



Η Ανάπτυξη της Νοημοσύνης μέσα από τα θετικά χαρακτηριστικά

Πίνακας περιεχομένων

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1
1.0. Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΟΥ ΚΑΛΟΥ ΩΣ ΜΕΣΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ.....	2
1.1. Τρόπος ανακάλυψης θετικού του εαυτού.....	3
1.2. Τρόπος ανακάλυψης θετικού στον άλλο.....	4
1.3. Η ανακάλυψη του καλού μέσα σε ένα αρνητικό πλαίσιο.....	5
2.0. Η ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΑΥΞΑΝΕΤΑΙ ΣΕ ΔΥΟ ΕΠΙΠΕΔΑ.....	7
2.1. Πρώτο επίπεδο νοημοσύνης > ανάπτυξη νοημοσύνης του εαυτού.....	7
2.2. Δεύτερο επίπεδο νοημοσύνης > στρατηγική νοημοσύνης.....	14
3.0. ΕΠΙΛΟΓΟΣ.....	21
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	22

Εισαγωγή

Στο ποσοστό που εντοπίζει κανείς και με τον τρόπο που αξιοποιεί τα θετικά χαρακτηριστικά αυξάνει την νοημοσύνη και την στρατηγική νοημοσύνης του. Αυτό που θα σας δείξω με αυτή την παρουσίαση είναι ότι όταν κάποιος εντοπίζει τα θετικά χαρακτηριστικά του εαυτού του, εντοπίζει τα θετικά του άλλου

και εντοπίζει τα θετικά μέσα από μία αρνητική συμπεριφορά του άλλου, τότε αναπτύσσει την νοημοσύνη του, αλλά και την νοημοσύνη του άλλου που θέλει να βοηθήσει. Αυτή η ανάπτυξη της νοημοσύνης έχει να κάνει με τον τρόπο προσαρμογής στο περιβάλλον, στο πλαίσιο ή στις σχέσεις με τους ανθρώπους και όχι στο πώς να απομνημονεύεις την πληροφορία και να την ανακαλείς σαν να δίνεις εξετάσεις όπως οι μαθητές σε μία τάξη.

Θα αναπτύξουμε σύντομα δύο σημαντικά θέματα για την κατανόηση της νοημοσύνης. **Πρώτον** τη λειτουργία του καλού ως το σημαντικότερο μέσο της ανάπτυξης της νοημοσύνης. **Δεύτερον** ότι η νοημοσύνη αυξάνεται σε δύο διαφορετικά επίπεδα. Τέλος, οι ορισμοί της νοημοσύνης, χωρίς να αλλοιώνουν το επιστημονικό υπόβαθρο, αποτελούν προϊόν εμπειρίας και είναι τροποποιημένοι από τη λεξιλογική ερμηνεία τους με σκοπό την καλύτερη κατανόηση της λειτουργίας της νοημοσύνης, η οποία επαληθεύεται με επιστημονικό τρόπο, την παρατήρηση καθώς και την επαλήθευση της παρατήρησης.

1.0. Η λειτουργία του καλού ως μέσο ανάπτυξης της νοημοσύνης

Το καλό όταν εντοπίζεται και καταγράφεται μόνο καλό μπορεί να κάνει. Αυτό το καλό μπορεί να ανιχνευθεί σε τρία διαφορετικά επίπεδα. Το πρώτο είναι στον εαυτό, το δεύτερο στον άλλο και το τρίτο είναι όταν μέσα σε ένα αρνητικό πλαίσιο αναδεικνύεται το καλό.

Το καλό που έχει ο κάθε άνθρωπος καθορίζει την αυτοεικόνα του καθώς και την αυτοπεποίθησή του. Το κάθε καλό που εντοπίζεται στον εαυτό είναι μία νέα πληροφορία, η οποία ως πληροφορία και μόνο αρκεί με την σειρά της να αναπτύξει την νοημοσύνη του ανθρώπου. Ένα παράδειγμα: μαθαίνει ένας νέος μαθητής ότι είναι καλός στα μαθηματικά όπου μέχρι στιγμής του έλεγαν κάποιοι ότι δεν τα καταλαβαίνει. Ένας καθηγητής έδειξε με απλότητα στον μαθητή ότι είναι ικανός να κατανοεί τα μαθητικά με μία σύντομη διαδικασία απόδειξης. Ο νέος μαθητής πλέον

αποδίδει στα μαθητικά διότι μέσα από αυτή την πληροφορία κατανόησε ότι πράγματι είναι ικανός στα μαθηματικά.

Επομένως στο ποσοστό που γνωρίζει κάποιος τα χαρίσματά του, τις δεξιότητές του, όλα τα δυνατά του σημεία, στο ποσοστό αυτό επικοινωνεί με την αυτοεικόνα του και με αυτή την αυτοεικόνα στην συνέχεια επικοινωνεί με το περιβάλλον που σχετίζεται.

1.1. Τρόπος ανακάλυψης θετικού του εαυτού

Ο τρόπος για να ανακαλύψει κάποιος τον εαυτό του εμπειρικά είναι να εντοπίσει και να γράψει για τον εαυτό του όλα τα θετικά χαρακτηριστικά, όλες τις δεξιότητες και εν συνεχεία όλα τα χαρίσματα τα οποία εκείνος αντιλαμβάνεται. Στην συνέχεια θα πρέπει να ρωτήσει σημαντικά πρόσωπα για εκείνον για τα οποία πιστεύει ότι τον αγαπούν και τον εκτιμούν είτε από το συγγενικό περιβάλλον, είτε από το φιλικό, είτε το εργασιακό. Στην συνέχεια προσθέτει στην καταγραφή του τα επιπλέον θετικά του εαυτού του που βλέπουν οι άλλοι, αλλά δεν βλέπει αυτός για τον εαυτό του. Μπορεί και να γίνει ένας διάλογος με το πρόσωπο που επισημαίνει τα θετικά του εαυτού του. Διευκρινιστικές ερωτήσεις με τις φράσεις όπως «τι εννοείς;» ή «μπορείς να μου πεις πώς κατάλαβες το τάδε θετικό μου;» ή «το τάδε χάρισμά μου;» ή «την τάδε δεξιότητά μου;» ή να πεις «αυτό δεν το κατάλαβα» παρόλο που το έχεις καταλάβει σε μεγάλο ποσοστό, αλλά με αυτό το ερώτημα αυτό θα δεις στο 100% τι θετικό βλέπει ο άλλος για τον εαυτό σου.

Αυτή η διαδικασία φαίνεται απλή και εύκολη, ωστόσο είναι τόσο σημαντική, αλλά και μεγάλη σε αξία και δύναμη. Ισορροπεί και συναλλάσσεται η εσωτερική εικόνα του εαυτού με το εξωτερικό περιβάλλον. Αυτό το μοίρασμα της εικόνας εαυτού με το περιβάλλον, δηλαδή με τους άλλους ανθρώπους, αποκαλύπτει την αλήθεια του εαυτού. Επίσης, ανάλογα το ποσοστό συμφωνίας μεταξύ του ίδιου του εαυτού με τους άλλους ανθρώπους διαφοροποιείται και αυξάνεται η αυτοεικόνα. Δηλαδή, εάν πιστεύει κάποια γυναίκα ότι δεν είναι όμορφη ή δεν

είναι έξυπνη και οι εξωτερικοί παρατηρητές βλέπουν ότι είναι όμορφη και έξυπνη, τότε στο ποσοστό που αποδεχθεί η γυναίκα ότι είναι όμορφη και έξυπνη στο ίδιο ποσοστό αυξάνει και την δική της αυτοεικόνα, αλλάζει τον τρόπο που σχετίζεται με το περιβάλλον της και αυξάνεται η νοημοσύνη της, διότι πρόσθεσε στον εαυτό της με την βοήθεια του περιβάλλοντός της νέες πληροφορίες με δυναμικά χαρακτηριστικά που τροποποιούν προς το καλύτερο την αυτοεικόνα και κατά συνέπεια την νοημοσύνη.

