

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ευχαριστίες	
Πρόλογος	

I. ΔΗΜΙΟΥΡΓΩΝΤΑΣ ΤΟ ΠΕΠΡΩΜΕΝΟ:

ΘΕΜΕΛΙΩΔΕΙΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΕΣ

Για ποια ζωή αξίζει ο κόπος

Από το μοιραίο, στο πεπρωμένο:

Η ελευθερία των επιλογών μας

Προαπαιτούμενα και παράγοντες διαφοράς:

Θεμελιώδεις νοημοσύνες

II. ΓΡΑΦΟΝΤΑΣ ΤΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

Κατανοώντας τον εαυτό μας

Τα κίνητρα και οι ανάγκες μας

Η κατανόηση του χαρακτήρα μας,
ως στοιχείο αυτογνωσίας

Διαμορφώνοντας την «πυξίδα»: Η σταθερά των αξιών

Η ορειβασία της ζωής: Κάνοντας το όνειρο
πραγματικότητα

Τα βασικά εφόδια

Πιθανές παγίδες της διαδρομής

Το μαθησιακό ταξίδι της ζωής

Η θετική μοναξιά: Ένα χρήσιμο εργαλείο

III. ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΣΩΣΤΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Λήψη αποφάσεων και επίλυση προβλημάτων

Από τη διαισθητική στην ορθολογική λήψη αποφάσεων

Το σωστά ορισμένο πρόβλημα είναι κατά το ήμισυ λυμένο

Αναζητώντας δημιουργικές και καινοτόμους λύσεις

Αξιολόγηση των εναλλακτικών λύσεων και επιλογή
της βέλτιστης

Συνήθη εμπόδια και παγίδες στη σωστή και δημιουργική
σκέψη

Βασικά αντίδοτα: Συστημική σκέψη και θέαση
από το μπαλκόνι

Αντιμετωπίζοντας τις αντιφάσεις και τα διλήμματα

Προσεγγίζοντας σωστά την επιλογή επαγγέλματος
και καριέρας

IV. ΧΤΙΖΟΝΤΑΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ	
Ανθρώπινες σχέσεις και προσωπική ζωή	
Αμοιβαία κατανόηση: Θεμελιώδης προϋπόθεση	
Η αίσθηση δικαιοσύνης: Το προαπαιτούμενο	
Αποτελεσματική συνεργασία: «Ένας για όλους και όλοι για έναν»	
Από τον συμβιβασμό, στη συναίνεση	
Από το «χάνω-χάνεις» στο «κερδίζω-κερδίζεις»	
Ασκώντας θετική επιρροή στους άλλους	
Ο κρίσιμος ρόλος της εμπιστοσύνης	
Κερδίζοντας τις θετικές στάσεις και συμπεριφορές των άλλων	
Επιλέγοντας σωστούς ανθρώπους και σωστά κοινωνικά δίκτυα για τη ζωή μας	
Σιωπή: Το σαράκι των ανθρώπινων σχέσεων	

V. ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΣΚΕΨΗ ΚΑΙ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΜΕΛΛΟΝ	
Η αναγκαιότητα της πολιτικής νοημοσύνης	
Η ανεπάρκεια των κυρίαρχων ιδεολογιών	
Προβληματισμοί για μια νέα θεμελιώδη ιδεολογία και για μια ουσιαστική δημοκρατία	
Σκέψεις για ένα νέο μοντέλο κατανάλωσης, παραγωγής και οικονομικής οργάνωσης	
Από το όνειρο, στη χρεοκοπία: Η Ελλάδα της Μεταπολίτευσης	
Η δική μας ευθύνη	
Πού βρισκόμαστε σήμερα: Καράβι με πολλές βλάβες, με καπετάνιο και πλήρωμα ακατάλληλους, μεσοπέλαγα και εν μέσω τρικυμίας	
Από τη χρεοκοπία, στο όνειρο	
Υπάρχει ακόμα χρόνος να σβήσει η φωτιά	
Για μια εθνική στρατηγική ανάπτυξης	
Ολικός επαναπροσδιορισμός του κράτους: Προϋπόθεση για κοινωνική πρόοδο και ανάπτυξη	

Επίλογος	
--------------------	--

Βιβλιογραφικές αναφορές	
-----------------------------------	--

Πρόλογος

Ο Albert Camus (Αλμπέρ Καμύ) υποστήριξε ότι «η ζωή είναι το άθροισμα των επιλογών». Σε κάποιον βαθμό έχει δίκιο. Όμως, αναμφισβήτητα, ζούμε σε έναν κόσμο γεμάτο περιορισμούς, ο οποίος γίνεται όλο και περισσότερο πολύπλοκος, αβέβαιος, αντιφατικός, ανταγωνιστικός, δαρβινικός, ίσως και πιο απάνθρωπος. Και, χωρίς αμφιβολία, δεν επιλέξαμε εμείς τα γονίδια και τους γονείς μας, την εποχή, τη χώρα και τον κόσμο όπου γεννηθήκαμε: Η τυχαιότητα και το μοιραίο πράγματι υπάρχουν. Έτσι, θεωρώ ότι, για να προσεγγίσουμε καλύτερα την αλήθεια, πρέπει να συμπληρώσουμε την προηγούμενη ρήση του Camus με αυτή του Erich Fromm που υποστηρίζει ότι «είμαστε αποτελέσματα της ιστορίας, αλλά ταυτόχρονα γράφουμε την ιστορία». Δηλαδή, το πεπρωμένο μας, ως άτομα και ως κοινωνία, δεν είναι γραμμένο στις σελίδες κάποιου βιβλίου, αλλά διαμορφώνεται διαρκώς και καθορίζεται από τις αναπόφευκτες συνέπειες των δικών μας επιλογών και πράξεων.

Χωρίς να παραβλέπει κανείς τους υπαρκτούς περιορισμούς, εμείς επιλέγουμε τα όνειρά μας, τους στόχους, τις προτεραιότητες, τις επιθυμίες και τα θέλω μας. Εμείς επιλέγουμε τις αξίες, τον ιδανικό μας εαυτό, το πώς σκεφτόμαστε, το τι καταναλώνουμε, το πώς διασκεδάζουμε, το επάγγελμά μας και τους πολιτικούς που μας κυβερνούν. Δική μας επιλογή είναι οι άνθρωποι με τους οποίους αναπτύσσουμε σχέσεις ή ζούμε μαζί τους. Δική μας επιλογή είναι το πώς αντιμετωπίζουμε τα δύσκολα, τις αβεβαιότητες, τις αντιξοότητες, τα διλήμματα, τους φόβους και τα άγχη μας. Δική μας επιλογή είναι οι στάσεις και οι συμπεριφορές απέναντι στον εαυτό μας, στους άλλους ανθρώπους, στα πράγματα, στις καταστάσεις, στη φύση και στο περιβάλλον μας γενικότερα. Εμείς επιλέγουμε να μιλάμε ή να σιωπούμε, να διεκδικούμε ή να παραιτούμαστε, να αντιστεκόμαστε ή να συμβιβαζόμαστε, να επαναστατούμε ή να αλλοτριωνόμαστε, να μαθαίνουμε ή να μη μαθαίνουμε.

Συνεπώς, το να αξιοποιήσουμε την ελευθερία μας, να κάνουμε σωστές επιλογές και να τις πραγματοποιούμε αποτελεσματικά, καθορίζει το κατά πόσο εμείς δημιουργούμε το πεπρωμένο μας ή αφήνουμε τους άλλους και το περιβάλλον μας να το δημιουργήσουν. Από αυτό εξαρτάται το αν «θα πάμε» εμείς τη ζωή μας ή «θα μας πάει» αυτή, το αν θα ζήσουμε τη ζωή που εμείς θέλουμε ή αυτή που θέλουν οι άλλοι.

