

ΑΘΗΝΑ ΥΓΕΙΑ

ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΕΞΑΡΤΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΠΑΡΑΜΥΘΙ ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΟΡΑ

**ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΠΡΩΤΟΓΕΝΟΥΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ & ΠΡΩΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ**



ΠΑΡΑΜΥΘΙ ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΟΡΑ

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΠΡΩΤΟΓΕΝΟΥΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ
ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΡΩΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ 2010

Για τη συγγραφή του παραμυθιού

& του οδηγού εφαρμογής

συνεργάστηκαν οι:

- Αύρα Βαζαίου: Ψυχολόγος
- Νατάσα Βλουτόγλου: Ψυχολόγος
- Μαρουσώ Λύκαρη: Ψυχολόγος
- Ειρήνη Μαρίνου: Κοινωνιολόγος
- Ιωάννης Νέζης: Κοινωνιολόγος
- Ιφιγένεια Σαμπάνη: Κοινωνιολόγος
- Ναταλία Τζοβάρα: Ψυχολόγος
- Μαρινάση Τσαγκαλάκη: Εκπαιδευτικός
- Ανδρέας Φουντουλάκης: Κοινωνιολόγος-Εγκληματολόγος
- Αντιγόνη Φουρκιώτη: Εκπαιδευτικός
- Σοφία Χιώτη: Εκπαιδευτικός

ISBN 978-960-99559-0-4

Σχεδιασμός Εξωφύλλων - Επιμέλεια Έκδοσης: VISUAL ART / Χάρης Χαλακατεβάκης / τηλ:

697 7436737

© Κέντρο Πρόληψης της Εξάρτησης και Αγωγής Υγείας «Αθηνά - Υγεία»

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ενότητα 1: «Το όμορφο δάσος»	σελ.1
Ενότητα 2: «Το συμβούλιο των ζώων»	σελ.3
Ενότητα 3: «Η φωτιά»	σελ.5
Ενότητα 4: «Φτιάχνοντας τη βάρκα για να σωθούν»	σελ.6
Ενότητα 5: «Η επίθεση του καρχαρία»	σελ.8
Ενότητα 6: «Η πρώτη μέρα στο νησί»	σελ.10
Ενότητα 7: «Η καινούργια γειτονιά»	σελ.12
Ενότητα 8: «Οι δυσκολίες στο νησί»	σελ.14
Ενότητα 9: «Το ναυάγιο»	σελ.16
Ενότητα 10: «Η απόφαση για συνεργασία»	σελ.18
Ενότητα 11: «Μια γνώριμη μυρωδιά»	σελ.21
Ενότητα 12: «... κι έζησαν αυτοί καλά και εμείς καλύτερα!!!»	σελ. 23
Οδηγός εφαρμογής για στελέχη πρόληψης και εκπαιδευτικούς	σελ.24
1. Εισαγωγή	σελ. 25
2. Εφαρμογή	σελ. 26
3. Ενότητες	σελ. 29

Το όμορφο δάσος

Μια φορά κι έναν καιρό, ένα μακρινό και καταπράσινο δάσος έσφυζε από ζωή.

Στο ξέφωτο, δίπλα στο ρυάκι, ο κάστορας συνέχιζε το χτίσιμο της φωλιάς του, που καιρό τώρα προσπαθούσε να φτιάξει. Κάθε μέρα με υπομονή κουβαλούσε ξύλα που χρειαζόταν και τραγουδούσε:

Χόπι, χοπ, χόπι, χοπ, τώρα ήρθε η ώρα

ξύλα να μαζέψω, για να φτιάξω αιώρα.

-Κοίτα πόσα ξύλα κουβαλάει κάθε μέρα ο κάστορας! Και πόσο βαριά είναι, έλεγαν τα άλλα ζώα.

Ξαφνικά, χωρίς να το καταλάβει ο τρυποκάρυδος ένωσε κάτι βαρύ να πέφτει πάνω στο φτερό του.

- Άου, άου, το φτερό μου, πονάω, πονάω.

Ο κάστορας σαστισμένος, στρέφει το βλέμμα του και βλέπει τον τρυποκάρυδο που δεν τον είχε καν δει έως τότε. Τον είχε χτυπήσει στο φτερό με το ξύλο που πέταξε απρόσεκτα.