Ο διάλογος με τον εαυτό είναι πολύ σημαντικός, διότι αυτός από μόνος του αναπτύσσει την νοημοσύνη του ανθρώπου, εφόσον ανακαλύπτει το καλό και το ανώτερο στον εαυτό του με τρόπο στοχευμένο. Αυτός ο διάλογος, εφόσον μαθευτεί από τον άνθρωπο, αποτελεί εμπειρία και ταυτόχρονα ψυχικό εργαλείο που τον βοηθάει να βελτιώνει πάντα τον εαυτό του, ενώ ταυτόχρονα μπορεί να μεταδώσει αυτή την εμπειρία και να την διδάξει ως ένα ψυχικό εργαλείο σε άλλα πρόσωπα τα οποία αγαπάει και συναλλάσσεται. Αυτός ο διάλογος ουσιαστικά είναι η επαλήθευση της πραγματικότητας.

1.2. Τρόπος ανακάλυψης θετικού στον άλλο

Ο τρόπος για να ανακαλύψει κάποιος τα θετικά στον άλλο είναι να τα εντοπίσει, να τα καταγράψει και, εάν μπορεί, να τα πει στον άλλο με κάποιο τρόπο. Ένα παράδειγμα είναι: ένας πατέρας εντοπίζει τα θετικά χαρακτηριστικά στον γιο του, τα καταγράφει σε ένα χαρτί και μετά από μόνος του βρίσκει ένα στοχευμένο και λειτουργικό τρόπο να τα επικοινωνήσει στο παιδί του. Επίσης, μπορεί τα χαρίσματα που βλέπει στον γιο του να τα περιγράψει στην γυναίκα του και αφενός να την ρωτήσει εάν συμφωνεί και αφετέρου της ζητήσει να περιγράψει η ίδια άλλα θετικά που βλέπει εκείνη στο παιδί τους και δεν βλέπει ο ίδιος. Αυτός ο διάλογος μπορεί να γίνει και με άλλο σημαντικό για τον γονέα πρόσωπο που έχει άποψη για το παιδί του και το αγαπά.

Η συμφωνία μεταξύ των δύο γονέων στα θετικά του παιδιού τους αυξάνει την νοημοσύνη των δύο γονέων, διότι αφενός και οι δύο τους πρόσθεσαν πληροφορία στον εαυτό τους και αφετέρου η ίδια η συμφωνία λειτουργεί δυναμικά στην σχέση τους και έρχονται μεταξύ τους πιο κοντά. Ο λόγος είναι διότι επικοινωνήσαν θετικές πληροφορίες για ένα σημαντικό πρόσωπο που αγαπάνε και οι δύο που στην προκειμένη περίπτωση είναι το παιδί τους. Επίσης, εάν ο κάθε γονέας ξεχωριστά επικοινωνήσουν στο παιδί τα θετικά χαρακτηριστικά του με στοχευμένο τρόπο, τότε αυτό θα αυξήσει την νοημοσύνη του παιδιού. Η επικοινωνία τους ουσιαστικά είναι επαλήθευση της πραγματικότητας. Ο λόγος είναι διότι το παιδί, που ενδεχομένως μέχρι εκείνη την στιγμή να είχε αρνητική ή κατώτερη εικόνα για τον εαυτό του, αύξησε την πληροφορία στα θετικά χαρακτηριστικά του εαυτού του. Επίσης, έχει μεγαλύτερη επίδραση στο παιδί το να λαμβάνει πληροφορία για τα θετικά του χαρακτηριστικά από ένα σημαντικό πρόσωπο της ζωής του σε σχέση με το να τη λαμβάνει από ένα άλλο πρόσωπο που δεν είναι σημαντικό για την προσωπική του ζωή.

Ο τρόπος ανακάλυψης του θετικού του άλλου αναπτύσσει την νοημοσύνη του ανθρώπου και ο άνθρωπος αποκτά εμπειρία τέτοια η οποία αποτυπώνεται στην μνήμη με αποτέλεσμα να ανακαλείται το μοτίβο επιτυχίας και σε άλλες σχέσεις. Επομένως, είναι όπως όταν μαθαίνει κάποιος κάτι, λόγου χάριν το να κάνει ποδήλατο, και δεν ξεχνάει ποτέ αυτή την διαδικασία, αλλά την ανακαλεί όποτε την έχει ανάγκη. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι να έχει βιώσει την ανακάλυψη του θετικού του άλλου ως μία διαδικασία και αυτό από μόνο του φθάνει έτσι ώστε να την πραγματοποιήσει, όταν την έχει ανάγκη, σε διαφορετικές σχέσεις και πλαίσια, ακόμα και εκτός οικογενείας.

1.3 Η ανακάλυψη του καλού μέσα σε ένα αρνητικό πλαίσιο

Για να ανακαλύψει κάποιος ένα θετικό χαρακτηριστικό μέσα από ένα αρνητικό πλαίσιο, απαιτεί δεξιότητα η οποία εξελίσσεται ως

χάρισμα. Ένα παράδειγμα είναι να δεις ένα θετικό όταν ένα παιδί πέντε ετών τρέχει μέσα στο σαλόνι επικίνδυνα ή ένα οκτάχρονο αγόρι μαλώνει με τον αδελφή του ή ένα άλλο παιδί δεκαπέντε ετών μαλώνει στο σχολείο με τους συμμαθητές του ή η νύφη με την πεθερά είναι σε μία μόνιμη αντιπαράθεση. Πίσω από αυτές τις συνθήκες, αλλά και σε κάθε άλλο αρνητικό πλαίσιο, κρύβεται πάντα ένα καλό και αυτός είναι κανόνας της ζωής. Το ζήτημα είναι κατά πόσον ο άνθρωπος είναι ικανός να δει το καλό που συμβαίνει, να το αναδείξει και να το διαπραγματευθεί. Αυτή η διαδικασία αναπτύσσει την νοημοσύνη του ανθρώπου στο περιβάλλον που ζει και τον αναδεικνύει ως δάσκαλο ζωής, ο οποίος ζει ποιοτικά την ζωή του και βοηθάει άλλους ανθρώπους να δούνε την ζωή τους διαφορετικά, προς το καλύτερο.

Τα θετικά που θα μπορούσαμε να εντοπίσουμε στα παραπάνω παραδείγματα εστιάζονται στις προθέσεις του προσώπου που μας ενδιαφέρει και όχι στο αποτέλεσμα της συμπεριφοράς ή τα μέσα που χρησιμοποιεί. Επίσης, το καλό που εντοπίζουμε είναι το καλό που βλέπει ο παρατηρητής και το οποίο πιστεύει ότι υπάρχει. Αν κάποιος δεν πιστεύει ότι υπάρχει κάτι καλό σε μία αρνητική συνθήκη ή στα παραπάνω παραδείγματα, τότε δεν μπορεί να αναπτύξει και την δική του νοημοσύνη. Το καλό είναι σίγουρο ότι υπάρχει ακόμα και στις πιο δύσκολες συνθήκες. Το θέμα είναι να βρεθεί και να αποκαλυφθεί με τον οποιοδήποτε τρόπο. Ένας τρόπος να αναδειχθεί το καλό είναι να πιστεύει κάποιος ότι υπάρχει το καλό, δηλαδή κάποιος σαν εσένα ο οποίος θέλεις να αναπτύξεις την νοημοσύνη σου μέσα από το καλό που βλέπεις ως παρατηρητής σε ένα αρνητικό πλαίσιο, όσο δύσκολο και εάν φαίνεται.

