

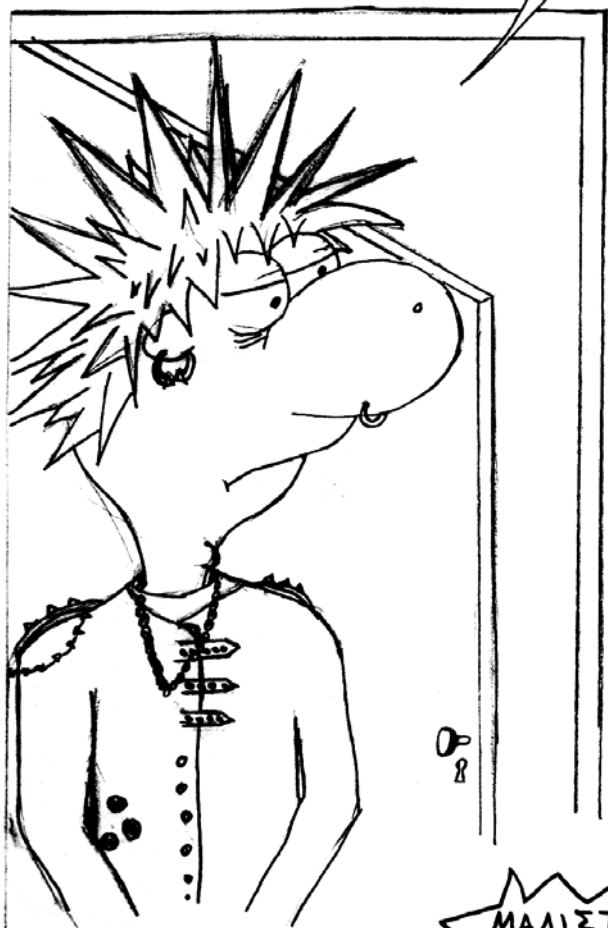


Φιλοσοφία

ΤΕΥΧΟΣ 4 • ΜΑΡΤΙΟΣ 2005

ΕΜΕΙΣ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ

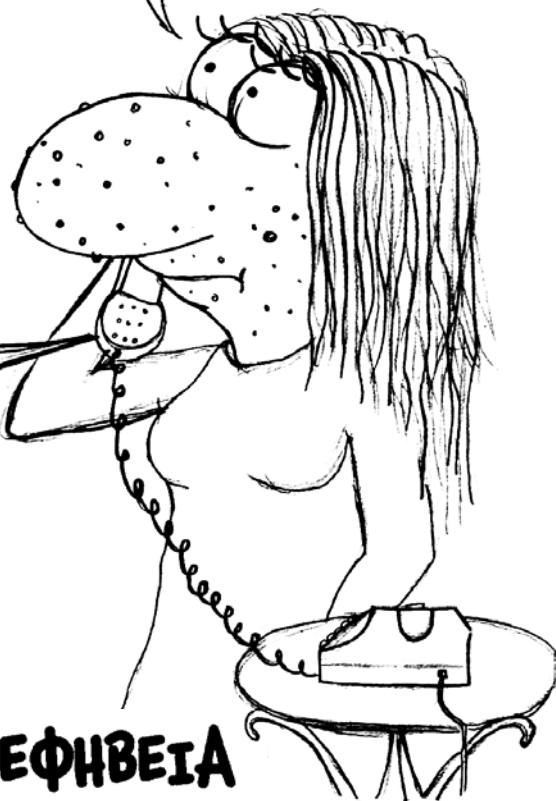
ΜΑΝΑ! ΕΓΩ ΤΗΝ ΚΑΝΩ!
ΠΑΡ ΝΑ ΑΡΑΞΩ ΜΕ
ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ...



ΑΙΤΩΡΑ ΦΕΥΓΕΙ Ο ΓΙΟΣ ΜΟΥ,
ΠΑΕΙ ΝΑ "ΚΑΝΕΙ" ΚΑΤΙ... ΚΑΤΙ
ΝΑ "ΠΑΡΚΑΡΟΥΝ" ΜΕ ΤΟΥΣ
ΦΙΛΟΥΣ ΤΟΥ, ΔΕΝ ΚΑΤΑ-
ΛΑΒΑ...

ΑΑ... ΑΥΤΑ! ΞΕΡΕΙΣ...
ΕΙΝΑΙ ΤΗΣ ΕΦΗΒΕΙΑΣ.

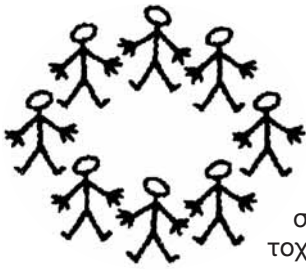
ΜΑΛΙΣΤΑ...
ΚΑΙ ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΑ
ΤΑ ΣΠΥΡΑΚΙΑ ΠΟΥ
ΜΟΥ ΠΕΣ ΟΤΙ
ΕΒΓΑΛΕΣ;



Θ. Μάρκος

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ «ΘΗΣΕΑΣ ΚΥΚΛΑΔΩΝ»



Ξανά μαζί...

Άνοιξη πια! κι εμείς πάλι εδώ με ...μπόλικη εφηβεία ως προς το περιεχόμενο και με ενδιαφέρουσες εξελίξεις ως προς τη διεργασία. Με χαρά και ενθουσιασμό καλωσορίζουμε τις ομάδες της Σύρου, Ίου και Αντιπάρου, που η συμμετοχή τους σ' αυτό το τεύχος είναι πολύτιμη και εμπλουτιστική. Με αισιοδοξία και δύναμη συνεχίζουμε, βλέποντας πως η "παρέα" μας μεγαλώνει και οι μεταξύ μας δεσμοί γίνονται πιο ισχυροί.

«Εμείς οι γονείς»

Η «Φιλοσοφία» μεγαλώνει. Το 4ο τεύχος είναι γεγονός! Μοιάζει με επίτευγμα. Η «Φιλοσοφία» μεγαλώνει όχι μόνο σε ηλικία, περιεχόμενο και αριθμό τευχών. Μεγαλώνει και σαν «παρέα». Δεν είναι πια μόνη της η αρχική ομάδα γονιών της Τήνου. Προστέθηκαν ομάδες γονιών της Σύρου, της Ίου, της Αντιπάρου και ετοιμάζονται η Πάρος και η Νάξος. Με αγάπη, δημιουργική διάθεση και ενθουσιασμό.

Η «Φιλοσοφία» δημιουργήθηκε και εξελίσσεται χάρη σε αυτή την αγάπη και δημιουργική διάθεση των γονιών. Αυτοί οι γονείς όπως και εμείς τα στελέχη του «ΘΗΣΕΑ ΚΥΚΛΑΔΩΝ», ξέρουμε ότι πίσω από τη «Φιλοσοφία» υπάρχει μια συλλογική προσπάθεια για να βγουν όσο γίνεται περισσότεροι γονείς από την απομόνωσή τους.

Όλοι οι γονείς επιθυμούν να μεγαλώσουν σωστά τα παιδιά τους και να τα παραδώσουν υπεύθυνα άτομα στην κοινωνία. Με απλά λόγια, όλοι οι γονείς θέλουν τα παιδιά τους να είναι σε θέση να κάνουν τις δικές τους σωστές επιλογές, να αναπτύξουν τις ικανότητες και τα ταλέντα τους και να χαρούν τη ζωή τους. Σιγά σιγά όμως συνειδητοποιούν ότι στις μέρες μας από μόνη της η αγάπη για τα παιδιά μας δεν αρκεί. Χρειάζεται κάτι περισσότερο. Τι είναι αυτό το «περισσότερο» που χρειάζεται;

Απαντήσεις στο ερώτημα αυτό υπάρχουν σίγουρα. Ποιές όμως είναι αυτές οι απαντήσεις; Το σοβαρότερο: ποιοί είναι αυτοί που έχουν αυτές τις απαντήσεις; Οι πολιτικοί που μας κυβερνούν; Οι ειδικοί; Οι εκπαιδευτικοί που εκπαιδεύουν τα παιδιά μας; Λογικά, πολύ λογικά ερωτήματα. Είτε όμως

μας αρέσει είτε όχι, με την πολλή λογική δεν οδηγούμαστε πουθενά. Γιατί η ζωή τρέχει - τα παιδιά μεγαλώνουν πολύ γρήγορα. Κι αν αναλογιστούμε τις σοβαρές και πολλές φορές κρίσιμες καταστάσεις που περνούν οι γονείς και τα παιδιά τους, τότε θα πρέπει να αναρωτηθούμε τι πιθανότητα έχουν να ελπίζουν ότι θα βρεθούν στη σωστή κατεύθυνση. Δηλαδή δεν θα πρέπει οι γονείς να εκπαιδεύονται οι ίδιοι στο πώς να διδάσκουν στα παιδιά τους δεξιότητες που θα τα βοηθούν να δίνουν λύσεις στα προβλήματα τους; Κι αν αυτό δεν το κάνουν τώρα, τη στιγμή που το χρειάζονται, τότε θα το κάνουν;

Γι' αυτό αν προσέξουμε καλά το περιεχόμενο του τεύχους που κρατάμε στα χέρια μας, βλέπουμε πως στην ουσία πρόκειται για μια από κοινού - γονιών και ειδικών - αναζήτηση ενός πρακτικού οδηγού ουσιαστικής επικοινωνίας και ανατροφής των παιδιών μας. Προσέξτε τον τρόπο που αυτό γίνεται. Είναι σαν ταυτόχρονα να το διασκεδάσουμε. Γιατί ο ρόλος του γονιού θα πρέπει να έχει χαρά. Η «Φιλοσοφία» δεν είναι επιστημονικό περιοδικό. Υπάρχουν μπόλικα τέτοια περιοδικά, όπου μπορεί ο καθένας να βρει ένα σωρό επιστημονικά άρθρα. Το μυστικό της «Φιλοσοφίας» είναι ότι φτιάχνεται από γονείς που επέλεξαν να συμμετέχουν σε μια διεργασία αναζήτησης και αλλαγής, πρώτα απ' όλα των ίδιων. Έτσι συνειδητοποιούν σιγά σιγά ότι στην πραγματικότητα τα έχουν όλα. Έχουν και τα ερωτήματα και τις απαντήσεις, έχουν και το πρόβλημα αλλά και τη λύση. Με την προϋπόθεση βέβαια, ότι θα αποφασίσουν να βγουν από το κα-

βούκι της απομόνωσής τους και δεν θα περιμένουν τη λύση από τον ουρανό. Έτσι μαθαίνουν σιγά σιγά ότι μπορούν και αυτοί να γίνουν ενεργοί πολίτες, βοηθώντας πρώτα απ' όλα τους ίδιους και την οικογένειά τους.

Με όλα αυτά θέλουμε να τονίσουμε το τι σημαίνει για τους γονείς και για μας τα στελέχη του «ΘΗΣΕΑ» να καταφέρνουμε, παρόλες τις δυσκολίες, να τροφοδοτούμε και να δίνουμε περιεχόμενο σε κάτι όμορφο και σημαντικό για τα απομονωμένα νησιά μας, όπως είναι το περιοδικό μας «Φιλοσοφία». Το γεγονός αυτό δημιουργεί μια νέα πραγματικότητα. Μπορούμε δηλαδή να μιλάμε για ένα πανκυκλαδίτικο περιοδικό για τους γονείς από τους ίδιους τους γονείς.

Όπως οι εφηβοί βρίσκονται σε μια πορεία ανακάλυψης του εαυτού τους και αλλάζουν διαρκώς ρούχα και κατεύθυνση, κάπως έτσι και η «Φιλοσοφία» περνάει την εφηβεία της. Τη θέλουμε έτσι; Τη θέλουμε αλλιώς; Τη θέλουμε πιο μεγάλη, τη θέλουμε και πιο ποιητική. Προτού λοιπόν, αρχίσουμε να βάζουμε νέους στόχους και μπερδευτούμε με αναλύσεις και επιχειρήματα, εμείς από τη μεριά μας προτείνουμε στους φίλους και συνεργάτες μας γονείς κάτι απλό: Ας το χαρούμε, ας το ευχαριστηθούμε πρώτα από όλα. Η «Φιλοσοφία» μας έχει ήδη πετύχει το σημαντικότερο: Δημιουργεί εγκάρδια διάθεση ενεργοποίησης και συμμετοχής σε πολλούς γονείς. Για την ώρα αυτό είναι το πιο σημαντικό. Ας το χαρούμε όλοι λοιπόν!...

