

Οι παρανοήσεις που γίνονται αποδεκτές ως αλήθεια

Οι μύθοι που θεωρούμε ότι είναι αλήθειες

1. Κάποιος πρέπει πάντα να έχει δίκιο. Δεν υπάρχει η μέση οδός
2. Δεν αρκεί να είσαι ο εαυτός σου. Δεν είναι αρκετό. Δεν θα αρέσεις στους άλλους αν είσαι αυθεντικός. Πρέπει να είσαι αυτό που θέλουν οι άλλοι
3. Η ζωή είναι μία μάχη. Υπάρχουν οι καλοί και οι κακοί. Πρέπει να χρησιμοποιήσεις όλες σου τις γνώσεις σαν όπλο για τον εχθρό
4. Αν δεν είσαι χαρούμενος, φταίει ο άλλος. Ο άλλος, ή οι άλλοι είναι υπεύθυνοι για την ευτυχία σου
5. Γιατί να λες την αλήθεια αν πρόκειται να μπλέξεις. Καλύτερα να λες ψέματα, για να μην σε πιάσουν
6. Αυτός που φωνάζει πιο δυνατά είναι και ο νικητής
7. Κάποιος πρέπει να κερδίσει. Αυτό σημαίνει ότι ο άλλος είναι ο χαμένος στην ιστορία. Δεν γίνεται να υπάρξει συνεργασία
8. Αν εσύ είσαι δυστυχισμένος, φρόντισε να γίνει και ο άλλος
9. Η ζωή είναι τέλεια. Οι σχέσεις πρέπει να είναι τέλειες. Οι άνθρωποι πρέπει να είναι τέλειοι
10. Να λες ψέματα όποτε μπορείς για να γίνει το δικό σου. Ο άλλος μπορεί και να μην το μάθει
11. Αν σε πιάσουν να λες ψέματα, ρίξε το φταιξιμο σε κάποιον άλλο. Πες και άλλα ψέματα. Θα μπλέξεις τον άλλο χειρότερα (και εσένα μαζί!!)
12. Μην αναλαμβάνεις την ευθύνη των πράξεών σου, ρίξε την σε κάποιον άλλο, που σε «ανάγκασε να το κάνεις»
13. Μην αναλαμβάνεις την ευθύνη των συναισθημάτων σου. Αντέδρασε με X τρόπο, επειδή ο άλλος σε έκανε να νιώσεις έτσι
14. Τα λεφτά σημαίνουν δύναμη και έλεγχο. Να φροντίζεις να ελέγχεις τα χρήματα για να ελέγχεις τους άλλους
15. Αυτό που είσαι δεν έχει σημασία – προσποιήσου ότι είσαι κάποιος άλλος
16. Φρόντισε πάντα να βρίσκεις κάποιον άλλο να καλύπτει τις ανάγκες – δεν χρειάζεται να το κάνεις μόνος σου – οι άλλοι είναι εκεί για να τους χρησιμοποιείς σαν αντικείμενα
17. Τα συναισθήματα των άλλων δεν έχουν σημασία, μόνο τα δικά σου. Πως το λμάρει κάποιος να σε πληγώσει
18. Οι κακοί έχουν τον τελευταίο λόγο. Φρόντισε να είσαι ο κακός, όταν δεν σε βλέπουν οι άλλοι, και ο καλός μπροστά στους άλλους