Η βάση είναι να πιστεύεις ότι υπάρχει το καλό. Το αμέσως επόμενο βήμα είναι να εστιάσεις στις προσθέσεις του κάθε ενός προσώπου που θέλεις να βοηθήσεις, αρκεί να το πεις με τρόπο ρεαλιστικό. Επομένως, εάν το παιδί σου μαλώνει με τον αδελφό του, το κάνει για κάποιο λόγο και πρέπει να τον βρεις, να του το πεις και να το παραδεχθεί. Αν του το πεις και δεν είναι ο καλός λόγος αυτός που εντόπισες, τότε θα πρέπει να το ρωτήσεις, ώστε

να βρεθεί το καλό μέσα από τις πραγματικές προθέσεις του παιδιού σου . Αν δεν μπορεί να βρει το παιδί στον εαυτό του το καλό, τότε πάλι θα πρέπει να επανέλθεις στα δύοαρχικά βήματα. Να εστιάζεις καλύτερα στο θετικό του εαυτού σου, μετά στο θετικό του άλλου και μετά πάλι επιχειρείς να βρεις το θετικό μέσα σε αρνητικό πλαίσιο. Η δυσκολία δεν είναι στην διαδικασία αλλά στο να πραγματοποιείται **σωστά** η διαδικασία. Άλλωστε αυτός είναι ο λόγος που υπάρχει και η εξωτερική βοήθεια, η οποία παρέχεται και στα δικά μας προγράμματα.

2.0. Η νοημοσύνη αυξάνεται σε δύο επίπεδα

Το **πρώτο επίπεδο νοημοσύνης** αναφέρεται στον εαυτό του ανθρώπου που θέλει να αναπτύξει την νοημοσύνη του και αυτό πραγματοποιείται σε δύο φάσεις:

- α. με τον εσωτερικό διάλογο
- β. με την συναλλαγή της επικοινωνίας

Το **δεύτερο επίπεδο** περιλαμβάνει τη νοημοσύνη που είναι ικανή να βοηθάει τον άλλο. Αυτό θα μπορούσαμε να το ονομάσουμε και ως στρατηγική της νοημοσύνης, διότι απαιτεί συγκεκριμένα βήματα τα οποία είναι ικανά να πραγματοποιηθούν και αναλύονται σε τέσσερα σημεία:

1. Είναι μία στρατηγική ως θεράπων ιατρός που θεραπεύει.
2. Εξαπατάς τον άλλο αφήνοντας να νιώθει ότι σε εξαπατά.
3. Η διαδικασία θεραπείας είναι ανώδυνη, ανεπαίσχυντη και ειρηνική.
4. Είναι άμεση και έμμεση ως προς τα αποτελέσματα στο τώρα και στο μέλλον.

2.1. Πρώτο επίπεδο νοημοσύνης > ανάπτυξη νοημοσύνης του εαυτού

2.1.1. εισαγωγικά

Το πρώτο επίπεδο νοημοσύνης είναι η προσωπική ανάπτυξη. Αυτό πραγματοποιείται με την εστίαση στα θετικά του εαυτού, στα θετικά του άλλου και στην ανακάλυψη του καλού μέσα από μία κακή συμπεριφορά. Αυτό σημαίνει ότι ο άνθρωπος αρχίζει

και βλέπει με διαφορετικά φίλτρα το περιβάλλον, το πλαίσιο, τις ανθρώπινες σχέσεις που βρίσκεται. Αυτό σημαίνει ότι αποκτά σταδιακά την ικανότητα να διαβάζει στοχευμένα τις πληροφορίες που δέχεται από το περιβάλλον και ταυτόχρονα να τις αξιολογεί σύμφωνα με την εσωτερική του τάξη και ιεραρχία με μεγαλύτερη ακρίβεια, έτσι ώστε να εκπέμπει με την σειρά του πληροφορία τέτοια, η οποία να είναι κατανοητή στον δέκτη που απευθύνεται. Επομένως, κατανοεί το περιβάλλον του και γίνεται πιο κατανοητός από το περιβάλλον του σε σχέση με το πριν. Η επικοινωνία αυτή λειτουργεί με επιπλέον θετικά αποτελέσματα. Συγκεκριμένα, μειώνει το άγχος, αυξάνει την αυτοπεποίθηση, αλλάζει την αυτοεικόνα του, διότι κατανοεί και κατανοείται από το περιβάλλον του.

Ο εντοπισμός και ο διάλογος των θετικών χαρακτηριστικών με την παρατήρηση και την πρακτική επαλήθευση ουσιαστικά βοηθάνε να αναπτύσσεται διαρκώς η νοημοσύνη πρώτον στον εαυτό, δεύτερον στον άλλο και τρίτον στο περιβάλλον. Με την λέξη νοημοσύνη δεν εννοούμε εξυπνάδα σε επίπεδο πληροφορίας μαθητικών εξετάσεων και ακαδημαϊκών επιτυχιών. Αν ορίζαμε την νοημοσύνη έτσι, τότε θα ήταν πάρα πολύ φτωχός ο ορισμός αυτός. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι οι επιδόσεις σε εξετάσεις και σε επίπεδο ακαδημαϊκών σπουδών είναι μέρος της νοημοσύνης και όχι η νοημοσύνη καθαυτή.

2.1.2. ορισμός νοημοσύνης

Νοημοσύνη σημαίνει να προσαρμόζομαι στο περιβάλλον σύμφωνα με τις δυνατότητές μου και τις πραγματικές ανάγκες του περιβάλλοντος. Νοημοσύνη σημαίνει τρόπος να προσαρμόζομαι στο περιβάλλον και όσο μαθαίνω νέους τρόπους προσαρμογής, άλλο τόσο αναπτύσσονται νέες και περισσότερες πληροφορίες για νέους και περισσότερους τρόπους προσαρμογής εντός του περιβάλλοντος. Άρα όσο μεγαλώνει η πληροφορία, άλλο τόσο διευρύνεται και ο τρόπος προσαρμογής στο περιβάλλον, επομένως, άλλο τόσο μεγαλώνει και η νοημοσύνη. Αυτό γίνεται και αντίστροφα. Όσο αναπτύσσεται, εξελίσσεται και μεγαλώνει το περιβάλλον, άλλο τόσο ο άνθρωπος αναπτύσσει

και νέους τρόπους προσαρμογής στο περιβάλλον, επομένως αναπτύσσει την νοημοσύνη του.

Ένα παράδειγμα είναι: όσο ο πατέρας αναπτύσσει τον εαυτό του στην νοημοσύνη του, άλλο τόσο βοηθάει και τα μέλη της οικογένειάς του να αναπτυχθούν στην νοημοσύνη τους και αντίστροφα. Όσο το περιβάλλον του, δηλαδή τα μέλη της οικογένειάς του, αναπτύσσονται στην νοημοσύνη τους, άλλο τόσο αναπτύσσεται και η νοημοσύνη του πατέρα.

Η προσωπική ανάπτυξη της νοημοσύνης γίνεται σε δύο βήματα. Με τον εσωτερικό διάλογο και με την συναλλαγή. Δηλαδή, πρώτα επικοινωνείς με τον εαυτό σου ρεαλιστικά και μετά αυτή την εσωτερική επικοινωνία τη συναλλάσεις με το εξωτερικό περιβάλλον. Ας δούμε καλύτερα τον τρόπο ανάπτυξης της νοημοσύνης.