Η επιστημονική ομάδα του «ΘΗΣΕΑ ΚΥΚΛΑΔΩΝ»

Μπορείτε να επικοινωνείτε με τη συντακτική ομάδα του περιοδικού στο τηλ. 22830.24777 (Μαρία Καρδαμίτση) και στο e-mai: mara_vidali@msn.com και με το Κέντρο Πρόληψης «ΘΗΣΕΑΣ ΚΥΚΛΑΔΩΝ» στα τηλ. 22810.85149 στη Σύρο και 22840.28011 στην Πάρο.

Εφηβεία...



Όταν το παιδί μπαίνει στην εφηβεία, παλεύει για την ανεξαρτησία του, για να έχει δική του άποψη και να μη δέχεται εντολές από κανέναν. Γίνεται επιθετικό, διαφωνεί και καυγαδίζει.

Προσπαθεί ν' αλλάξει τους κανόνες της οικογένειας για τις δουλειές, τις συνήθειες των άλλων, το τηλέφωνο, την τηλεόραση, το χαρτζιλίκι και τ' αδέρφια του.

Η επικοινωνία ανάμεσα στους εφήβους και τους γονείς πολλές φορές θυμίζει διάλογο ανάμεσα σε κωφούς. Λέει κάτι ο ένας και αμέσως ο άλλος λέει το ακριβώς αντίθετο.

Ο έφηβος ενοχλείται από τις αγκαλιές και τα φιλάκια των γονιών ενώ στην πραγματικότητα θέλει να αισθάνεται ότι τον αγαπούν και ότι είναι σημαντικός γι' αυτούς. Γίνεται νευρικός, χτυπάει την πόρτα πίσω του με δύναμη όταν έρχεται αντιμέτωπος με την εξουσία που ασκούν επάνω του οι γονείς και πολλές φορές τα λόγια του σου τρυπάνε σαν βέλη την καρδιά. Αρχίζει τα πρώτα ψέματα για να δικαιολογήσει το που πήγε, με ποιόν και τι έκανε. Πολλές φορές βρίσκεται στον κόσμο του

χωρίς να βλέπει και ν' ακούει τι του λες, απαντώντας με ένα - Μμμμμ! - Ε; - Α!!!

Αμφισβητεί τους γονείς του και τους δίνει το άδικο του κόσμου όλου, ενώ μόνο αυτός και οι φίλοι του έχουν πάντα δίκιο ή ακόμα κάποιος άλλος γονιός φίλου/φίλης ο οποίος δίνει πιά πολλή ελευθερία - ανεξαρτησία στο παιδί του απ' αυτή που πραγματικά έχει ανάγκη στην κάθε φάση της ζωής του.

Αρχίζει να χρησιμοποιεί διαφορετικό τρόπο ντυσίματος και ομιλίας για να μας δείξει ότι μεγάλωσε.

Οι γονείς στην προσπάθειά τους να βοηθήσουν τα παιδιά τους και να προλάβουν τα λάθη που κάνουν δίνουν συμβουλές, προειδοποιούν, κριτικάρουν, απαγορεύουν χωρίς να έχουν υπομονή ν' ακούσουν και να δώσουν στο παιδί τους την ευκαιρία να εκφραστεί, εμποδίζοντάς το να αναλάβει τις ευθύνες του και να ατυπιδράσει σαν ενήλικος.

Ως γονείς, λοιπόν, πρέπει να έχουμε υπομονή και επιμονή. Να μάθουμε να ακούμε και να βλέπουμε.

Δεν μπορούμε ν' ακούμε το παιδί μας και ταυτόχρονα να μαγειρεύου-

με, να διαβάζουμε εφημερίδα ή να βλέπουμε τηλεόραση.

Ορισμένες φορές ο έφηβος δεν εκφράζει με λέξεις αυτό που θέλει να πει, όμως η έκφραση του προσώπου, οι κινήσεις των χεριών, η στάση του σώματος, το βλέμμα, ο τόνος της φωνής του μας οδηγούν στο να καταλάβουμε τι πραγματικά θέλει να μας πει και πως αισθάνεται.

Το να ακούμε με προσοχή τα παιδιά μας, βέβαια, δεν σημαίνει ότι πρέπει να συμφωνούμε κιόλας με ό,τι ακούμε ή ότι αυτό που θα ακούσουμε δεν θα μας αφήσει εμβρόντητους και πικραμένους. Το σημαντικό όμως είναι να διατηρήσουμε την ψυχραιμία και την ηρεμία μας και να μην παρασυρθούμε από θυμό αρχίζοντας το κήρυγμα, για να μπορούμε να βρούμε τη σωστή απάντηση σ' αυτό που ακούσαμε.

Κυρίως πρέπει να μην ξεχνάμε ότι τελικά η εφηβεία είναι συνώνυμο του αποχωρισμού και της αυτονομίας.

«Συνοδοιπόροι»

Εφηβεία και τρόμος;

«Μακάρι να μην υπήρχε ηλικία ανάμεσα στα 10 και στα 23 ή οι νέοι να κοιμόντουσαν το διάστημα αυτό».
«Χειμωνιάτικο παραμύθι», Ουίλιαμ Σαίξπηρ.

Εφηβεία!!! Ένας τρόμος σε πάνει όταν ακούς αυτή τη λέξη. Γιατί άραγε; Όλοι λίγο-πολύ δεν περάσαμε από αυτό το στάδιο; Δεν ήμασταν κάποτε παιδιά; Γίναμε ξαφνικά ενήλικες, σοβαροί και μετρημένοι στη ζωή μας, και ξεχάσαμε τη δική μας εφηβεία;

Αλλά σε τι αναφερόμαστε; Μήπως πρόκειται για τερατάκια που μπαίνουν ξαφνικά στη ζωή μας και θέλουν να τη διαλύσουν και να μας αποσυντονίσουν; Είναι καμιά ιστορία παρόμοια με τα kremlins που ενώ στην αρχή πρόκειται για ήσυχα, γλυκά και τρυφερά πλασματάκια στη συνέχεια μεταμορφώνονται σε τέρατα που σκοπούν τον πανικό και τη καταστροφή;

Όχι βέβαια. Μιλάμε για τα παιδιά μας. Για τα ίδια παιδιά που κρατήσαμε στην αγκαλιά μας και τα αναστήσαμε τόσα χρόνια τώρα. Αυτά που μας χάρισαν τη χαρά του πρώτου σκιρτήματος, που τα είδαμε να κάνουν τα πρώτα τους βήματα δειλά-δειλά, που τους μάθαμε να μιλάνε και να λένε τραγουδάκια. Αυτά τα ίδια παιδιά που τους διαβάζαμε παραμυθάκια το βράδυ στο κρεβάτι μέχρι ο ύπνος να τους κλείσει τα βλέ-

φαρα. Είναι τα ίδια παιδιά που μας χάρισαν τη χαρά και την περηφάνια στα πρώτα τους βήματα στο σχολείο, και τα ίδια παιδιά που μας τρόμαξαν και μας ξενύχτησαν όταν κρουολογούσαν και αρρώσταιναν.

Αλλά ξαφνικά μεγάλωσαν. Δεν ζητάνε πια την αγκαλιά μας, δε θέλουν πια να μοιραστούν μαζί μας τις ανησυχίες, τα προβλήματα και τις χαρές της καθημερινότητάς τους. Κλείνονται στον εαυτό τους και η επικοινωνία τους περιορίζεται στον κολλητό ή την κολλητή τους, σε ατέλειωτα μηνύματα στο κινητό τους, ενώ εμείς έχουμε μείνει στο περιθώριο και στην απέξω.

Τι μας τρομάζει τελικά πιο πολύ; Μήπως το αίσθημα ότι δεν είμαστε πια απαραίτητοι, δεν είμαστε πια η πρώτη τους επιλογή και η καταφυγή τους; Μήπως αυτό μας ενοχλεί πιο πολύ; Νιώθουμε άχρηστοι και παροπλισμένοι;

Ε! Λοιπόν αποφασιστικά απαντάμε πως όχι!!! Ούτε εμείς είμαστε άχρηστοι, ούτε τα παιδιά μας, μας βλέπουν έτσι. Απλά είναι ένα μεταβατικό στάδιο το οποίο πρέπει να περάσουν τα παιδιά μας, άλλα πιά ανώδυνα και άλλα πιά δύσκολα, ώστε να ολοκληρωθούν και να αυτονομηθούν.

Και εμείς θα είμαστε κοντά τους, με αγάπη, υπομονή και νοιάξιμο, συμπαραστάτες στο μεγάλο και στην ενηλικίωσή τους.

«Δροσοσταλίδες»

Δε δημιούργησα τη χαρά αλλά κατάφερα να μην την καταστρέψω

Στο άκουσμα της λέμε “ωχ”!! Την περάσαμε ή όχι;

Είμαι μια μάνα τριών παιδιών. Τα δύο από αυτά περνούν τώρα την εφηβεία και βλέπω ότι δεν θέλουν πια την προστασία μου, δεν δέχονται την βοήθειά μου και δείχνουν ότι δε με χρειάζονται πια. Ψέματα, απειλές και παραμύθια δεν χωράνε πια μεταξύ μας, χαμένα λόγια... Τα παιδιά μου με έχουν καταλάβει πιά. Με βλέπουν, με νιώθουν και ξέρουν τι έχω κάνει στη ζωή μου μέχρι τώρα, με κρίνουν!

Αναρωτιέμαι τι απ' όλα αυτά που πέρασα εγώ μου έκανε καλό. Θα πρέπει και τα παιδιά να περάσουν το ίδιο; Όλοι θέλουμε το καλύτερο γι' αυτά.

Ξέρουμε όμως τι είναι το καλύτερο; Ας το ψάξουμε πρώτα σ' εμάς. Δε μπορώ να τα ξέρω όλα, δε ζω τη δική τους ζωή, ούτε αυτά τη δική μου. Μπορώ να τους δίνω την αγάπη μου, αλλά όχι τη σκέψη μου, γιατί αυτά έχουν τη δική τους.

Πότε νιώθω εγώ καλά; Όταν λαμβάνω σεβα-

σμό και αγάπη. Όταν μπορώ να παίρνω δικές μου αποφάσεις και μπορώ να κινηθώ ελεύθερα. Έτσι κι εγώ προσπαθώ να μη δίνω στα παιδιά μου αυτό που εγώ δεν ήθελα να πάρω. Όχι συνεχή κριτική, ειρωνία, ντροπή, βία, αλλά εμπιστοσύνη, εκτίμηση, κατανόηση, αγάπη.

Θέλω να σας πω μια προσωπική μου εμπειρία που με συγκίνησε πολύ. Μου γράφει μια φίλη μου: «Η κόρη σου φάνηκε τόσο χαρούμενη. Ξέρω ότι εσύ δε δημιούργησες αυτή τη χαρά, αλλά κατάφερες να μην την καταστρέψεις». Ένιωσα πολύ χαρούμενη από αυτά τα λόγια και ελπίζω να έχουν μια δόση αλήθειας. Μέχρι εδώ αισθάνομαι πως τα έχω καταφέρει. Αυτό μου δίνει δύναμη και κουράγιο για να συνεχίσω και απαλύνει την αγωνία μου για το μέλλον.

Ας προχωρήσω λοιπόν με μικρά βήματα και ελπίζω ο δρόμος να είναι παράλληλος με εκείνον των παιδιών μου. Η «ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ» έχει μπει ζεστά στη ζωή μου, με βοηθάει και με εμπνέει να συνεχίσω.

Κατερίνα «Σκεπτόμενες»

Ανάγκη να ανήκω στην οικογένεια

Οι έφηβοι νιώθουν την ανάγκη τώρα περισσότερο από άλλες φορές να αισθάνονται ότι ανήκουν στην οικογένειά τους. Να έχουν όρια σαφή και μετά από κοινού συμφωνία με τους γονείς τους, αλλά και ευέλικτα. Να μπορούν δηλαδή ν' ανοίγουν κάθε φορά ανάλογα με τις ανάγκες του μεγαλώματός τους.

Οι έφηβοι θέλουν μια βάση γερή απ' όπου να εκτινάσσονται και να γνωρίζουν τον κόσμο γύρω τους και όπου θα μπορούν να γυρίζουν όποτε το θέλουν και το έχουν ανάγκη.

