

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ  
ΚΑΙ  
ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

ΤΕΤΡΑΔΙΟ ΜΑΘΗΤΗ  
9 -12 ΕΤΩΝ

ΑΘΗΝΑ 2008

Το έργο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό κοινωνικό ταμείο και από Εθνικούς Πόρους



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ  
ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΟΣΗ  
ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ  
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ  
Ανάπτυξη παιδιών. Ανάπτυξη για όλους.

Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ  
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Εκπαιδευσης και Αρχικής  
Επαγγελματικής Κατάρτισης

**ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ  
ΚΑΙ  
ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ

**ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:**

Αθανάσιος Ε. Ασκητής  
Νευρολόγος - Ψυχίατρος, Διδάκτωρ Ψυχιατρικής Παν/μίου Αθηνών,  
Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Αγωγής Ψυχικής & Σεξουαλικής Υγείας

**ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:**

Αθηναϊς Π. Παπαδοπούλου, Παιδοψυχίατρος

Ειρήνη Α. Μηνοπούλου, Κλινική Ψυχολόγος

Πηγή Κ. Βεντίκου, Κλινική Ψυχολόγος, Υπ. Διδάκτωρ Παν/μίου Αθηνών

Φώτιος Β. Χριστόπουλος, Απόφοιτος Φιλοσοφικής Σχολής  
Παν/μίου Ιωαννίνων, κατεύθυνση Ψυχολογίας

Βασιλική Π. Ντούμου, Ψυχολόγος

Αικατερίνη Λ. Τσιφιλιτάκου, Απόφοιτος Κοινωνικής Πολιτικής & Κοινωνικής  
Ανθρωπολογίας Παντείου Παν/μίου, κατεύθυνση Κοινωνικής Πολιτικής

Γεώργιος Β. Λίγκρης, Ψυχολόγος

**Φιλολογική επιμέλεια:**

Ειρήνη Κ. Ζέρβα, Γλωσσολόγος, M.Sc Λογοθεραπείας, Υπ. Διδάκτωρ Παν/μίου Αθηνών

**Σκιτσογράφος:** Σπυρίδων Λ. Ορνεράκης

**Μακέτα εξωφύλλου :** Σπυρίδων Λ. Ορνεράκης

**Layout, επιχρωματισμός:** Γεώργιος Παπαδάκης - Αντώνιος Γαλάτης

Η δημιουργία του παρόντος υλικού Αγωγής Υγείας με τίτλο “Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις” έγινε για λογαριασμό του Υπουργείου Παιδείας στα πλαίσια του Γ’ Κοινοτικού Πλαισίου Στήριξης **ΑΞΟΝΑΣ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑΣ Α2** “Προώθηση & Βελτίωση της εκπαίδευσης και της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης στα πλαίσια της δια βίου μάθησης”, Μέτρο 2.4. Επαγγελματικός προσανατολισμός & σύνδεση με την αγορά εργασίας, Ενέργεια 2.4.3. Κατηγορία πράξεων α “Πιλοτικά Προγράμματα Σχολείων (Δημοτικά, Γυμνάσια, Ενιαία Λύκεια, ΤΕΕ)”.  
ISBN 978-960-7541-45-1

Copyright: Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων/ Δ/νση Συμβουλευτικού  
Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων

**ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ  
ΚΑΙ  
ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

Ποιος είμαι; .....σελ.3

Πώς είμαι; .....σελ.13

Πώς με βλέπουν οι άλλοι;  
Οικογένεια.....σελ.17

Πώς με βλέπουν οι άλλοι;  
Αλλαγές στην οικογένεια.....σελ.19

Διαπολιτισμικότητα.....σελ.21

Όταν χάνω κάτι που αγαπώ.....σελ.25  
Σχολική κοινότητα.....σελ.27

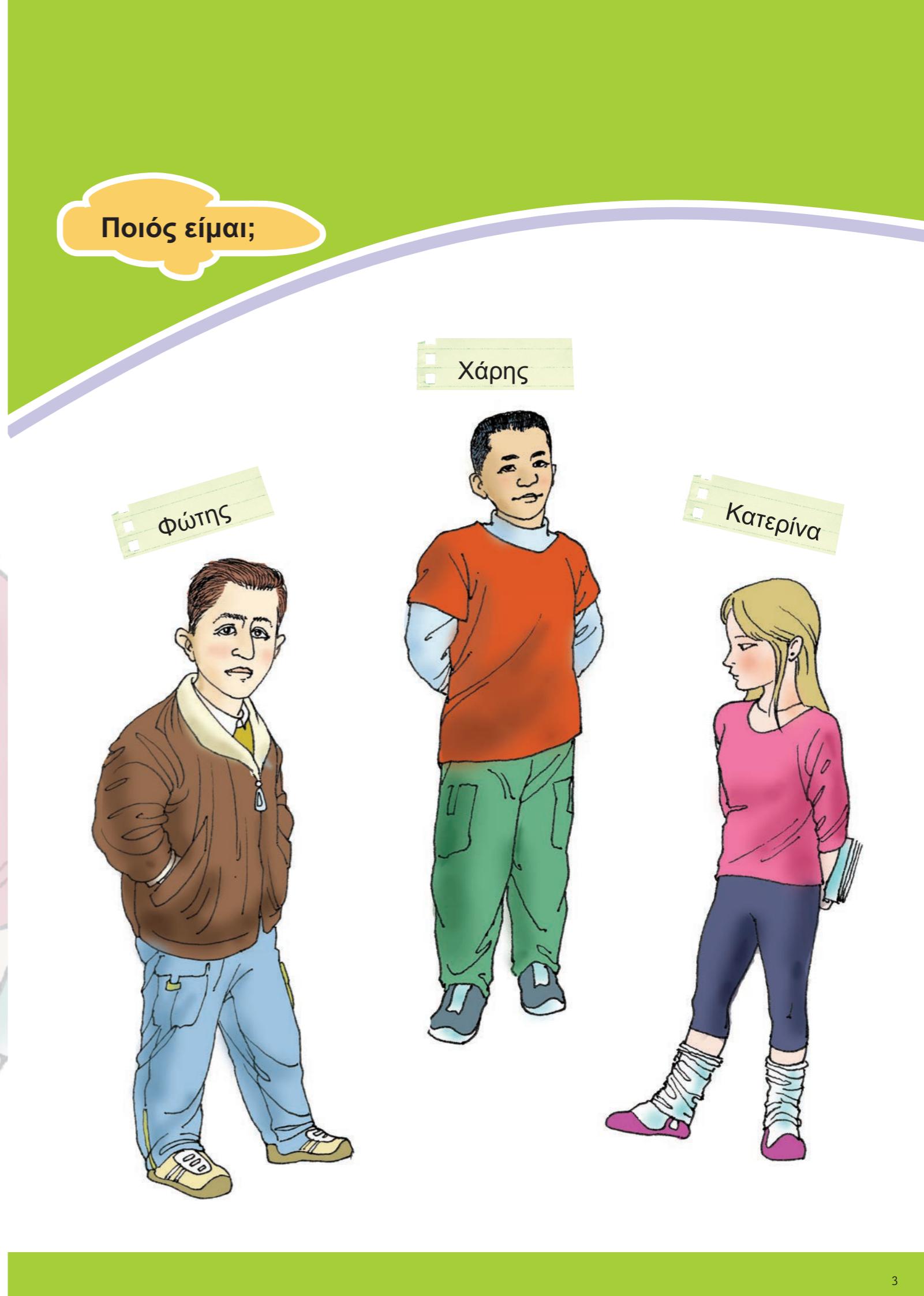
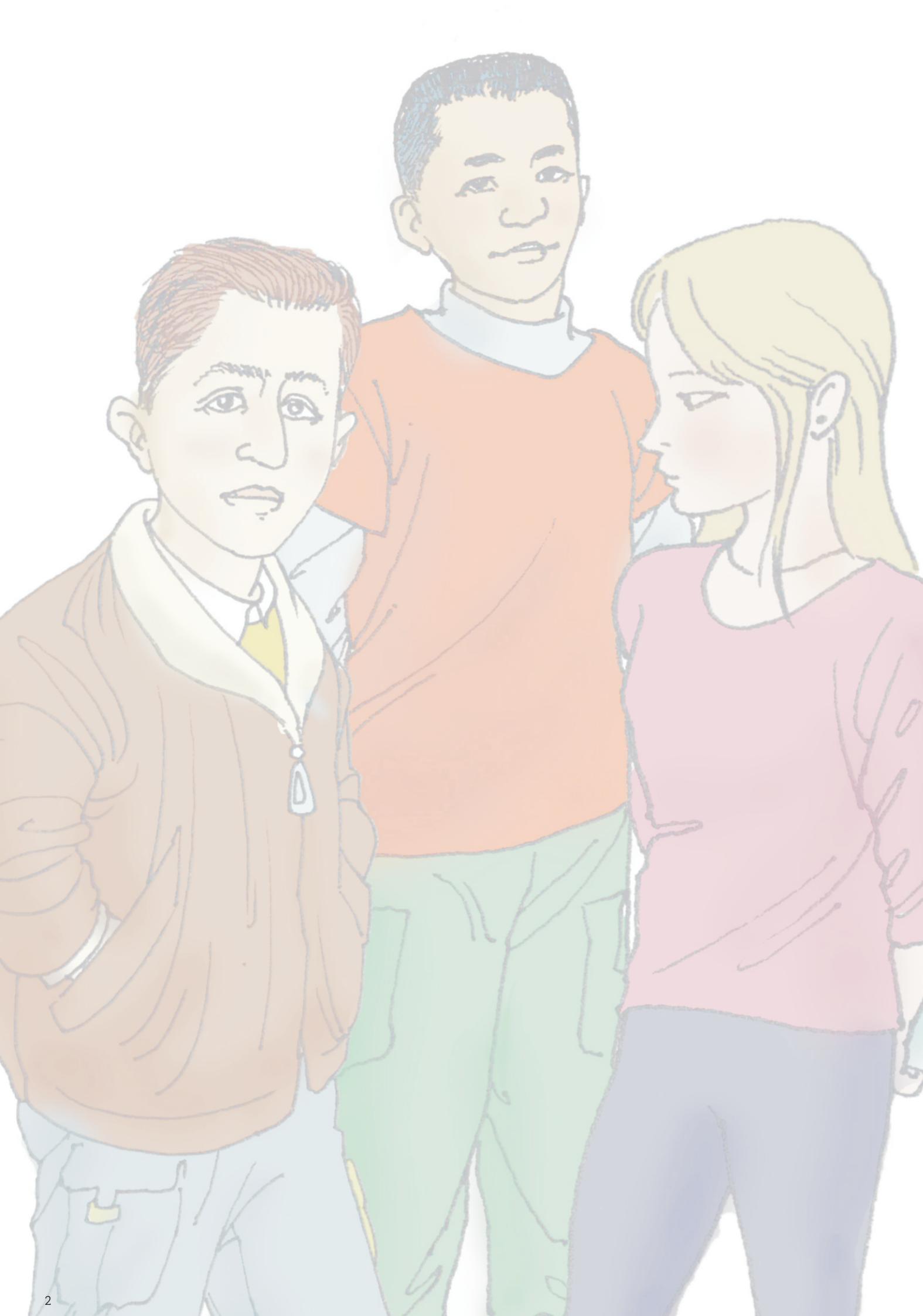
Πώς βλέπω εγώ τους άλλους;.....σελ.31