-Πω, πω, τι σου έκανα καημένε τρυποκάρυδε, δεν το ήθελα! Βοήθεια, βοήθεια ! Φώναξε ο κάστορας και τα άλλα ζώα έτρεξαν.

Πρώτη τον άκουσε η λύκαινα και πήγε να δει τι συμβαίνει.

-Γρήγορα να τον πάμε στο γιατρό στο σοφό-φίδι! Και με μια κίνηση τον έβαλε στην πλάτη της. Η λύκαινα τρέχοντας σαν τον άνεμο έφτασε στο σπίτι του γιατρού.

Ήξερε, όπως κι όλα τα ζώα του δάσους, ότι μόνο ο σοφός-γιατρός μπορούσε να συνδυάζει τα διάφορα βότανα για να τα κάνει φάρμακα. Τακ, τακ, χτυπούν την πορτούλα στην κουφάλα του δέντρου. Το φίδι σηκώνεται με δυσκολία από την καρέκλα του - τα τελευταία χρόνια αντιμετωπίζει πρόβλημα με την μέση του - και φορά τα γυαλιά του.

-Καλώς την αγαπημένη μου φίλη. Σου συμβαίνει κάτι; ρωτάει καθώς εκείνη πλησιάζει στο γραφείο του με τα πολλά χρωματιστά μπουκαλάκια.

- Γιατρέ ο τρυποκάρυδος χτύπησε το φτερό του, κάνε κάτι, πονάει πολύ!

Το μεγάλο δωμάτιο μύριζε έντονα από τα φάρμακα και η μυρωδιά ανακατευόταν μ' εκείνη του ξύλινου σπιτιού.

Η λύκαινα δεν μπορούσε να αισθανθεί τη μυρωδιά αυτή γιατί είχε γεννηθεί με δυσκολία στην όσφρηση. Μόνο εκείνη από την οικογένεια της δεν μπορούσε να μυρίσει, πράγμα πολύ περίεργο για έναν λύκο. Ο γιατρός προσπάθησε να την κάνει καλά, όμως αυτό δεν ήταν δυνατό. Η λύκαινα με τον καιρό το κατάλαβε και με την βοήθεια των άλλων ζώων, το αποδέχτηκε κι ανέπτυξε άλλες ικανότητες: άκουγε καλύτερα, έτρεχε πιο γρήγορα κι έγινε πιο δυνατή.

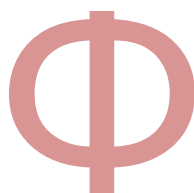
Εντωμεταξύ ο γιατρός εξέταζε τον τρυποκάρυδο:

-Χμ! Είναι σοβαρά χτυπημένο το φτερό σου. Δεν θα μπορέσεις να πετάξεις για τις επόμενες εβδομάδες. Θα στο δέσω για να γίνει τελείως καλά και να προσέχεις. Μα πώς χτύπησες τόσο πολύ;

Στενοχωρημένος ο τρυποκάρυδος διηγήθηκε το περιστατικό στο γιατρό.

-Φαίνεται ότι τον τελευταίο καιρό ο κάστορας δεν είναι όσο προσεκτικός θα έπρεπε, είπε ο γιατρός. Μήπως να το συζητήσουμε στο συμβούλιο της επόμενης εβδομάδας;

Το συμβούλιο των ζώων



ταίει ο κάστορας που δεν προσέχει πού πετάει τα κλαδιά του, φωνάζει η αλεπού.

-Φταίει ο τρυποκάρυδος, που δεν προσέχει πού στέκεται, φωνάζει ο κάστορας.

-Το 'ξερα πως θα γινόταν αυτό, από τη στιγμή που δεν βάλामε μια ταμπέλα "προσοχή έργα", όλοι ξέραμε ότι ο κάστορας φτιάχνει το σπίτι του, λέει το φίδι.

-Ησυχάστε! Γι' αυτό ήρθαμε στο συμβούλιο και ερχόμαστε κάθε φορά που κάτι μας απασχολεί μέσα στο δάσος μας, για να δούμε τι μπορούμε να κάνουμε γι' αυτό, ακούγεται η λύκαινα.