Μας θέλουν κοντά τους με περισσότερο σεβασμό και πιο ισότιμη σχέση. Κι εμείς χρειάζεται να τους ενθαρρύνουμε να έχουν την ευθύνη του εαυτού τους, να κάνουν κοινωνικές σχέσεις γιατί έτσι αυξάνει η αυτοεκτίμησή τους και προετοιμάζονται καλύτερα για τη φάση της ενηλικίωσης.

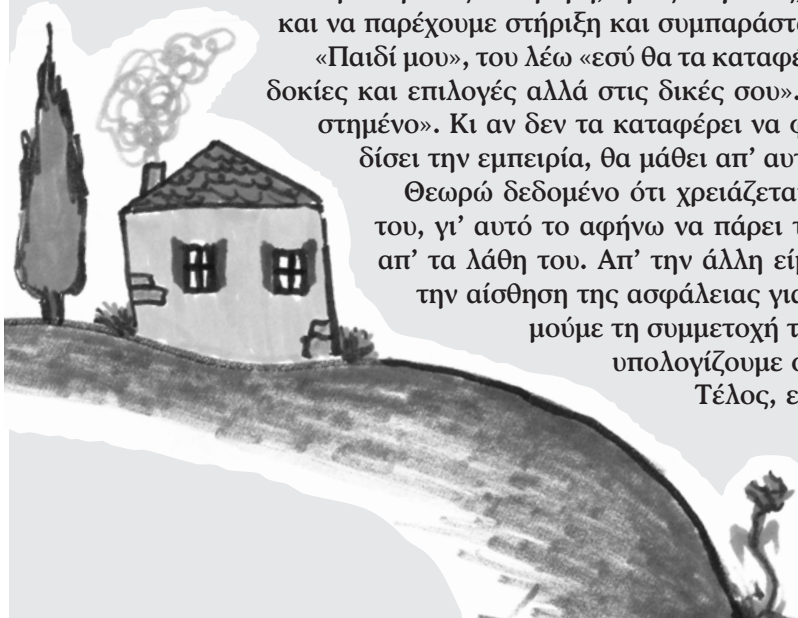
Στη δική τους διαδρομή, εμείς οι γονείς, να έχουμε πίστη και εμπιστοσύνη και να παρέχουμε στήριξη και συμπαράσταση.

«Παιδί μου», του λέω «εσύ θα τα καταφέρεις όχι όμως στις δικές μου προσδοκίες και επιλογές αλλά στις δικές σου». «Χαίρομαι όταν εσύ είσαι ευχαριστημένο». Κι αν δεν τα καταφέρει να φτάσει στο στόχο του, θα έχει κερδίσει την εμπειρία, θα μάθει απ' αυτό.

Θεωρώ δεδομένο ότι χρειάζεται να έχει την ευθύνη των πράξεών του, γι' αυτό το αφήνω να πάρει τα ρίσκα που μπορεί, και να μάθει απ' τα λάθη του. Απ' την άλλη είμαστε άνθρωποι και του δίνουμε την αίσθηση της ασφάλειας για να μιλήσει για τα λάθη του. Εκτιμούμε τη συμμετοχή του στο σπίτι, τη γνώμη του και την υπολογίζουμε στις αποφάσεις του σπιτιού.

Τέλος, είναι σημαντικό να μην ξεχνάμε ότι χρειάζεται χρόνος για το μεγάλωμα, για την μετάβαση από παιδί σε ενήλικα καθώς και αισιοδοξία.

Ζέφη Μαχλή - Φωσκόλου «Ιριδα»



«Εις γην Εναλίαν...»

Το χρονικό ενός ταξιδιού

Η κόρη μου, 13 ετών, ήρθε μια μέρα ενθουσιασμένη από το σχολείο και πετώντας στον έβδομο ουρανό μου ανακοίνωσε ότι θα πήγαινε 5ήμερη εκδρομή στην Κύπρο με σκοπό την αδελφοποίηση του Γυμνασίου Αντιπάρου με το Γυμνάσιο Λειβαδιών Λάρκακας.

Μια εβδομάδα πριν ξεκίνησε να ετοιμάζει την βαλίτσα της με τα απαραίτητα για την εκδρομή. Εγώ αγωνιούσα λίγο και ανησυχούσα για το αν θα πάνε όλα καλά με το ταξίδι. Προσπάθησα, όσο μπορούσα, να το κρύψω. Ήθελα να φύγει ήσυχη και χωρίς συναισθηματική φόρτιση.

Αποχαιρετιστήκαμε απλά, φιληθήκαμε και χαμογελώντας η μία στην άλλη, έφυγε.

Η αντίστροφη μέτρηση για μένα άρχισε. Το δωμάτιό της άδειο. Η καρέκλα στο τραπέζι άδεια. Η μοναξιά μου απέραντη. Δεν περίμενα ότι θα μου έλειπε τόσο. Ήλπιζα να περάσει καλά και να το ευχαριστηθεί.

Ξαφνικά, χτυπάει το τηλέφωνο. Στην άλλη άκρη ακούγεται μια φωνούλα κουρασμένη, ενθουσιασμένη, χαρούμενη και βιαστική. Μας ενημέρωσε πως ήταν καλά. Ηρέμησα. Ήμουν σίγουρη ότι θα ζούσε ανεπανάληπτες και αξέχαστες στιγμές.

ΜΗΤΕΡΑ: Το παιδί μας μεγάλωσε Νίκο.

ΠΑΤΕΡΑΣ: Πες το ψέματα. Ας είναι καλά.

Οι μέρες πέρασαν και εγώ περίμενα με αγωνία την επιστροφή της.

ΚΟΡΗ: Μαμά, μου λείψατε.

ΜΗΤΕΡΑ: Και εσύ παιδί μου, πολύ. Πιστεύω πως περάσατε καλά.

ΚΟΡΗ: Ναι, μαμά. Όλα ήταν υπέροχα. Νυστάζω. Είμαι πολύ κουρασμένη και θέλω να κοιμηθώ.

Την άλλη μέρα με την ησυχία μας συζητήσαμε για τις εντυπώσεις της:

«Οι Κύπριοι είναι πολύ φιλόξενοι λαός. Με εντυπωσίασε ο φιλικός και εγκάρδιος χαιρετισμός τους. Πήγαμε σε ένα καθαρά ελληνικό νησί, μαμά. Τα πάντα μου θύμιζαν Ελλάδα. Επισκεφθήκαμε πολλά μέρη. Νιώσαμε τους Κύπριους αδέρφια μας. Συγκινήθηκα πολύ όταν αντίκρυσσα τα συρματοπλέγματα που χώριζαν την σκλαβωμένη Αμμόχωστο. Αυτόματα έφερα στο νου μου τον Σολομώντα Σολομού. Δάκρυσσα. Δεν είναι φοβερό, μαμά, να σε διώχνουν από το σπίτι σου;

Να μην ξέρεις ποιό το κατοικούν; Πως είναι σήμερα ο τόπος που γεννήθηκες και μεγάλωσες;»

ΜΗΤΕΡΑ: Φοβερό και οδυνηρό συνάμα, παιδί μου.

Όπως συζητούσαμε μου λέει: «Πώς σε λαλούν, κουμπάρε;»!!!

Μπορεί να πέρασαν 10 μήνες από το ταξίδι, αλλά ακόμα διατηρεί επικοινωνία με τους Κύπριους συμμαθητές της μέσω αλληλογραφίας.

Είμαι πολύ χαρούμενη και ενθουσιασμένη που η κόρη μου έμαθε να παίρνει πρωτοβουλίες, να επικοινωνεί με έναν άλλο λαό, να τα βγάζει πέρα μια χαρά μακριά από την οικογένειά της και το νησί της. Σκέφτομαι πόσο γρήγορα μεγάλωσε...

Ήταν πολύ σημαντική αυτή η εκδρομή και πολλαπλό το νόημά της. Κέρδισαν τόσα πολλά τα παιδιά της Αντιπάρου και πάνω απ' όλα φίλους που τους θεωρούν «αδέρφια» τους. Με αγωνία τώρα περιμένουν την υλοποίησή της Β' φάσης της αδελφοποίησης, την επίσκεψη και φιλοξενία των Κυπρίων στο Νησί μας.

Οι ορίζοντες της «μικρής» Αντιπάρου διευρύνθηκαν μέχρι την Κύπρο. Θα επιθυμούσα και θα επιδοκίμαζα για το μέλλον και άλλες παρόμοιες ενέργειες που να δίνεται η δυνατότητα στα παιδιά μας να γνωρίζουν και να βιώνουν την κουλτούρα και τον πολιτισμό άλλων λαών, να κάνουν κανούργκιες γνωριμίες και φιλίες.

Ελένη Κ. «Σκεπτόμενες»

Θα είμαι δίπλα σου

Έφτασε η μέρα για το ταξίδι στην Κύπρο. Το παιδί μου με μεγάλη χαρά και ανυπομονησία ετοιμάστηκε. Ένωθε σιγουριά και ήταν αποφασισμένο να περάσει καλά. Το ότι θα το συνόδευα δεν είχε καμία σημασία. Ήταν ενθουσιασμένο που θα πέραγε λίγες μέρες με τους φίλους του. Το ταξίδι με το αεροπλάνο σε μια άγνωστη χώρα το είχε συνεπάρει.

Οι μέρες πέρασαν όμορφα και γρήγορα. Προσπάθησα να μείνω μακριά του. Το άφησα να λειτουργήσει αυτόνομα και ανεξάρτητα. Η αίσθηση ελευθερίας που είχε το έκανε να

νώθει και να συμπεριφέρεται σαν μεγάλο.

Ήταν συνεχώς κεφάλτο και μ' ένα μόνιμο χαμόγελο. Έκανε νέες φιλίες και κράτησε επαφή μαζί τους μέσω αλληλογραφίας. Γύρισε χαρούμενο και γεμάτο απ' αυτό το ταξίδι. Ανυπομονεί να κάνει ένα καινούργιο.

Το παιδί μου μεγαλώνει και θέλει τον χώρο που δικαιωματικά του ανήκει. Εγώ ως γονιός οφείλω αντι να βαδίζω μπροστά του και να το καθοδηγώ να σταθώ στο πλάι του και να προχωρήσουμε παράλληλα.

Μαρίνα «Δροσοσταλίδες»

ΠΡΙΝ... ΚΑΙ ΜΕΤΑ...

Διαχείριση συναισθημάτων... Αυτονομία... Λέξεις που ήξερα μεν, αλλά ποτέ δεν είχα εμβαθύνει στο νόημά τους, έτσι όπως κλήθηκα να το κάνω στις συναντήσεις των γονέων στο «Θησέα». Σχεδόν σε κάθε συνάντηση εντόπιζα λάθη που έκανα στην ανατροφή των παιδιών μου και ιδιαίτερα στο πρώτο μου παιδί που είχε ήδη φύγει από το σπίτι για σπουδές. Πόσες συγκρούσεις μπορούσαν να είχαν αποφευχθεί, πόσο καλύτερες θα ήταν οι σχέσεις μου μαζί του, αν μπορούσα, αν είχα εξασκηθεί στο να διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου, αν δεν επέμενα εγωϊστικά να γίνεται εκείνο που θεωρούσα εγώ σωστό σε ασήμαντα πράγματα της καθημερινότητας. Δεν είχα μάθει να «ακούω» αυτό που έλεγε κάθε φορά, μόνο και μόνο επειδή ήμουν ο γονιός και έπρεπε να υπακούει και να συμβιβάζεται με πράγματα και καταστάσεις που κι εγώ είχα συμβιβαστεί, επειδή έτσι το επέβαλε η κλειστή κοινωνία του νησιού που ζούμε. Θεωρούσα αδιανόητο το γεγονός ένα παιδί 17 ετών να περνά τις περισσότερες ώρες της ημέρας του το καλοκαίρι, έξω από το σπίτι. Πόσες φορές καυγάδια μαζί της λέγοντας «...έχεις κάνει ξενοδοχείο το σπίτι...». Κι όμως! Μέσα από τις συναντήσεις των γονέων έμαθα, πως αυτό είναι το υγιές. Μετά από μερικούς μήνες το παιδί κλήθηκε να αντιμετωπίσει τη ζωή μόνο στην Αθήνα. Πώς θα τα κατάφερνε αν δεν είχε το χαρακτήρα που είχε και έκανε ό,τι προσπαθούσα εγώ να της επιβάλλω την περίοδο της εφηβείας της;

Γι' αυτό χαίρομαι ιδιαίτερα όταν συναντώ νέους γονείς που μετέχουν στα σεμινάρια γονέων του «Θησέα». Είναι ευτύχημα στη σημερινή εποχή η λειτουργία αυτών των τμημάτων και κάνω έκκληση σε όποιο νέο γονιό διαβάσει αυτό το έντυπο, που βγαίνει μέσα από την εμπειρία όλων εμάς, να μη διατάζει καθόλου. Να ενδιαφερθεί και να μπει σε κάποια από τις ομάδες που ήδη λειτουργούν στα νησιά μας, ανεξάρτητα αν το ή τα παιδιά του είναι μικρά ακόμη. Τα οφέλη είναι τεράστια και θα φανούν πολύ περισσότερο όταν το παιδί θα φτάσει στη δύσκολη εποχή της εφηβείας του.

