο ή θεία μας. Όταν ήμουν παιδί, έμοιαζα στον θείο μου τον Μπέρτιλ - κάτι που σχετιζόταν με τα κόκκινα μαλλιά μου. Θα χρειαζόμασταν τρομερά πολύ χρόνο για να εξηγήσουμε τον λόγο για τον οποίο αυτό είναι γενετικά εφικτό. Για την ώρα, ας δεχτούμε απλώς ότι αυτή η κληρονομιά θέτει τα θεμέλια για την ανάπτυξη της συμπεριφοράς μας.

Τι συμβαίνει άπαξ και γεννηθούμε; Στις περισσότερες περιπτώσεις τα παιδιά γεννιούνται παρορμητικά, ατρόμητα, δίχως την παραμικρή αναστολή. Ένα παιδί κάνει ό,τι του αρέσει. Το παιδί λέει «Όχι, δεν θέλω!» ή «Ναι, μπορώ!». Είναι απόλυτα πεπεισμένο ότι δεν υπάρχει κάτι που δεν μπορεί να κάνει. Βέβαια, αυτό το είδος αυθόρμητης και μερικές φορές ανεξέλεγκτης συμπεριφοράς δεν είναι πάντα ό,τι εύχονταν οι γονείς του. Και τότε, ως διά μαγείας, αυτό που κάποτε ήταν ένα πρωτότυπο μοτίβο συμπεριφοράς αρχίζει να μεταμορφώνεται -καλώς ή κακώς- σε αντίγραφο κάποιου άλλου ατόμου.

2.1.1. Τι μας λέει η επιστήμη;

Κατ' αρχάς, θα ήταν αναγκαίο να βρούμε αρκετούς ερευνητές που συμφωνούν αρκετά, για να μάθουμε τι μας λέει στην πραγματικότητα η επιστήμη. Μη φοβάστε όμως, υπάρχουν στοιχεία. Οι συμπεριφορές μας, όσο πολυποίκιλες και περίπλοκες και αν είναι, προέρχονται από λίγες διαφορετικές, αναγνωρίσιμες πηγές. Αυτές οι πηγές είναι ψυχολογικές βέβαια, αλλά είναι επίσης βιολογικές και κοινωνικές.

Η συζήτηση φύση-έναντι-διαπαιδαγώγησης είναι ένα από τα παλιότερα κλισέ στην ψυχολογία, ιδίως στη μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Περιστρέφεται γύρω από τις σχετικές εισφορές γενετικής κληρονομικότητας (η φύση) και τους περιβαλλοντικούς παράγοντες (διαπαιδαγώγηση) στην ανθρώπινη ανάπτυξη και συμπεριφορά.

Τις τελευταίες δεκαετίες η επικρατούσα άποψη στο πεδίο μετακινήθηκε προς μία πιο διαφοροποιημένη αντίληψη που υπογραμμίζει την αλληλεπίδραση μεταξύ γονιδίων και περιβάλλοντος, αντί να τις εξετάζει σαν χωριστές ή αντιμαχόμενες δυνάμεις.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι να εξετάσουμε αυτό το ζήτημα, μεταξύ άλλων και μέσα από το πρίσμα αλληλεπιδραστικών

προοπτικών, επιγενετικής, συσχετισμών γονιδίου-περιβάλλοντος, πλαστικότητας του εγκεφάλου στη διάρκεια κρίσιμων περιόδων, ποσοτικής γενετικής, πολιτιστικών και κοινωνικών παραγόντων και νευροεπιστήμης.

Από βιολογική άποψη, η συμπεριφορά μας επηρεάζεται από τις συνάψεις και τη χημεία του εγκεφάλου μας - και το τι τρώμε φαίνεται να έχει μεγαλύτερη σημασία απ' όσο πιστευόταν παλαιότερα. Κάθε είδους πράγματα επηρεάζουν τον τρόπο που επεξεργαζόμαστε πληροφορίες, που αντιδρούμε σε ερεθίσματα, αλλά και επικοινωνούμε.

Είναι σίγουρο ότι κληρονομούμε πολλά από τους γονείς μας. Αλλά ποια χαρακτηριστικά ανάγονται στο DNA σας; Ταυτίζονται με της αδελφής σας; Αν ναι, για ποιο λόγο - αν όχι, γιατί; Δεν ξέρω. Δεν ξέρετε. Κανείς δεν ξέρει. Άλλο ένα εξαιρετικό ερώτημα στο οποίο δεν έχουμε απάντηση.