2.1.3. Εσωτερικός διάλογος

Με το ερώτημα «τι θετικά βλέπεις στον εαυτό σου;» ενεργοποιείται στον άνθρωπο ένας εσωτερικός διάλογος, έτσι ώστε να δει το καλό που έχει μέσα του. Ο άνθρωπος όταν μπαίνει στην διαδικασία να παρατηρεί τον εαυτό του σε ό,τι καλό έχει μέσα του, τότε μόνο καλό μπορεί να παράξει. Το καλό που πραγματοποιείται είναι σε διαφορετικά επίπεδα και σχέσεις, μόνο και μόνο επειδή βλέπει το καλό μέσα του στο οποίο εστιάζει. Δεν είναι τυχαίο ότι ο άνθρωπος κοινωνικά γίνεται συμπαθής, αποδεκτός και αγαπητός ανάλογα των καλών που διαθέτει και πώς σχετίζει αυτά τα καλά που έχει μέσα στην κοινωνία, στον περιβάλλον του, στις σχέσεις του.

Επίσης, τα καλά που βλέπει στον εαυτό του οριοθετούν τον εαυτό του. Αυτά τα όρια ορίζονται από τα χαρίσματα και τα θετικά χαρακτηριστικά του εαυτού του και από το πώς αυτά τα κατανοεί, τα ερμηνεύει και τα επικοινωνεί με τον εαυτό του. Βλέπει πού μπορεί φθάσει από μόνος του και κατά πόσο μπορεί να δει τον εαυτό του, έτσι ώστε να ενταχθεί εργασιακά, μορφωτικά, επιχειρηματικά, σχεσιακά μέσα στην κοινωνία. Επομένως, όσο

αναζητούνται θετικά χαρακτηριστικά με ρεαλιστικό και αντικειμενικό τρόπο, άλλο τόσο αυτά τα χαρακτηριστικά οριοθετούν τον εαυτό και επομένως τα όρια παράγουν σχέσεις, στοχευμένη προσαρμογή στην κοινωνία και ποιότητα ζωής.

2.1.4. Συναλλαγή επικοινωνίας

Η παρατήρηση του καλού και η επαλήθευσή του είναι μία συναλλαγή πληροφορίας με τον άνθρωπο που αγαπάτε και με αυτή τη συναλλαγή θα παραχθεί σε εσάς ποιότητα ζωής. Εφόσον πραγματοποιηθεί έστω και μία φορά με επιτυχία η πρακτική επαλήθευση όπως αναφέραμε παραπάνω, τότε αυτό αναμένεται να αλλάξει συναισθήματα και να τροποποιήσει τις υπάρχουσες συναλλαγές, δηλαδή τον τρόπο που σχετίζεστε με τους άλλους. Η επιτυχία κρίνεται από τον τρόπο που εσείς συναλλάσσετε με τον άλλο, δηλαδή στο ποσοστό που εστιάζετε στα θετικά του και όχι στα αρνητικά του, στο ίδιο ποσοστό θα πάρει βοήθεια από εσάς, στο ίδιο ποσοστό θεωρείται η συναλλαγή επιτυχημένη και στο ίδιο ποσοστό αναπτύσσεται και η προσωπική σας νοημοσύνη.

Αυτό είναι σημαντικό, διότι η συντριπτική πλειοψηφία πιστεύει ότι δίνει βοήθεια σε πρόσωπο που αγαπάει μόνον όταν εστιάζει στα αρνητικά του άλλου. Αυτό έχει και μία εξαπάτηση προς το πρόσωπο που απευθύνεται. Δηλαδή, περιγράφει κάποιος το αρνητικό και από την άλλη λέει «εγώ για το καλό σου το λέω, επειδή ενδιαφέρομαι» ή παρουσιάζεται ο εαυτός ως αυθεντία που τα γνωρίζει καλύτερα εκείνος επειδή είναι μεγάλος και έμπειρος. Από την άλλη όμως ο άλλος που ακούει ως ακροατής/δέκτης, επειδή εστιάζεται η αρνητική πληροφορία για τον εαυτό του, μέσα του παράγεται εσωτερική αντίσταση, αλλά δεν αντιδρά για δύο λόγους. Είτε από ευγένεια είτε ο άλλος είναι τόσο ανώτερος που δεν μπορεί να του αντισταθεί, επειδή ως ανώτερος έχει δύναμη.

Το τελικό αποτέλεσμα στην εστίαση του αρνητικού του άλλου είναι μία προσωρινή αλλαγή ή μία υπόσχεση από τον δέκτη, που όμως δεν τηρείται. Λέει εν ολίγοις αυτός που δέχεται τα αρνητικά

από ένα άλλο ανώτερο πρόσωπο τα εξής: ναι έχεις δίκιο ή θα προσπαθήσω ή σου υπόσχομαι ότι θα κάνω βελτιώσεις, θα αλλάξω, αλλά το αποτέλεσμα είναι το ίδιο, δεν αλλάζει ή τις περισσότερες φορές υποτροπιάζει.

Σημασία έχει ότι η παρέμβαση είναι προσωρινή στην καλύτερη των περιπτώσεων. Συνήθως, όταν εστιάζει κάποιος στο αρνητικό του άλλου έτσι ώστε να τον βοηθήσει, παράγει εσωτερικές αντιστάσεις που τις περισσότερες φορές αναπτύσσουν στρατηγικές άρνησης και αναμένονται νέα σενάρια αντίθετα με τις προσδοκίες. Δηλαδή, άλλα έχει ως προσδοκία στις συμβουλές π.χ. ο πατέρας προς το παιδί και τελικά το παιδί παραμένει στις δικές του σκέψεις και πράξεις καθηλωμένο να επαναλάβει τα ίδια και τα ίδια. Η καθήλωση δεν είναι προϊόν του χαρακτήρος του παιδιού αλλά αποτέλεσμα λανθασμένης σχέσης. Δηλαδή, εάν μάθει να σχετίζεται επί παραδείγματι ο πατέρας με το παιδί εστιάζοντας στα θετικά του θα έχει καλύτερα και μεγαλύτερα θετικά αποτελέσματα, παρά αν εστιάζει στα αρνητικά του.

Αν δεν μπορείτε να προσεγγίσετε θετικά κάποια δύσκολη σχέση τότε και πάλι μπορείτε να είστε κερδισμένοι. Απλά στη χειρότερη των περιπτώσεων προτιμότερο είναι να σιωπήσετε, διότι εάν μιλήσετε αρνητικά, μόνο αρνητικά αποτελέσματα θα δείτε. Γνωρίζετε, εφόσον έχετε δοκιμάσει στην πράξη, ότι περιγράφοντας τα θετικά μόνο θετικά αποτελέσματα θα παραχθούν.

Το απλό ερώτημα «τι θετικά βλέπεις στον εαυτό σου;» αναπτύσσει την νοημοσύνη του ανθρώπου μέσα από το θετικό εσωτερικό περιβάλλον του εαυτού. Όταν ρωτάτε τον άλλο ποια είναι τα θετικά του, τότε αυτός σκέφτεται τι θετικά βλέπει. Αυτό είναι σαν να χαρτογραφεί τον εαυτό του ή να περιγράφει τα δεδομένα του εαυτού του. Αν σκεφτεί κάτι επιπλέον θετικό που στην αρχή το υποθέτει και στην συνέχεια το επιβεβαιώνει με έναν γόνιμο διάλογο, τότε σε αυτή την μικρή ανακάλυψη του θετικού βρίσκεται ένα σημείο ανάπτυξης της νοημοσύνης από πλευράς διεργασίας.

Επιπλέον, αυτό που συνειδητά ανακάλυψε στον εαυτό του μέσα από τον διάλογο, τώρα γνωρίζει ο ίδιος ότι το έχει. Πρόκειται για ένα καλό το οποίο όμως, από τη στιγμή που το περιγράφει, είναι ένα επιπλέον εργαλείο το οποίο μπορεί να αξιοποιήσει. Για παράδειγμα, πιστεύει ότι είναι έξυπνος στα μαθηματικά, ενώ πριν δεν το πίστευε. Αυτό είναι ανάπτυξη νοημοσύνης, επειδή ανακάλυψε ότι έχει την δυνατότητα να λύνει ασκήσεις στα μαθηματικά και έχει πλέον άλλη εικόνα του εαυτού του, η οποία όμως είναι ρεαλιστική. Πράγματι ήταν καλός στα μαθηματικά και δεν το ήξερε και τώρα με την βοήθεια του απλού διαλόγου το ανακάλυψε. Το ανακάλυψε μέσα από έναν ανώτερο άνθρωπο, που ο ανώτερος αυτός άνθρωπος μπορεί να είστε εσείς που τον βοηθάτε.