«Καρνάτιδες»

33 ΧΡΟΝΙΑ ΜΑΝΑ, ΙΔΙΑ ΓΙΑ ΟΛΑ ΜΟΥ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Χωρίς να το καταλάβω έγινα πενήντα χρονών.

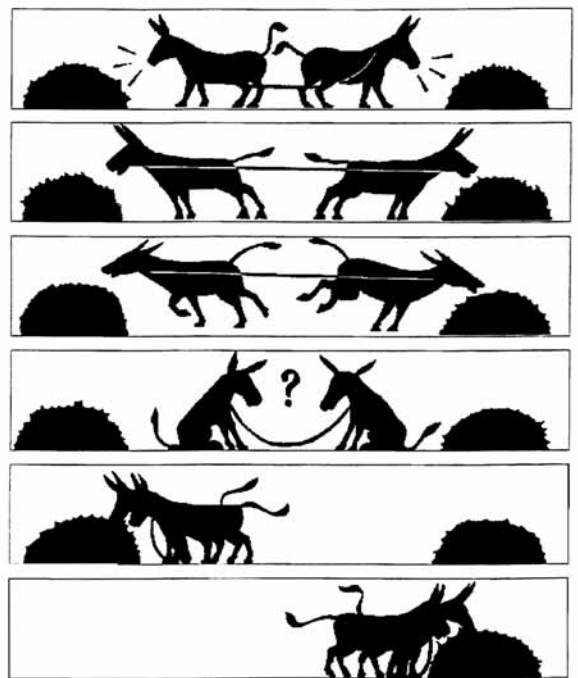
Αγωνίζομαι απ' τα δέκαξι μου χρόνια να μεγαλώσω πέντε παιδιά. Ίδια μανά τριάντα τρία χρόνια, θέλω να πιστεύω ότι έβγαλα σωστούς ανθρώπους. Ο σύζυγός μου βιοπαλαιστής, αλλά ποτέ κοντά στα προβλήματα των παιδιών.

Τα τέσσερα πρώτα παιδιά μεγάλωσαν χωρίς ιδιαίτερες επαναστάσεις. Το πιό μικρό ήταν άγγελος, χωρίς υπερβολές. Μέχρι και το δημοτικό σχολείο το καλύτερο παιδί. Τώρα στα δεκάξι του χρόνια είναι ειλικρινής, φιλότιμος αλλά... επαναστάτης!!!

Έχω έρθει πολλές φορές σε αδιέξοδο μαζί του. Τη μία θέλει να βάψει τα μαλλιά του, την άλλη να κάνει τατουάζ. Και το τελευταίο; Θέλει σκουλαρίκι! Προσπαθώ πάντα με συζήτηση να τον μεταπείσω. «Περίμενε παιδί μου. Μην βιάζεσαι. Κλείσε τα 18 και αν θέλεις ακόμα κάν' το, τι να σου πω!».

Θα μου πεις υπάρχουν και χειρότερα. Εντάξει συμφωνώ. Αγωνιώ όμως για το πως θα σταθώ δίπλα του και πως θα «παντρέψουμε» τους διαφορετικούς κόσμους μας.

Μαρία «Ίδια Όνειρα - Σκέψεις»



Η εφηβεία από μια άλλη ματιά

Εγώ δεν έχω παιδιά στην εφηβεία. Έχω όμως λόγω επαγγέλματος καθημερινή επαφή μαζί τους, κι έτσι νοιώθω τον σφυγμό τους, ακούω τις προσδοκίες τους, τα όνειρά τους, τη βαριεστημάρα τους. Με κρατάνε νέα γιατί μ' ενημερώνουν συνέχεια για τα καινούρια hits, τα καινούρια κινητά την πρόσφατη μόδα. Τους κρατάω ενήμερους για τις τελευταίες ειδήσεις που βαριούνται να βλέπουν, τους κάνω να γελάνε με αστεία περιστατικά της δικής μου ζωής και της δικής μου εφηβείας.

Την οποία ποτέ δεν ξεχνώ. Την ανακαλώ στη μνήμη μου για να θυμάμαι πάντα την καταπίεση που πέρασα - εικοσιπέντε χρόνια πριν βέβαια, αλλά και τις ωραίες στιγμές με τις φίλες μου και τους φίλους μου. Κι έχω να πω πολλά γι' αυτήν την φάση της ζωής μου. Και σαν συμπέρασμα βγάζω ότι έχουμε υποχρέωση σαν γονείς και σαν εκπαιδευτικοί ν' αφήσουμε τους εφήβους μας στην ησυχία τους. Να ζήσουν μέ-

χρι τέλος όλη αυτή την περίοδο. Να είναι ανατρεπτικοί, με όνειρα με προσδοκίες έστω κι αν αυτά δεν βγούν αληθινά.

Ν' αλλάξουμε εμείς τους κανόνες, να επαναπροσδιορίσουμε τα όρια, να αφουγκραζόμαστε και να παρακολουθούμε διακριτικά. Αν δεν την ζήσουν έντονα αν δεν βγουν έξω, δεν κοινωνικοποιηθούν, δεν κάνουν φίλους, δεν αποκοπουν σταδιακά απ' την γονεϊκή εστία, δεν θα έχουν αργότερα την δυνατότητα να κάνουν στέρεη ζωή και οικογένεια. Την εφηβεία θα τη ζήσουμε όλοι έτσι κι αλλιώς. Είναι προτιμότερο να γίνει αυτό στην ηλικία που πρέπει και όχι λ.χ. στα τριάντα.

Οι έφηβοι είναι υπέροχοι, έχουν χιούμορ, δύναμη, αισιοδοξία ή απαισιοδοξία, όνειρα ή όχι. Δεν χρειάζεται ούτε πανικός, ούτε αγανάκτηση, ούτε νεύρα, ούτε απελπισία για να τους αντιμετωπίσουμε. Χρειάζεται μόνο αγάπη.

Βαλεντίνα Γαβριελάτου «Ίριδα»



ΠΑΙΔΙΚΗ ΑΘΩΟΤΗΤΑ

Σίγουρα θα έχετε παρατηρήσει πως βαθιά μέσα στα μάτια ενός παιδιού υπάρχει μια φλόγα έτοιμη να ξεμυτίσει και να κυριαρχήσει σκορπώντας το φως της.

Η φλόγα αυτή ονομάζεται «παιδική αθωότητα». Κρύβει μέσα της τις προσδοκίες, τα όνειρα, τους αγώνες και κυρίως τις φιλοδοξίες για τον καινούριο κόσμο, την καινούρια ζωή μακριά απ' την οικογένειά τους. Όταν, όμως, αντικρίζει τον κόσμο τούτο, τότε φοβάται και φωλιάζει αλλού για να μη σβήσει. Παρ' όλα αυτά εμείς προσπαθούμε να την ξεριζώσουμε και να την καταστρέψουμε υπέρ των δικών μας συμφερόντων...

Θέλουμε να συνεχίσουν το έργο μας καταστρέφοντάς τους τον κόσμο τους, αλλάζοντας τα ιδανικά και τα όνειρά τους.

Τους αξίζει άραγε τέτοια μεταχείριση;

Ας θυμόμαστε πάντα πως: Τα παιδιά μας είναι τα θεμέλια της αυριανής ζωής, καθώς και οι πρωτεργάτες της. Τα όνειρα και οι προσδοκίες

ενός παιδιού είναι ανάλογα με τις ικανότητές του.

Το παράδειγμα και τους στόχους της ζωής τους τα παιδιά τα παίρνουν απ' τους γονείς. Το στήριγμα στα αρχικά βήματα και η συμπαράσταση στις δυσκολίες της ζωής των παιδιών δεν είναι μέλημα, αλλά υποχρέωση των γονιών.

Οι γονείς «δίνουν και παίρνουν» φιλοδοξίες και όνειρα μόνο με τη συμπεριφορά τους. Κάποιος που κρατούσε τη φλόγα αυτή άσβεστη μέσα του (Γκιμπράν) είπε:

«Τα παιδιά σου δεν είναι δικά σου παιδιά, είναι οι γιοί και οι κόρες της ζωής που γι' αυτή λαχταρούν.

Μπορείς να τους δίνεις την αγάπη σου, όχι όμως και τις σκέψεις σου, γιατί έχουν σκέψεις και όνειρα δικά τους.

Μπορείς να στεγάσεις τα κορμιά τους, όχι όμως και τις ψυχές τους, γιατί οι ψυχές τους ζουν στο σπίτι του αύριο και αυτό δεν μπορείς να το επισκεφτείς μήτε στα όνειρά σου.

Μπορείς να μοχθείς για να γίνεις σαν και αυτά, όμως μη γυρεύεις να τα κάνεις σαν και εσένα».

Γιατί λοιπόν βαλθήκαμε να καταστρέψουμε με κάθε τρόπο, μέσον και λόγο το μόνο αγνό που έχει μείνει στον κόσμο αυτό: «ΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΑΘΩΟΤΗΤΑ»; Γιατί;

«Συνοδοιπόροι»

Η δική μας εφηβεία

38 χρόνια πίσω η δική μου εφηβεία και απ' ότι θυμάμαι δεν είχα θυμό ή οργή, θυμάμαι μόνο μια έντονη επιθυμία να φύγω...

Να φύγω από τα γνωστά μέρη. Να φύγω από τους γνωστούς ανθρώπους...

Να φύγω μακριά... και έφυγα 18 χρονών σε άλλη χώρα. Την είχα πλάσει ειδυλλιακή στην φαντασία μου, μέσα από τα βιβλία, αλλιώς όμως την βρήκα.

Σίγουρα στεναχώρησα τους γονείς μου, ιδιαίτερα την μητέρα μου, όμως μέσα στην τρέλα της εφηβείας ούτε καν το σκέφτηκα. Έφυγα και δεν γύρισα το κεφάλι να κοιτάξω πίσω τι άφηνα...

Δεν ήταν ότι δεν τους αγαπούσα. Εκεί που πήγα ο αγώνας για την επιβίωση δεν μου έδινε περιθώρια για άλλες σκέψεις.

Ο ορίζοντάς μου όμως είχε μεγαλώσει, ένωθα ευτυχισμένη. Θυμάμαι ακόμα πόσο χαρούμενη ήμουν όταν ταξίδευα με το τρένο, το άγνωστο δεν με φόβιζε, με γέμιζε μαγεία.

Θυμάμαι ακόμα, πόσο ευτυχισμένη ήμουν όταν νοίκιασα ένα μικρό δωμάτιο. Τώρα που το σκέφτομαι ήταν σαν να ήμουν μέσα σ' ένα αυγό και βγήκα έξω... Κάπως έτσι...

Σημαντικό Υστερόγραφο:

Ήμουν εσωτερική από Τετάρτη Δημοτικού μέχρι και την Δευτέρα Λυκείου. Μήπως γι' αυτό σκεφτόμουν την φυγή;

Κλαίρη «Μελισσούλες»

«ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΠΟΛΙΟΡΚΗΜΕΝΗ»

Θυμάμαι πολλά χρόνια πριν, όταν τα παιδιά μου ήταν ηλικίας 3-5 χρόνων, πόσο δύσκολα μου φαίνονταν όλα και ευχόμουν να μεγαλώσουν γρήγορα να μπορώ να επικοινωνώ και να συνεννοούμαι μαζί τους.

Νόμιζα ότι όλα θα ήταν πιο εύκολα, πιο ξεκούραστα.

