Δευτέρα, 21 Ιανουαρίου 2019

'"Ηθελα να καταγράψω τις εμπειρίες και τις σκέψεις μου γύρω από τις δυσκολίες και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα ζευγάρια στις μέρες μας...."-ΘΕΚΛΑ ΠΕΤΡΙΔΟΥ ΑΦΟΥ!!!

Η ψυχολόγος Θέκλα Πετρίδου επανέρχεται με ένα νέο εγχειρίδιο, για τις ερωτικές σχέσεις και τους γάμους αυτή τη φορά, και μας βοηθά να απαντήσουμε στο πιο δύσκολο ίσως ερώτημα που μπορεί να έχουμε για τον γάμο ή τη σχέση μας: Να μείνω ή να φύγω;

Μέσα από αληθινά παραδείγματα από την κλινική της εμπειρία μπορούμε να αντιληφθούμε αν η σχέση μας είναι ζωντανή ή αν βρισκόμαστε σε γάμο-βιτρίνα ή γάμο συμφέροντος? αν η σεξουαλική μας ζωή είναι φυσιολογική? αν η ρουτίνα είναι λόγος χωρισμού και αν είναι στη φύση μας η μονογαμία.

Στις σελίδες του βιβλίου υπάρχουν απαντήσεις σε πολύ σημαντικά ερωτήματα όπως:

-Κάνω άραγε για γάμο;
-Πρέπει να χωρίσω εξαιτίας της πεθεράς;
-Μήπως έχω παντρευτεί έναν τοξικό άνθρωπο;
-Έχω αγαπήσει, ή έχει αγαπήσει, τρίτο πρόσωπο;
-Μήπως βρίσκομαι σε μια βίαιη, κακοποιητική σχέση;
-Μένω στον γάμο μου για τα παιδιά;
-Ένας γάμος χωρίς παιδιά μπορεί να επιβιώσει;
-Η ασθένεια ενός συντρόφου ή ενός παιδιού μπορεί να επηρεάσει αρνητικά μια σχέση;
-Και τέλος, ένα σοβαρό ερώτημα που απασχολεί όσους σκέφτονται να χωρίσουν: Τι θα πει ο κόσμος;

Ένα βιβλίο που καταρρίπτει βασικούς μύθους για τον έρωτα και τον γάμο, προβάλλοντας παράλληλα υγιή παραδείγματα που μας δίνουν θάρρος και μας κάνουν αισιόδοξους.

1)Πρόσφατα κυκλοφόρησε από τις εκδόσεις Ψυχογιός το δεύτερο βιβλίο σας "Να μείνω ή να φύγω." Πείτε μας λίγα λόγια για το βιβλίο σας αυτό.

Το βιβλίο μου αυτό, αποτελεί μια καταγραφή των γνώσεων, των εμπειριών και των απόψεων που έχω για τους γάμους και τις σχέσεις στις μέρες μας. Φιλοδοξεί να βοηθήσει πρόσωπα ή ζευγάρια που θέλουν να επαναπροσδιορίσουν την σχέση τους και αν αυτό είναι εφικτό, να την καλυτερεύσουν.

2)Τι σας ώθησε να γράψετε το εγχειρίδιο αυτό για τις ερωτικές σχέσεις και τους γάμους;

Έχω εργαστεί για 20 χρόνια ως ιδιώτης ψυχολόγος με ενήλικες και ζευγάρια. Ήθελα να καταγράψω τις εμπειρίες και τις σκέψεις μου γύρω από τις δυσκολίες και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα ζευγάρια στις μέρες μας, σε μια προσπάθεια να φανώ χρήσιμη σε όποιον μου κάνει την τιμή να με διαβάσει.

3)Ποιο θεωρείτε το σημαντικότερο πρόβλημα που οδηγεί ένα ζευγάρι στην ...πόρτα σας, για να συζητήσετε τα προβλήματα στο γάμο τους, και τις σκέψεις τους για το ενδεχόμενο ενός διαζυγίου;

Όπως σας είπα και προηγουμένως, πλέον έχω σταματήσει να εργάζομαι ως ψυχολόγος, έχω αφοσιωθεί στην συγγραφή και στην καθημερινή τηλεοπτική εκπομπή με τίτλο: «Θέκλα Μιλάμε Ανοιχτά», που μεταδίδεται κάθε πρωί από την κυπριακή τηλεόραση, αλλά μπορεί κάποιος να την βρει και στο κανάλι μου στο YouTube. (Μπορεί κανείς να βρει το κανάλι μου εάν το ψάξει με το όνομα μου). Από την εικοσαετή επαγγελματική μου εμπειρία μπορώ να σας απαντήσω πως το σημαντικότερο πρόβλημα ή καλύτερα το πιο δυσεπίλυτο πρόβλημα που μπορεί να οδηγήσει ένα ζευγάρι στο γραφείο ενός ψυχολόγου είναι η αποξένωση μεταξύ τους, είτε αυτή ενέχει καβγάδες είτε όχι. Ζητάμε την βοήθεια ενός ειδικού, συνήθως πολύ αργά, όταν ήδη έχουμε γίνει σχεδόν δυο ξένοι.