-Τι να συζητήσουμε; λέει η αλεπού. Είναι ολοφάνερο ποιος φταίει! Σαν αρχηγός του συμβουλίου αποφασίζω ότι ένοχος είναι ο κάστορας και για να καταλάβει το λάθος του για ένα μήνα δεν θα του μιλά κανείς.

Τα ζώα σκόρπισαν με πολλές σκέψεις. Δεν ήταν καθόλου σίγουρα ότι είχε γίνει το σωστό.

-Μα η αλεπού αποφάσισε μόνη της, χωρίς να ακούσει κανέναν, μονολογούσε η αρκούδα πηγαίνοντας στη φωλιά της. Δεν προλάβαμε να ψηφίσουμε. Εγώ βέβαια δεν θα ψήφιζα γιατί μου αρέσει να τα έχω καλά με όλους. Μόνο τότε ψήφισα για αρχηγό του συμβουλίου την αλεπού κι αυτό γιατί μου είχε δώσει 5 κουτιά μέλι. Νόστιμα ήταν, δεν λέω, αλλά τώρα την πληρώνει ο καημένος ο κάστορας κι όλοι μας. Αχ! Αυτή η λαιμαργία μου.

Την άλλη μέρα τίποτα δε θύμιζε το χαρούμενο ηλιόλουστο δάσος. Ο ήλιος είχε κρυφτεί πίσω από τα μαύρα σύννεφα, ο αέρας φυσούσε δυνατά. Τα ζώα σκέφτονταν όσα έγιναν την προηγούμενη μέρα κι αναρωτιόνταν αν έκαναν το καλύτερο. Μόνο η αλεπού σιγοτραγουδούσε.

Και οι μέρες στο δάσος περνούσαν...

Η φωτιά

Εκείνο το πρωινό ο τρυποκάρυδος, με δεμένο ακόμα το φτερό, περπατούσε στο δάσος ψάχνοντας για το φαγητό του.

Εντωμεταξύ, λίγο πιο κάτω σε ένα ξέφωτο, μια παρέα ανθρώπων έφευγαν χωρίς να σβήσουν καλά τη φωτιά που είχαν ανάψει.

Δεν πέρασε πολλή ώρα και η φωτιά ξαναφούντωσε. Το αεράκι που φυσούσε έστειλε μια σπίθα στο πρώτο δέντρο. Η φωτιά εξαπλώθηκε αμέσως.

- Από πού έρχεται αυτός ο καπνός; αναρωτιέται ο Τρυποκάρυδος. Πρέπει να πάω να δω, σκέφτεται και αρχίζει να τρέχει προς τα εκεί.

Φτάνοντας στο ξέφωτο, βλέπει τη φωτιά που όλο και μεγαλώνει.

- Το δάσος καίγεται. Κάτι πρέπει να κάνω, σκέφτεται. Άμα τρέξω προς το μονοπάτι προλαβαίνω να σωθώ. Τι θα γίνει όμως με τους άλλους; Ποιος θα τους ειδοποιήσει; Θα γυρίσω πίσω, αποφασίζει.

Η φωτιά όμως προχωράει γρήγορα.

- Μόνο αν μπορέσω να πετάξω θα προλάβω να τους ειδοποιήσω, μονολογεί και λύνει τους επιδέσμους από το χτυπημένο του φτερό. Το δάσος καίγεται! Η φωτιά πλησιάζει! Τρέξτε να σωθείτε! Φώναζε ο τρυποκάρυδος πετώντας με δυσκολία πάνω από τα ψηλά δέντρα.

Τα ζώα πανικοβλήθηκαν. Άρχισαν να τρέχουν δεξιά και αριστερά.

- Όλοι προς τη θάλασσα γρήγορα, ακούστηκε μία φωνή, μόνο εκεί θα είμαστε ασφαλείς.

Όλοι άκουσαν τη συμβουλή και κατευθύνθηκαν προς τα εκεί.

Φτιάχνοντας τη βάρκα για να σωθούν



τάνοντας στην παραλία τα ζώα του δάσους μπορούσαν πια να δουν τις πρώτες φλόγες να πλησιάζουν απειλητικά.