Παιδί και τηλεόραση.....σελ.33

Φιλία.....σελ.37

Επίλογος.....σελ.39









### Απόσπασμα από το ημερολόγιο της Νεφέλης

Πέμπτη, 2 Αυγούστου

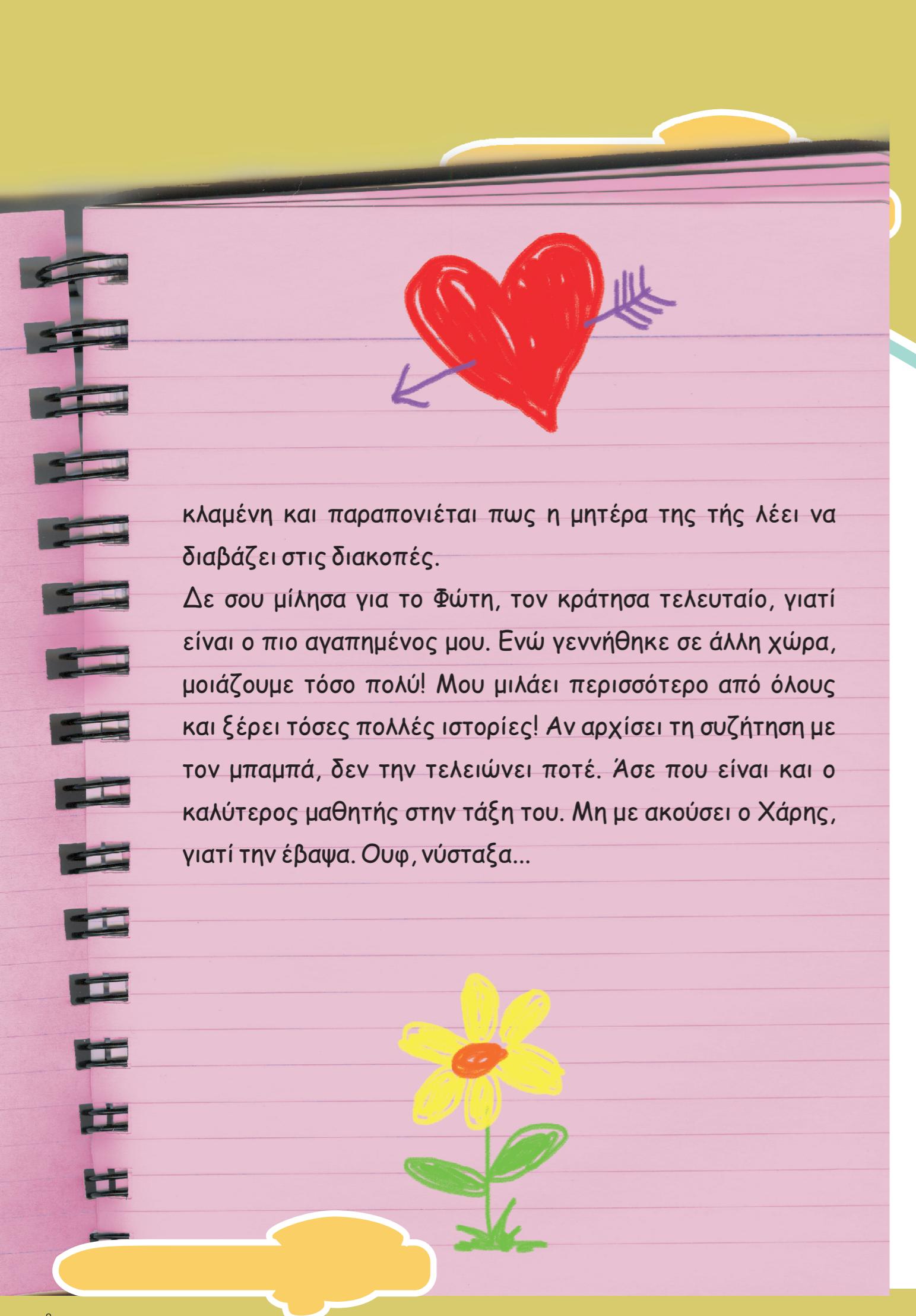


Αγαπημένο μου ημερολόγιο,

Αύριο επιτέλους φεύγουμε για διακοπές! Κάθε χρόνο το περιμένω με την ίδια λαχτάρα. Θα είμαστε όλοι μαζί, η μαμά, ο μπαμπάς και ο μεγάλος μου ο αδερφός ο Χάρης. Στο ίδιο μέρος, τα ίδια παιδιά και εγώ πάλι η μικρή της παρέας. Το έχω βαρεθεί πια αυτό!!! Ο Φώτης μου θα είναι εκεί. Εκείνος πάντα με θέλει στην παρέα. Δε με διώχνει, όπως οι άλλοι.

Αλήθεια, θα είναι και η Κατερίνα εκεί. Ποτέ δεν κατάφερα να την πλησιάσω. Όμως, θα την ήθελα για φίλη μου. Τι ωραία που παίζει θέατρο! Να μπορούσα να της μοιάσω!

Ο άλλος φίλος του αδερφού μου είναι ο Νίκος, δύο χρόνια μικρότερος από το Χάρη και το Φώτη και δύο χρόνια μεγαλύτερός μου. Είναι τόσο γλυκός και όμορφος, που μου έρχεται να του τσιμπήσω τα μαγουλάκια. Αλήθεια, γιατί ανοιγοκλείνει συνέχεια τα μάτια του; Δεν έχω τολμήσει να τον ρωτήσω ποτέ. Ελπίζω να φέρει μαζί του και τον όμορφο σκύλο του τον Κεραυνό. Ε, τώρα, που τους θυμάμαι όλους, η Λυδία θα είναι σίγουρα μαζί μας. Πάει στην Πέμπτη τάξη, μαζί με το Νίκο και είναι πολύ όμορφη. Καμιά φορά έρχεται



κλαμένη και παραπονιέται πως η μητέρα της τής λέει να διαβάζει στις διακοπές.

Δε σου μίλησα για το Φώτη, τον κράτησα τελευταίο, γιατί είναι ο πιο αγαπημένος μου. Ενώ γεννήθηκε σε άλλη χώρα, μοιάζουμε τόσο πολύ! Μου μιλάει περισσότερο από όλους και ξέρει τόσες πολλές ιστορίες! Αν αρχίσει τη συζήτηση με τον μπαμπά, δεν την τελειώνει ποτέ. Άσε που είναι και ο καλύτερος μαθητής στην τάξη του. Μη με ακούσει ο Χάρης, γιατί την έβαψα. Ουφ, νύσταξα...

Η Νεφέλη αναπολεί...