Τα χρόνια πέρασαν και τα παιδιά έγιναν έφηβοι. Τώρα το καθένα χαράζει το μέλλον του. Η επικοινωνία δεν είναι και τόσο εύκολη υπόθεση, όσο νόμιζα. «Τα παιδιά κάνουν την επανάστασή τους στην εφηβεία» λένε και αυτό το κατανοώ και το σέβομαι.

Άλλωστε πολλές φορές αναπολώ τη δική μου εφηβεία και γι' αυτό τα δικαιολογώ.

Χθесινός έφηβος νοιώθω κι εγώ, ένας έφηβος στην δεκαετία του '70, που έζησα σαν «Ελεύθερη πολιορκημένη». Η νοοτροπία των γονιών τότε... Τα ωραία χρόνια που χάθηκαν και δεν θα ξαναρθούν.

Γι' αυτό προσπαθώ με κάθε τρόπο στους δικούς μου εφήβους να είμαι κοντά εκεί που χρειάζεται και να είμαι μακριά όταν δεν με χρειάζονται.

Αγαπώ κι ενθαρρύνω τα παιδιά μου σ' αυτή τη φάση της ζωής τους, γιατί ξέρω πως και για εκείνα δεν είναι όλα τόσο εύκολα όσο φαίνονται. Παθαίνουν και μαθαίνουν.

Αχ αυτή η «χρυσή εποχή του Θησέα» πόσο μας βοήθησε! Αν υπήρχε ένας «Θησέας» τότε που ήμουν κι εγώ έφηβης, πόσο όμορφα και διαφορετικά θα ήταν όλα. Όμως τότε όλοι γνωρίζαμε μόνο το Θησέα της Ελληνικής Μυθολογίας.

Τυχεροί οι σημερινοί γονείς και έφηβοι που γνώρισαν ένα σύγχρονο Θησέα και δεν έμειναν μόνο σ' εκείνον της μυθολογίας.

«Καρνάτιδες»



ΓΡΑΜΜΑ ΣΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Αγαπημένοι γονείς

Γράφω για να σας πω γι' αυτά που νιώθω ως έφηβος και γενικότερα ως άνθρωπος*. Πλέον είμαι σε μια ηλικία που μπορώ εύκολα να κάνω παρέα, να ερωτευτώ, να πορωθώ με κάποιο πράγμα αλλά και να επαναστατώ. Όμως μου είναι δύσκολη η επικοινωνία μαζί σας και η κατανόηση των πράξεών σας. Ονειρεύομαι ένα καλύτερο κόσμο και την απόλυτη ανεξαρτησία. Φοβάμαι την απόρριψη, το άγνωστο, το θάνατο αγαπημένων προσώπων και τη μοναξιά. Παρ' όλα αυτά νιώθω δυνατή με την αυτοπεποίθηση και στο να δίνω συμβουλές.

*και το παιδί σας.

Με αγάπη

Ιωάννα, Ελένη, Μαργαρίτα, Κάτια

Τρίτη 4 Νοεμβρίου 2003

Αγαπητοί γονείς,

Εκτιμάμε ιδιαίτερα το γεγονός ότι μας συντηρείτε, μας φροντίζετε, μας καθοδηγείτε στο σωστό (κατά τη γνώμη σας) δρόμο, στις δύσκολες στιγμές μας είστε δίπλα μας με κατανόηση (βέβαια όπως το πάρει κανείς) και την κατάλληλη αυστηρότητα (όταν χρειάζεται).

Παρ' όλα αυτά οφείλουμε να ομολογήσουμε ότι η υπερπροστασία σας είναι μάλλον εκνευριστική και ανυπόφορη. Θα ήταν καλό αν αναλογιζόσασταν τις ενέργειές σας στην ηλικία μας. Είναι άσχημο, όταν προσπαθείτε να επιβληθείτε μέσω της εξουσίας σας ως γονείς.

Να θυμάστε: Αφήστε μας έστω και μια φορά να επιλέξουμε και αν αυτό δεν είναι σωστό τότε θα αναλάβουμε τις ευθύνες και, ας μην ξεχνάμε, το πάθημα έγινε μάθημα!

Παρ' όλα αυτά σας ευχαριστούμε και σας αγαπάμε παρ' όλες τις δυσκολίες επικοινωνίας μεταξύ μας λόγω του χάσματος γενεών.

Φιλιά!!!

Φρατζέσκα, Μαρία,
Διαμαντούλα, Θωμαή

Μαμά, μπαμπά

Βρισκόμαστε σε μια δύσκολη φάση της ζωής μας που το πιο μικρό και ασήμαντο πράγμα μας φαίνεται τεράστιο! Νιώθουμε μοναξιά, έχουμε πολλές ανασφάλειες, φοβόμαστε μη χάσουμε τα άτομα που έχουμε γύρω μας και μείνουμε μόνοι!! Γενικά τα πάντα μας πειράζουν και έτσι προβληματιζόμαστε για να βρούμε τον εαυτό μας. (Ονειρευόμαστε ένα καλύτερο μέλλον). Θέλουμε να νιώθουμε δυνατές, να πάρουμε τη ζωή στα χέρια μας και να μην εξαρτώμαστε από άλλους. Η ζωή είναι δική μας. (Εσείς προσπαθείτε να μας δώσετε τις δικές σας αντιλήψεις χωρίς μερικές φορές να υπολογίζετε τα δικά μας "πιστεύω"!).

Πάντως εμείς σας αγαπάμε.

Υ.Γ.: Πολλές φορές προσπαθούμε να ξεφύγουμε από όλα αυτά που μας πιέζουν... αντιδρούμε περίεργα... θέλουμε να μένουμε μόνες... θέλουμε ηρεμία...

Γεωργία, Μάρα, Σταυρούλα,
Βαγγελίτσα

Γράμμα

Ίσως η απόσταση που μας χωρίζει να είναι 20 άντε το πολύ 21 χρόνια, όμως αυτό δεν πρέπει να εμποδίζει την επικοινωνία μας. Ξέρω ότι με νιώθεις και καταλαβαίνεις τα προβλήματά μου, όμως στην προσπάθειά σου να με εμποδίσεις να κάνω τα λάθη σου, δεν με αφήνεις να κάνω τα δικά μου. Δεν με αφήνεις να μάθω κάνοντας λάθη, γιατί από τα λάθη μου μαθαίνω και όχι από τα λόγια σου. Θα σ' ευχαριστώ πάντα για όσα απλόχερα μου προσφέρεις και θα τα θυμάμαι πάντα όσο και αν δεν στο λέω.

Υ.Γ.: Μάθε όμως να ξεχωρίζεις το αλάτι από τη ζάχαρη.

Ελένη - Βιβή - Βαγγελίτσα - Ιωάννα

Αναδημοσίευση από το περιοδικό

Αρχή...και...τέλος

Με πόσα όνειρα ξεκινάει το κάθε ζευγάρι για να ανοίξει το δικό του σπιτικό! Πόσα όμορφα συναισθήματα μοιράζεται!

Όμως η καθημερινότητα και η ρουτίνα της ζωής φθείρει τη σχέση. Έτσι περνάνε τα χρόνια και το ενδιαφέρον των συζύγων επικεντρώνεται στα παιδιά, τη δουλειά και σε όλα τα κοινά ενδιαφέροντα της κάθε οικογένειας.

Φτάνουμε λοιπόν στο σημείο το πιο παραμελημένο μέλος της οικογένειας να είναι το ανδρόγυνο. Ποιός προλαβαίνει να δείξει τρυφερότητα, αγάπη, στοργή στο σύντροφό του; Πού να βρεις το χρόνο να μιλήσεις και να βρεθείς μαζί του όπως παλιά;

Τι κρίμα! Κάποια στιγμή με το πέρασμα των χρόνων (όταν φύγουν πια τα παιδιά από το σπίτι), καταλαβαίνεις ότι έχασες το όνειρο με το οποίο ξεκίνησες και σίγουρα είναι πια αργά. Τι συνέβη; Το ζευγάρι είναι και πάλι μόνο αλλά ξένο.

Τι έφταιξε; Σίγουρα οι περισσότεροι θα πουν τα παιδιά, οι σκοτούρες της ζωής... και τόσα άλλα.

Αναρωτιέμαι όμως γιατί θυσιάζουμε τη ζωή μας και μετά από χρόνια τη χρεώνουμε στα παιδιά μας; Γιατί αδικούμε το ζευγάρι και ζούμε μόνο σαν γονείς;

Ας γίνονται παράλληλα, έτσι ώστε και γονείς να είμαστε και η σχέση μας να μη φθαρεί μέσα στην ίδια μας την οικογένεια.

«Συνοδοιπόροι»

Μιά ευκαιρία για ΤΟ «Ε Μ Ε Ι Σ»

Κυριακή! Μέρα ανάπαυσης και ξεκούρασης. Χθες ήρθε το παιδί που σπουδάζει και λείπει από το σπίτι. Θα μείνει δύο μέρες.

Παρ' όλο που τον τελευταίο καιρό έχω σαν αρχή να μην κάνω δουλειές αυτή τη μέρα, αποφάσισα να πλύνω τα ρούχα του και να μαγειρέψω το φαγητό που του αρέσει για να τον ευχαριστήσω. Έτσι θα βρεθεί η οικογένεια στο μεσημεριανό τραπέζι.

Αυτή η σύναξη είναι πολύ σημαντική για μας τους γονείς, ιδιαίτερα τώρα που τα μεγάλα παιδιά σπουδάζουν και είναι λίγες οι στιγμές που βρίσκεται όλη η οικογένεια μαζεμένη.

Καθένας έχει τη θέση του, εκεί συζητάμε, προβληματιζόμαστε, διαφωνούμε.

Όμως τι απογοήτευση!

Ο μεγάλος γιος μου ανακοίνωσε πως θα φάει με τους φίλους του και ο μικρός πήγε εκδρομή και θα γυρίσει το απόγευμα.

Αμέσως γίνεται ένα "κλικ" μέσα μου. Δεν θα αφήσω τίποτα να μου χαλάσει τη διάθεση!

Να μια καλή ευκαιρία να βρεθώ μόνη με το σύζυγό μου. (Τον έχω παραμελήσει λίγο αυτό τον καιρό!).

Θα φάμε και θα προσπαθήσω να περάσουμε χαρούμενα και ευχάριστα αυτές τις στιγμές, γιατί αυτό δεν είναι η ζωή;

Τα παιδιά κάποτε θα φύγουν και θα μείνουμε οι δύο μας. Καιρός λοιπόν να κοιτάξω το «εμείς», τη σχέση μου και την οικογένειά μου χωρίς τα παιδιά στο σπίτι.

«Μελισσούλες»

ΔΙΑΒΑΣΕ ΤΟ...

- ☼ Μην παραμελείτε το ζευγάρι για την οικογένεια!
- ☼ Μην το βάζετε στην κατάψυξη μέχρι να μεγαλώσουν τα παιδιά!
- ☼ Μην αδικείτε το ζευγάρι και ζείτε μόνο σαν γονείς!
- ☼ Πείτε τα συναισθήματά σας στο σύντροφό σας και ακούστε και τα δικά του!
- ☼ Μην ξεχνάτε ότι είστε τρεις, εσείς, ο σύζυγός σας και η σχέση σας. Ο ένας από τους τρεις να μην καταδυναστεύει τους άλλους δύο!
- ☼ Μη θυσιάζετε τη ζωή σας και ζήστε την με νόημα!
- ☼ Μη ζήσετε τη ζωή σας μέσα από τα παιδιά σας! Μη χρεώσετε τη ζωή που δε ζήσατε στα παιδιά σας!
- ☼ Μην καταλήξετε δύο ξένοι, όταν τα παιδιά σας φύγουν. ΤΟΤΕ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΑΡΓΑ...

Απόσπασμα από την ομιλία του κ. Πέτρου Πολυχρόνη,
που έγινε στην Τήνο στις 14 Μαρτίου 2004

ΦΡΕΝΟ - ΓΚΑΖΙ

Νομίζω ότι έχουμε υπερβολικά αυξημένες και πολύπλοκες απαιτήσεις από τα παιδιά μας. Το να είσαι γονιός σήμερα δεν είναι απλό και προκαθορισμένο. Όλοι καθημερινά επηρεαζόμαστε και προβληματιζόμαστε από δεκάδες γεγονότα, συμβάντα, καταστάσεις, πληροφορίες που δεν προλαβαίνουμε να επεξεργαστούμε. Όλα γίνονται πιο γρήγορα. Συχνά νοιώθουμε να μειώνεται ο χρόνος μας και ν' αυξάνονται οι υποχρεώσεις, τα καθήκοντα, τα «πρέπει». Γιατί; Γιατί μας παρασύρει το ρεύμα της εποχής να τρέχουμε να προλάβουμε εργασία, σπίτι, αλλά ακόμα και κοινωνική ζωή ή ψυχαγωγία; Κι έτσι όπως βιαζόμαστε συνολικά, βιαζόμαστε και με τα παιδιά μας. Να περπατήσουν γρήγορα, να μιλήσουν γρήγο-

ρα, να είναι ήσυχα, πειθαρχημένα, κοινωνικά, έξυπνα, ανεξάρτητα ή εξαρτημένα ανάλογα με το τι μας βολεύει.