4)Πιστεύετε πως σήμερα τα ζευγάρια κάνουν προσπάθειες να λύσουν τα προβλήματα στη σχέση τους, να δώσουν ευκαιρίες στο γάμο τους ή αποφασίζουν χωρίς δεύτερες σκέψεις το διαζύγιο;;

Γνωρίζω πως τα ζευγάρια σήμερα κάνουν πολλές προσπάθειες να σώσουν ειδικά τους γάμους τους. Η άποψη πως οι νέοι σήμερα προχωρούν χωρίς δεύτερες σκέψεις στο διαζύγιο, με βάση την επαγγελματική μου πείρα, αλλά και την επικοινωνία με δεκάδες ανθρώπων καθημερινά μέσω ηλεκρονικού ταχυδρομείου, είναι λανθασμένη και άδικη.

5)Πόσο σημαντικός παράγοντας είναι τα παιδιά καθώς και η ηλικία αυτών, στην απόφαση ενός ζευγαριού να προχωρήσει σε διαζύγιο ή όχι;

Τα παιδιά παίζουν εν αγνοία τους συχνά, πρωτεύοντα ρόλο στην απόφαση για διαζύγιο. Αν και, κατά την γνώμη μου, αυτό δεν είναι για το καλό τους. Στις περισσότερες περιπτώσεις τα παιδιά χρησιμοποιούνται ως ασπίδα ή ως όπλο εναντίον του συζύγου που θέλει να χωρίσει. Ως ασπίδα όταν χρησιμοποιούνται ως μοχλός πίεσης για να μην επέλθει ο χωρισμός. Για παράδειγμα μπορεί να λέγεται από αυτόν που δεν θέλει να χωρίσει στον άλλον πως με τον χωρισμό θα πάθουν τα παιδιά ψυχολογική ζημιά, ή εάν κάποιος φύγει από τον γάμο τα παιδιά να βάλλονται εναντίον του από τον άλλον γονιό, ώστε να τον εκδικηθεί επειδή τόλμησε να χωρίσει. Τα φαινόμενα αυτά, τα παρουσιάζω εκτεταμένα και στο πρώτο βιβλίο μου που κυκλοφόρησε από τις εκδόσεις Ψυχογιός, με τίτλο: Χαρούμενη μαμά = Χαρούμενα παιδιά, στα σχετικά κεφάλαια για το διαζύγιο και τα παιδιά αλλά και για την γονική αποξένωση. Καταληκτικά, η άποψη μου είναι πως είναι υποκριτικό, κακοποιητικό και ανέντιμο προς τα παιδιά μας να τα βάζουμε στη μέση μιας απόφασης για διαζύγιο ή ενός χωρισμού. Η δική μας ανεύθυνη στάση βλάπτει τα παιδιά τότε και όχι ο χωρισμός ο ίδιος ή το διαζύγιο. Υπάρχουν και πορίσματα καινούριων επιστημονικών ερευνών, που το επιβεβαιώνουν αυτό.

6)Πόσο εύκολα ή δύσκολα αποφασίζει να επισκεφτεί ένα ζευγάρι με προβλήματα στο γάμο του έναν ψυχολόγο-σύμβουλο γάμου;

Στις μέρες μας όλο και περισσότερο υποχωρεί η προκατάληψη και όλο και περισσότερα ζευγάρια επισκέπτονται ψυχολόγους που εξειδικεύονται σε συμβουλευτική ή θεραπεία γάμου. Αυτό είναι μια καλή εξέλιξη.

7)Αν μιλήσουμε με ποσοστά είναι περισσότερα τα ζευγάρια που αποφασίζουν

να προσπαθήσουν για το γάμο τους ή εκείνα που προχωρούν στο διαζύγιο;

Δεν είμαι στατιστικολόγος, και δεν γνωρίζω τα ποσοστά. Οι ψυχολόγοι βλέπουμε μικρο-κοινωνικά ένα φαινόμενο και όχι μακρο-κοινωνικά. Το κάθε ζευγάρι, ανάλογα με την σύσταση του, τα κοινά, τις διαφορές τους ζευγαριού, την ζωντάνια της σχέσης τους, τη φύση των προβλημάτων του, θα αποφασίσει ανάλογα.

8)Πιστεύετε ότι η διαφορά ηλικίας ανάμεσα στο ζευγάρι παίζει σημαντικό ρόλο στο να ευδοκιμήσει ένας γάμος ή όχι;

Η διαφορά ηλικίας ανάμεσα στο ζευγάρι ως μοναδική μεταβλητή, δεν πιστεύω πως παίζει σημαντικό ρόλο.