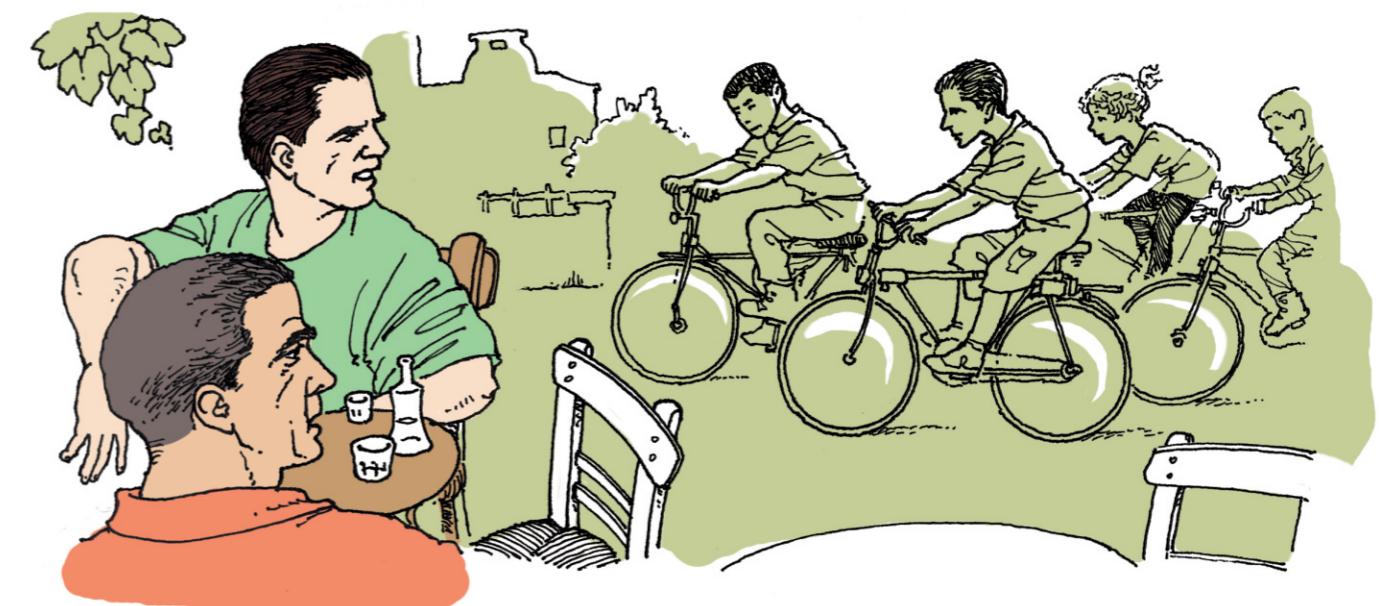


Ένα καλοκαιρινό απόγευμα, στην πλατεία του χωριού, ο δάσκαλος με τον πατέρα της Νεφέλης και του Χάρη κάθονται στο καφενείο.

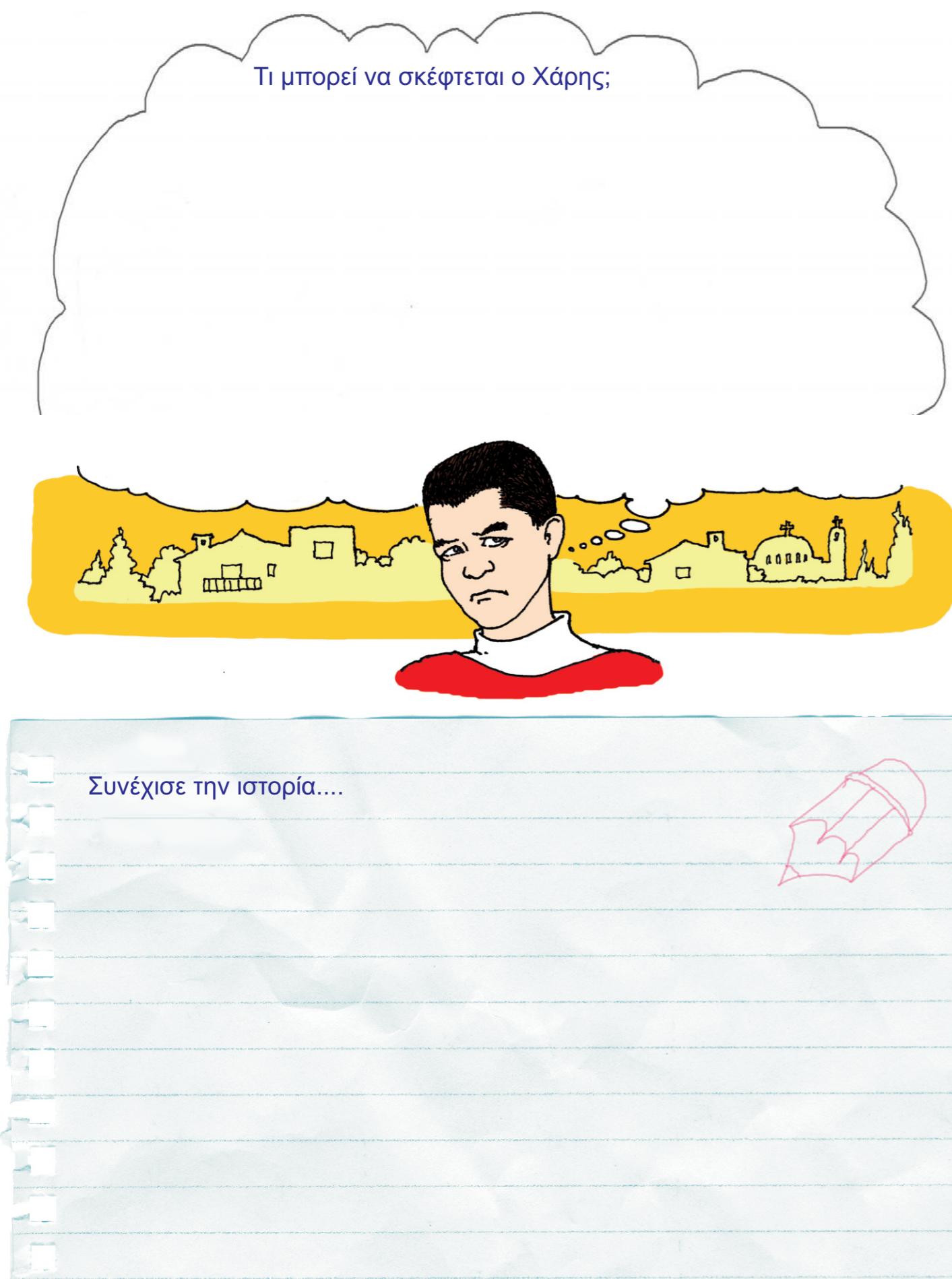
Δάσκαλος: «Τα παιδιά σου κάνουν παρέα με το Φώτη;»  
Πατέρας: «Ναι, κάνουν καλή παρέα εδώ και πολλά χρόνια.»  
Δάσκαλος: «Ο Φώτης είναι ο πιο καλός μου μαθητής.»

Εκείνη την ώρα περνούν τα παιδιά με τα ποδήλατα. Ο Χάρης σταματά, πλησιάζει τον πατέρα του για να ζητήσει χαρτζιλίκι και τον ακούει να λέει.

Πατέρας: «Και ο Χάρης κάνει μεγάλη προσπάθεια.»



Ο Χάρης σκεφτικός φεύγει με το ποδήλατο του αφήνοντας την παρέα του πίσω και πηγαίνει σπίτι. Διάφορες σκέψεις απασχολούν το μυαλό του. Ανοίγει το ντουλάπι που φυλάει τα βραβεία του, τα κοιτάζει με νοσταλγία και τα τοποθετεί ένα ένα στο γραφείο του.



## 2<sup>η</sup> Ιστορία

Κατακαλόκαιρο, ο Νίκος βρίσκεται μαζί με τα παιδιά στην παραλία. Η Λυδία κάθεται δίπλα του και τον γλυκοκοιτάζει.

Ξαφνικά, τον ουρανό σχίζουν αστραπές, τα κύματα αγριεύουν και ο αέρας δυναμώνει. Σηκώνεται μπουρίνι.