Καθημερινά στη ζωή μας, βρισκόμαστε «επί σκηνής χωρίς πρόβα» και παίζουμε λιγότερο ή περισσότερο σημαντικές, αλλά κάθε φορά μοναδικές και διαφορετικές, πράξεις, κάνοντας τις δικές μας επιλογές σχετικά με το σενάριο και τους ρόλους μας. Και, δυστυχώς, εμείς δεν έχουμε την

«πολυτέλεια» των προκαθορισμένων ρόλων και της πρόβας που έχουν οι ηθοποιοί. Συνεπώς, η μόνη προετοιμασία που μπορούμε να έχουμε είναι να εφοδιαστούμε με έννοιες, με αρχές, με μεθόδους, με ικανότητες και με αξίες, ώστε να κάνουμε σωστές επιλογές για να παίξουμε, όσο γίνεται καλύτερα για εμάς και για αυτούς που αγαπάμε, επί σκηνής χωρίς πρόβα. Άλλωστε, η ανάπτυξη ενός τέτοιου υποβάθρου συμβάλλει στο μαθησιακό μας ταξίδι, στην ολοκλήρωση και στην ωριμότητά μας, που αποτελούν προϋποθέσεις για να καθορίσουμε εμείς το πεπρωμένο μας, να μην αφεθούμε στο μοιραίο, να πραγματώσουμε τις δυνατότητές μας και να ζήσουμε, όσο γίνεται, τη ζωή που εμείς θέλουμε, σε έναν κόσμο γεμάτο αβεβαιότητες, περιορισμούς και επιβολές.

Σε τούτο το βιβλίο, παρουσιάζω, με δοκιμιακό, αλλά απλό και εκλαϊκευμένο λόγο, γνώσεις από τις κοινωνικές επιστήμες που θεωρώ χρήσιμες για το θέατρο της ζωής μας, χρησιμοποιώντας προσωπικές ιστορίες, μεταφορές, παραβολές και παραδείγματα.

Στο πρώτο κεφάλαιο, προσπαθώ, καταρχήν, να αναλύσω το θεμελιώδες για όλους μας ερώτημα «για ποια ζωή αξίζει ο κόπος» ή ποια είναι αυτή που οι φιλόσοφοι ήδη από την αρχαιότητα ορίζουν ως «καλή ζωή». Στη συνέχεια, αφιερώνονται αρκετές σελίδες στο ζήτημα της ελευθερίας των επιλογών και στις δυνατότητές μας να μην αφήσουμε να ετεροκαθορίζεται ο εαυτός και η ζωή μας από τους περιορισμούς και τις επιταγές που οι άλλοι επιδιώκουν να μας επιβάλλουν σύμφωνα με τα δικά τους θέλω και συμφέροντα. Με βάση αυτό, περιγράφεται η μεγάλη εικόνα των τεσσάρων κατηγοριών ικανοτήτων που συ-

νιστούν τις τέσσερις θεμελιώδεις νοημοσύνες –υπαρξιακή, λογική, κοινωνική και πολιτική– που είναι αναγκαίες για να αξιοποιήσουμε την ελευθερία μας, να κάνουμε σωστές επιλογές και να παίζουμε αποτελεσματικά, αν και χωρίς πρόβα, τις πράξεις του θεάτρου της ζωής μας.

Το δεύτερο κεφάλαιο αφιερώνεται στην αυτογνωσία και στις επιλογές μας σχετικά με τον ιδανικό μας εαυτό, τις αξίες, τα όνειρα, τους στόχους, τις προτεραιότητες της ζωής μας, καθώς και τα εφόδια για να μπορέσουμε να κάνουμε πραγματικότητα τα παραπάνω, ώστε, όταν φτάσουμε στο τέλος, να μην αισθανόμαστε την πικρία των ανεκπλήρωτων ονείρων και μιας αβίωτης ζωής – σύμφωνα με την έκφραση του I. Yalom.

Στο τρίτο κεφάλαιο, παρουσιάζονται έννοιες, αρχές και μέθοδοι που μας είναι χρήσιμες για να αξιοποιούμε όσο γίνεται περισσότερο το μυαλό μας, αποφεύγοντας τα εμπόδια και τις παγίδες που καθημερινά αντιμετωπίζουμε, ούτως ώστε να ορίζουμε σωστά τα προβλήματα, να βρίσκουμε δημιουργικές λύσεις και να παίρνουμε σωστές αποφάσεις.

Το τέταρτο κεφάλαιο αφορά την κοινωνική νοημοσύνη, δηλαδή, περιλαμβάνει ένα σύνολο γνώσεων που μας είναι αναγκαίες και χρήσιμες για να αναπτύσσουμε αποτελεσματικές στάσεις και συμπεριφορές και, μέσα από αυτές, να χτίζουμε σωστές ανθρώπινες σχέσεις, που τόσο έχουμε ανάγκη για να ζούμε καλά εμείς, αλλά και οι άλλοι που είναι σημαντικοί για εμάς.

Οι δύσκολες και επικίνδυνες καταστάσεις που βιώνει σήμερα η κοινωνία επικαθορίζουν άμεσα την προσωπική μας ζωή και απαιτούν, με τρόπο επιτακτικό πλέον, από

όλους να οξύνουμε την πολιτική νοημοσύνη μας, ώστε να κάνουμε σωστές πολιτικές επιλογές για εμάς και για το μέλλον των παιδιών μας. Γι' αυτό, στο πέμπτο και τελευταίο κεφάλαιο του βιβλίου, αναπτύσσονται ιδέες και προβληματισμοί που αφορούν την πολιτική μας σκέψη και κρίση, τις πολιτικές στάσεις, συμπεριφορές και επιλογές μας. Στο πρώτο μέρος του, δεδομένης πια της ανεπάρκειας των κυριάρχων ιδεολογιών, προσπαθώ να θέσω τα βασικά ερωτήματα που αφορούν την αναζήτηση μιας νέας θεμελιώδους ιδεολογίας ή μετα-ιδεολογίας, για ένα κόσμο πιο ανθρώπινο και περισσότερο πολιτισμένο. Τέτοια ερωτήματα αφορούν την αναγκαιότητα διαμόρφωσης ενός εναλλακτικού μοντέλου κατανάλωσης και παραγωγής, που θα εξασφαλίζει την ικανοποίηση των πραγματικών ανθρώπινων αναγκών και την ουσιαστική ευημερία (well being), την αειφόρο ανάπτυξη και την προστασία του περιβάλλοντος – και όχι την περιττή κατανάλωση για την εξασφάλιση της μεγιστοποίησης των κερδών. Αφορούν, επίσης, την οργάνωση της οικονομικής δραστηριότητας, τους θεσμούς της αγοράς και της επιχείρησης, καθώς και την αναγκαιότητα για καινοτομίες στο πολιτικό σύστημα και τη λειτουργία της δημοκρατίας. Το δεύτερο μέρος του κεφαλαίου αφιερώνεται στην εφιαλτική σημερινή κατάσταση της χώρας μας και στην αναζήτηση προοπτικής διεξόδου από τη δίνη της κρίσης. Οι προβληματισμοί εστιάζονται στην κατανόηση των αιτιών που μας οδήγησαν έως εδώ, στην επιτακτική ανάγκη να ακολουθήσουμε μια διαφορετική πορεία από αυτή που οι δανειστές μας μας έχουν επιβάλει, στην αναγκαιότητα για ένα νέο όραμα, για μια νέα στρατηγική ανάπτυξης και για τον ολικό επαναπροσδιορισμό του κράτους.