-Είμαστε όλοι εδώ; Χτύπησε κανείς; ρωτά η αρκούδα. Δεν βλέπω την αλεπού, την αρχηγό μας!

-Μα να! Έρχεται φορτωμένη, απαντά ο κάστορας. Τι είναι όλα αυτά που κουβαλάει;

Και ενώ όλα τα ζώα κοιτούν την αλεπού με αγωνία περιμένοντας να τους πει τι να κάνουν, την ακούν να λέει τραυλίζοντας από το φόβο της:

-Δδδ...δεν πρόλαβα ννα...να σσώσω όλο μου το φα...φαγητό.

-Ας ηρεμήσουμε λίγο να δούμε τι θα κάνουμε. Η φωτιά μας περικυκλώνει.

Μόνο από τη θάλασσα μπορούμε πια να φύγουμε, παίρνει το λόγο η λύκαινα.

-Μα εγώ δεν ξέρω καλό κολύμπι, λέει η αρκούδα.

-Και πόσο θα αντέξουμε να κολυμπήσουμε; Στεριά δεν φαίνεται πουθενά! Συνεχίζει ο κάστορας.

-Και το φαγητό...; αναρωτιέται η αλεπού.

-Δεν είναι στιγμή να σκέφτεται ο καθένας τον εαυτό του. Όλοι μαζί θα τα καταφέρουμε. Μπορούμε να φτιάξουμε μια βάρκα για όλους μας, προτείνει η λύκαινα.

Έτσι, το κάθε ζώο ανέλαβε και κάτι να κάνει. Ο κάστορας και ο τρυποκάρυδος έκοβαν τα ξύλα. Η αρκούδα και η λύκαινα τα κουβάλαγαν. Η αλεπού έπλεκε σκοινιά από χόρτα και το φίδι έδενε με γερούς κόμπους τα ξύλα μεταξύ τους.

Τα ζώα λοιπόν, νικώντας τον πανικό τους και δουλεύοντας όλα μαζί κατάφεραν να φτιάξουν γρήγορα τη βάρκα τους και να ξεκινήσουν το ταξίδι τους για ένα καινούργιο άγνωστο τόπο.

Η επίθεση του καρχαρία

Τα ρεύματα της θάλασσας και το αεράκι που φυσούσε απομάκρυναν γρήγορα τη βάρκα από το δάσος. Τα ζώα ανακουφισμένα που πέρασε ο άμεσος κίνδυνος, κατάφεραν σιγά σιγά να ηρεμήσουν. Τις επόμενες μέρες άρχισαν να θαυμάζουν την απέραντη γαλάζια θάλασσα, να παρατηρούν τους γλάρους που επιδέξια έβρισκαν το φαΐ τους και να διασκεδάζουν με τα παιχνίδια και τα τραγούδια των δελφινιών.

Μετά από λίγες μέρες ταξιδιού κάπου στο βάθος του ορίζοντα διέκριναν ένα νησί.

-Στεριά στεριά, γρήγορα τα κουπιά να φτάσουμε, φώναξαν τα ζώα πριν αντιληφθούν ότι κάτι τους πλησιάζει.

-Μα τι παράξενο ψάρι είναι αυτό που έρχεται προς την βάρκα μας! Αναρωτήθηκε έκπληκτος ο σκίουρος.

-Τι είναι αυτό το μυτερό που έχει στην πλάτη του; φωνάζει έντρομος ο τρυποκάρυδος.

-Καρχαρίας – καρχαρίας! φωνάζει το φίδι.

Μα πριν προλάβει να ολοκληρώσει τη φράση του, τους έχει ήδη επιτεθεί. Η μικρή βάρκα μ' έναν δυνατό τριγμό αρχίζει να διαλύεται.

-Γρήγορα να βγούμε στην ακτή. Πέστε όλοι στο νερό, λέει το φίδι. Θα τα καταφέρουμε. Είμαστε κοντά.

Και πράγματι, κολυμπώντας με όση δύναμη είχε ο καθένας τους κατάφεραν να φτάσουν όλοι σώοι στην ακτή.

Βγαίνοντας έξω στην παραλία, άρχισαν να μιλάνε όλοι μαζί.

-Επιτέλους, στεριά κάτω από τα πόδια μας!