Ο Νίκος σκέφτεται:

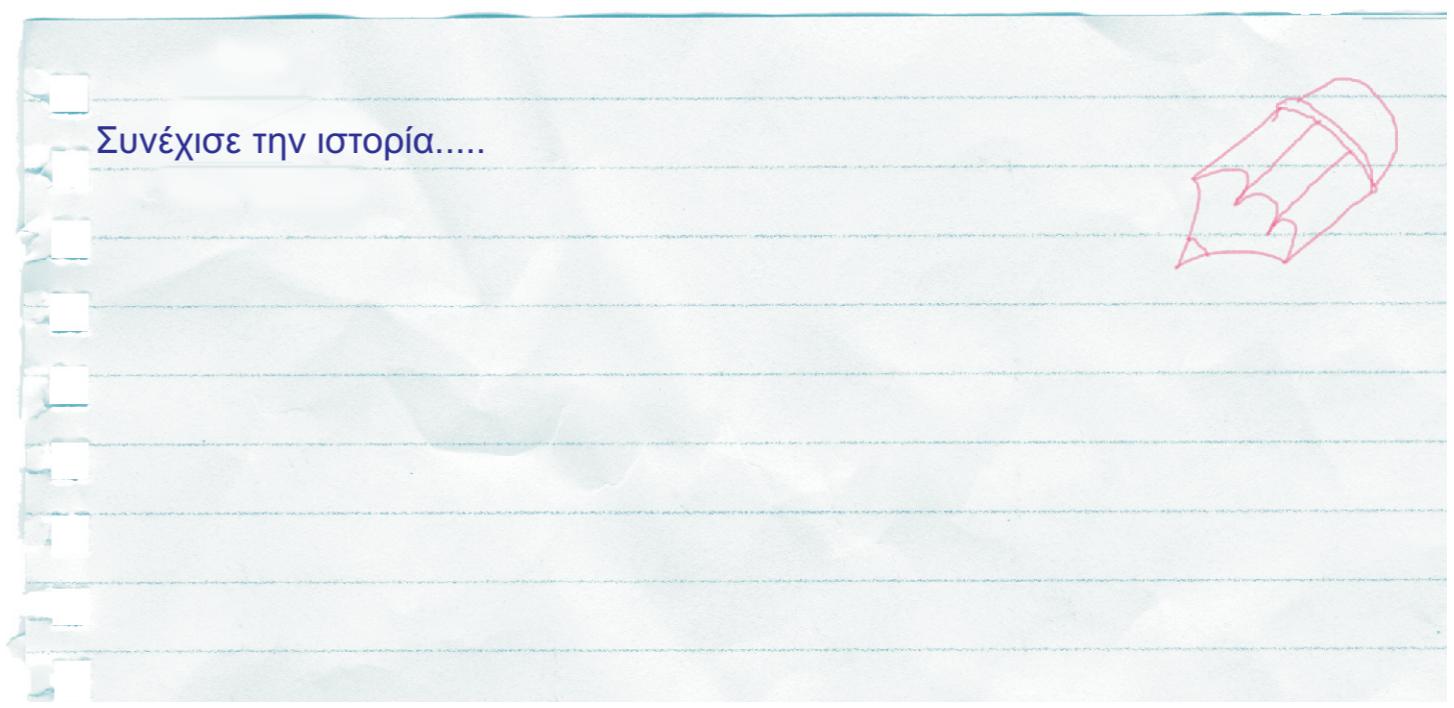
«Φοβάμαι! Τί θα γίνει τώρα; Καλύτερα να πάω σπίτι, αλλά τί θα πω στα παιδιά; Ας μείνω».

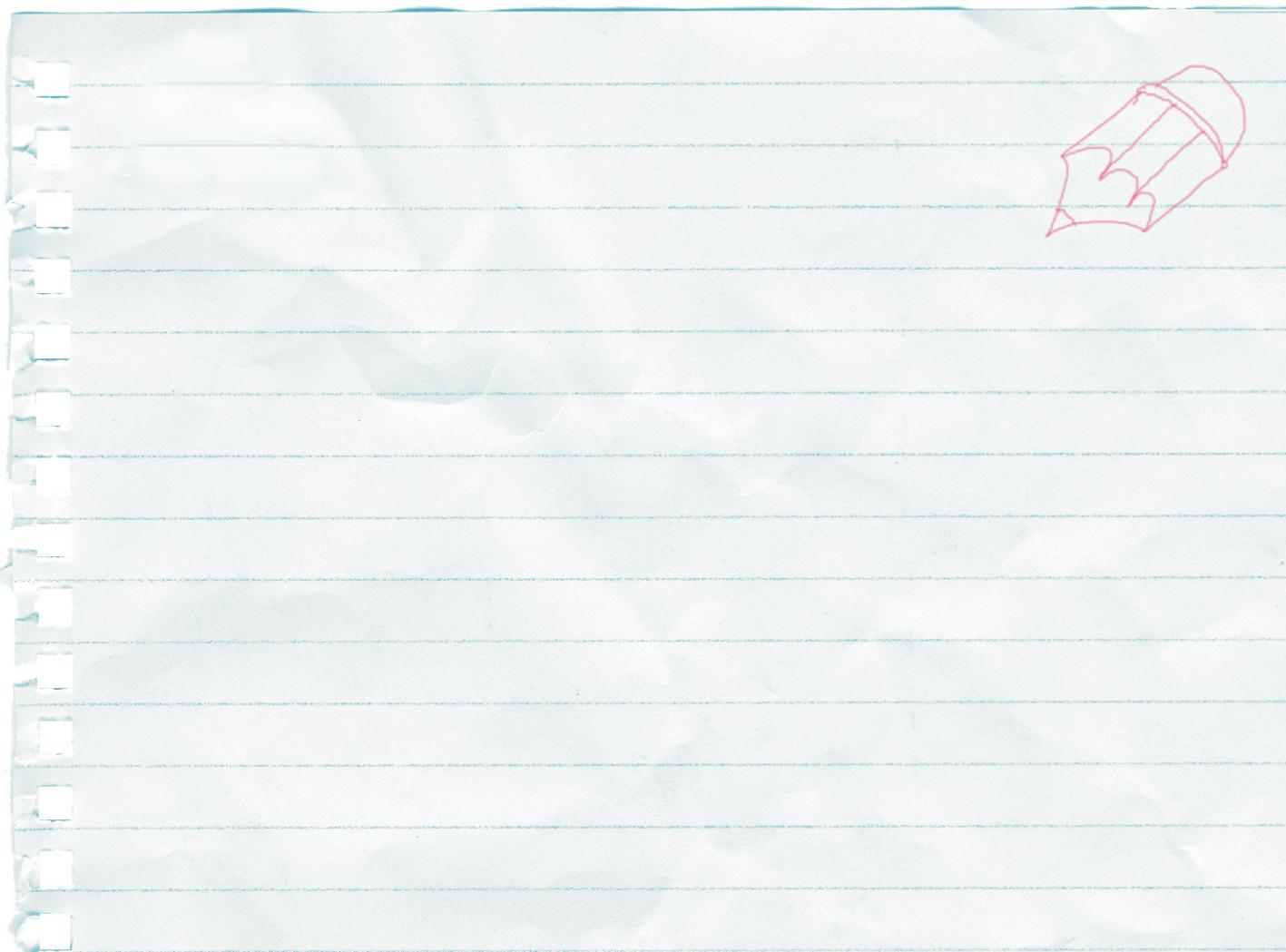
Τα υπόλοιπα παιδιά παίζουν και γελούν.

Η Λυδία λέει στο Νίκο: «Νίκο, γιατί ανοιγοκλείνεις τα μάτια σου;» και στη συνέχεια απομακρύνεται.



Συνέχισε την ιστορία....





Πώς είμαι;

### 1<sup>η</sup> ιστορία

Η Νεφέλη αναπολεί ...

Στο χωριό, λόγω της γιορτής της Παναγίας, γίνεται πανηγύρι και είναι όλοι συγκεντρωμένοι στην πλατεία. Γύρω από την εκκλησία γίνεται το παζάρι. Στην άκρη, υπάρχει ένα λούνα πάρκ, όπου παίζουν τα παιδιά. Πιο πέρα, πουλάνε το μαλλί της γριάς. Όλα τα παιδιά παίζουν χαρούμενα. Την ώρα που όλοι διασκεδάζουν, η Νεφέλη κάθεται σε μια άκρη παραπονεμένη. Έχει τα χέρια ακουμπισμένα στα μάγουλά της, νιώθει μόνη, βαριέται, θυμώνει. Ένα άλλο όμορφο και στρουμπουλό κοριτσάκι, η Διονυσία, πλησιάζει τη Νεφέλη, τρώγοντας παγωτό με το ένα χέρι και μαλλί της γριάς με το άλλο.



Διονυσία: «Πώς σε λένε;»

Έκπληκτη η Νεφέλη που κάποιος της έδωσε σημασία απαντά:

«Νεφέλη..»

«Εμένα Διονυσία. Θέλεις να κάνουμε παρέα;»

Συνέχισε την ιστορία :



## 2<sup>η</sup> Ιστορία

Η παρέα των παιδιών παίζει βόλεϊ στην παραλία μαζί με άλλα παιδιά. Ο Βασίλης και ο Γιώργος στέκονται απομακρυσμένοι από τους υπόλοιπους.