Για ποια ζωή αξίζει ο κόπος

Η «ΚΑΛΗ ΖΩΗ» – Η ΕΥΤΥΧΙΑ, η ευδαιμονία, η ποιότητα της ζωής – απασχολεί από τους αρχαίους χρόνους τους φιλοσόφους και άλλους επιστήμονες, αφού όλοι αυτή θέλουμε κι επιζητούμε. Μέχρι σήμερα, έχει «χυθεί πολύ μελάνι», έχουν γραφτεί αμέτρητες σελίδες για αυτό το ζήτημα, έτσι δεν έχω λόγο να προσθέσω κι εγώ μερικές ακόμα. Άλλωστε, δεν είμαι ειδικός επί του θέματος και, ειλικρινά, δυσκολεύομαι να ορίσω την ευτυχία, την ευδαιμονία ή την ποιότητα της ζωής. Δεν μπορώ όμως να μην κάνω μερικές θεμελιώδεις επισημάνσεις που, λίγο-πολύ, μας αφορούν όλους και είναι σχετικές με την καταναλωτική φρενίτιδα, την αλλοτρίωση, το «λάθος δρόμο πήραμε, ζωή» και –τελικά– την αβίωτη ζωή.

Καταρχήν, το ερώτημα «για ποια ζωή αξίζει ο κόπος ή αξίζει να ζούμε» δεν μπορεί να μας το απαντήσει κανείς, παρά μόνο εμείς οι ίδιοι. Η ζωή που αξίζει να ζήσουμε είναι αυτή που εμείς θέλουμε να ζήσουμε, ώστε, όταν φτάσουμε στο τέλος, να μην αισθανόμαστε ότι περάσαμε μια αβίωτη

ζωή που κατέληξε με την πίκρα ανεκπλήρωτων ονείρων. Αντίθετα, το ιδανικό για όλους μας είναι να ζήσουμε τη ζωή με τέτοιο τρόπο που, αν ήταν να ξαναζήσουμε μια δεύτερη φορά, να θέλαμε να επαναλάβουμε την ίδια. Αυτό, ασφαλώς, απαιτεί καλή γνώση του εαυτού μας, διαρκή κατανόηση των αναγκών και των αξιών μας, προσδιορισμό του νοήματος και των ονείρων της ζωής μας, των θέλω, των επιθυμητών ηδονών, ικανοποιήσεων και απολαύσεών μας. Απαιτεί να συνειδητοποιήσουμε ότι, από τη στιγμή που εξασφαλίζουμε μια αξιοπρεπή διαβίωση, δηλαδή την ικανοποίηση των βασικών μας αναγκών –όπως τροφή, στέγη, υγεία, ένδυση κλπ.–, η ευημερία, η ευδαιμονία, η ευτυχία, η χαρά, η ψυχική ηρεμία και η γαλήνη μας δεν εξαρτώνται από την απόκτηση και κατανάλωση υλικών αγαθών. Η «καλή ζωή» (σύμφωνα με τη φιλοσοφική έννοια), πάνω από όλα, σημαίνει αυτοσεβασμό, αυτοεκτίμηση και αγάπη για τον εαυτό μας –να αποδεχθούμε την ανθρώπινη φύση μας, με τα θετικά και τα αρνητικά της–, όπως και αποδοχή των όσων έχουμε πράξει ή ζήσει στο παρελθόν.

Η «καλή ζωή» πηγάζει, επίσης, από τις σχέσεις μας με τους άλλους: από τη δυνατότητα να δίνουμε και να παίρνουμε αγάπη, τρυφερότητα, έρωτα, στοργή, συμπάθεια, συμπόνια, χαρά, συντροφιά, γνήσια και βαθιά φιλία, γενναιοδωρία, συνεργασία, υποστήριξη, εκτίμηση, αναγνώριση και ευγνωμοσύνη. «Καλή ζωή» σημαίνει να ζούμε με όνειρα, σκοπό και στόχους που μας συνεπαίρνουν, μας δίνουν νόημα στην καθημερινότητα και την ευκαιρία να ταξιδέψουμε σε γοητευτικές και απολαυστικές διαδρομές για να τα φτάσουμε. «Καλή ζωή» σημαίνει, ακόμη, ανεξαρτησία, αυτονομία και ελευθερία από προσταγές, από

επιταγές, από επιθυμίες, από πιστεύω, από φόβους και από απαιτήσεις των άλλων, που μας εμποδίζουν να είμαστε ξεχωριστοί, μοναδικοί, δηλαδή να είμαστε ο εαυτός μας και να αξιολογούμε με βάση τις δικές μας αξίες και τα δικά μας πρότυπα. «Καλή ζωή» σημαίνει, τέλος, συνεχή προσωπική καλλιέργεια, ανάπτυξη του πνεύματός μας, των ικανοτήτων και των δυνατοτήτων μας, ώστε να δημιουργούμε, να αξιοποιούμε ευκαιρίες και να αντιμετωπίζουμε αποτελεσματικά τις προκλήσεις, τα προβλήματα, τις δύσκολες καταστάσεις, τις αβεβαιότητες και τις απειλές που θα συναντήσουμε στη ζωή μας.

Αν δεν συνειδητοποιήσουμε και δεν λάβουμε υπόψη μας τις παραπάνω σχέψεις, τότε κινδυνεύουμε να σπαταλήσουμε τη ζωή μας στο απύθμενο πηγάδι της διαρκούς επιθυμίας απόκτησης και κατανάλωσης υλικών αγαθών—συνήθως μίας χρήσης— που, όσο περισσότερα αποκτούμε, τόσο περισσότερα χρειαζόμαστε για να ικανοποιηθούμε. Ασφαλώς, ως βιολογικοί οργανισμοί, έχουμε ανάγκες που πρέπει να ικανοποιήσουμε με υλικά αγαθά. Πέραν όμως αυτών, όπως αναλυτικά παρουσιάζω στο επόμενο κεφάλαιο, έχουμε μια σειρά πολλών άλλων κοινωνικών, πνευματικών, ψυχικών ή ανθρώπινων αναγκών, που μόνο ως ψευδαίσθηση μπορούμε να ικανοποιήσουμε με υλικά αγαθά. Η αγάπη, η στοργή, η ψυχική μας γαλήνη και ηρεμία, η αίσθηση δημιουργίας, η προσωπική μας καλλιέργεια, οι κοινωνικές και πνευματικές μας ανάγκες δεν ικανοποιούνται με τη συσσώρευση υλικών αγαθών, με χρήματα, ακριβά ρούχα, αυτοκίνητα και σπίτια, παρ' ότι το σύστημα που ζούμε, λόγω συμφερόντων, προσπαθεί να μας πείσει—και, δυστυχώς, τα καταφέρνει—για το αντίθετο.