Έχουμε το μυαλό μας και το παιδί μας στο «γκάζι», επειδή σχεδόν όλοι το ίδιο κάνουν. Νοιώθουμε λίγο τρομαγμένοι και προσπαθούμε να προλάβουμε πολλά, να δώσουμε πολλά (κυρίως υλικά) και να τα καταφέρνουμε σε όλα καλά. Παρασύρουμε και τα παιδιά μας, από αγωνία και ανασφάλεια για το μέλλον τους, τα φορτώνουμε, τα πιέζουμε και κυρίως δεν τα ακούμε. Αν κάτι συμβεί και μας κόψει απότομα τη φόρα και πατήσουμε «φρένο» τότε έρχεται η κρίση, που αν την αξιοποιήσουμε, μπορεί να αποτελέσει σημαντική ευκαιρία για επαναπροσδιορισμό

των σημαντικών πραγμάτων για μας. Να γίνει αφετηρία για επανεκτίμηση όλων όσων έως τώρα θεωρούσαμε δεδομένα με στόχο να βελτιώσουμε τις ικανότητές μας στην «οδήγηση», του δρόμου της ζωής μας.

Βρίσκοντας το ρυθμό και τις προτεραιότητες που ταιριάζουν σε μας, αφήνουμε χώρο και χρόνο στα παιδιά μας, να ωριμάσουν με το δικό τους ρυθμό. Ας μην ξεχνάμε ότι σε μας πήρε τουλάχιστον δύο δεκαετίες για ν' ανακαλύψουμε στοιχειωδώς, το εσωτερικό και εξωτερικό μας «τοπίο». Έτσι και τα παιδιά μας χρειάζονται το δικό τους τρόπο και χρόνο, γι' αυτό ας είμαστε κοντά τους με σταθερή μέση ταχύτητα, για ν' απολαύσουμε μαζί τους τη διαδρομή.

«Κωδικός: Γονιός»



Μιά τεμπέλικη Σκέψη

Νάτοι οι μεγάλοι.

Πάνε για το γραφείο.

Πάνε για το μαγαζί.

Τρέχουν στο λεωφορείο.

Τρέχουν στην κίνηση.

Βιάσου, τρέξε.

Νοιάσου, σκόνταψε.

Καμιά απορία που οι μεγάλοι έπαψαν πια να μεγαλώνουν.

Χρειάζεται το μεγάλωμα

Μπόλικη αργοπορία!

Eva Merriman

Η ΕΥΤΥΧΙΑ...

Νομίζουμε ότι η ζωή θα είναι καλύτερη μετά το γάμο ή μετά από το ερχομό ενός παιδιού... αργότερα, νιώθουμε στερημένοι γιατί τα παιδιά είναι μικρά, δεν μπορούμε να βγαίνουμε. Νομίζουμε ότι θα είναι καλύτερα όταν τα παιδιά θα είναι μεγαλύτερα.

Νομίζουμε ότι η ζωή μας θα είναι πιο όμορφη όταν θα έχουμε αποκτήσει ένα αυτοκίνητο, ένα σπίτι, μια καλύτερη δουλειά..., όταν θα έχουμε την δυνατότητα να πάμε διακοπές, όταν θα είμαστε σε σύνταξη...

Η αλήθεια είναι ότι δεν υπάρχει καλύτερη στιγμή από το παρόν. Εάν δεν είναι τώρα, τότε θα είναι;

Η ζωή θα είναι πάντα γεμάτη από σκοπούς για να τους φτάσεις. Είναι καλύτερα να το παραδεχτείς και να αποφασίζεις να είσαι ευτυχισμένος τώρα όσο είναι ακόμα δυνατόν...

Για ένα μεγάλο διάστημα νόμιζα ότι επιτέλους θα άρχιζε η πραγματική ζωή. Η πραγματική ζωή! Αλλά υπήρχε πάντα ένα εμπόδιο στην πορεία, ένα πρόβλημα που έπρεπε να λυθεί πρώτα, ένα θέμα να τελειώσω, ένα διάστημα να περάσει, ένα χρέος να ξεφλήσω. Και τότε θα άρχιζε η ζωή!... **Μέχρι που κατάλαβα ότι τα εμπόδια ήταν η ίδια, η ζωή.**

Αυτή η προοπτική με βοήθησε να καταλάβω ότι **δεν υπάρχει ένας δρόμος που οδηγεί στην ευτυχία. Η ζωή είναι ο δρόμος αυτός...** Έτσι περνάει κάθε στιγμή που ζεις και περισσότερο όταν μοιράζεσαι την στιγμή αυτή με κάποιον σπουδαίο, αρκετά σπουδαίο ώστε να μοιράζεται το χρόνο μαζί σου διότι ο χρόνος δεν περιμένει.

Όσοόσο πρέπει να σταματήσουμε να περιμένουμε να τελειώσουμε τις σπουδές μας, να αυξηθεί ο μισθός μας, να παντρευτούμε, να κάνουμε παιδιά...

Πρέπει να σταματήσεις να περιμένεις το σαββατοκύριακο, την άνοιξη, το καλοκαίρι ή και το χειμώνα για να αποφασίσεις ότι δεν υπάρχει καλύτερη στιγμή από το παρόν.

Η ΕΥΤΥΧΙΑ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΠΟΡΕΙΑ ΚΑΙ ΟΧΙ ΕΝΑΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ

Δεν χρειάζεται πολλά για να είσαι ευτυχισμένος. Αρκεί να εκτιμάς κάθε στιγμή και να το ορίζεις σαν μια από τις καλύτερες στιγμές της ζωής σου.

Συγγραφέας «Άγνωστος»

«Να ζεις, ν' αγαπάς και να μαθαίνεις»!

Όλοι μας συχνά αναρωτιόμαστε πώς μαθαίνει ένα παιδί. Η λιγοστή μου δεκάχρονη πείρα στο μέγλωμα των παιδιών και αυτά που αποκόμισα από την παρακολούθηση των σεμιναρίων με οδηγούν στις παρακάτω σκέψεις.

Ένα παιδί μαθαίνει απορροφώντας τις συνήθειες και τις στάσεις του περίγυρού του. Ένα παιδί μαθαίνει πιο πολύ από τη δοκιμή και το λάθος παρά από τη συμβουλή, την υποβολή και την καθοδήγηση, πιο πολύ από την ευχαρίστηση παρά από τον πόνο.

Έτσι ένα παιδί μαθαίνει με τη στοργή, την αγάπη, την υπομονή, την κατανόηση, τη συμμετοχή, με το να είναι και να κάνει.

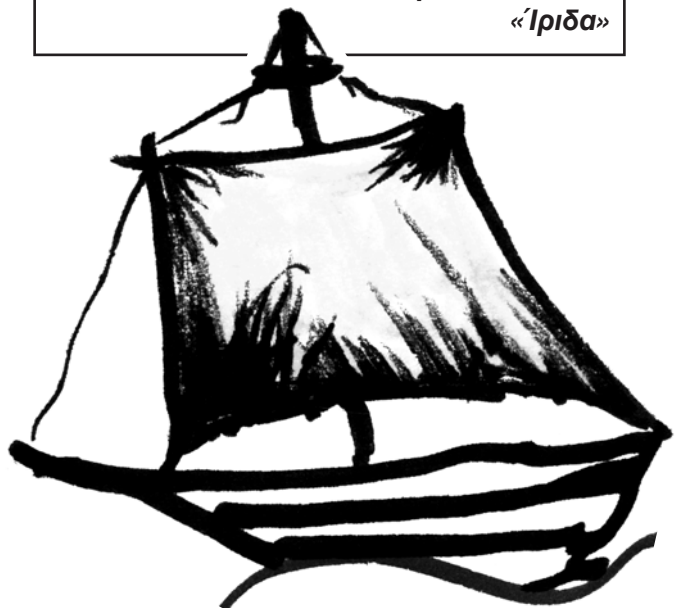
Μέρα με τη μέρα το παιδί μαθαίνει λίγα απ' αυτά που ξέρουμε, λίγα περισσότερα απ' αυτά που καταλαβαίνουμε. Απ' αυτά που ονειρευόμαστε και πιστεύουμε, από την αντίληψή μας που είναι θολή ή διαυγής, από τη σκέψη μας που είναι συγκεχυμένη ή οργανωμένη, από τα πιστεύω μας σοφά ή ανόητα, από τα όνειρά μας που είναι άχρωμα ή πολύχρωμα, από τις ανακρίβειες που λέμε ή από την αλήθεια.

Ένα παιδί κυρίως, μαθαίνει από τον τρόπο που εμείς ζήσαμε και ζούμε τη ζωή μας, από το πως αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες της, πόσο τη χαιρόμαστε και δίνουμε νόημα σ' αυτή.

Απ' όλα αυτά μαθαίνει ένα παιδί!

Μαρία Βελουδίου

«Ιριδα»



Ας αναζητήσουμε τους φίλους μας... Οι φίλοι είναι κοντά μας!

«Φίλοι είναι η οικογένεια που εμείς επιλέγουμε» έγραφε σε ένα μαγνητάκι ψυγείου που μου έκανε δώρο μια φίλη που συνάντησα στη Βουδαπέστη κι ήταν η αφορμή για να προβληματιστώ...

Σκέφτηκα τους φίλους και τις φίλες που πέρασαν απ' τη ζωή μου άλλος για περισσότερο χρόνο, άλλος για λιγότερο, οι οποίοι όμως άφησαν ανεξίτηλα σημάδια στο πέρασμά τους...

Ίσως για κάποιους αυτό να είναι δύσκολο να το συνειδητοποιήσουν... Όσο περνάει ο καιρός γινόμαστε ολοένα και πιο καχύποπτοι, ολοένα πιο εγωϊστές... Δεν εμπιστευόμαστε τους ανθρώπους. Ο ανταγωνισμός που υπάρχει σε όλους τους τομείς της ζωής μας επαγγελματικό, οικογενειακό, προσωπικό μάς απομακρύνει από τις ειλικρινείς και ανιδιοτελείς σχέσεις και πλησιάζουμε περισσότερο άτομα τα οποία θα μας εξασφαλίσουν οφέλη υλικά ή ακόμα κοινωνική καταξίωση και επαγγελματική εξέλιξη...

Όσοι δεν επιδιώκουν να επιβληθούν με την έντονη προσωπικότητά τους και είναι γενικότερα «χαμηλών τόνων» δεν κεντρίζουν το ενδιαφέρον μας, δεν μπαίνουμε στη διαδικασία να τους γνωρίσουμε περισσότερο ή να τους δώσουμε μια ευκαιρία να εκφραστούν. Τους περιθωριοποιούμε αμέ-

σως γιατί επιθυμούμε να συναναστρεφόμεστε με εκείνους που ανταποκρίνονται στο καλούπι που έχουμε θέσει και που είναι αποδεκτοί από το περιβάλλον μας...

Ως μεσογειακός λαός είμαστε άνθρωποι ανοιχτοί, αυθόρμητοι, εγκάρδιοι, γελαστοί σε αντίθεση με τους βορειοευρωπαίους που κατά πλειοψηφία σπάνια χαμογελούν ή εκδηλώνουν τα συναισθήματά τους, αν δεν έχουν καταναλώσει προηγουμένως μεγάλες ποσότητες αλκοόλ. Ο ήλιος, η θάλασσα που έχουμε την τύχη να χαιρόμαστε καθημερινά μας βοηθούν ακόμα περισσότερο, ενώ ο μουντός και συννεφιασμένος καιρός, το κρύο και η βροχή έχουν το αντίθετο αποτέλεσμα γι' αυτό και η κατάθλιψη ή οι τάσεις αυτοκτονίας έχουν μεγαλύτερα ποσοστά σ' αυτές τις χώρες. Οι περισσότεροι στρέφονται σε επαγγελματίες ψυχιάτρους, ψυχαναλυτές όταν αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα παρά σε κάποιον φίλο για να συζητήσουν το πρόβλημά τους.