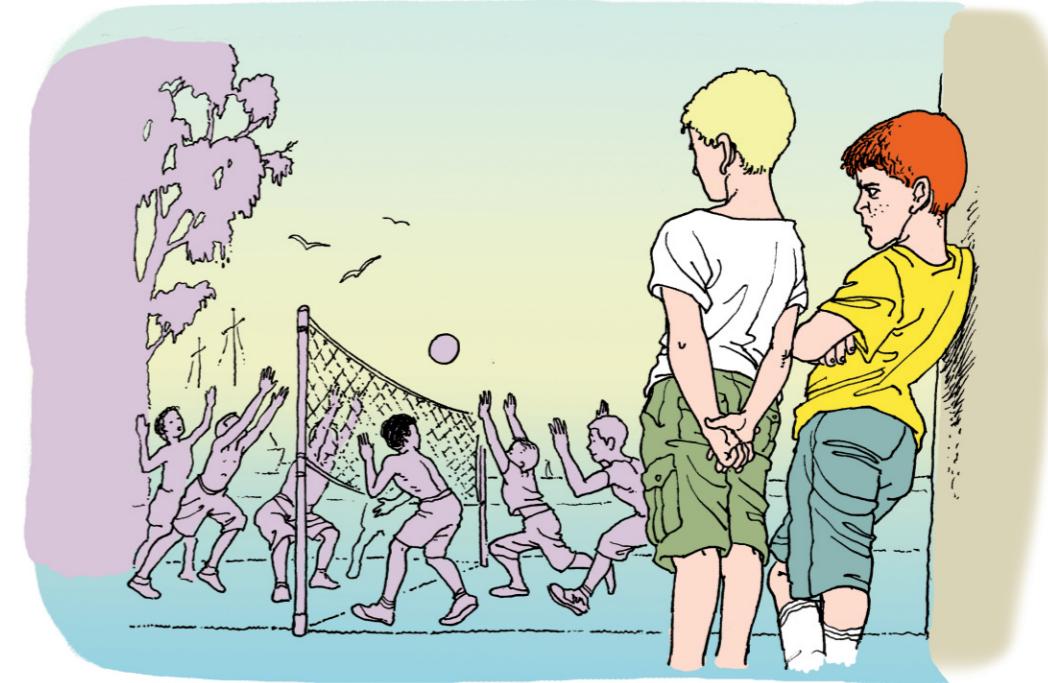
Βασίλης: «Πάμε για βουτιές;»

Γιώργος: «Μόνοι μας;»

Βασίλης: «Ε, τι να γίνει τώρα, θα τους παρακαλάμε;»

Γιώργος: «Αφού δε μας παίζουν, θα δούνε!!!»

Ξαφνικά, ενώ ξεφεύγει η μπάλα, ο Γιώργος που ήταν απλός παρατηρητής του παιχνιδιού, την αρπάζει και την πετάει στη θάλασσα.



Η Νεφέλη σκέφτεται...

«Πάλι αυτός μας ενοχλεί. Γιατί το κάνει;»



Πώς θα αντιδράσει η παρέα των παιδιών;



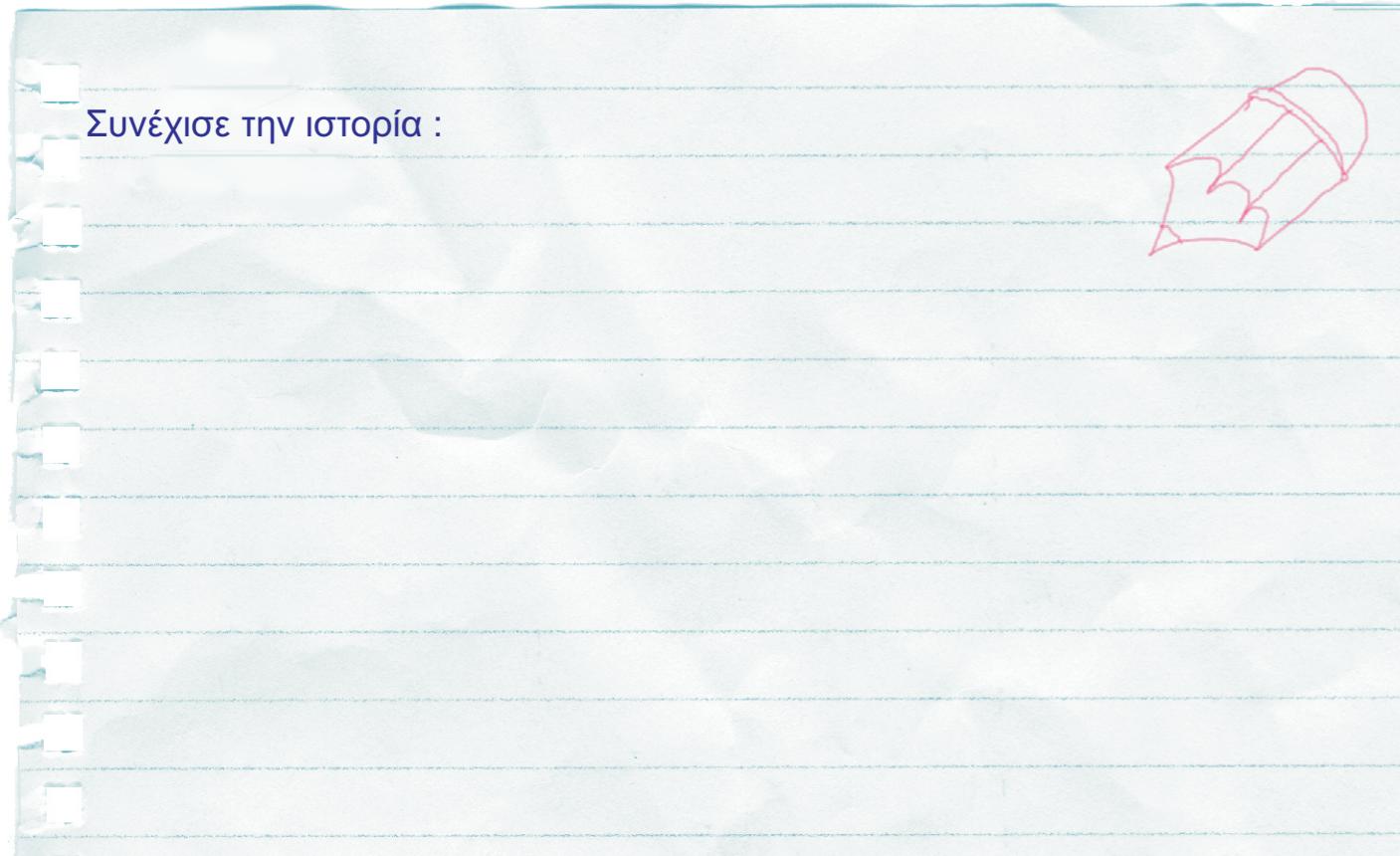
1<sup>ο</sup> Είναι χαμογελαστά και λένε στο Βασίλη και στο Γιώργο να παίξουν όλοι μαζί.



2<sup>ο</sup> Είναι θυμωμένα και τους διώχνουν.



3<sup>ο</sup> Είναι στεναχωρημένα και το λένε στους γονείς τους.



Συνέχισε την ιστορία :

Πώς με βλέπουν οι άλλοι;

Οικογένεια

1<sup>η</sup> Ιστορία

Η Νεφέλη αναπολεί...



Είναι η ώρα του φαγητού. Όλη η οικογένεια της Νεφέλης και του Χάρη κάθεται γύρω από το τραπέζι. Ξαφνικά, χτυπά η πόρτα και εμφανίζεται η Λυδία βουρκωμένη. Οι γονείς της Νεφέλης αναρωτιούνται, γιατί να είναι κλαμένη.

Η μητέρα της Νεφέλης λέει: «Καλώς το κορίτσι μας! Έλα να καθίσεις μαζί μας στο τραπέζι».

Η Λυδία σκέφτεται: «Τι να φάω τώρα, μπουκιά δε κατεβαίνει!»

Ο Χάρης ρωτάει: «Τί ώρα θα πάμε το απόγευμα στη θάλασσα;»

Λυδία: «Βαριέμαι, κανόνισε με τους άλλους. Νεφέλη, θέλεις να μείνουμε εδώ;»

Νεφέλη: «Το συζητάς; Μόλις τελειώσουμε το φαγητό, πάμε στο δωμάτιό μου».



Τελειώνοντας το φαγητό, τα δύο κορίτσια βρίσκονται στο δωμάτιο της Νεφέλης.

Νεφέλη: «Τι έχεις;»

Λυδία: «Οι γονείς μου φώναζαν πολύ. Ούτε που πήραν είδηση ότι έφυγα. Μιλούσαν άσχημα ο ένας στον άλλο. Δεν άντεχα να τους ακούω και δεν ξέρω πού θα οδηγήσει αυτό».

## 2<sup>η</sup> ιστορία

Εκείνη την εβδομάδα η Λυδία επισκεπτόταν συχνά τη Νεφέλη.

Νεφέλη: «Μου αρέσει που αυτή την εβδομάδα περνάμε τόσες ώρες μαζί παιζοντας και συζητώντας».

Λυδία: «Τί είναι αυτό που ακούγεται έξω από το παράθυρο;» (νιαουս.....).

Νεφέλη: «Πάμε να δούμε». Σε μια γωνιά του κήπου βλέπουν δύο γατάκια που νιαουρίζουν.

Λυδία: «Τι γλυκούλικα που είναι! Είναι μόνα τους. Ας τα υιοθετήσουμε».

Ενώ σκέφτεται: «Θα έχουν ένα σπίτι, θα είναι χαρούμενα και εγώ δε θα τα μαλώνω».

Νεφέλη: «Τί είναι υιοθεσία;»

Λυδία: «Όταν παίρνεις ένα παιδάκι που έχει γεννήσει κάποιος άλλος και το αγαπάς, το φροντίζεις και το μεγαλώνεις εσύ. Έτσι έκανε και η νονά μου με το Γιαννάκη».

Νεφέλη: «Τι ωραία! Έτσι θα κάνουμε και εμείς με τα γατάκια».

Ενώ σκέφτεται: «Θα είναι το μυστικό μας. Θα περνάμε ώρες μαζί και δε θα είμαι μόνη μου».