Πάνω σε αυτό το ζήτημα, ο Schopenhauer (Σοπενχάουερ) μας προσφέρει δύο σημαντικές σκέψεις. Πρώτον, υποστηρίζει ότι η συσσώρευση πλούτου και αγαθών είναι ατελείωτη και δεν προσφέρει αληθινή ικανοποίηση. Ο πλούτος είναι σαν το νερό της θάλασσας: όσο περισσότερο πίνουμε, τόσο περισσότερο διψάμε. Στο τέλος, αντί να κατέχουμε εμείς τα αγαθά, μας κατέχουν αυτά, αφού μας δεσμεύουν χρόνο, μας δημιουργούν άγχη και αγωνίες, μας κάνουν να χάνουμε τον δρόμο και μας κλέβουν τη ζωή. Έχουν ως αποτέλεσμα την εξουθένωση, την εκμετάλλευση και την ανισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής. Πολλοί γονείς θυσιάσαμε τα παιδιά μας και τις ευχαρίστες στιγμές μαζί τους στον βωμό της κατανάλωσης. Εγκλωβισμένοι στην επιδίωξη της απόκτησης υλικών αγαθών, δεν μας έμεινε χρόνος να τα δούμε να μεγαλώνουν. Δεν είχαμε χρόνο να ακούσουμε αυτά που ήθελαν να μας πουν. Κι ύστερα, όταν φύγουν, τρέχουμε πίσω τους σκουπίζοντας το δάκρυ της ενοχής, της αίσθησης της απώλειας του μισού μας εαυτού και της αβίωτης ζωής. Πολλές φορές, στερούμαστε την ψυχική γαλήνη και ηρεμία, την ανθρωπινή επαφή, τις παρέες, τη συντροφιά, τον έρωτα, τη φύση, το διάβασμα, την πνευματικότητα, τη διασκέδαση, τη χαρά της κοινωνικής συνεισφοράς, την ξεκούραση και το άκουσμα της εσωτερικής μας φωνής. Φτάνουμε, συχνά, να παραμελούμε ακόμη και τη φροντίδα του σώματος και της υγείας μας. Κι όλα αυτά λόγω του άγχους και της έλλειψης χρόνου: των βασικών συνεπειών του διαρκούς πολέμου που κάνουμε για την απόκτηση και κατανάλωση υλικών αγαθών. Πολλοί μετανιώνουμε κάποτε, αλλά τότε είναι αργά. Ο χρόνος δυστυχώς δεν γυρίζει πίσω.

*Από το μοιραίο, στο πεπρωμένο:
Η ελευθερία των επιλογών μας*

ΑΠΟ ΜΙΚΡΟ ΠΑΙΔΙ είχα μεγάλη απέχθεια προς τη μοιρολατρία. Είναι ένα συναίσθημα που μου είχε δημιουργήσει η τόσο ισχυρή πίστη της μάνας μου στη μοίρα. «Ό,τι είναι γραμμένο, παιδάκι μου, να συμβεί, θα συμβεί. Αν είναι στη μοίρα σου να ζήσεις καλά, θα ζήσεις. Αν είναι στο ριζικό σου να παντρευτείς, θα παντρευτείς. Αν είναι γραμμένο να περάσεις στη ζωή σου βάσανα, θα τα περάσεις». Παρ' ότι παιδί και φοβισμένο από τη ζωή, τον κόσμο και την πίστη μου στον Θεό, όχι μόνο δεν μπορούσα να δεχθώ τη μοιρολατρία, αλλά ταυτόχρονα θύμωνα με όσους πίστευαν σε μια τέτοια δοξασία. Όταν ενηλικιώθηκα, κατανόησα ότι πράγματι υπάρχει η τύχη και το μοιραίο, όμως το πεπρωμένο μας δεν είναι γραμμένο στις σελίδες κάποιου βιβλίου, αλλά κυρίως το γράφουμε εμείς με τις επιλογές και τις πράξεις μας. Βεβαίως, δεν έχουμε εμείς επιλέξει τους γονείς μας ή το να γεννηθούμε στον συγκεκριμένο χρόνο, στη συγκεκριμένη χώρα και στη συγκεκριμένη κοι-

νωνική τάξη. Από πολύ νέος, έλεγα χαριτολογώντας ότι «εγώ γεννήθηκα σε λάθος χώρα, σε λάθος τάξη και σε λάθος εποχή». Προφανώς, δεν επιλέξαμε τα γονίδιά μας, τη μητρική μας γλώσσα και τον κόσμο μέσα στον οποίο μάς έφεραν να ζήσουμε.

Παρ' όλα αυτά, το ποιοι είμαστε, το πώς ζούμε και θα ζήσουμε, το πού πάμε, το πώς θα φύγουμε από τη ζωή και το τι θα αφήσουμε πίσω μας είναι σε μεγάλο βαθμό αποτελέσματα των δικών μας επιλογών και πράξεων. Είναι αλήθεια ότι με έφεραν να ζήσω σε έναν κόσμο που δεν μου αρέσει. Σε έναν κόσμο που πιστεύω ότι είναι λάθος φτιαγμένος και γεμάτος προσταγές και περιορισμούς. Είναι, επίσης, αλήθεια ότι υπάρχει η καλή και η κακή τύχη για ένα μικρό ποσοστό ανθρώπων. Η συντριπτική πλειονότητα, όμως, όπως κι εγώ, είμαστε άξιοι της τύχης μας. Το ποιος είμαι, το πώς πορεύτηκα και έζησα μέχρι τώρα, το πού βρίσκομαι και ζω, το πώς θα ζήσω για κάποια χρόνια ακόμα, το πώς θα φύγω και το τι θα αφήσω πίσω είναι όλα αποτελέσματα των δικών μου επιλογών.

Δική μου επιλογή ήταν στα δεκαέξι μου να παρατήσω το γυμνάσιο και να μπω σε στρατιωτική σχολή υπαξιωματικών (ΣΤΥΑ), δική μου επιλογή ήταν, λίγο πριν ορκιστώ μόνιμος μετά από δύο χρόνια, να την παρατήσω και να δουλέψω σκληρά για να ξεχρεώσω το σημαντικό ποσό που έπρεπε να πληρώσω. Εγώ επέλεξα σωστά ή λανθασμένα να μπω στην ΑΣΟΕΕ και να φύγω για μεταπτυχιακές σπουδές στη Γαλλία χωρίς χρήματα και με ελάχιστα γαλλικά. Δική μου επιλογή ήταν να επιλέξω την ακαδημαϊκή καριέρα και όχι άλλες. Εγώ επέλεξα τους φίλους μου – κι είναι αλήθεια ότι με κάποιους από αυτούς δεν ταίριαξα

και με πίκραναν. Δική μου επιλογή και ευθύνη ήταν να επενδύσω (όχι στο χρηματιστήριο) τις αποταμιεύσεις μου και να τις χάσω (πριν κάποια χρόνια). Δική μου επιλογή και ευθύνη ήταν να φτιάξω δύο σπίτια και, αργότερα, να το μετανιώσω και να τα πουλήσω, χάνοντας αρκετά χρήματα. Δικές μου επιλογές ήταν οι έρωτες που έζησα και το ρίσκο που πήρα για τον πόνο και την πίκρα του τελειωμού τους. Δική μου επιλογή ήταν να παντρευτώ τη γυναίκα μου, να κάνω παιδιά και να ζω διαρκώς μαζί της. Δική μου επιλογή και ευθύνη ήταν να είμαι κομματικό μέλος για δέκα χρόνια και να σταματήσω να ασχολούμαι με την πολιτική εδώ και εικοσιπέντε χρόνια. Δική μου επιλογή ήταν να δανείσω χρήματα και να μην τα πάρω ποτέ πίσω. Δική μου επιλογή είναι να ζω σε τούτη τη χώρα. Δική μου επιλογή είναι το πόσο και πώς θα διασκεδάζω. Εγώ επιλέγω να φοβάμαι ή να μη φοβάμαι τον θάνατο. Δική μου επιλογή (λανθασμένη, βεβαίως!) είναι να καπνίζω, να πίνω και να τρέχω με το αυτοκίνητο. Δική μου επιλογή είναι να έχω ή να μην έχω εξωσυζυγικές σχέσεις. Εγώ επιλέγω το τι καταναλώνω, τη μουσική που ακούω, τα ρούχα που φοράω. Δική μου επιλογή είναι το τι, το πώς και το πόσο σκέφτομαι, το να μιλάω ή το να σιωπώ. Δική μου επιλογή είναι το πού δίνω την προσοχή μου, το πώς αξιολογώ και ερμηνεύω τα όσα συμβαίνουν μέσα μου και στο περιβάλλον μου. Δική μου επιλογή είναι να μη βλέπω τα σκουπίδια της τηλεόρασης και να μην επηρεάζομαι από τις διαφημίσεις και την πολιτική προπαγάνδα. Δική μου επιλογή είναι να επιλέγω ή να μην επιλέγω. Δική μου επιλογή είναι να επιλέγω εγώ ή να αφήνω να επιλέγουν οι άλλοι για μένα. Δική μου επιλογή είναι να παραιτούμαι ή να διεκδικώ, να συμβιβάζομαι ή να