Επίσης, εσείς που τον παρατηρείτε και είστε μαζί του σε αυτό τον γόνιμο διάλογο αναπτύσσετε και τη δική σας νοημοσύνη. Ότι νέο μαθαίνετε σε επίπεδο πληροφορίας για τον άλλο και ο τρόπος που τον παρατηρήσατε είναι προσαρμογή περιβάλλοντος. Ο άλλος κατάλαβε ότι τον ακούσατε, τον αποδεχθήκατε, τον κατανοήσατε, επομένως του αφαιρέσατε και το άγχος του, αφού προηγουμένως βρήκατε εσείς τρόπο να αφαιρέσετε και το δικό σας άγχος εστιάζοντας στα δικά σας θετικά χαρακτηριστικά. Επίσης, του δώσατε νόημα στην ζωή του, επειδή κατάλαβε ότι έχει άνθρωπο στην ζωή του που τον καταλαβαίνει.

Όλο αυτό σημαίνει για εσάς επιτυχία προσαρμογής, επομένως με αυτή την απλή διαδικασία αναπτύσσεται και η δική σας νοημοσύνη. Αυτό πραγματοποιείται επειδή εσείς μάθατε μία ακόμα νέα επιτυχή συναλλαγή και αυτό είναι ανάπτυξη νοημοσύνης, επειδή η προσαρμογή ήταν επιτυχής. Αν επαναληφθεί αυτή η συναλλαγή και είναι παρόμοια σε διαφορετικό πλαίσιο, όπως ο τρόπος που μιλάτε με το παιδί σας ή με έναν φίλο σας, επειδή είναι νέα πληροφορία, τότε θα αυξηθεί και πάλι η νοημοσύνη σας και η νοημοσύνη του ανθρώπου που σχετίζεστε. Μπορεί να είναι και άλλες όμοιες συναλλαγές, αλλά αυτές οι συναλλαγές διαφέρουν όπως οι άνθρωποι που είναι

όμοιοι σε όλα, αλλά διαφέρουν στις λεπτομέρειες εξωτερικών και εσωτερικών χαρακτηριστικών. Επομένως, κάθε φορά που επαναλαμβάνετε αυτή την διαδικασία είναι και μια μοναδική εμπειρία που αυξάνει την νοημοσύνη σας και την νοημοσύνη του προσώπου που αγαπάτε.

Ένα άλλο σημαντικό αποτέλεσμα είναι ότι ο άνθρωπος διαρκώς εξελίσσεται στην νοημοσύνη του και αυτό σημαίνει ότι καθώς σχετίζεται με τα άλλα μέλη, όπως επί παραδείγματι με τα μέλη της οικογένειάς του, άλλο τόσο αυξάνεται και η νοημοσύνη των μελών της οικογένειάς του. Αυτό γίνεται και αντίστροφα. Δηλαδή, όσο τα μέλη της οικογένειάς του αναπτύσσονται, δηλαδή όσο μεγαλώνει και αυξάνεται ο μέσος όρος νοημοσύνης των μελών της οικογένειάς του, άλλο τόσο διαρκώς θα αυξάνεται και η νοημοσύνη π.χ. του πατέρα, επειδή το ίδιο το περιβάλλον του, τα μέλη της οικογένειάς του, αναπτύχθηκαν.

Αυτό μπορεί να συμβεί σε οποιοδήποτε πλαίσιο ομάδας ή κοινωνίας. Ένα παράδειγμα είναι ότι η διαρκώς αυξανόμενη τεχνολογία στην κοινωνία επηρεάζει και τον κάθε άνθρωπο να είναι συμβατός με την νέα τεχνολογία, έτσι ώστε να την μαθαίνει όσο μπορεί, επομένως και να προσαρμόζεται στα νέα δεδομένα της τεχνολογίας, άρα και να αναπτύσσει την δική του νοημοσύνη. Αυτό συμβαίνει σε επίπεδο τεχνολογίας το οποίο με την δική του σειρά επηρεάζει τον άνθρωπο σχεσιακά με το περιβάλλον του. Ο άνθρωπος θα επιβιώσει από το ποσοστό προσαρμογής στο περιβάλλον που ζει και αυτή η προσαρμογή είναι ο δείκτης νοημοσύνης που θα του επιτρέψει την επιβίωσή του, άρα και θα του καθορίσει και την ποιότητα της ζωής του.

Η συνθήκη του νέου περιβάλλοντος με νέες και περισσότερες αλλαγές απαιτούν ανάλογες νέες και περισσότερες αλλαγές από την πλευρά του ανθρώπου, έτσι ώστε να μπορεί να επιβιώσει μέσα στο νέο περιβάλλον. Η επιβίωση θα εξαρτηθεί από την νέα συναλλαγή που θα εμπνευσθεί ο άνθρωπος, η οποία θα εξαρτηθεί από την στρατηγική που θα εφαρμόσει. Βρισκόμαστε πολιτισμικά σε ένα επίπεδο που ο άνθρωπος δεν έχει ξαναζήσει.

Ο άνθρωπος εάν αποτυγχάνει σήμερα στις σχέσεις του, συμβαίνει διότι εφαρμόζει στρατηγικές νοημοσύνης που τον υπονομεύουν. Δεν μπορεί να διανοηθεί ότι ζει συμβατικά με έναν τρόπο ζωής που δεν παράγει ποιότητα ζωής, επειδή το επίπεδο της νοημοσύνης που διαθέτει είναι διαφορετικό από αυτό που επιθυμεί να σχετιστεί. Άλλο επιθυμεί και προσδοκεί επί παραδείγματι ο πατέρας όταν σχετίζεται με το παιδί του και άλλο είναι αυτό που βλέπει ως αποτέλεσμα.

2.2. Δεύτερο επίπεδο νοημοσύνης > στρατηγική νοημοσύνης

2.2.1. Εισαγωγικά

Ο τρόπος που σας προτείνω να συναλλάσσεστε είναι τρόπος που παράγει όχι μόνον ανάπτυξη της νοημοσύνης αλλά και στρατηγικές νοημοσύνης, έτσι ώστε να βοηθάτε τον άνθρωπο που αγαπάτε, να αλλάζει η ποιότητα της δικής σας ζωής. Θα δούμε τώρα την στρατηγική της νοημοσύνης που είναι πρόταση ζωής ως προς την λειτουργία της, όπως αυτή τη μαθαίνετε μέσα από την διαδικασία της ανίχνευσης του καλού, όπως είπαμε στην αρχή.

2.2.2. σχέση πρώτης και δεύτερης νοημοσύνης

Το δεύτερο επίπεδο νοημοσύνης είναι η στρατηγική νοημοσύνης. Αυτό σημαίνει ότι στοχευμένα παρεμβαίνει ο άνθρωπος σε ειδικές σχέσεις, όπως ο πατέρας προς το παιδί του, έτσι ώστε να το βοηθήσει αποτελεσματικά, όταν αυτό χρειάζεται. Αυτό σημαίνει ότι στο ποσοστό που μπορεί ο άνθρωπος να αναπτύξει το πρώτο επίπεδο νοημοσύνης, δηλαδή την νοημοσύνη του εαυτού του, στο ίδιο ποσοστό θα μπορεί και στοχευμένα να παρεμβαίνει στις ειδικές σχέσεις με σκοπό να βοηθήσει όπως ο γιατρός τον ασθενή. Η παρέμβαση λειτουργεί ως θεράπων ιατρός, δηλαδή παρεμβαίνει θεραπευτικά. Χωρίς συμβουλές και λογικά τρικ που πείθουν, αλλά όπως ο θεράπων ιατρός εν ώρα χειρουργείου, χρησιμοποιεί τις κατάλληλα στοχευμένες ενέργειες με τα ανάλογα φάρμακα, χωρίς ο ασθενής να πονάει

και να αντιστέκεται στα φάρμακα και στην διαδικασία του χειρουργείου.