## Πώς με βλέπουν οι άλλοι;

### Αλλαγές στην οικογένεια

## 3<sup>η</sup> ιστορία.

Καθημερινά, ο μπαμπάς ενός παιδιού συνοδεύει όλη την παρέα στην παραλία, η οποία απέχει μερικά χιλιόμετρα από το χωριό. Η Νεφέλη κρυφακούει τον Άγγελο, παιδί του χωριού, να λέει στον αδερφό της το Χάρη:

Άγγελος: «Μήπως υπάρχει πρόβλημα που έρχομαι μαζί σας κάθε φορά στην παραλία;», ενώ σκέφτεται: «Αν είχα πατέρα, θα μας πήγαινε και εκείνος κάποιες φορές στη θάλασσα».

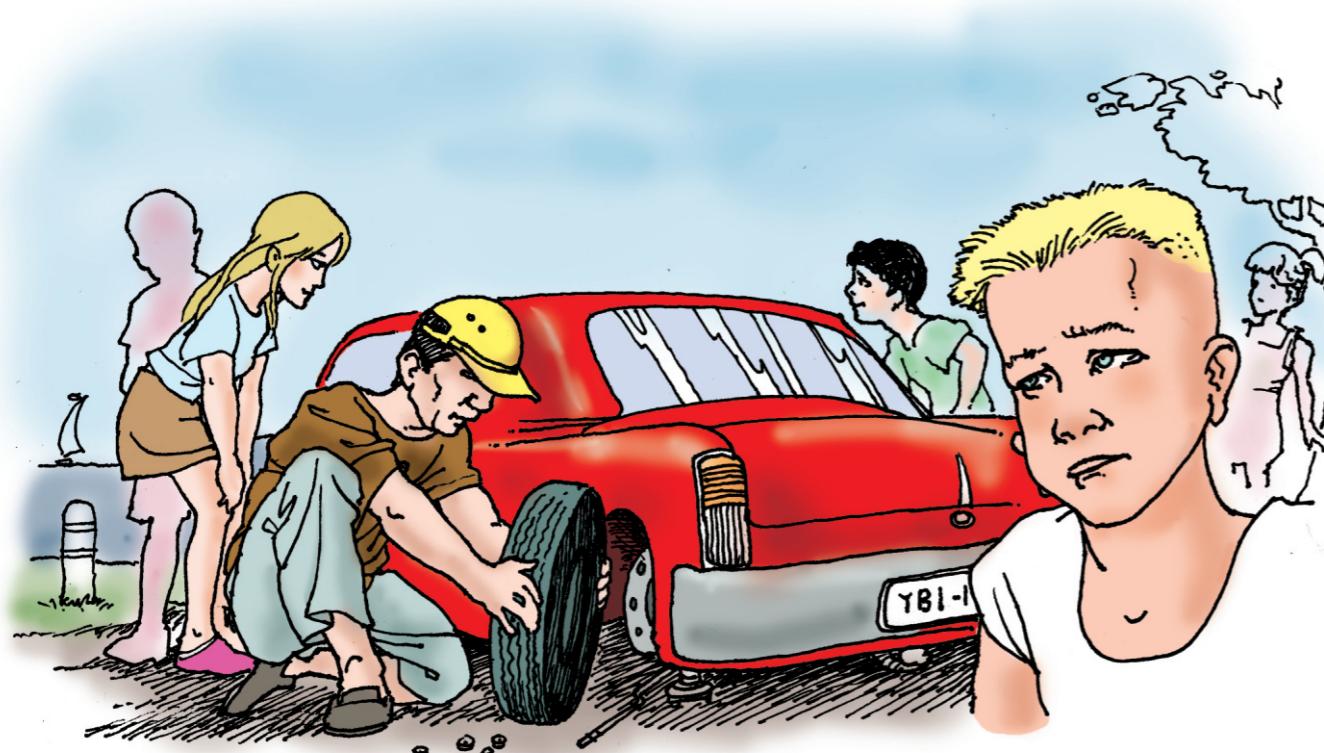
Χάρης: «Τι λες τώρα! Εμείς είμαστε όλοι μια παρέα».



#### 4<sup>η</sup> ιστορία

Μια άλλη ατυχή μέρα, το λάστιχο στο αυτοκίνητο του μπαμπά της Κατερίνας έσκασε. Πρότεινε να πάει τα παιδιά στη θάλασσα ο σύντροφος της μητέρας του Τάκη. Μέχρι και σήμερα, όλοι θυμούνται την αμηχανία του Τάκη...

Ο Τάκης σκέφτεται: «Ήξερα ότι θα ερχόταν αυτή η ημέρα, αλλά όχι σήμερα! Πώς να αποκαλέσω το σύντροφο της μαμάς μου, που θα μας πάει σήμερα στη θάλασσα; Α, το βρήκα, θα τον πω με το όνομά του».



#### Διαπολιτισμικότητα

Μια άλλη μέρα, ήταν η σειρά του μπαμπά του Φώτη να πάει τα παιδιά στη θάλασσα. Περνώντας με το αγροτικό του αυτοκίνητο σταμάτησε έξω από το σπίτι του Γιάννη. Κόρναρε. Τα παιδιά φώναζαν τον Γιάννη, όμως, κανείς δεν απάντησε. Ήταν κρυμμένος πίσω από την κουρτίνα και πολύ στενοχωρημένος που δεν μπορεί να πάει μαζί με τα άλλα παιδιά.

Νεφέλη: «Πάλι δεν ήρθε ο Γιάννης μαζί μας με το αγροτικό αυτοκίνητο. Όλοι ξέρουμε το λόγο. Δεν τον αφήνουν οι γονείς του, επειδή δε συμπαθούν τους ανθρώπους που έρχονται από άλλη χώρα. Ο Φώτης στενοχωρήθηκε». Ο ξάδερφος του Φώτη επέμενε να ρωτά, ενώ το αυτοκίνητο απομακρυνόταν: «Γιατί δεν ήρθε ο Γιάννης;»

Τότε, για να τον βγάλει από τη δύσκολη θέση, η Νεφέλη πετάχτηκε και είπε:

«Θα ήταν άρρωστος ο Γιάννης, γι' αυτό δεν ήρθε». Ο Φώτης την κοίταξε και χαμογέλασε.



1<sup>η</sup> ερώτηση: Πιστεύεις ότι ο Γιάννης ήθελε να πάει μαζί με τα παιδιά στη θάλασσα;



2<sup>η</sup> ερώτηση: Τί σκέφτεται η Νεφέλη;

3<sup>η</sup> ερώτηση: Πώς νιώθει ο Φώτης;

4<sup>η</sup> ερώτηση: Αν ήσουν ο Φώτης, τί θα έκανες;

5<sup>η</sup> ερώτηση: Πώς νιώθει ο Γιάννης;

6<sup>η</sup> ερώτηση: Αν ήσουν ο Γιάννης, τί θα έκανες;



7<sup>η</sup> ερώτηση: Πώς διαλέγουμε τους φίλους μας;



### Όταν χάνω κάτι που αγαπώ...

Μια μέρα διαφορετική από όλες τις άλλες, η Νεφέλη βουρκωμένη χαιρετά τη μαυροφορεμένη μαμά της, τον μπαμπά και το Χάρη. Εκείνη μένει πίσω στο σπίτι της φίλης της, της Κατερίνας. Οι γονείς με το Χάρη μπαίνουν στο αυτοκίνητο και φεύγουν.

Κατερίνα: «Μη στεναχωριέσαι Νεφέλη, έλα να παίξουμε».

Νεφέλη: «Ο παππούς πέθανε και δεν με πήραν μαζί τους. Λένε ότι είμαι μικρή για να πάω στην κηδεία. Τα ίδια μου λέγανε και όλο τον καιρό που ήταν άρρωστος στο νοσοκομείο».

Κατερίνα: «Γι' αυτό κλαις;»



Νεφέλη: «Ήθελα να τον αποχαιρετήσω, δε θα ξεχάσω ποτέ τα παραμύθια που μου έλεγε. Πόσα έμαθα από αυτόν! Ήταν σοφός!»

Κατερίνα: «Πάμε αύριο στο ξωκλήσι να ανάψουμε ένα κεράκι για τον παππού σου».

Νεφέλη: «Να σου δείξω μια φωτογραφία του παππού μου που έχω πάντα μαζί μου;»

1<sup>η</sup> ερώτηση: Πώς νιώθει η Νεφέλη;



2<sup>η</sup> ερώτηση: Πώς θα ήθελε η Νεφέλη να αποχαιρετήσει τον παππού της;

## Σχολική κοινότητα

### 1η ιστορία

Τα αγόρια παίζουν στο προαύλιο του σχολείου του χωριού ποδόσφαιρο και τα κορίτσια παρακολουθούν σχολιάζοντας. Μεταξύ άλλων είναι η Νεφέλη, η Κατερίνα, η Λυδία και η Διονυσία με ένα γλειφιτζούρι στο χέρι. Ο Φώτης είναι ο τερματοφύλακας, ο Χάρης είναι επιθετικός και ο Νίκος είναι αμυντικός.