Κι όμως είναι ιδιαίτερα σημαντικό να έχεις δίπλα σου ανθρώπους που μπορείς να εμπιστευτείς, που σε νοιάζονται και σε καταλαβαίνουν, που μπορείς να συζητάς μαζί τους με τις ώρες, που έχεις κοινά ενδιαφέροντα και προβληματισμούς, αλλά κυρίως που μπορούν να σου συμπα-

ρασταθούν τις στιγμές που έχεις ανάγκη, κάποιον που να μπορεί να κρίνει αντικειμενικά και να σε στηρίξει σε όποιο πρόβλημα αντιμετωπίζεις περισσότερο ή λιγότερο σοβαρό...

Αισθάνομαι πραγματικά τυχερή γιατί στη ζωή μου συνάντησα αρκετούς... Σ' αυτούς τους ανθρώπους που αξίζουν και που είναι δίπλα μας ας πούμε έτσι απλά ένα ευχαριστώ γιατί καμιά σχέση δεν είναι δεδομένη...

...και για όσους αναρωτιούνται αν υπάρχουν τέτοιοι άνθρωποι στη ζωή τους ας κάνουν εκείνοι το πρώτο βήμα... Ας σηκώσουν απλά το τηλέφωνο για να μοιραστούν με όποιον θεωρούν πιο κοντινό τους πρόσωπο τη λύπη ή τις στιγμές χαράς...

Έτσι γίνεται το μοίρασμα έτσι χτίζονται αργά, αλλά σταθερά οι σχέσεις...

Ας αφιερώσουμε λίγο χρόνο για να δημιουργήσουμε δεσμούς, «να εξημερώσουμε ανθρώπους», όπως λέει η αλεπού στο «Μικρό Πρίγκηπα», γιατί «γνωρίζεις μόνο τα πράγματα που εξημερώνεις». «Οι άνθρωποι δεν έχουν πια χρόνο να γνωρίζουν τίποτα. Τα αγοράζουν όλα έτοιμα στα μαγαζιά. Επειδή, όμως, δεν υπάρχουν μαγαζιά που να πουλάνε φίλους, οι άνθρωποι δεν έχουν πια φίλους».

«*Ηλιαχτίδα*»

...και η ιστορία επαναλαμβάνεται!

Όταν ήμουν μικρή, 30 χρόνια πριν, θυμάμαι ότι η μαμά μου κάθε χρόνο συναντιόταν κάποια Σαββατοκύριακα με τις φίλες της στο σπίτι μας ή στο δικό τους.

Τις συναντήσεις αυτές τις έβαζε πάνω από οτιδήποτε άλλο (ήταν μια εργαζόμενη μητέρα με 3 παιδιά...) και ήταν κανονισμένες μήνες πριν.

Καταλάβαινα τότε, ότι πολλές φορές ήταν δύσκολο για τον μπαμπά μου να λείπει η γυναίκα του από το σπίτι, και τα πρώτα πολλά χρόνια θεωρούσε τις συναντήσεις ασήμαντες και μάλλον γελοίες. Ήξερε όμως, ότι το θέμα δε «σήκωνε συζήτηση» και το δεχόταν με σεβασμό. Μάλιστα έφτασε και στο σημείο να πρέπει αλλά και να θέλει να υπερασπιστεί «τα καμώματα» της γυναίκας του στους άλλους άντρες, αλλά και σε πολλές γυναίκες, όταν μετακομίσαμε σε μια πολύ μικρή κοινωνία, όπου ένα τέτοιο θέμα ήταν αδιανόητο!

Το έκανε, διότι χρόνο με το χρόνο άλλαζε η ιδέα και η εντύπωση που είχε για τις συναντήσεις, βλέποντας το τι σήμαιναν για τη γυναίκα του, αλλά και για όλη την οικογένεια.

Επίσης θυμάμαι πόσο ζήλευα εγώ τις συναντήσεις αυτές - πόσο ήθελα και

εγώ να συμμετέχω.

Και η χαρά μου ήταν απεριγράπτη όταν μ' άφησαν - έστω για λίγο - να βρίσκομαι μαζί τους. Η ατμόσφαιρα ήταν πάντα όμορφη και γεμάτη «μυρωδιές». Αισθανόμουν και εγώ μεγάλη. Τότε, δεν καταλάβαινα τι ακριβώς κάνανε, αλλά καταλάβαινα πόσο σημαντικό ήταν γι' αυτές. Το ένιωθα. Μεγαλώνοντας ένιωθα επίσης θαυμασμό αλλά και περηφάνεια, διότι το έργο τους ήταν πολύ σπουδαίο και καθόλου εύκολο.

30 χρόνια μετά βρέθηκα και εγώ σε μια ομάδα που κάποια στιγμή αποφάσισε να εκδόσει μια εφημερίδα με το όνομα «Φιλοσοφία». Δουλεύοντας γι' αυτό θυμήθηκα πάλι την ομάδα της μαμάς μου και διαβάζοντας, ξανά τα βιβλία που είχαν εκδόσει τότε, έμεινα έκπληκτη!

Ο τρόπος που δούλευαν στην ομάδα, οι δυσκολίες που συναντούσαν στην πορεία, οι προβληματισμοί και τα συναισθήματά τους ήταν ακριβώς όπως τα είχα ζήσει, και εξακολουθώ να ζω, πρώτα στις ομάδες του «Θησέα» και στη συνέχεια στη μικρή

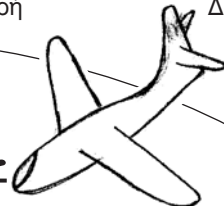
μας ομάδα δουλεύοντας για τη «Φιλοσοφία». Αυτό με γέμισε χαρά, συγκίνηση αλλά και αισιοδοξία, διότι θεωρώ πολύ σημαντικό το γεγονός ότι την προσπάθεια που κάνουμε εμείς τώρα, που πολλές φορές έχει αμφισβητηθεί από πολλούς αλλά και από μας τις ίδιες, την έκαναν και κάποιες άλλες πριν από μας.

30 χρόνια πριν και σε μια χώρα 3000 χλμ. μακριά απ' την Τήνο... Νοιώθω ότι κατά κάποιο τρόπο χτίστηκε μια γέφυρα μεταξύ των γυναικών των ομάδων και των χωρών αυτών. Μια γέφυρα που ενώνει τη πρώτη μου πατρίδα με τη δεύτερη μου πατρίδα...

Η ομάδα της μαμάς μου υπάρχει ακόμα, αν και αποτελείται πια μόνο από τις 3 γυναίκες που την πρωτοξεκίνησαν. Και σαφώς έχει αλλάξει το «περιεχόμενο» της δουλειάς» από τότε. Κάποια πράγματα και στοιχεία παραμένουν ίδια. Όμως ο ρόλος ο δικός τους έγινε δικός μας και τα ηνία τα αναλαμβάνουμε εμείς. Όπως θα γίνει και με τα δικά μας παιδιά. Διότι η ιστορία επαναλαμβάνεται...

«Συνοδοιπόροι»

ΠΑΙΧΝΙΔΙ



Η σημασία του παιχνιδιού για την σωστή ανάπτυξη του παιδιού είναι γνωστή σε όλους. Κατά πόσο όμως εμείς οι γονείς το έχουμε κατανοήσει και το εφαρμόζουμε στην πράξη, ίσως πολλές φορές μας διαφεύγει - με αποτέλεσμα να το παραμελούμε. Οφείλουμε να φροντίζουμε και να κατευθύνουμε το παιδί προς αυτό και οι δύο γονείς από πολύ μικρό, όπως και ν' αφιερώνουμε χρόνο για παιχνίδι μαζί με τα παιδιά μας. Φυσικά δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι χρειάζεται και το ατομικό παιχνίδι, που είναι εξίσου σημαντικό με το ομαδικό για την ολοκληρωμένη κι ολόπλευρη ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση του παιδιού.

Η ενασχόληση του παιδιού με το καλά επιλεγμένο παιχνίδι, ανάλογα με την ηλικία του, προσφέρει διασκέδαση, εκπαίδευση, μορφώνει, αναπτύσσει κι εξελίσσει τις αισθήσεις, καλλιεργεί πνευματικές ικανότητες κι ολοκληρώνει την ανάπτυξή του.

Υπάρχουν παράγοντες, που είναι σημαντικοί στην επιλογή του παιχνιδιού, που θα προσφέρει όλα τα παραπάνω:

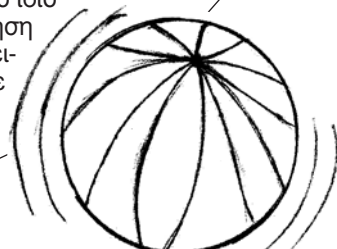
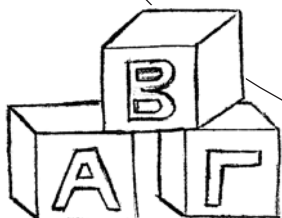
- 1) Η ποιότητα του παιχνιδιού,
- 2) Η ηλικία του παιδιού,
- 3) Ο χρόνος ενασχόλησης.

Όλα συνεργούν στην διασκέδαση, ανάπτυξη και γνώση.

Η επιλογή των παιχνιδιών είναι καλό να γίνεται με ορισμένες προδιαγραφές, οι οποίες επισημαίνονται από τους ειδικούς π.χ. μη τοξικά χρώματα, ακίνδυνα μή εύφλεκτα υλικά, χωρίς αιχμηρές γωνίες για τα μικρά παιδιά, επισήμανση κατάλληλης ηλικίας κλπ.

Ο χρόνος που αφιερώνουμε στο παιχνίδι με το παιδί μας, όπως κι αυτός που το ίδιο παιδί μόνο του, δεν είναι χαμένος: κερδίζεται σε γνώση κι ευχαρίστηση για όλους. Το παιχνίδι ατομικό κι ομαδικό καλλιεργεί δεξιότητες και λειτουργίες χρήσιμες. Παιδί χωρίς παιχνίδι είναι αφύσικο. Ας δώσουμε χρόνο τόσο στο παιχνίδι, όσο και στην επιλογή του: Όλα τα παραπάνω είναι απαραίτητα για να έχουμε ένα παιδί υγιές, χαρούμενο κι ευτυχισμένο.

«Ηλιαχτίδα»



Η άλλη ματιά που φέρνει την αλλαγή...

Έτσι ή Αλλιώς;

Έτσι...

— Έλα Μαργαρίτα, τί κάνεις; Καλά; Μπράβο, μάτια μου, πάντα καλά να είσαι! Ε, και εγώ - ας τα λέμε καλά. Πήρα, όμως, να σου πω τα καλά νέα: ο Γιωργάκης μας πέρασε στη σχολή που θέλαμε. Ναι, στη Καρδίτσα. Χθες το βράδυ το μάθαμε. Αχ, να 'σαι καλά - και εσύ να δεις και τα δικά σου όπως επιθυμείς. Σε κλείνω όμως τώρα, διότι μόλις μπήκε το παιδί και πρέπει κάποια πράγματα να τα συζητήσω μαζί του, διότι χθες το βράδυ μας έκανε νούμερα μόλις μάθαμε τα νέα. Αυτά. Θα στα πω από κοντά, όμως. Άντε - τα λέμε αργότερα. Εντάξει; Φιλάκια πολλά...

— Γιώργο... ΓΙΩΡΓΑΚΙ!!!!...

— Έλα, ρε μάνα, τί θες;

— Έλα να τα πούμε λιγάκι.

— Τί να πούμε;

— Να, γι' αυτό που έγινε χθες το βράδυ όταν μάθαμε τα ευχάριστα νέα.

— Ποιά ευχάριστα νέα;

— Μα, τί είναι αυτά που λες παιδί μου. Δεν είπαμε ότι η σχολή αυτή είναι ό,τι καλύτερο θα μπορούσε να μας συμβεί;

— Ναι, έτσι είπατε.

— Λοιπόν, τί αντίδραση είναι αυτή! Να ξέρεις ότι ο πατέρας σου στενοχωρήθηκε πολύ μ' αυτά που έκανες.