είμαι ασυμβίβαστος. Εγώ επιλέγω αν θα ψηφίσω, ποιο κόμμα και ποιον βουλευτή. Εγώ επιλέγω τι θέλω και τι δεν θέλω. Δική μου επιλογή είναι να ακούω ή να μην ακούω τους άλλους, να τους κάνω ή να μην τους κάνω τα χατίρια, να τηρώ ή να μην τηρώ τις υποσχέσεις μου, να είμαι ή να μην είμαι ειλικρινής. Μπορώ να συνεχίσω τον κατάλογο των επιλογών μου μέχρι που να βαρεθείτε – αλλά προφανώς δεν με συμφέρει, γι' αυτό επιλέγω να σταματήσω εδώ.

Με όλα αυτά, δεν επιχειρώ σε καμία περίπτωση να σας πείσω ότι είμαστε παντοδύναμοι και πλήρως ελεύθεροι να επιλέγουμε ό,τι θέλουμε ή πως έχουμε απεριόριστες επιλογές. Άλλωστε, όπως θα δούμε στη συνέχεια, δεν είμαι βέβαιος αν όλες αυτές οι πιο πάνω επιλογές είναι πράγματι δικές μου ή είναι άλλων, και εγώ απλώς νομίζω ότι είναι δικές μου. Αυτό που θέλω να δείξω είναι ότι, συνήθως, έχουμε περισσότερες από μία επιλογές και έχουμε την ελευθερία να επιλέξουμε αυτή που μας συμφέρει περισσότερο, αρκεί να ξέρουμε το τι μας συμφέρει. Αυτό, βεβαίως, συνεπάγεται και τη δική μας ευθύνη για τις συνέπειες των επιλογών και των πράξεών μας.

Με βάση αυτή τη λογική, το πεπρωμένο μας δεν είναι τίποτα άλλο από τις αναπόφευκτες συνέπειες ή τα αποτελέσματα των πράξεών μας. Αρκετοί στοχαστές –από τον Αριστοτέλη, τον Spinoza, τον Goethe (Γκαίτε), τον Nietzsche (Νίτσε) μέχρι και τον Sartre– υποστηρίζουν αυτή τη δυνατότητα του ανθρώπου. Οι κλασικές φράσεις του Nietzsche «Δημιούργησε το πεπρωμένο που μπορείς να αγαπήσεις» και «Γίνε αυτός που είσαι», καθώς και η σύγχρονη έννοια της αυτοπραγμάτωσης του Abraham Maslow, ουσιαστικά εκφράζουν τη δυνατότητά μας να ζούμε εμείς τη ζωή μας

και να μην αφήνουμε να μας ζει αυτή ή να μας τη ζουν οι άλλοι. «Να δημιουργήσουμε εμείς το πεπρωμένο μας και να μην αφήσουμε να μας το δημιουργήσουν οι άλλοι», όπως έλεγε ο J. Welch, ένας από τους πιο φημισμένους μάνατζερ τις τελευταίες δεκαετίες παγκοσμίως. Πίσω από όλες αυτές τις σκέψεις, βρίσκεται η ελευθερία να επιλέγουμε και αυτή την ελευθερία δεν μπορούμε να την αρνηθούμε, αφού ακόμη και το να την ασκούμε ή να μην την ασκούμε δική μας επιλογή είναι. Άρα, είχε δίκιο ο J.-P. Sartre που υποστήριζε ότι «Είμαστε καταδικασμένοι να είμαστε ελεύθεροι».

Πολλοί, βεβαίως, υποστηρίζουν ότι είμαστε αποτελέσματα της ιστορίας και του συστήματος μέσα στο οποίο ζούμε. Δεν έχουν εντελώς άδικο, αφού είναι αλήθεια ότι ζούμε σε έναν κόσμο γεμάτο περιορισμούς. Άλλο ζήτημα, όμως, είναι να βλέπουμε τους πραγματικούς περιορισμούς και άλλο να απαρνούμαστε την ελευθερία μας, με άλλοθι τους ψευδοπεριορισμούς που οι άλλοι προσπαθούν να μας επιβάλλουν για δικά τους οφέλη ή αυτούς που εμείς θέτουμε στον ίδιο τον εαυτό μας – λόγω του φόβου που αισθανόμαστε μπροστά στην ελευθερία των επιλογών μας και την ευθύνη που αυτή συνεπάγεται, όπως πολύ καλά πραγματεύεται ο Erich Fromm στο βιβλίο του με τίτλο *Ο φόβος μπροστά στην ελευθερία*. Όπως αναφέρω και στον πρόλογο, σκοπός τούτου του βιβλίου είναι να δώσει γνώσεις χρήσιμες για να κάνουμε σωστές επιλογές και να αξιοποιήσουμε την ελευθερία μας, ώστε να πραγματώσουμε τις δυνατότητές μας και να ζήσουμε τη ζωή μας όσο γίνεται καλύτερα και όπως εμείς θέλουμε και ονειρευόμαστε, πάντοτε, ασφαλώς, στο πλαίσιο των αντικειμενικών περιορι-

*Προαπαιτούμενα και παράγοντες διαφοράς:
Θεμελιώδεις νοημοσύνες*

ΟΙ ΕΠΙΛΟΓΕΣ, ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ, οι διαθέσεις, οι συμπεριφορές και, κατά συνέπεια, οι επιδόσεις μας σε όλους τους τομείς προσδιορίζονται σε σημαντικό βαθμό από το μυαλό μας και τη βιοψυχολογική μας δυνατότητα να επεξεργαζόμαστε τις πληροφορίες που εισάγονται στον εγκέφαλό μας μέσω των αισθήσεων. Μέσω αυτής της δυνατότητας ή ικανότητας επεξεργασίας πληροφοριών, μπορούμε να παίρνουμε αποφάσεις και να λύνουμε προβλήματα, να χειριζόμαστε καταστάσεις ή σχέσεις και να δημιουργούμε αποτελέσματα ή προϊόντα. Αυτή τη δυνατότητα ή ικανότητα οι ειδικοί την αποκαλούν ευφυΐα ή νοημοσύνη. Η παραδοσιακή οπτική που θεωρούσε ότι υπάρχει μία μόνον ευφυΐα, αυτή η οποία μετράται με τον περίφημο δείκτη IQ, ανατράπηκε με τη διαπίστωση των διαφορών μεταξύ των δυο ημισφαιρίων του ανθρώπινου εγκεφάλου: το αριστερό ημισφαίριο επεξεργάζεται ψηφιακούς τύπους και σύμβολα, όπως αριθμούς και λέξεις, ενώ το δεξιό επεξεργάζεται