Κατερίνα: «Κοιτάξτε το Χάρη πώς τρέχει! Είναι ο καλύτερος! Έβαλε κι άλλο γκολ!»

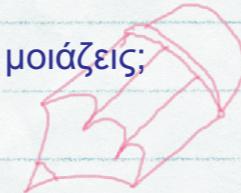
Λυδία: «Αν δεν ήταν ο Φώτης τερματοφύλακας, θα μας είχε κερδίσει η άλλη ομάδα! Είναι κι αυτός πολύ καλός».

Η Νεφέλη σκέφτεται: «Τι να πω για τον αδερφό μου. Είναι μεγάλος παίχτης, αλλά και ο Φώτης μου δεν αφήνει την μπάλα να περάσει από το δίχτυ. Α! Τώρα που βλέπω και το Νίκο, δεν τα πάει κι άσχημα αν κι εκείνος όλο παραπονιέται ότι δεν τα καταφέρνει».

Η Διονυσία δεν συμμετέχει στη συζήτηση. Τρώει το γλειφιτζούρι της.



1η ερώτηση: Σε ποιον από τους ήρωες της ιστορίας θα ήθελες να μοιάζεις;



2η ερώτηση: Πώς νιώθει η Διονυσία;

## 2η ιστορία

Η παρέα των παιδιών βρίσκεται σε μια σπηλιά στην άκρη του χωριού. Εκεί, είναι το καταφύγιο τους.

Νεφέλη: «Δεν φανταζόμουν ότι θα ήταν τόσο ωραία!»

Χάρης: «Πρόσεξε μην το μάθουν οι μεγάλοι. Τώρα γνωρίζεις κι εσύ το μυστικό μας».

Νίκος: «Ελάτε να κάνουμε όνειρα».

Νεφέλη: «Μου αρέσει να ονειρεύομαι».

Φώτης : «Ονειρεύομαι τα φώτα της πόλης , τα πολλά αυτοκίνητα, να δω τα μουσεία που διαβάζω στα βιβλία».

Χάρης: «Το ξέρουμε ότι είσαι καλός μαθητής! Εμένα μου αρέσει η περιπέτεια, τα ταξίδια... Θέλω να πετάξω με αεροπλάνο».

Κατερίνα: «Εγώ φαντάζομαι τον εαυτό μου ηθοποιό, να παίζω στο θέατρο και από κάτω ο κόσμος να με χειροκροτεί».



Τα παιδιά ξεσπούν σε γέλια και χειροκροτούν.

Λυδία: «Εγώ θέλω να γίνω δημοσιογράφος και να λέω τις ειδήσεις».

Νίκος: «Θα μας μιλάς όταν γίνεις διάσημη;»

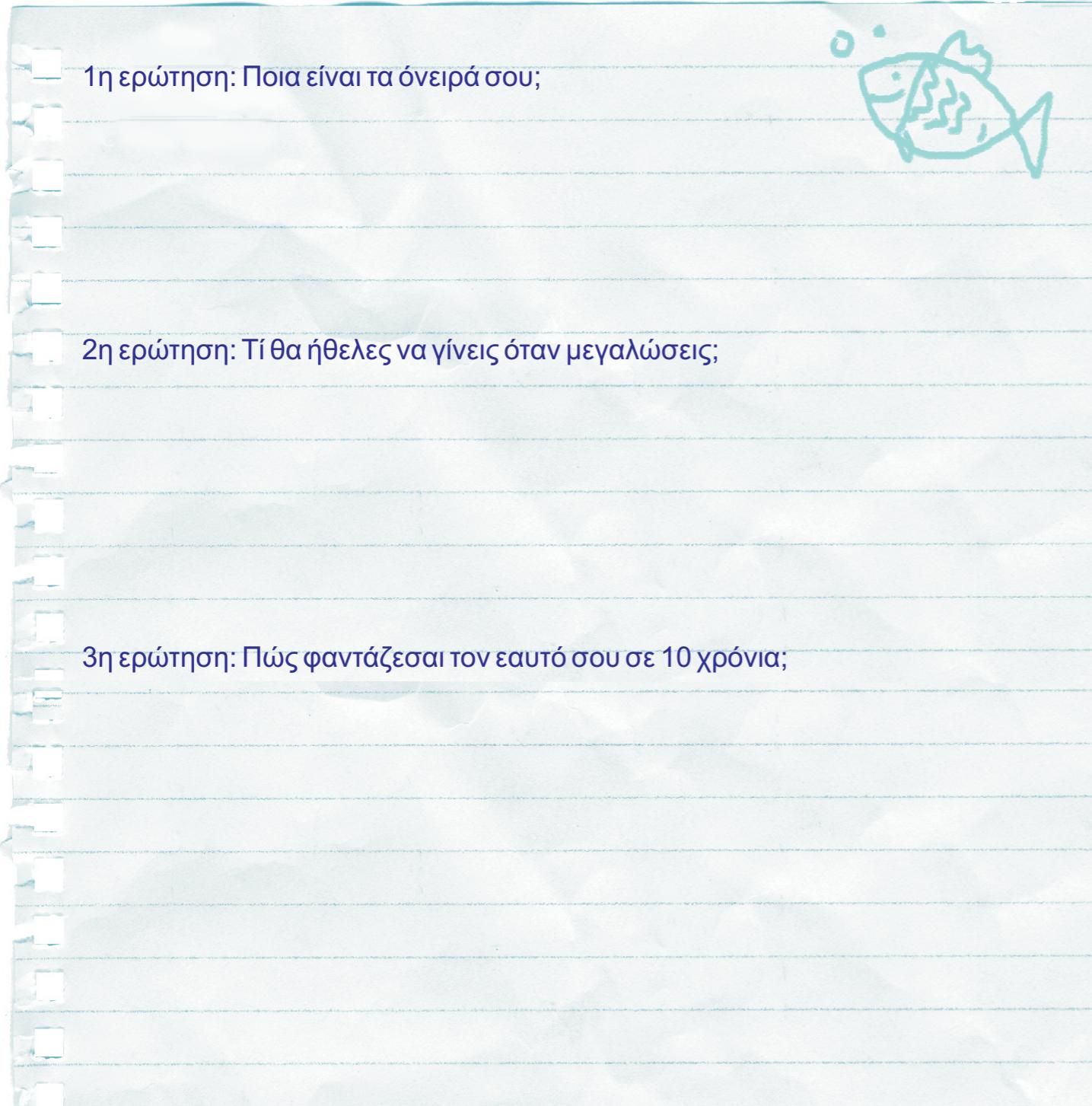
Τα παιδιά γελούν και πάλι.

«Εγώ αγαπώ τα ζώα και θέλω να γίνω κτηνίατρος», λέει ο Νίκος και χαιδεύει τον Κεραυνό.

«Θα σου φέρνουμε τα ζωάκια μας», λένε τα παιδιά.

Νεφέλη: «Εγώ ονειρεύομαι ...» και τη διακόπτει ο Χάρης πριν ολοκληρώσει τη σκέψη της.

Χάρης: «Έλα τώρα, γρήγορα, πάμε στο ποτάμι!».



## Πώς βλέπω εγώ τους άλλους;

### 1<sup>η</sup> ιστορία

Η παρέα των παιδιών πηγαίνει βόλτα με τα ποδήλατα και πίσω τους ακολουθεί ο Κεραυνός. Η Νεφέλη έχει μείνει τελευταία. Κάποια στιγμή, πέφτει από το ποδήλατο και χτυπάει το πόδι της. Τα παιδιά δεν την πάρνουν είδηση και συνεχίζουν τη διαδρομή τους.

Νεφέλη: «Δε με πρόσεξε κανείς! Ωχ, πονάω! Βγήκε και η αλυσίδα από το ποδήλατό μου!» Όπως είναι απογοητευμένη, νιώθει κάποιον να της γλύφει το χέρι. Γυρίζει και βλέπει τον Κεραυνό.

Νεφέλη: «Ευτυχώς που είσαι κι εσύ εδώ! Φοβήθηκα!»



Η Νεφέλη συνεχίζει να μιλάει στον Κεραυνό:

« Μα καλά, κανείς δεν τον πήρε είδηση; Αν ήταν η Λυδία στη θέση μου; Όλοι την προσέχουν, γιατί είναι πολύ όμορφη και μιλάει με όλους! Α! Τώρα που το θυμήθηκα! Κάποιες φορές που θυμώνει και φωνάζει, κανείς δεν της λέει τίποτα. Άλλα, ακόμα και την Κατερίνα που δε μιλάει πολύ, όλοι την προσέχουν. Έχει τον τρόπο της...τους μαζεύει και τους λέει ιστορίες. Ο αδερφός μου ο Χάρης, πού είναι τώρα που χάλασε το ποδήλατό μου; Θα τα καταφέρω και μόνη μου! Άλλωστε, το ίδιο θα έκανε και ο Χάρης. Δε θα ήθελε να τον δουν να πέφτει και πάνω από όλα να μην τον δει ο Φώτης. Τι να πω γι' αυτόν! Ακόμα και να με έβλεπε να μένω πίσω, δε θα γυρνούσε για να μη χαλάσει το χατίρι των άλλων».