2.2.3. παρέμβαση προληπτική > πρότυπο παραδείγματος

Επίσης η παρέμβασή του είναι προληπτική, δηλαδή επινοεί με την ευφυΐα του το μείζων, το οποίο και θεραπεύει, την στιγμή που το έλασσον προβάλλεται ως βασική ανάγκη, ενώ στην πραγματικότητα δεν είναι πραγματική ανάγκη αλλά τεχνητή. Ένα παράδειγμα είναι όπως ένας ναρκομανής λέει ότι η χρήση κάποιας ουσίας και η εξάρτηση από αυτή είναι για αυτόν παράδεισος και ευτυχία. Τέλος, η παρέμβασή του ως θεράπων ιατρός αποτελεί παράδειγμα προς μίμηση και χωρίς να προβάλλει εαυτόν έλκει τον άλλο σε βαθμό θαυμασμού, του προκαλεί συναισθήματα αγάπης και σεβασμού και ταυτόχρονα ο άλλος θεραπεύεται μόνο με την συνάντηση του καλού παραδείγματος, που εκπροσωπείται από έναν ανώτερο άνθρωπο που έχει ρόλο θεράποντος ιατρού. Αυτό θα το δούμε παρακάτω.

2.2.4. πέραν από αυτό που βλέπει ο άλλος

Η νοημοσύνη όπως είπαμε είναι η ικανότητα προσαρμογής στο περιβάλλον σύμφωνα με τις δυνατότητες του ανθρώπου. Η στρατηγική είναι να μπορείς να σκεφτείς πέραν από αυτό που βλέπει ο άνθρωπος τον οποίο θέλεις να βοηθήσεις. Η ανάπτυξη της νοημοσύνης του εαυτού με τον τρόπο του να εντοπίζετε το καλό στον εαυτό, στον άλλο και στο αρνητικό πλαίσιο που κρύβει ένα καλό είναι ουσιαστικά η βάση και τα θεμέλια, έτσι ώστε να μπορείτε από μόνοι σας να αναπτύσσετε στρατηγικές νοημοσύνης, οι οποίες, όταν θα εφαρμόζονται, θα φέρνουν πολλαπλά θετικά αποτελέσματα άμεσα αλλά και σε βάθος χρόνου για τα πρόσωπα που αγαπάτε.

Η στρατηγική νοημοσύνης, όπως την ονομάσαμε, είναι το δεύτερο επίπεδο νοημοσύνης. Στο ποσοστό που την έχει ο άνθρωπος, στο ίδιο ποσοστό μπορεί να βοηθήσει το πρόσωπο που αγαπάει. Αρχικά, θα πούμε ένα παράδειγμα και μέσα από αυτό θα αναλύσουμε τα παρακάτω:

Η στρατηγική νοημοσύνης είναι:

2.2.5. στρατηγική νοημοσύνης > Θεματολογία

2.2.5.1. μία στρατηγική ως θεράπων ιατρός που θεραπεύει.

2.2.5.2.εξαπατάς τον άλλο αφήνοντας να νιώθει ότι σε εξαπατά.

2.2.5.3. διαδικασία θεραπείας ανώδυνη, ανεπαίσχυντη και ειρηνική.

2.2.5.4. άμεση και έμμεση ως προς τα αποτελέσματα στο τώρα και στο μέλλον.

2.2.5. Στρατηγική νοημοσύνης >Παράδειγμα

Ας δούμε αρχικά ένα παράδειγμα για να καταλάβουμε τι εννοώ στρατηγική νοημοσύνης. Μία γιαγιά σήμερα 72 ετών περιγράφει την παρακάτω διήγηση που συνέβη όταν ήταν 5 ετών κοριτσάκι. «Κάποτε είδα την γιαγιά μου, όταν ήμουν 5 ετών, να κρύβει σοκολατάκια μέσα σε ένα σερβάν, ένα έπιπλο τραπεζαρίας για την φύλαξη πιατικών, σερβίτσιων, ποτών της εποχής εκείνης. Το πορτάκι το κλείδωσε και δεν μπορούσα να πάρω κάποιο σοκολατάκι. Τότε σκέφτηκα να αφαιρέσω από το πάνω μέρος του ντουλαπιού ένα συρτάρι που υπήρχε ώστε να έχω πρόσβαση μέσα στα σοκολατάκια, όπως και πράγματι έκανα. Κατασκευαστικά έτσι ήταν τότε τα έπιπλα. Το πάνω μέρος του ντουλαπιού ήταν απευθείας ένας χώρος με το συρτάρι. Το συρτάρι ήταν για εμένα τότε βαρύ, αλλά μπροστά στην αποζημίωση του γλυκού ξεπερνούσα τα όριά μου. Υπήρχε κίνδυνος να χτυπήσω, διότι τότε ως 5 χρονών παιδί δεν είχα και ιδιαίτερες δυνάμεις να αφαιρώ και να τοποθετώ το συρτάρι στην θέση του με ευκολία.

Όταν μετά από κάποιες ημέρες ανακάλυψε η γιαγιά μου ότι έλειπαν σοκολατάκια, με ρώτησε το εξής: «Παιδί μου, μήπως είδες ποιος πήρε τα σοκολατάκια από το σερβάν;» Τότε εγώ απάντησα με την παιδική μου σκέψη: «γιαγιά τα σοκολατάκια τα πήραν τα φαντασματάκια». Η γιαγιά μου μου απάντησε με έκπληξη ρωτώντας. «Αλήθεια παιδί μου; και πώς τα πήραν τα σοκολατάκια τα φαντασματάκια;» Τότε της είπα αυτό που έκανα εγώ. Δηλαδή ότι αφαιρούσαν δήθεν τα φαντασματάκια το πάνω

συρτάρι, έπαιρναν τα σοκολατάκια και μετά έβαζαν και πάλι το συρτάρι στην θέση τους.

Μετά απάντησε η γιαγιά μου. «Παιδί μου τώρα εγώ θα αφαιρέσω το συρτάρι εντελώς, έτσι ώστε να μην χτυπήσει κανένα φαντασματάκι. Είναι κρίμα τα κακόμοιρα για ένα σοκολατάκι να χτυπήσουν». Εγώ τότε με την παιδική μου σκέψη νόμιζα ότι εξαπάτησα την γιαγιά μου και ότι από τότε και στο εξής θα έτρωγα ανενόχλητη ό,τι ώρα ήθελα τα σοκολατάκια, μέχρι που θα τελείωναν. Όταν μεγάλωσα και ήμουν ώριμη σε ηλικία, ρώτησα την γιαγιά μου και της είπα το εξής. «Γιαγιά εφόσον γνώριζες ότι εγώ παίρνω τα σοκολατάκια, γιατί με άφησες να πιστεύω ότι κλέβουν τα σοκολατάκια τα φαντασματάκια;»

2.2.5.1 μία στρατηγική ως θεράπων ιατρός που θεραπεύει

Η απάντηση της γιαγιάς είναι η στρατηγική της νοημοσύνης, η οποία έχει σκοπό να βοηθήσει άμεσα αλλά και σε βάθος χρόνου το πρόσωπο που θέλετε εσείς, το πρόσωπο που αγαπάτε. Η απάντηση ήταν η εξής. «Αν παιδί μου σε μάλωνα θα σε μάθαινα πώς να κλέβεις στην ζωή σου. Θα σου έλεγα με άλλα λόγια να ψάξεις να βρεις την επόμενη δική μου κρυψώνα». Μία απάντηση απλή και ταυτόχρονα στοχευμένη. Δηλαδή, η γιαγιά άφησε την εγγονή να πιστεύει ότι την εξαπάτησε έτσι ώστε να εξαπατήσει την εγγονή της θεραπευτικά. Σκοπός της εξαπάτησης ήταν η θεραπεία. Η εξαπάτηση της γιαγιάς λειτούργησε όπως η νάρκωση πριν το χειρουργείο, με άμεσα θεραπευτικά αποτελέσματα καθώς και έμμεσα τα οποία θα φανούν σε βάθος χρόνου με απόλυτη βεβαιότητα.