έννοιες και συνολικές εικόνες, όπως συμβαίνει στις καλλι-
τεχνικές δημιουργίες. Στη συνέχεια, αρκετοί επιστήμονες,
μέσω ερευνών, προσπάθησαν να εξηγήσουν το φαινόμενο
ότι οι άνθρωποι μπορεί να είναι πολύ ικανοί ή νοήμονες σε
κάποιον τομέα, όπως τα μαθηματικά, τη μουσική ή τις αν-
θρώπινες σχέσεις, και λιγότερο ικανοί σε άλλους. Έτσι,
ξεπεράστηκε η μονοδιάστατη θεώρηση της ευφυΐας, για
να αντικατασταθεί με τη θεωρία της πολλαπλής ευφυΐας.
Στην εποχή μας, πολλοί επιστήμονες από διαφορετικούς
χώρους –όπως η γνωστική ψυχολογία, οι νευροεπιστήμες
και η ανθρωπολογία– έχουν τεκμηριώσει ότι διαθέτουμε
και μπορούμε να αναπτύξουμε περισσότερες της μίας
μορφές νοημοσύνης. Ο καθηγητής του Harvard Howard
Gardner, με την ερευνητική του ομάδα (θεωρείται ο πιο
σημαντικός ερευνητής σε τούτον τον τομέα), με διάφορα
εξειδικευμένα, νευρολογικά, ψυχολογικά και ανθρωπολογικά
κριτήρια έχει τεκμηριώσει την ύπαρξη οκτώ ευφυΐών, η
σύντομη περιγραφή των οποίων είναι χρήσιμη για την κα-
τανόηση του εαυτού μας και των άλλων, άρα και για την
προσωπική μας ανάπτυξη.

- **Λογική-μαθηματική νοημοσύνη.** Αρκετοί άνθρωποι
έχουν ιδιαίτερα ανεπτυγμένη την ικανότητα να επε-
ξεργάζονται και να χειρίζονται άνετα αριθμούς, να
σκέφτονται ορθολογικά, να αναλύουν λογικά τα πράγ-
ματα, όπως για παράδειγμα οι μαθηματικοί, οι οικονο-
μολόγοι, οι ερευνητές των θετικών επιστημών.
- **Γλωσσική νοημοσύνη.** Είναι η ικανότητα χρήσης του
γραφτού και προφορικού λόγου που χαρακτηρίζει
πολλούς ανθρώπους, όπως τους λογοτέχνες ή τους συγ-
γραφείς που καταφέρνουν να διατυπώνουν περίπλο-

κες ιδέες με σαφή και κατανοητό πεζό λόγο ή του διερμηνέα που έχει κλίση στην εκμάθηση των ξένων γλωσσών.

- **Μουσική νοημοσύνη.** Η μουσική νοημοσύνη συνίσταται στην ευκολία με την οποία κάποιοι άνθρωποι αντιλαμβάνονται τη μελωδία και την αρμονία, έχουν την αίσθηση του ρυθμού, του χρώματος και του τόνου των ήχων και μπορούν να διακρίνουν ακόμη και ελάχιστες διαφορές μεταξύ αυτών.
- **Οπτικοχωρική ευφυΐα.** Πρόκειται για την ικανότητα άνετης και ευκρινούς αντίληψης του χώρου και της εικόνας, όπως αυτή που διαθέτουν οι ζωγράφοι, οι αρχιτέκτονες και άλλοι που μπορούν, κυριολεκτικά ή μεταφορικά, να συλλαμβάνουν πράγματα και φαινόμενα στη διάσταση του χώρου, να αντιλαμβάνονται και να αναλύουν εύκολα τις χωρικές σχέσεις, να τα σκέφτονται και να τα αναπαριστούν σε χωρική ή σχηματική μορφή.
- **Σωματική-κινησθητική νοημοσύνη.** Πρόκειται για την ικανότητα του ανθρώπου να χρησιμοποιεί με μεγάλη ευκολία ολόκληρο το σώμα του και τα επιμέρους τμήματά του –χέρια, εκφράσεις προσώπου, πόδια–, όπως κάνουν οι τεχνίτες, οι αθλητές, οι χορευτές, οι χειρουργοί, οι μουσικοί.
- **Οικολογική νοημοσύνη.** Σύμφωνα με τον Gardner, η οικολογική ή νατουραλιστική νοημοσύνη «περιλαμβάνει την ικανότητα κάποιου να κατανοεί και να κάνει εύκολα διακρίσεις στον φυσικό κόσμο, μεταξύ των φυτών, των ζώων, των διαφόρων τύπων νέφωσης, γεωλογικών σχηματισμών, παλιρροϊκών κυμάτων και τα συναφή». Αυτή η νοημοσύνη ήταν ιδιαίτερα κρίσιμη στα πρώτα

στάδια εξέλιξης του ανθρώπου, αφού τον βοηθούσε να ξεχωρίζει τα εδώδιμα φυτά από τα δηλητηριώδη, το ποιο ζώο ήταν κατάλληλο για τροφή, το πότε η γη, τα νερά, ο καιρός, ήταν κατάλληλα ή ακατάλληλα για κάποια δραστηριότητα.

- **Ενδοπροσωπική νοημοσύνη.** Είναι η ικανότητά μας να γνωρίζουμε και να κατανοούμε τον εαυτό μας, τα συναισθήματα και τις συγκινήσεις μας, τα ισχυρά και τα αδύνατα σημεία μας, να ακούμε την εσωτερική μας φωνή, τον ψυχικό μας κόσμο.
- **Διαπροσωπική νοημοσύνη.** Είναι η ικανότητα να κατανοούμε τους άλλους, ώστε να χειριζόμαστε αποτελεσματικά τις σχέσεις μας με αυτούς και να συνεργαζόμαστε.

Πιο πρόσφατα, ο Gardner υποστήριξε ότι υφίσταται και η **υπαρξιακή νοημοσύνη**, που περιλαμβάνει τον υπαρξιακό στοχασμό, την πνευματικότητα και την ικανότητα του ατόμου να θέτει τα (και να προσπαθεί να απαντήσει στα) θεμελιώδη υπαρξιακά ερωτήματα ή ανησυχίες, όπως ποιο είμαστε, γιατί βρισκόμαστε εδώ, γιατί πεθαίνουμε, ποιο είναι το νόημα της ζωής και άλλα σχετικά. Σύμφωνα με τον Gardner, η νοημοσύνη αυτή πληροί αρκετά καλά τα ψυχολογικά και τα βιολογικά κριτήρια, αλλά δεν υπάρχουν ακόμα αποδείξεις σχετικά με το αν αυτή πηγάζει από ειδικά νευρικά ή εγκεφαλικά κέντρα.