## Παιδί και τηλεόραση

### 1<sup>η</sup> Ιστορία

Η παρέα είναι συγκεντρωμένη στη γνωστή σπηλιά-καταφύγιο. Είναι μεσημέρι και κάνει πολλή ζέστη. Τα παιδιά συζητούν.

Χάρης: «Το είδατε χθες το έργο;»

Νίκος: «Μη μου το θυμίζεις! Δε με αφήσανε να το δω».

Φώτης: «Εδώ που τα λέμε, δεν έχασες και τίποτα».

Λυδία: «Εγώ το είδα, αλλά δεν κοιμήθηκα όλο το βράδυ από το φόβο μου».

Νίκος: «Κι εσύ φοβάσαι;»

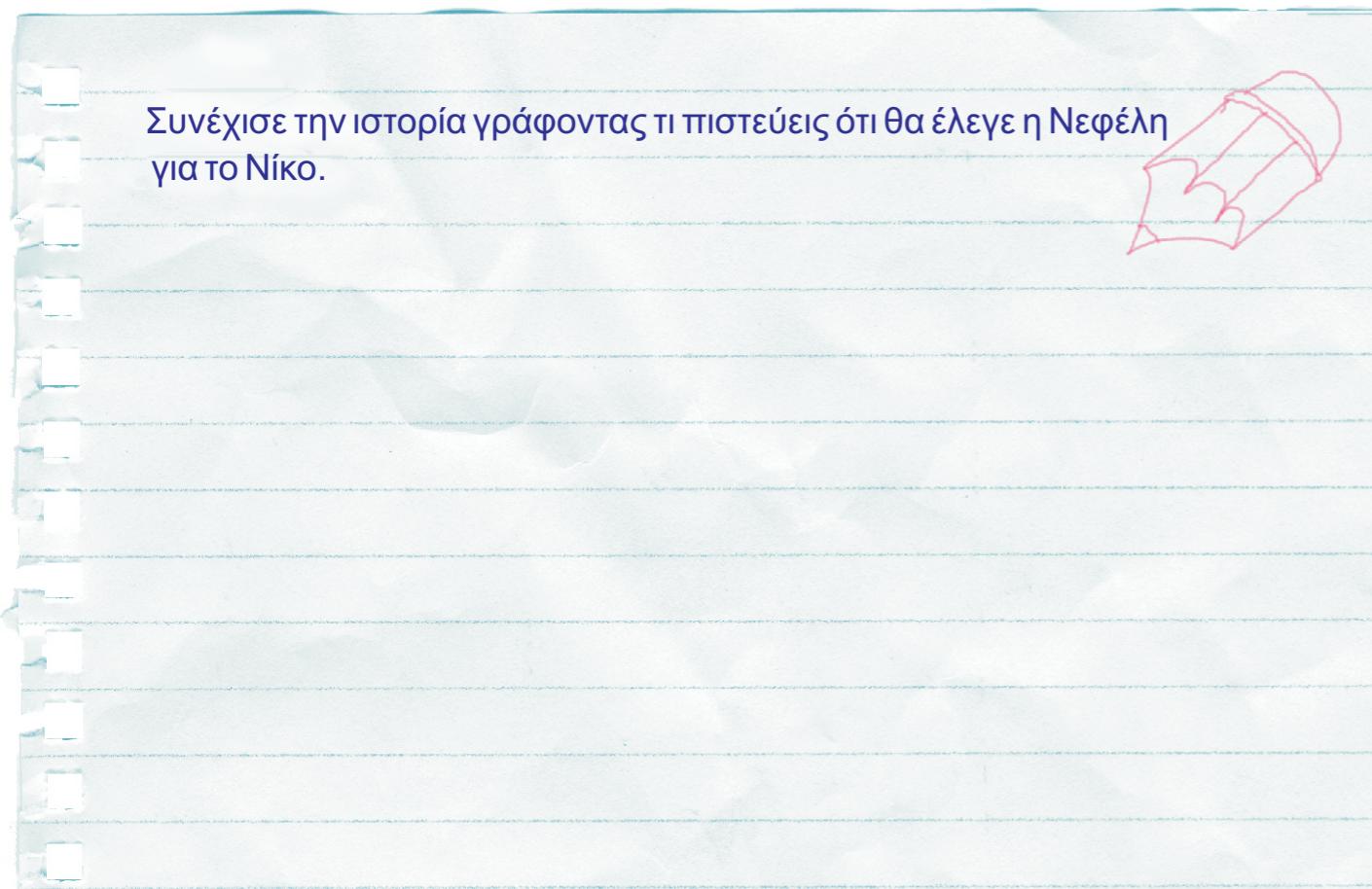
Νεφέλη: «Α, εμάς οι γονείς μας δε μας αφήνουν να βλέπουμε ό,τι θέλουμε».

Κατερίνα: «Εγώ δε θα ήθελα να παίξω ως ηθοποιός σε τέτοια ταινία».

Φώτης: «Κάποια πράγματα δεν γίνονται μόνο στις ταινίες. Συμβαίνουν και στην πραγματικότητα».

Ο Κεραυνός γυρίζει γύρω από τα παιδιά.

Νίκος: «Το είδατε το παιδικό με το σκύλο που έμοιαζε στον Κεραυνό;»



## 2<sup>η</sup> ιστορία

Τα παιδιά βρίσκονται στη σπηλιά καταφύγιο και παίζουν ένα παιχνίδι γνώσεων. Τους συντονίζει η Κατερίνα.

Κατερίνα: «Φώτη κι αυτό το ξέρεις; Φαίνεται ότι γνωρίζεις τα πάντα για τα ζώα».

Φώτης: «Δεν τα διάβασα, τα είδα σε ένα ντοκιμαντέρ στην τηλεόραση».

Νεφέλη: «Και πώς θυμάσαι τόσες λεπτομέρειες για τους δεινόσαυρους;»

Τα παιδιά γελούν.

Χάρης: «Σιγά, δεν είναι και τίποτα σπουδαίο. Το είδα κι εγώ», ενώ σκέφτεται, «Καλά μου έλεγε ο πατέρας μου να το δούμε».



1η ερώτηση: Ποιο είναι το αγαπημένο σου πρόγραμμα;

2η ερώτηση: Ποιος είναι ο αγαπημένος σου ήρωας;

3η ερώτηση: Φαντάσου έναν ήρωα που θα ήθελες να βλέπεις στην τηλεόραση.

4η ερώτηση: Τα προγράμματα που παρακολουθείς τα επιλέγεις μόνος σου ή μαζί με τους γονείς σου;

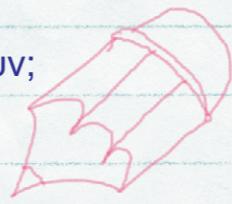
5η ερώτηση: Αν σου συνέβαινε κάτι που σε φόβιζε, τί θα έκανες;

6η ερώτηση: Σε ποιον θα μπορούσες να το πεις;

1η ερώτηση: Ποια τηλεοπτικά προγράμματα νομίζεις ότι ταιριάζουν στην ηλικία σου;



2η ερώτηση: Υπάρχουν τηλεοπτικά προγράμματα που σε φοβίζουν;



3η ερώτηση: Διάλεξε την εικόνα που σου αρέσει.



## Φιλία

Τελευταία μέρα των περσινών διακοπών και όλα τα παιδιά, όχι μόνο η γνωστή παρέα, παίζουν στην πλατεία του χωριού.

Η γνωστή παρέα παίζει βόλεϊ. Ο Νίκος αφήνει τα βιβλία του για να παίξει με τα παιδιά. Γύρω τους, η Νεφέλη γυρίζει με το ποδήλατο.

Ο Γιώργος παίζει κάποιο ηλεκτρονικό παιχνίδι μαζί με το Βασίλη. Ο Βασίλης είναι απορροφημένος, ενώ ο Γιώργος παρατηρεί τα παιδιά που παίζουν βόλεϊ, με την κρυφή επιθυμία να του ζητήσουν να συμμετάσχει.

Η Διονυσία κάθεται σε ένα παγκάκι τρώγοντας παγωτό και κουνώντας τα πόδια της. Είναι ο τρόπος που εκείνη παίζει.

Ο Κεραυνός τριγυρίζει στις παρέες των παιδιών, κουνώντας χαρούμενα την ουρά του.



1<sup>η</sup> ερώτηση: Τί βλέπεις σε αυτή την εικόνα;

2<sup>η</sup> ερώτηση: Τί σημαίνει για σένα φιλία;

3<sup>η</sup> ερώτηση: Σου αρέσει να έχεις φίλους και γιατί;

4<sup>η</sup> ερώτηση: Παίζεις με αυτούς που θέλεις;

5<sup>η</sup> ερώτηση: Τί παιχνίδια σου αρέσει να παίζεις με τους φίλους σου;

## ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Έξω από το σπίτι, η οικογένεια φορτώνει τις αποσκευές στο αυτοκίνητο. Όλα είναι έτοιμα για να ξεκινήσουν οι διακοπές.  
Η μαμά ρωτάει: «Τα πήραμε όλα;»  
Η Νεφέλη, χαρούμενη, κρατώντας το ημερολόγιο στο χέρι, μας κλείνει το μάτι και μπαίνει τελευταία στο αυτοκίνητο.