9)Θα μας περιγράψετε μία μέρα από τη ζωή της Θέκλας Πετρίδου;

Το πρωί ξυπνάω στις 7.30μμ και ετοιμάζομαι για την εκπομπή. Στις 9.30μμ είμαστε αέρα μέχρι τις 11πμ. Μετά την εκπομπή επιστρέφω στο σπίτι από όπου εργάζομαι μέσω του υπολογιστή. Είτε απαντάω σε email τηλεθεατών από την Κύπρο και την Ελλάδα, είτε προετοιμάζω μελλοντικές εκπομπές. Λόγω της φύσης της εκπομπής χρειάζεται να επιμελούμαι και την αρχισυνταξία σε συνεργασία με την επιστημονική ομάδα που συνεργαζόμαστε. Την Δρα Ψυχολογίας Αριστονίκη Θεοδοσίου και τον Δρα Ψυχιατρικής Γρηγόρη Γρηγορίου.

Το μεσημέρι πάντοτε κάνω σιέστα και το απόγευμα επιστρέφω στον υπολογιστή για συνέχιση της ατέλειωτης δουλειάς. Μου αρέσει να αναλαμβάνω το πλύσιμο και σιδέρωμα των ρούχων μόνη μου, ώστε να έχω μια δημιουργική ενασχόληση που να με χαλαρώνει. Το μαγείρεμα το κάνουμε από κοινού με τον σύζυγο και το καθάρισμα του σπιτιού και τα ψώνια, τα έχει αναλάβει αυτός. Το βράδυ μου αρέσει να χαλαρώνω με πλέξιμο και ενδιαφέρουσες ταινίες και σειρές που παρακολουθούμε με τον σύζυγο στον αγαπημένο μας καναπέ. Δεν με ευχαριστεί ιδιαίτερα η πολυκοσμία και η κοσμική ζωή. Πηγαίνω μόνο σε όσες κοινωνικές υποχρεώσεις είμαι απολύτως υποχρεωμένη και η απόδραση μου είναι από την Παρασκευή το απόγευμα μέχρι την Κυριακή το βράδυ να πηγαίνουμε μαζί με τον σύζυγο μου σε ένα παραδοσιακό σπίτι που ενοικιάζουμε σε ένα χωριό μακριά από την πόλη όπου να ξεκουραζόμαστε και να ασχολούμαστε με τα ενδιαφέροντα μας. Μέσα

σε αυτά συμπεριλαμβάνεται και το περπάτημα στη φύση που αγαπούμε ιδιαιτέρως.

10)Θα ήθελα να μοιραστείτε με τους αναγνώστες του blog μας, τη φράση που σας εκφράζει, το τραγούδι που σας αντιπροσωπεύει και την αγαπημένη σας ταινία. Ίσως είναι περισσότερα από ένα, αλλά πείτε τα πρώτα που σας έρχονται στο μυαλό για το καθένα από αυτά…

Φράση που με εκφράζει: στα Αγγλικά: Shit happens. Πράγματα κακά μπορεί να συμβούν και εμείς τα αντιμετωπίζουμε και προχωρούμε.

Αγαπημένο τραγούδι: Η σωτηρία της ψυχής, Άλκηστη Πρωτοψάλτη

Αγαπημένη ταινία: Gaslighting

Βιογραφικό

Η **ΘΕΚΛΑ ΠΕΤΡΙΔΟΥ** γεννήθηκε στην Πάφο της Κύπρου το 1975 και ζει και εργάζεται στη Λευκωσία. Σπούδασε στο Τμήμα Ψυχολογίας του ΑΠΘ. Είναι Ψυχολόγος Κλινικού και Κοινωνικού Τομέα και από τον Οκτώβριο του 1997 εργάζεται ιδιωτικά με ενήλικες και ζευγάρια. Έχει δώσει δεκάδες διαλέξεις σε σχολές γονέων και επαγγελματικούς συνδέσμους. Έχει ιδιαίτερο κλινικό και συγγραφικό ενδιαφέρον σε θέματα ερωτικών σχέσεων, γάμου και ανατροφής παιδιών. Εδώ και είκοσι χρόνια λαμβάνει μέρος τακτικά σε τηλεοπτικές και ραδιοφωνικές εκπομπές ως ψυχολόγος. Τα τελευταία πέντε χρόνια έχει εστιάσει την προσοχή και τη δημόσια δράση της στο διαδίκτυο και στα κοινωνικά δίκτυα, όπου επικοινωνεί με χιλιάδες ανθρώπων τόσο στην Κύπρο όσο και στην Ελλάδα. Στο κανάλι της στο YouTube ανεβάζει τακτικά τις τηλεοπτικές και ραδιοφωνικές της εκπομπές με θέματα ψυχολογίας και αυτοβοήθειας.