Εντέλει, το γιατί ένα άτομο καταλήγει όπως είναι παραμένει πάντα ένα μυστήριο. Και ίσως δεν είναι τόσο σημαντικό, δεδομένου ότι εσείς κι εγώ είμαστε ήδη αυτοί που είμαστε. Είναι μάλλον απίθανο να αλλάξουμε σε αξιόλογο βαθμό σε αυτή τη συγκεκριμένη συγκυρία.

Από ψυχολογική άποψη, η ανατροφή μας, τα βιώματα και το περιβάλλον, όλα παίζουν σημαντικό ρόλο - και μην ξεχνάτε την κοινωνική διάσταση.

Η επίδραση πολιτιστικών, κοινωνικών και προσωπικών βιωμάτων στη διαμόρφωση συμπεριφορών αναγνωρίζεται όλο και περισσότερο.

Οι αλληλεπιδράσεις μας, η κουλτούρα μας και οι συλλογικές μας νόρμες - όλα επηρεάζουν τον τρόπο που εκφραζόμαστε. Το γενικό πλαίσιο παίζει κάποιον ρόλο, φυσικά. Ένα άτομο μπορεί να αλλάζει λίγο (ή και πολύ, ενίοτε) όταν αλλάζει δουλειά, ξεκινά μια καινούργια σχέση, μετακομίζει σε νέα γειτονιά, γίνεται μέλος μιας λέσχης ή κάνει οτιδήποτε άλλο.

Η κυρίαρχη άποψη του πεδίου επί του παρόντος είναι ότι

η ανθρώπινη συμπεριφορά είναι το απότοκο περίπλοκων αλληλεπιδράσεων ανάμεσα σε γενετικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες. Δεν είναι θέμα φύσης ενάντια στη διαπαιδαγώγηση, αλλά μάλλον του τρόπου που αλληλεπιδρά ο ένας με τον άλλο. Η επικρατούσα άποψη είναι ότι σχεδόν όλα τα χαρακτηριστικά και οι συμπεριφορές επηρεάζονται από έναν συνδυασμό γενετικών και περιβαλλοντικών παραγόντων.

Το να κατανοήσουμε από πού απορρέει η συμπεριφορά μας μας βοηθά να καταλάβουμε, και κάποιες φορές ακόμα και να προβλέψουμε, γιατί οι άνθρωποι συμπεριφέρονται με τον τρόπο που το κάνουν. Ενώσω διαβάζετε αυτό το βιβλίο, να θυμάστε αυτές τις ρίζες: τους βιολογικούς, ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες. Δεν έχει να κάνει απλώς με το να βάλουμε ταμπέλες ο ένας στον άλλο· περισσότερο έχει να κάνει με την κατανόηση συμπεριφορικών προτύπων και την εκμάθηση πώς να πορευόμαστε και να αντιδρούμε αποτελεσματικά σε αυτά. Κι επίσης, να το κάνουμε χωρίς να κρίνουμε τους ανθρώπους, πράγμα που αποτελεί μία από τις βασικές μου αξίες.

2.2 ΟΙ ΒΑΣΙΚΕΣ ΜΟΥ ΑΞΙΕΣ

Και τώρα, για να υπάρξει μια πολύ ομαλή μετάβαση: Το πώς να ερμηνεύετε τη συμπεριφορά που παρατηρείτε είναι ένα αναντίρρητα συναρπαστικό θέμα. Ας παραβλέψουμε προσωράς το όλο θέμα φύση-και-εκπαίδευση. Βαθιά μέσα μου, σε αυτό που εντέλει έγινε η προσωπικότητά μου, βρίσκονται οι βασικές μου αξίες - τόσο ενσωματωμένες στον χαρακτήρα μου, που είναι σχεδόν αδύνατον να τις αλλάξω.

Αυτά είναι τα πράγματα που έμαθα από τους γονείς μου όταν ήμουν παιδί ή που διδάχτηκα στο σχολείο όταν ήμουν πολύ μικρός. Στην περίπτωση μου ήταν διαφορετικές εκδοχές τού ότι έπρεπε «να διαβάζεις και να τα πηγαίνεις καλά στο

σχολείο, ώστε να βρεις μια καλή δουλειά όταν μεγαλώσεις» ή του «οι καβγάδες είναι κακό πράγμα». Το τελευταίο, για παράδειγμα, σημαίνει ότι δεν έχω σηκώσει ποτέ χέρι σε άλλο άτομο. Έχω να παλέψω από την τρίτη δημοτικού και, από όσο θυμάμαι, έχασα τότε. (Η συμμαθήτριά μου ήταν πολύ δυνατή.)