— Τί να του κάνω. Εμένα δε με ρώτησε κανείς. Σας το λέω όμως από τώρα: Καρδίτσα δεν πάω.

— Άκου, δεν πάει... Και πού πάει δηλαδή, ν' ακούσω και εγώ.

— Αθήνα.

— Πάλι τα ίδια. Η Αθήνα έχει

1000 κινδύνους, αγοράκι μου. Και εξάλλου πού θα έμενες και ποιός θα σε φρόντιζε εκεί, μου λές; Όχι - όχι θα γίνει όπως είπαμε: η Καρδίτσα είναι ό,τι πρέπει και ήδη σε περιμένει εκεί η θεία Μαριγούλα, και έχουν μεγάλη χαρά, να ξέρεις, και εκείνη αλλά και τα ξαδέλφια σου που θα μείνεις σπίτι τους.

— Ποιά ξαδέλφια μου; Αυτά τα μιξιάρικα φυτουλάκια που δεν ξέρουν που πάνε τα 4; Να μου λείπει.

— Γιώργο! Γίνεσαι παιδί τώρα. Εγώ και ο πατέρας σου ξέρουμε πολύ καλά ποιό είναι το καλό σου και τί περιμένουμε από σένα. Εμείς πληρώνουμε και εμείς αποφασίζουμε! Γι' αυτό μην ακούσω άλλα για Αθήνα και ανοησίες. Η υγεία του πατέρα σου δεν είναι όπως ήταν... Άκουσες;

— Έλα ρε μα... (μπιπι) ναι, σπíti είμαι. Ωραία, κλείσε και έρχομαι και εγώ εκεί.

— Πού πας, Γιώργο μου;! Έλα εδώ - Κάναμε μια συζήτηση τώρα - πώς φεύγεις έτσι; Και νηστικός κιάλας.

Γιώργοοοο...

Αλλιώς...

— Γιώργο!

— Έλα, ρε μάνα, τι θες;

— Έλα να τα πούμε λίγο.

— Τί να πούμε;

— Να, γι' αυτό που έγινε χθες το βράδυ όταν μάθαμε τα ευχάριστα νέα.

— Ποιά ευχάριστα νέα;

— Ότι πέρασες στη σχολή που ήθελες. Ήθελες, δεν ήθελες;

— Ναι, αλλά δεν ήθελα Καρδίτσα.

— Έχεις δίκιο σ' αυτό - ξέρω ότι προτιμούσες Αθήνα. Έχω όμως την αίσθηση ότι δεν είναι μόνο αυτό που σε απασχολεί. Συμβαίνει κάτι άλλο;

— Το ότι δεν πέρασα Αθήνα το περίμενα και δε με απασχολεί τόσο πιά. Όμως, όλη αυτή η ιδέα με τη θεία Μαριγούλα και τα μιξιάρικα ξαδέλφια μου δεν το αντέχω.

— Και τί σκέφτεσαι δηλαδή;

— Να βρω ένα διαμέρισμα και να μείνω μόνος μου.

— Και οικονομικά;

— Σκέφτηκα να δεχτώ τη δουλειά το καλοκαίρι που μου πρόσφεραν στο εστιατόριο και μ' αυτόν τον τρόπο να μαζέψω τα λεφτά για τα πρώτα ενοίκια.

— Προτιμάς να μείνεις μόνος σου, δηλαδή.

— Δεν το συζητάω.

— Σε καταλαβαίνω και σίγουρα το ίδιο θα προτιμούσα και εγώ. Όμως δεν ξέρω εάν γίνεται...

— Ο μπαμπάς τι λέει;

— Τα είχαμε συζητήσει και γι' αυτό είχαμε βρει τη λύση με τη θεία Μαριγούλα. Για το πρώτο διάστημα, τουλάχιστον.

— Δεν μπορείτε να με βοηθήσετε δηλαδή;

— Ξέρεις κάτι, δε σου υποσχομαι τίποτα όμως θα τα ξανασυζητήσω με το μπαμπά σου μήπως βρούμε μια λύση. Έστω ενδιάμεση, εντάξει;

— Εντάξει. Πάω και εγώ να δω για τη δουλειά και μετά για καφέ.

— Ωραία. Σήμερα τρώμε στις 3 - εάν δεν έρθεις, κάνε μου ένα τηλεφώνημα.

— Έγινε. Γειά σου, μάνα μια και μοναδική. Και... χαιρετισμούς στη θεία Μαριγούλα εάν μιλήσεις...

«Συνοδοιπόροι»

Μιά φορά κι ένα καιρό στην Τήνο...

Μυρωδιές και Εικόνες

Έχει περάσει πολύς καιρός από τότε που μιλήσαμε. Κι εγώ αναρωτιέμαι τι γυρεύω σ' αυτό το τεύχος, που είναι αφιερωμένο στην εφηβεία. Ούτε είμαι, ούτε έχω παιδιά σε αυτή τη φάση της ζωής. Τί να γράψω, τί να πω; Προβληματισμοί, απορρίψεις, αντιδράσεις! Λέτε να περνάω δεύτερη εφηβεία;

Και χωρίς να το καταλάβω τα κομμάτια του παζλ άρχισαν να παίρνουν εικόνα. Η αρχή έγινε όταν ένα πρωί έτρεχα σαν τρελή να προλάβω - και εγώ δεν ξέρω τι!!

Περνώντας έξω από το παραδοσιακό καφεκοπτείο, μια βαθιά εισπνοή από την μυρωδιά του φρεσκοκομμένου καφέ και... κλικ!! Το μυαλό γύρισε πολύ πίσω και έφερε εικόνες και μυρωδιές από το παρελθόν. Όταν η μάνα μου με έστειλε να αγοράσω φρεσκοκομμένο καφέ, όταν ο πατέρας μου με έπαιρνε μαζί στο κουρείο και κοιτούσα μαγεμένη την «τελετή» του ξυρίσματος και στο τέλος η επιβράβευσή μου αν καθόμουν ήσυχα ήταν μια καλή δόση κολόνιας με άρωμα λεβάντας, λεμονιού. Αν και τώρα που το σκέπτομαι νομίζω ότι ο κουρέας, βλέποντας τα ορθάνοιχτα και γεμάτα αγωνία μάτια μου όταν έφερνε το ξυράφι στο λαιμό του πατέρα μου, έκανε τις κινήσεις του περισσότερο μακρόσυρτες και μυστηριακές.

Τώρα ξέρω γιατί θέλω να σας μιλήσω!! Για μυρωδιές!!

Όταν ζήτησα από την παρέα μου να κλείσουν τα μά-

τια και να φέρουν στο νου «μυρωδιές και εικόνες», απ' όταν ήταν παιδιά... εκεί ενθουσιάστηκα!!

Μου είπαν:

«Η μυρωδιά της θάλασσας στο λιμάνι»,

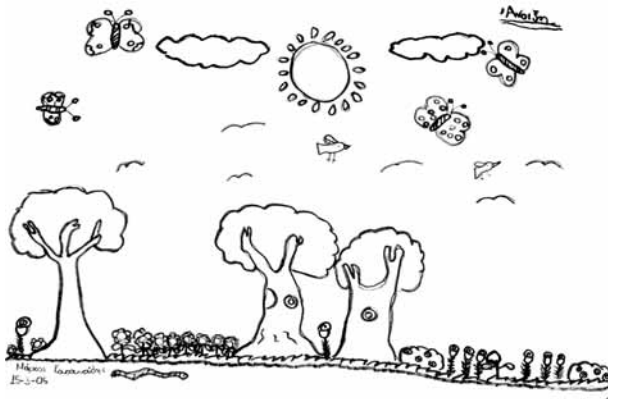
«Η μυρωδιά του φασκόμηλου»,

«Η μυρωδιά του ελαιολάδου»,

«Η μυρωδιά του βρεγμένου χώματος».

Κι αν όπως λένε η πατρίδα μας είναι η παιδική μας ηλικία, τότε εγώ είμαι παιδί της επαρχίας. Και όσο θα εκστασιάζομαι με τις μυρωδιές του φρεσκοκομμένου καφέ, της χειροποίητης κολόνιας και της θάλασσας θα αισθάνομαι τυχερή γι' αυτό.

Κατερίνα Καβαλιώτη «Ίριδα»



ΕΚΔΟΤΗΣ

ΕΜΕΙΣ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ

Οι ομάδες που υπογράφουν τα κείμενα αποτελούνται από τους εξής:

Τ Η Ν Ο Σ

ΣΥΝΟΔΟΙΠΟΡΟΙ

Πόλυ Απέργη
Μαρία Σιώτου - Βιδάλη
Ρίτα Βιδάλη
Μαρία Γεροντή
Τόνια Κρητικού - Δεσύπρη
Σίσελ Κνούσεν Κουσούναδη
Μαριέττα Σιώτου
Ευαγγελία Ψυχομάνη

ΜΕΛΙΣΣΟΥΛΕΣ

Αντωνία Απέργη
Μαρκέλλα Αρμάου
Φραγκίσκα Βιδάλη
Μαρούλα Βλαστού
Ελένη Δελασούδα
Μαρία Καρδαμίτση
Έφη Καψή
Κλαίρη Μαραβέλια
Ελένη Πιπέρη

ΗΛΙΑΧΤΙΔΑ

Λουίζα Γιαννησοπούλου
Γεωργία Δεσύπρη
Μαρία Κάισαρ
Ειρήνη Κρητικού
Μαρία Μωραϊτή
Ιωσηφίνα Παλαμάρη
Κρυσταλία Πλυτά
Μαριζάν Πρελορέντζου

ΙΡΙΔΑ

Βαγγέλης Βελαλόπουλος
Μαρία Βελουδίου
Γιούλη Βιδάλη
Κρυσταλία Βιδάλη
Βαλεντίνα Γαβριελάτου
Μαριέττα Δεσύπρη
Κατερίνα Καβαλιώτη
Ζέφη Μαχλή - Φωσκόλου
Ρένα Ξυδάκη

Ομάδες που συνεργάζονται μαζί μας:

ΑΝΤΙΠΑΡΟΣ ΔΡΟΣΟΣΤΑΛΙΔΕΣ

Βαρβέρη Ελένη
Γεωργίου Άννα
Σπανού Χαρούλα
Τριανταφύλλου Μαρίνα
Φαρούπου Χρυσούλα

ΣΚΕΠΤΟΜΕΝΕΣ

Γεμελιάρη Μαρίνα
Καπούτσου Ελένη
Πατέλη Ελένη
Σιφαναίου Μαρία
Τριανταφύλλου - Έγγελ Κατερίνα

ΦΙΛΕΣ ΜΗΤΕΡΕΣ

Μαριάνου Φιλοθέη
Μαριάνου Χριστίνα
Οικονόμου Χριστίνα
Σκιαδά Βάσω
Τριανταφύλλου Μαρία

ΣΥΡΟΣ

ΚΩΔΙΚΟΣ: ΓΟΝΙΟΣ

Άννα Πιτσικάλη
Κατερίνα Λούβαρη
Ρένα Αστρίτη
Ερατώ Δαβίου
Μαρία Ανδριανοπούλου

Βιργίνια Κοσκινά
Μαρία Γαβαλά
Κατερίνα Δάσκου
Νίκος Ψιλόπουλος

ΚΑΡΥΑΤΙΔΕΣ

Ελευθερία Δημάκη
Γεωργία Ρούσσου
Κατερίνα Κοσμά
Θεανώ Μουτάφη
Λίζα Μπατζάκη
Σοφία Βαρβαρήγου
Κατρίν Αρβανίτη
Ελεάννα Ρούσσου
Κατερίνα Παπαμακαρίου
Δήμητρα Παλαιολόγου
Μαρία Βασάλου

Ι Ο Σ

ΙΔΙΑ ΟΝΕΙΡΑ - ΣΚΕΨΕΙΣ

Κατερίνα Ξενίου
Μαρία Δράκου
Δήμητρα Σταυράκη
Κωστούλα Βαλμά
Ειρήνη Μπουζαλάκου
Ολυμπία Γιαραμαζίδη
Ακριβή Κωστοπούλου
Πόπη Βενιού

ΕΜΨΥΧΩΣΗ - ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ: Αναστασία Προκοπίου - Επιστημονικό Στέλεχος του «ΘΗΣΕΑ ΚΥΚΛΑΔΩΝ»

ΣΧΕΔΙΑΣΗ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ: τύπος ΓΡΑΦΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ ΤΗΝΟΣ - Τηλ.: 2283.025.727