- 19.Μην λες ποτέ και σε κανένα τι έχεις κάνει, τι έχεις δει, τι έχεις ακούσει, τι σου έχουν κάνει – θα σε περάσουν για τρελό, νευρωτικό, ή παρανοϊκό – θα σου πουν να πας να κάνεις θεραπεία
- 20.Η θεραπεία είναι για τους τρελούς. Αν δεν κάνω θεραπεία σημαίνει ότι δεν είμαι τρελός. Δεν χρειάζομαι βοήθεια. Δεν έχω κανένα πρόβλημα, μόνο οι άλλοι έχουν
- 21.Έχε τα πάντα κρυφά – μην λες τα οικογενειακά σου μυστικά σε κανένα
- 22.Πρόσβαλε τους άλλους, αλλά μην επιτρέπεις στους άλλους να σε προσβάλλουν
- 23.Μην κάνεις τίποτα. Μην αναλάβεις καμία πρωτοβουλία. Κατηγόρησε τους άλλους επειδή δεν σου είπαν τίποτα. Και ακόμα και αν σου είπαν, αρνήσου το
- 24.Μην κρατάς το λόγο σου. Έχε όμως την απαίτηση από τους άλλους να κρατάνε το δικό τους
- 25.Μην ζητάς αυτό που θέλεις
- 26.Να δίνεις επιλογές στον άλλο να κάνει ό,τι νομίζει. Μετά μπορείς να θυμώσεις ότι δεν κατάλαβαν τι πραγματικά ήθελες εσύ
- 27.Ζήτα τη γνώμη των άλλων και μετά πες τους ότι η γνώμη τους είναι λάθος
- 28.Κάνε τους άλλους να νιώθουν χαζοί όταν μαθαίνουν κάτι καινούργιο και θέλουν να το μοιραστούν μαζί σου, αφού εσύ ήδη το γνώριζες
- 29.Βοήθα τους άλλους, αλλά μην επιτρέπεις στους άλλους να σε βοηθήνε. Κάτι τέτοιο μπορεί να τους δώσει δύναμη και έλεγχο πάνω σου
- 30.Τα θύματα είναι αδύναμοι και αβοήθητοι άνθρωποι που δεν μπορούν να βοηθήσουν τον εαυτό τους. Εσύ πρέπει να είσαι ο «ήρωας» και να τους βοηθήσεις
- 31.Όλα έχουν καταστραφεί – τίποτα δεν φτιάχνεται και δεν αξίζει η προσπάθεια. Απαιτείται τεράστια προσπάθεια για να προχωρήσει κανείς σε κάτι καινούργιο
- 32.Αγνόησε ή άσε τα πράγματα ως έχουν για πολύ καιρό, ώσπου να νιώσεις πνιγμένος και μετά παραιτήσου
- 33.Πάντα, εκδικήσου, χτύπα πίσω πιο δυνατά, θύμωσε περισσότερο, φώναξε πιο δυνατά, κάνε ό,τι χρειάζεται για να κερδίσεις μία μάχη – ακόμα και αν αυτό σημαίνει ότι θα χάσεις τον πόλεμο
- 34.Κάνε αυτό που λέω, όχι αυτό που κάνω
- 35.Τα παιδιά είναι για να τα βλέπουμε όχι για να τα ακούμε. Η γνώμη τους δεν έχει και τόσο σημασία
- 36.Υποσχέσου κάτι και μετά μην το τηρείς, ή καλύτερα πες ότι το ξέχασες
- 37.Προσποιήσου ότι ακούς τη στιγμή που κάνεις κάτι άλλο ή σκέφτεσαι τι θα πεις για να αμυνθείς

38. Να είσαι πάντα σε επιφυλακή. Ό,τι και να σου πουν είναι κριτική και μάλιστα αρνητική και κακοπροαίρετη
39. Είσαι καλύτερος από όλους – και αν όχι υποκρίσου ότι είσαι
40. Πάντα περίμενε αποδοχή και αν δεν την πάρεις θύμωσε
41. Περίμενε την προσοχή αφού όλος ο κόσμος περιστρέφεται γύρω από σένα
42. Ο σεβασμός σημαίνει φόβο
43. Χρειάζεται πολύ προσπάθεια και σκέψη για να λύσεις ένα πρόβλημα – καλύτερα να τα αποφύγεις
44. Αν έχεις κάνει κάτι για το οποίο ντρέπεσαι, δεν χρειάζεται να το παραδεχτείς, θα νιώσεις περισσότερο ντροπή. Καλύτερα, βρες κάποιον άλλο να ρίξεις τις ευθύνες. Προσπάθησε να μπερδεύεις τους άλλους
45. Περίμενε από τους άλλους, όχι από σένα
46. Κάνε ότι χρειάζεται, ακόμα και αν δεν είναι σωστό, προκειμένου να πετύχεις αυτό που θέλεις
47. Να είσαι καχύποπτος
48. Οι κανόνες ισχύουν για όλους τους άλλους εκτός από σένα
49. Μην φροντίζεις εσύ τον εαυτό σου, άσε τους άλλους να σε φροντίζουν. Μετά μπορείς να παραπονεθείς ότι δεν σε φρόντισαν αρκετά
50. Χάσε τον δικό σου έλεγχο προκειμένου να ελέγξεις τους άλλους
51. Μην επιτρέψεις ποτέ στον εαυτό σου να νιώσει ότι τον ελέγχουν οι άλλοι
52. Συμπεριφέρσου σε αυτούς που είναι διαφορετικοί από σένα με λύπη, ασέβεια και περιφρόνηση
53. Απαίτησε σεβασμό, μην προσπαθήσεις να τον κερδίσεις
54. Πρόσφερε τη βοήθεια σου, αλλά να μην είσαι διαθέσιμος όταν σε χρειάζονται
55. Να επιδιώκεις να σου κάνουν φιλοφρονήσεις αλλά να μην κάνεις εσύ
56. Τα δικά μου δικά μου και τα δικά σου δικά μου
57. Χρησιμοποίησε πράγματα που δεν σου ανήκουν, αλλά μην δίνεις τα δικά σου
58. Πες στον άλλο ότι αυτό που λέει δεν είναι αλήθεια – άλλωστε εσύ ξέρεις καλύτερα την αλήθεια του άλλου από ότι αυτός
59. Κάνε στον άλλο αυτό που δεν θες να σου κάνει αυτός
60. Άσε τον άλλο να ξεκινήσει κάτι – μετά ανάλαβε και κρίνε – προφανώς σε χρειάζεται