Όλοι μας κουβαλάμε πολλές τέτοιες βασικές αξίες. Ξέρουμε ενστικτωδώς τι είναι σωστό και τι όχι. Κανείς δεν μπορεί να μου πάρει αυτές τις βασικές αξίες. Απλώς υπάρχουν εκεί.

2.2.1 Οι στάσεις και οι προσεγγίσεις μου

Το επόμενο είναι η στάση μου, η οποία δεν ταυτίζεται ακριβώς με τις βασικές αξίες μου. Οι στάσεις είναι θέματα για τα οποία έχω σχηματίσει απόψεις που βασίζονται στις εμπειρίες μου ή στα συμπεράσματα στα οποία έχω καταλήξει από συναντήσεις κατά το τέλος της φοίτησής μου στο σχολείο, το λύκειο, καθώς και στο κολέγιο ή στην πρώτη μου δουλειά. Ακόμα και οι εμπειρίες που αποκομίζει κάποιος αργότερα στη ζωή μπορεί να διαμορφώσουν τη συμπεριφορά. Ό,τι βιώνω με άλλους ανθρώπους είτε θα ενισχύσει είτε θα επιβεβαιώσει πρωτύ-τερα διαμορφωμένες στάσεις μου. Δυστυχώς, σπάνια αλλά-ζουμε γνώμη.

2.2.2. Η βασική μου συμπεριφορά

Συνδυαστικά, οι βασικές μου αξίες και στάσεις επηρεάζουν τις επιλογές που κάνω στη συμπεριφορά μου, διαπλάθοντας τον πυρήνα της συμπεριφοράς μου – το άτομο που επιθυμώ περισσότερο να είμαι. Η βασική συμπεριφορά μου είναι αυτό που χρησιμοποιώ με απόλυτη ελευθερία, χωρίς καμιά επιρροή από εξωτερικούς παράγοντες, όταν έχει να κάνει αποκλειστικά και μόνο μ' εμένα.

Είμαι βέβαιος ότι έχετε εντοπίσει ήδη την πρόκληση που τίθεται εδώ: Πότε στην ευχή είμαστε απόλυτα ελεύθεροι από

οποιαδήποτε εξωτερική επιρροή; Όταν συζητώ αυτό το θέμα με ομάδες σε διαφορετικά περιβάλλοντα, συνήθως συμβιβάζομαστε σε μία συνθήκη όπου όντως ισχύει: όσο κοιμόμαστε. Διαφορετικά υποβαλλόμαστε σε διάφορες επιρροές λίγο ως πολύ αδιάλειπτα.

Αν γείρω αναπαυτικά στην αγαπημένη μου πολυθρόνα με ένα καλό βιβλίο ένα κυριακάτικο απόγευμα, φορτίζοντας τις μπαταρίες μου ενόψει μίας ακόμα εβδομάδας με εργασία σε πυρετώδεις ρυθμούς και όλο αυτό ενέχει μία έννοια ευθύνης, πάντα θα έχω κάποιον άλλο στο μυαλό μου. Ενώ φυλλομετρών τις σελίδες αυτού του μυθιστορήματος που ήθελα πολύ καιρό να διαβάσω, στήνω αφτί για τη γυναίκα μου. Στερεότυπο ή όχι, αν τύχει και με δει να κάθομαι χαλαρά εκεί, να είστε βέβαιοι πως θα μου βρει κάτι πιο χρήσιμο να κάνω.

Αλλά οι άνθρωποι είναι διαφορετικοί. Κάποιοι δεν νοιάζονται. Είναι πάντα ο εαυτός τους, μια και δεν κάνουν ποτέ ένα διάλειμμα για να εξετάσουν πώς τους αντιλαμβάνονται οι άλλοι. Μια απελευθερωτική, αν και ανησυχητική σκέψη, αν θέλετε τη γνώμη μου. Το πώς σας αντιλαμβάνονται οι άλλοι είναι ορισμένες φορές το κλειδί για την επιτυχία, αντί για την αποτυχία.