Πριν αναφερθώ, στη συνέχεια, στις νοημοσύνες που θεωρώ κρίσιμες και απαραίτητες για όλους τους ανθρώπους που θέλουν να καθορίσουν το πεπρωμένο τους και να ζήσουν τη ζωή τους όσο γίνεται καλύτερα, είναι χρήσιμο να

κάνω μερικές παρατηρήσεις σχετικά με τις νοημοσύνες που διαχωρίζει ο Gardner. Πρώτον, πολλές από αυτές τις νοημοσύνες είναι αλληλοϋποστηριζόμενες, με την έννοια ότι η ανάπτυξη της μίας συμβάλλει στην ανάπτυξη της άλλης. Για παράδειγμα, η ενδοπροσωπική νοημοσύνη συμβάλλει στην ανάπτυξη της διαπροσωπικής νοημοσύνης και αντίστροφα. Δεύτερον, ένα άτομο μπορεί να διαθέτει σε υψηλό βαθμό περισσότερες της μίας ή –σε ακραία περίπτωση– και όλες τις νοημοσύνες. Τρίτον, στο πλαίσιο της κάθε νοημοσύνης, ένα άτομο μπορεί να διαθέτει σε μεγάλο βαθμό κάποια στοιχεία αυτής και κάποια άλλα σε μικρότερο. Για παράδειγμα, ένας μίμος έχει πολύ ανεπτυγμένα τα στοιχεία της χροιάς και του χρώματος της φωνής ως στοιχείο της μουσικής ευφυΐας, ενώ ένας συνθέτης έχει τα στοιχεία της αρμονίας και του ρυθμού. Τέταρτον, άλλες νοημοσύνες είναι περισσότερο έμφυτες (π.χ. μουσική νοημοσύνη) και άλλες περισσότερο επίκτητες (π.χ. διαπροσωπική νοημοσύνη). Τέλος, όλες οι νοημοσύνες μπορούν να αναπτυχθούν, αν υπάρχει θέληση, μέσω της μάθησης και της άσκησης – λιγότερο, βεβαίως, οι έμφυτες και περισσότερο οι επίκτητες.

Ας έρθουμε τώρα στις θεμελιώδεις νοημοσύνες και σε αυτό που αποκαλώ «προαπαιτούμενα και παράγοντες διαφοράς». Αυτό που, περισσότερο μέσα από τη ζωή και λιγότερο μέσα από τα βιβλία, έχω πιστέψει είναι ότι η επιτυχία σε οποιονδήποτε τομέα της ζωής –όπως την εννοεί ο καθένας μας– εξαρτάται από κάποια πράγματα ή παράγοντες που είναι προαπαιτούμενα και κάποια άλλα που κάνουν τη διαφορά, τα οποία στον χώρο της διοικητικής επιστήμης αποκαλούμε «κρίσιμους παράγοντες επιτυ-

Τα κίνητρα και οι ανάγκες μας

ΟΤΑΝ ΘΕΤΩ ΤΗΝ ΕΡΩΤΗΣΗ: «Για ποιον λόγο οι άνθρωποι κάνουμε ό,τι κάνουμε, τουλάχιστον όταν δρούμε συνειδητά και σκεπτόμενοι;», η απάντηση που συνήθως παίρνω είναι: «Για να ικανοποιήσουμε τις ανάγκες μας». Πράγματι, πίσω από κάθε μας επιλογή ή πράξη, υπάρχει ένα κίνητρο που συνδέεται με την ικανοποίηση των αναγκών μας. Ακόμη και στην ακραία περίπτωση που δίνουμε μισό ευρώ σε έναν ζητιάνο στο φανάρι, ποιανού ανάγκης ικανοποιούμε πρώτα από όλα;

Προφανώς, τη δική μας ανάγκη για προσφορά, συμπόνια και αλtruισμό, την επιθυμία να μειώσουμε τη λύπη που αισθανόμαστε για τον φτωχό συνάνθρωπό μας.

Αν αυτό είναι περίπου αλήθεια –διότι εκτός του συνειδητού και του λογικού, υπάρχει και το ασυνείδητο και το άλογο–, τότε γίνεται φανερό ότι η ουσιαστική κατανόηση του εαυτού μας (αλλά και των άλλων) απαιτεί την κατανόηση των κινήτρων και των αναγκών μας, καθώς και των

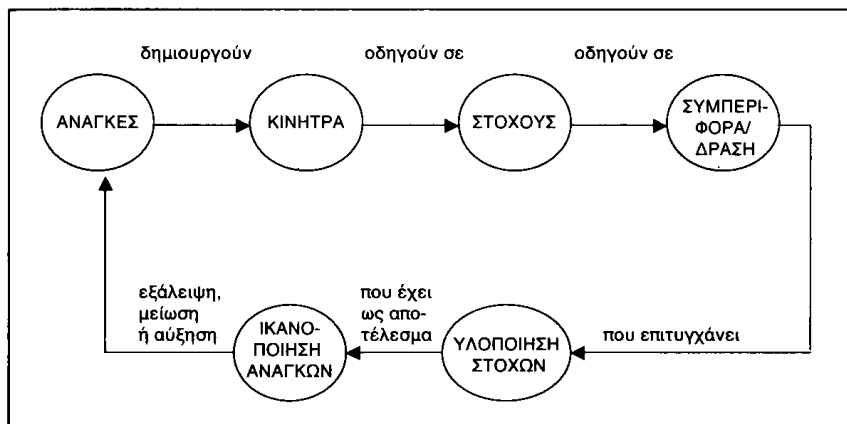
διαδικασιών που μας οδηγούν σε επιλογές, συμπεριφορές, δράσεις ή πράξεις. Ας δούμε όμως τα πράγματα από την αρχή.

Το *κίνητρο* (motive, drive) είναι αυτό που μας κινητοποιεί για να κάνουμε μια επιλογή ή να αναπτύξουμε μια δράση. Οι B. Berelson και G. Steiner ορίζουν την έννοια του κινήτρου ως «μια εσωτερική κατάσταση που ενεργοποιεί, δραστηριοποιεί ή κινητοποιεί και κατευθύνει τη συμπεριφορά προς τους στόχους». Το κίνητρο είναι μια εσωτερική δύναμη, πίεση ή ώθηση που δημιουργείται από την ύπαρξη μιας ανάγκης.

Η *ανάγκη* μπορεί να οριστεί ως η βιολογική ή ψυχολογική ανισορροπία του ατόμου, την οποία προκαλεί κάποια έλλειψη που αισθάνεται ή βιώνει αυτό το άτομο. Οι ανάγκες (κατά συνέπεια και τα κίνητρα) μπορεί να είναι πρωτογενείς, όπως τροφή, ύπνος, οξυγόνο, σεξ κλπ., ή δευτερογενείς (επίκτητες), όπως ο σεβασμός, το κύρος, η στοργή κλπ. Οτιδήποτε –υλικό ή άυλο– κατατείνει στην ικανοποίηση ή στη μείωση της έντασης της ανάγκης, αποτελεί στόχο του ατόμου.

Για παράδειγμα, η έλλειψη θερμίδων (ανάγκη) έχει ως συνέπεια την πείνα (κίνητρο) που μπορεί να ικανοποιηθεί με τροφή (στόχος). Η κινητοποίησή μας, λοιπόν, για σκέψη ή δράση θα μπορούσε να οριστεί ως η εσωτερική διαδικασία ώθησης της συμπεριφοράς του ανθρώπου προς στόχους, των οποίων η επίτευξη έχει ως συνέπεια την ικανοποίηση των αναγκών του. Αυτή η διαδικασία είναι το σύνολο των σχέσεων αλληλεπίδρασης και αλληλεξάρτησης μεταξύ των επιμέρους στοιχείων της, δηλαδή των αναγκών, των κινήτρων και των στόχων. Η αρχή της εν λό-

γω διαδικασίας είναι η συνειδητή ή υποσυνείδητη διαπίστωση αναγκών. Η ανάγκη παράγει το κίνητρο (ώθηση) και το κίνητρο οδηγεί στον προσδιορισμό στόχων και δράσης/πράξεων, η υλοποίηση των οποίων έχει ως αποτέλεσμα την ικανοποίηση των αναγκών και τη μείωση ή εξάλειψη του κινήτρου.