2.2.5.2. εξαπατάς τον άλλο αφήνοντας να νιώθει ότι σε εξαπατά.

Η γιαγιά είχε πρόθεση να βοηθήσει το παιδί σε βάθος χρόνου χωρίς το παιδί να καταλάβει το σκεπτικό της γιαγιάς της. Η γιαγιά δεν απεκάλυψε το θεραπευτικό της σχέδιο, παρά μόνον όταν ρωτήθηκε και αυτό μετά από πολλά χρόνια. Επίσης, άμεσα όταν είδε την απώλεια των σοκολατινών, δεν έκανε παρατήρηση, αλλά προσπάθησε με ψυχραιμία και χωρίς άγχος να μάθει την

στρατηγική της εγγονής της. Η απάντηση έφερε άμεσα στοχευμένη αντιμετώπιση στην σχέση γιαγιάς και εγγονής. Η γιαγιά παρέμεινε ήρεμη και με αυτόν τον τρόπο είχε καλύτερο έλεγχο πλέον προς την εγγονή της, διότι γνώριζε την στρατηγική της εγγονής. Εν συνεχεία, όταν έμαθε την στρατηγική της εγγονής, δεν της έκανε παρατήρηση ούτε έδωσε και κάποια συμβουλή. Σκέφτηκε ότι η οποιαδήποτε λογική συμβουλή εκείνη την στιγμή, όσο ακαταμάχητη και να ήταν, δεν θα έκανε καθόλου καλό. Άφησε την εγγονή της να πιστεύει ότι εξαπάτησε την γιαγιά της.

Η εγγονή όμως που νόμιζε ότι εξαπάτησε την γιαγιά της ένιωθε καλύτερα με τον εαυτό της, διότι πίστευε ότι είναι έξυπνη. Δεν κατάλαβε η εγγονή ότι η γιαγιά της την περιόρισε να μην σκεφτεί κάτι άλλο αρνητικό, έτσι ώστε να εξαπατά την γιαγιά της στο μέλλον. Δηλαδή, την σταμάτησε να σκεφτεί κάτι νέο ως αρνητικό. Συγκεκριμένα, δεν της έδωσε το δικαίωμα να ψάξει να βρει μία νέα κρυψώνα για τα σοκολοτάκια στην περίπτωση που θα τα έκρυβε κάπου αλλού η γιαγιά. Δηλαδή, η γιαγιά άφησε την εγγονή της να πιστεύει ότι εξαπατήθηκε από την ίδια, να πιστεύει ότι είναι έξυπνη και ταυτόχρονα όμως την άφησε να γνωρίζειμόνον αυτόν τον αρνητικό τρόπο έτσι ώστε να εξαπατά τον άλλο. Επίσης, δεν της επέτρεψε να αυξήσει την στρατηγική της κλοπής, να επινοήσει δηλαδή έναν άλλο τρόπο να βρίσκει και να κάνει κάτι στα κρυφά.

Επίσης, η εγγονή μέσα από την εξαπάτηση της γιαγιάς της εισέπραξε η ίδια ένα θετικό που δεν το κατάλαβε εκείνη την χρονική περίοδο λόγω της ηλικίας της. Ανέπτυξε την νοημοσύνης της σε ελεγχόμενο πλαίσιο. Δηλαδή, η γιαγιά μέσα από αυτή την απλή της παρέμβαση ανέπτυξε την νοημοσύνη της εγγονής της χωρίς να είναι συνειδητό αυτό ακόμα και για την ίδια. Επίσης, δεν αντιλήφθηκε η γιαγιά ότι αναπτύσσει με αυτόν τον τρόπο και την δική της νοημοσύνη.

Η εγγονή σχετίστηκε σε μία ειδική σχέση όπως της γιαγιάς της με τρόπο που ένιωσε ότι είναι έξυπνη. Η γιαγιά σχετίστηκε σε μία

ειδική σχέση όπως της εγγονής της με τρόπο που η ίδια ένιωσε ότι βοηθάει ως θεράπων ιατρός σε βάθος χρόνου χωρίς άγχος και ανασφάλεια για το τώρα. Επομένως, αυτό είναι ανάπτυξη της νοημοσύνης και των δύο, γιαγιάς και εγγονής, και για το κάθε πρόσωπο ανάλογο στο επίπεδο της νοημοσύνης που βρίσκεται.

Η γιαγιά δεν σκέφτηκε να συμβουλευτεί, αλλά να θεραπεύσει και αυτό το έκανε από αγάπη. Αυτό είναι ανάπτυξη της νοημοσύνης. Ο άνθρωπος στο ποσοστό που θέλει να παρεμβαίνει στην ζωή του άλλου θεραπευτικά από αγάπη, όπως της γιαγιάς προς την εγγονή, στο ίδιο ποσοστό αυξάνει και τη νοημοσύνη του. Αυτή η νοημοσύνη παράγει ποιότητα ζωής. Φέρνει τον άνθρωπο κοντά στον συνάνθρωπο κατευθύνοντας στην πραγματική του ανάγκη και όχι σε τεχνητές ανάγκες. Η στρατηγική νοημοσύνης παράγει από μόνη της νοημοσύνη σε εκείνον που την εφαρμόζει και σε εκείνον που την δέχεται.

Η γιαγιά προφανώς και είχε εμπειρία και αυτό σημαίνει ότι παρόμοιες καταστάσεις στην ζωή της τις αντιμετώπιζε με παρόμοιο τρόπο. Τελικά, η παρέμβαση της γιαγιάς πέτυχε. Όταν μεγάλωσε η εγγονή - και σήμερα αυτή η εγγονή έχει ξεπεράσει την έβδομη δεκαετία της ζωής της - περιγράφει ότι αυτή η παιδεία που έλαβε από την γιαγιά της είναι εκείνη που διαμόρφωσε την δική της ποιότητα ζωής. Την έκανε να σκέφτεται και να κάνει πάντα εσωτερικό διάλογο με τον εαυτό της και να προσπαθεί σε δύσκολες συνθήκες να εφαρμόζει κάτι ανάλογο όπως η γιαγιά της.

2.2.5.3. Η διαδικασία θεραπείας είναι ανώδυνη, ανεπαίσχυντη και ειρηνική.