Όσο πιο στέρεη είναι η αυτοκατανόησή σας, τόσο μεγαλύτερη η δυνατότητά σας να προσαρμόζεστε στους ανθρώπους γύρω σας. Ή, αν προτιμάτε, τόσο ισχυρότερο το ένστικτο αυτοσυντήρησής σας.

2.2.3 Προσαρμοσμένη συμπεριφορά

Αυτό που βλέπουμε συνήθως εμείς οι υπόλοιποι είναι η προσαρμοσμένη συμπεριφορά. Είναι μία ερμηνεία μιας συγκεκριμένης συνθήκης και μία επιλογή για τον τρόπο δράσης – αυτή είναι η συμπεριφορά που τίθεται σε εφαρμογή. Σκεφτείτε τη σαν μια μάσκα που φοράτε για να ταιριάξετε σε μια δεδομένη συνθήκη: η μάσκα που πιστεύετε ότι είναι η κατάλληλη, βάσει της μορφής προσαρμοσμένης συμπεριφοράς

που θα σας επιτρέψει να ενσωματωθείτε στη συγκεκριμένη συνθήκη. Πράγμα που δίνει το έναυσμα για μια ενδιαφέρουσα σκέψη: διαφορετικοί άνθρωποι στην ίδια συνθήκη φορούν διαφορετικές μάσκες. Γιατί; Απλούστατα, ερμηνεύουμε τα ίδια ακριβώς δεδομένα με διαφορετικούς τρόπους.

Επιπροσθέτως, μπορεί να διαθέτουμε εκ φύσεως αρκετές μάσκες. Δεν είναι τόσο ασυνήθιστο να έχουμε μία στη δουλειά και μια άλλη στο σπίτι. Και μια τρίτη για τις επισκέψεις στα πεθερικά (σοφή επιλογή, κατά τη γνώμη μου). Σημειώνω απλώς ότι οι ερμηνείες μας διαφέρουν και κατόπιν ενεργούμε ανάλογα.

2.2.4 Περιβάλλοντες παράγοντες

Συνειδητά ή ασυνείδητα, οι περιβάλλοντες παράγοντες με κάνουν να επιλέγω μια συγκεκριμένη γραμμή πλεύσης. Στη διάρκεια αυτής της απλοποιημένης εξήγησης δεν διατείνομαι ότι έχω προσμετρήσει τους πολυάριθμους παράγοντες που δημιουργούν τα συμπεριφορικά μοτίβα ενός ατόμου, αλλά χρησιμεύει ως εισαγωγή.

Εξετάστε αυτόν τον τύπο:

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ = λ. (πρ. x π. π.)

Η *Συμπεριφορά* είναι μια λειτουργία της *Προσωπικότητας* και των *Περιβαλλόντων Παραγόντων*.

Η *Συμπεριφορά* είναι αυτό που μπορούμε να παρατηρήσουμε.

Η *Προσωπικότητα* είναι αυτό που προσπαθούμε να καταλάβουμε.

Οι *Περιβάλλοντες Παράγοντες* είναι πράγματα τα οποία ασκούν επιρροή πάνω μας.

Συμπέρασμα: Επηρεάζουμε συνεχώς ο ένας τον άλλο με ποικίλους τρόπους. Το κόλπο είναι να προσπαθήσουμε να καταλάβουμε τι υπάρχει εκεί, κάτω από την επιφάνεια.

ΠΟΙΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ ΑΠΟ ΟΛΑ ΑΥΤΑ;

Όπως ανέφερα στο τελευταίο κεφάλαιο, υπάρχουν κάποιοι που αντιτίθενται στην ιδέα της ταξινόμησης των ανθρώπων σε διαφορετικές κατηγορίες βάσει των τύπων συμπεριφοράς τους. Μπορεί να νιώθετε ότι δεν είναι σωστό να κατηγοριοποιείτε τους ανθρώπους με αυτόν τον τρόπο και ότι το να κολλάτε ταμπέλες στους ανθρώπους είναι κακό. Ωστόσο, παρατηρούμε τις διαφορές μας. Απλώς έτσι το κάνω εγώ.

Το γεγονός παραμένει ότι όλοι είμαστε διαφορετικοί και, αν θέλετε τη γνώμη μου, η επισήμανση αυτή μπορεί να είναι κάτι θετικό, αν γίνεται ορθά. Η λανθασμένη χρήση καθιστά κάθε εργαλείο επικίνδυνο. Εξαρτάται περισσότερο από το άτομο που το χρησιμοποιεί, παρά από το ίδιο το εργαλείο.