Αρκετοί παλαιότεροι ερευνητές προσπάθησαν να αποδείξουν ότι ένα μεγάλο μέρος της ανθρώπινης συμπεριφοράς δεν εξηγείται από κάποιον «συνειδητό ορθολογισμό», αλλά από έναν αριθμό ενστίκτων που υπάρχουν έμφυτα, όπως και στα ζώα. Η αγάπη, ο φόβος, η ζήλια, η περιέργεια και η μίμηση αποτελούν μερικά από τα ένστικτα που οι παραπάνω θεωρητικοί πίστευαν ότι προσδιορίζουν την ανθρώπινη συμπεριφορά. Σύμφωνα με τη θεωρία των ενστίκτων, υπάρχει συνήθως μια εσωτερική προδιάθεση για κάθε μορφή συμπεριφοράς. Στη συνέχεια, ο Freud (Φρόυντ) τόνισε τη σπουδαιότητα των υποσυνείδητων κινήτρων, που στην ουσία δεν διαφέρουν πολύ από τα ένστικτα. Σύμφωνα με τον Freud, ο άνθρωπος δεν μπορεί να συνειδητοποιήσει παρά μόνο ένα μικρό μέρος από το

σύνολο των επιθυμιών του. Οι μετέπειτα ψυχολόγοι απέρριψαν τόσο τις θεωρίες των ενστίκτων, όσο και ένα μεγάλο μέρος της φροϋδικής θεωρίας. Υποστήριξαν με επιτυχία ότι τα ένστικτα έχουν αξία μόνο για την εξήγηση της συμπεριφοράς των ζώων, που είναι «άλογα» όντα. Φυσικά, όλοι συμφωνούν ότι η συμπεριφορά του ανθρώπου δεν μπορεί να εξηγηθεί στο σύνολό της. Όμως, το μικρό ανεξήγητο μέρος της δεν οφείλεται στα ένστικτα, αλλά σε μη εξηγηθέντα –ακόμη– κίνητρα.

Οι σύγχρονοι ψυχολόγοι θεωρούν πλέον τις ανάγκες και τα κίνητρα ως την «καρδιά» της παρακίνησης, ότι εξηγούν, δηλαδή, ένα σημαντικό μέρος της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Αν και δεν υπάρχει συμφωνία μεταξύ των θεωρητικών για την ταξινόμηση των κινήτρων, στη βιβλιογραφία έχουν επικρατήσει τρεις βασικές κατηγορίες:

- α) **Τα πρωτογενή κίνητρα.** Τούτη η κατηγορία περιλαμβάνει όλα τα φυσιολογικά ή βιολογικά κίνητρα τα οποία προέρχονται από ανάγκες που είναι συνυφασμένες με την ύπαρξη του ανθρώπου ως βιολογικού οργανισμού. Αυτά, συνήθως, αποκαλούνται και στοιχειώδη κίνητρα και υπάρχουν στον άνθρωπο από τη φύση του. Δεν είναι δηλαδή επίκτητα, αλλά έμφυτα. Μεταξύ αυτών, τα σπουδαιότερα είναι η τροφή, το νερό, ο ύπνος, η αποφυγή καταπόνησης, το οξυγόνο, το σεξ.
- β) **Τα γενικά κίνητρα (general motives).** Είναι μη βιολογικά κίνητρα, που συνδέονται όμως με τη φύση του ανθρώπου, είναι δηλαδή περισσότερο έμφυτα, παρά επίκτητα. Συνήθως, είναι δύσκολο να διακριθούν με απόλυτο τρόπο από αυτά των δυο άλλων κατηγοριών. Τα πιο σημαντικά είναι:

- **Κίνητρο της ικανότητας.** Αυτό είναι αποτέλεσμα της ανάγκης που έχει ο άνθρωπος να αντιδρά, να χειρίζεται και να ελέγχει τις σχέσεις του με το φυσικό περιβάλλον.
- **Κίνητρο της περιέργειας.** Ο άνθρωπος έχει την ανάγκη να γνωρίζει τι υπάρχει γύρω του, τις σχέσεις μεταξύ των διαφόρων τμημάτων του κόσμου, τους μηχανισμούς και τις διαδικασίες λειτουργίας και εξέλιξής του.
- **Κίνητρο της δραστηριότητας.** Πρόκειται για την επιθυμία της δημιουργίας που χαρακτηρίζει τον άνθρωπο.
- **Κίνητρο της στοργής ή αγάπης.** Είναι ένα πολυσύνθετο κίνητρο που κάποια στοιχεία του θα μπορούσαν να τοποθετηθούν στα πρωτογενή κίνητρα και κάποια άλλα στα δευτερογενή.

γ) Τα δευτερογενή κίνητρα. Πρόκειται για τα κίνητρα που αποκτά ο άνθρωπος ζώντας μέσα στο περιβάλλον του και είναι αποτελέσματα της κοινωνικοποίησής του. Η μορφή τους, η έντασή τους και η εξέλιξή τους προσδιορίζονται, ιδιαίτερα, από τον χαρακτήρα και την εξέλιξη του κοινωνικού περιβάλλοντος του ανθρώπου. Αποτελούν τα πιο σημαντικά κίνητρα σε ό,τι αφορά την εξήγηση της ανθρώπινης συμπεριφοράς, αφού, στο σημερινό επίπεδο ανάπτυξης, η ένταση των πρωτογενών και των γενικών κινήτρων έχει κατά πολύ μειωθεί, λόγω της ικανοποίησής τους σε σημαντικό βαθμό. Κυριότερα δευτερογενή κίνητρα είναι:

- **Κίνητρο της κοινωνικής ένταξης (affiliation motive).** Αποτελεί ένα από τα σπουδαιότερα κίνητρα. Δηλώ-

νει την ανάγκη του ανθρώπου να ανήκει σε κοινωνικές ομάδες και να αναπτύσσει κοινωνικές σχέσεις.

- **Κίνητρο της ασφάλειας.** Η πολυπλοκότητα και η αβεβαιότητα, που χαρακτηρίζουν την εξέλιξη του κόσμου, κάνουν τον άνθρωπο να αισθάνεται έντονα την ανάγκη της σιγουριάς για τη μελλοντική του ύπαρξη.
- **Κίνητρο της επιτυχίας.** Η κάθε κοινωνία προσδιορίζει διαφορετικά το περιεχόμενο της επιτυχίας. Γενικά, είναι η επιθυμία που δημιουργείται στον άνθρωπο να αποδίδει σε σχέση με ορισμένα πρότυπα που θέτει η κοινωνία ή να διακρίνεται ως «νικητής» στο πλαίσιο του ανταγωνισμού μεταξύ των ανθρώπων.
- **Κίνητρο του κύρους.** Η σημερινή κοινωνία χαρακτηρίζεται από την ιεράρχηση και τη διάκριση. Με διάφορα κριτήρια που θέτει, κατατάσσει τους ανθρώπους σε διάφορα επίπεδα μιας άτυπης ή τυπικής κοινωνικής ιεραρχίας. Η εξέλιξη της κοινωνίας έχει δημιουργήσει την επιθυμία στον άνθρωπο να τοποθετείται σε όσο το δυνατόν υψηλότερες θέσεις στην εν λόγω ιεραρχία.
- **Κίνητρο της δύναμης ή της εξουσίας.** Αυτό εκφράζει την επιθυμία του ατόμου να μπορεί να επηρεάζει τη συμπεριφορά των άλλων προς την κατεύθυνση που αυτό θέλει.
- **Κίνητρο της ελευθερίας.** Όπως ήδη έχουμε αναφέρει εκτενώς στο πρώτο κεφάλαιο, η ελευθερία αποτελεί μια βασική ανάγκη του ανθρώπου.

Από τα παραπάνω, γίνεται φανερό ότι ο άνθρωπος χαρακτηρίζεται από έναν μεγάλο αριθμό αναγκών-κινήτρων,