Η διαδικασία θεραπείας του παραδείγματος ήταν ένας διάλογος δύο λεπτών. Αυτή η διαδικασία ήταν ανώδυνη, χωρίς πόνο, αντιπαραθέσεις και απειλές. Ήταν ανεπαίσχυντη, χωρίς ντροπή, απαξιωτική συμπεριφορά και ανασφάλεια. Δεν είπε η γιαγιά ποιά νομίζεις ότι είσαι, δεν υποτίμησε την νοημοσύνη της εγγονής της, ούτε πρόβαλε την δική της νοημοσύνη ότι είναι ανώτερη της εγγονής της ούτε έμμεσα ούτε άμεσα. Ήταν ειρηνική. Η γιαγιά

δεν είχε άγχος, επομένως μετέφερε ειρήνη και ησυχία στην εγγονή της, έτσι ώστε μέσα από αυτή την ησυχία και ηρεμία να περάσει την δική της ανώτερη στρατηγική νοημοσύνης. Η γιαγιά δεν αισθάνθηκε ταπείνωση, αλλά κατανόηση της πραγματικής ανάγκης της εγγονής της. Έδειξε ότι καταλαβαίνει την εγγονή της, αλλά δεν της είπε «σε κατάλαβα ότι με ξεγέλασες». Πιθανόν να είπε η γιαγιά μέσα της «μα αφού ένα παιδί έτσι μπορεί να σκεφτεί και να πράξει όταν θέλει πάρα πολύ κάτι που το θεωρεί σημαντικό για τον εαυτό του».

Είναι αυτό που λέγω όταν εφαρμόζεται «η στρατηγική της νοημοσύνης» είναι ανώδυνη, ανεπαίσχυντη και ειρηνική και πάντα με θετικά αποτελέσματα τα οποία είναι ορατά άμεσα σε ενεστώτα χρόνο και έμμεσα σε βάθος χρόνου.

2.2.5.4. Αποτελέσματα άμεσα και έμμεσα στο τώρα και στο μέλλον

Τα προσωρινά θετικά αποτελέσματα προκύπτουν από το ότι η εγγονή αγάπησε περισσότερο την γιαγιά της άμεσα και αυτό έγινε με ασυνείδητο τρόπο χωρίς η γιαγιά να λέει ότι αγαπάει τη εγγονή της ή να προτρέπει την εγγονή της να την αγαπάει, επειδή είναι η γιαγιά της και οφείλει να την σέβεται ως εγγονή που είναι. Στην αρχή η εγγονή αισθάνθηκε καλύτερα που δεν αποκαλύφθηκε η μικρή της παράβαση και επιπλέον είπε κάτι πολύ ευφυές τότε με την υπάρχουσα νοημοσύνη ενός πεντάχρονου, ότι δήθεν έκλεψαν τα φαντασματάκια τα σοκολατάκια, και επομένως εξαπάτησε την γιαγιά της.

Ωστόσο, τότε η ίδια χάρηκε και που η γιαγιά της σκέφτηκε να αφήσει να τρώνε τα σοκολατάκια τα φαντασματάκια και αυτό ήταν από την πλευρά της γιαγιάς της έκφραση ενός ενδιαφέροντος για τα φαντασματάκια. Αφού η γιαγιά έδειξε αγάπη στα φαντασματάκια, άρα με ασυνείδητο τρόπο αγαπάει και την ίδια την εγγονή, διότι έχει καλύτερη και ανώτερη σχέση η γιαγιά με την εγγονή της παρά με τα φαντασματάκια. Δηλαδή, ασυνείδητα σκέφτηκε η εγγονή τότε «αφού αγαπάει ακόμα και

τα φαντασματάκια η γιαγιά μου, άρα αγαπάει και εμένα ακόμα καλύτερα».

Μελλοντικά έχουμε έμμεσα θετικά αποτελέσματα σε βάθος χρόνου. Όταν μεγάλωσε και κατάλαβε τι έκανε η γιαγιά της σε αυτήν όταν ήταν πέντε ετών, την αγάπησε ακόμα περισσότερο, θαύμασε την σοφία της και το πιο βασικό ήθελε να της μοιάσει. Αυτό έγινε σε ηλικία των 18 ετών περίπου. Αυτό σημαίνει ότι τα αποτελέσματα της στρατηγικής της νοημοσύνης είναι και προσωρινά, όπως είπα παραπάνω, αλλά και μελλοντικά τα οποία όταν εμφανίζονται σε βάθος χρόνου φέρνουν μόνιμα αποτελέσματα με στέρεες βάσεις και θεμέλια που καθορίζουν την ποιότητα της ζωής του ανθρώπου.

Σήμερα σας διαβεβαιώ ότι αυτή η εγγονή των πέντε ετών που είναι άνω των εβδομήντα ετών προσπαθεί να σκέφτεται και να μιλάει στα παιδιά της και στα εγγόνια της με αυτόν τον τρόπο, δηλαδή θεραπευτικά, δηλαδή με αυτό που λέω και προτείνω ως στρατηγική νοημοσύνης.

Τελικά όταν μιλάμε για στρατηγική νοημοσύνης εννοούμε τα εξής:

1. Είναι μία στρατηγική ως θεράπων ιατρός που θεραπεύει.
2. Εξαπατάς τον άλλο αφήνοντας να νιώθει ότι σε εξαπατά.
3. Η διαδικασία θεραπείας είναι ανώδυνη, ανεπαίσχυντη και ειρηνική.
4. Αποτελέσματα άμεσα και έμμεσα στο τώρα και στο μέλλον.

3.0. Επίλογος

Τελικά, όταν ανιχνεύεται, εντοπίζεται και καταγράφεται το καλό ουσιαστικά συντελείται μία επιστημονική παρατήρηση και η πρακτική επαλήθευση της επιστημονικής αυτής παρατήρησης με έναν στοχευμένο και γόνιμο διάλογο παράγει νοημοσύνη που αναπτύσσει τον άνθρωπο. Όταν εστιάζετε στο καλό, τότε

αναπτύσσεται η νοημοσύνη του ανθρώπου που αγαπάτε, αναπτύσσεται η νοημοσύνη της οικογένειάς και τέλος αναπτύσσεται και η νοημοσύνη της οποιασδήποτε ομάδας και εάν ανήκετε, διότι εσείς θα την επηρεάζετε και θα την ανεβάζετε, διότι εσείς σκέφτεστε και λειτουργείτε ανώτερα και ποιοτικότερα, διότι εστιάζετε στο καλό και το καλό παράγει μόνο καλό και στρατηγική ανάπτυξης της νοημοσύνης, όπως είδαμε σε αυτή την σύντομη αναφορά.

Βιβλιογραφία

Θεραπεία και Εξέλιξη Ανθρωπίνων Συστημάτων 2006, Νίκος Παρίσης, ΒΗΤΑ, ιατρικές εκδόσεις, Αθήνα.

Η Νοημοσύνη της Ζωής 2012, Νίκος Παρίσης, ΒΗΤΑ, ιατρικές εκδόσεις, Αθήνα.

Τα Οικογενειακά Συστήματα 2009, Κωστής Ζερβάνος, Αίολος, Αθήνα.

Θεραπευτικές Παρεμβάσεις 2011, Αναστάσιος Σταλίκας, Τόπος επιστημονικές εκδόσεις, Αθήνα

Εγχειρίδιο Κλινικής Ψυχοπαθολογίας 2012, Παναγιώτης Ουλής, ΒΗΤΑ, ιατρικές εκδόσεις, Αθήνα.

Οικογένεια και Όρια 2014, Παπαδιώτη Αθανασίου Βασιλική, Τόπος επιστημονικές εκδόσεις, Αθήνα.

Οικογενειακή Συστημική Θεραπεία 2014, Παπαδιώτη Αθανασίου Βασιλική, Τόπος επιστημονικές εκδόσεις, Αθήνα.



Systemic Therapy
G.Markopoulos

D.G. Markopoulos

Δημήτριος Γρηγόριος Μαρκόπουλος
ΘΕΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Συστημικός Οικογενειακός Θεραπευτής
Κλινικός Επόπτης Συστημικής και
Οικογενειακής Θεραπείας

Εκπαιδευτής Συστημικών Θεραπευτών

Μέλος της ΕΘΟΣ και ΕΣΥΘΕΠΑΣ

Κράτητος 27 Τ.Κ 11745 Αθήνα

τηλ: 2105557999 - 6985848425

www.dgmarkopoulos.com

e-mail: dgmarkopoulos@gmail.com