-Είμαστε όλοι καλά;

-Όλα μοιάζουν αλλιώς! Τι περίεργα δέντρα είναι αυτά!

-Κάνει και πολλή ζέστη!

-Έχετε πιάσει την κουβέντα και θα χάσουμε ότι έχει απομείνει από τη βάρκα,

λέει η λύκαινα και τους μαζεύει όλους να την τραβήξουν έξω από το νερό.

Η πρώτη μέρα στο νησί

Καθώς όμως πέρασε η ώρα τα ζώα συνειδητοποιούσαν ότι σε λίγο θα νύχτωνε κι εκείνα ήταν κουρασμένα, πεινασμένα και διψασμένα. Ξεκίνησαν λοιπόν την εξερεύνηση τους.

Ο τρυποκάρυδος και ο κάστορας έχουν απομακρυνθεί αρκετά από την ακτή, αλλά δεν έχουν βρει τίποτα που να μοιάζει με φαγητό.

-Ει, τρυποκάρυδε, εσύ που είσαι ψηλά βλέπεις τίποτα; Έχω κουραστεί να ψάχνω και το στομάχι μου γουργουρίζει.

Δεν πρόλαβε να τελειώσει τα λόγια του ο κάστορας και Μ π α μ! Μια τριχωτή καφέ μπάλα σκάει με δύναμη μπροστά του.

-Σιγά βρε τρυποκάρυδε, θα με χτυπήσεις!

-Χα, χα, χα! Με συγχωρείς, δεν ήθελα να σε τρομάξω, ακούγεται μια άγνωστη φωνή. Άκουσα ότι πεινάς. Αυτό είναι ένα πολύ νόστιμο φρούτο. Το λένε καρύδα.

-Ποιος, τι είσαι εσύ; ρωτάει ο τρυποκάρυδος καθώς πλησίαζε το ζώο που του μίλαγε και όμοιό του δεν είχε ξαναδεί.

-Εγώ είμαι η μαϊμού. Εσείς ποιοι είστε; Δεν σας έχω ξαναδεί.

Ο τρυποκάρυδος και ο κάστορας της μίλησαν για τις περιπέτειες τους και την κάλεσαν να γνωρίσει και τους υπόλοιπους φίλους τους. Κάπως έτσι έκαναν την πρώτη τους γνωριμία στον παράξενο αυτόν τόπο.

Την ίδια στιγμή σε κάποιο άλλο σημείο του νησιού, οι φίλοι μας, η λύκαινα και το φίδι θα συναντούσαν με αναπάντεχο τρόπο έναν ακόμα κάτοικό του.

Ενώ περπατούσαν ανάμεσα στην πυκνή, τροπική βλάστηση, απορροφημένοι από το κελάηδισμα των πουλιών, τις μυρωδιές και τα χρώματα, λίγο έλειψε μια μεγααααάλη γκρίζα πατούσα, να κάνει λιώμα το φίδι.

-Ε, πρόσεχε! Θα πατήσεις το φίλο μου, φωνάζει η λύκαινα.

-Συγγνώμη, δεν το ήθελα, δικαιολογήθηκε ο ελέφαντας. Περπατούσα αφηρημένος και δεν σας είδα. Κι όλοι μου το λένε να είμαι πιο προσεκτικός.

Το ίδιο βράδυ, μαζεμένα γύρω από τη φωτιά που είχαν ανάψει στην παραλία τα ζώα του δάσους, συντροφιά με τη μαϊμού απολάμβαναν τα φρούτα που δοκίμαζαν για πρώτη φορά.

Μετά από τέτοια περιπέτεια και τόσες δυσκολίες ήρθε η ώρα για τους φίλους μας να ηρεμήσουν και να ξεκουραστούν. Η φιλική διάθεση της μαϊμούς και η βοήθειά της στο να γνωρίσουν τον καινούργιο αυτό τόπο τους έκανε να νιώσουν για πρώτη φορά στο νησί ασφαλείς.

Η καινούργια γειτονιά

αφνικά ένας τρομακτικός βρυχηθμός καλύπτει τις φωνές της χαρούμενης παρέας. Τα ζώα του δάσους πάγωσαν.

-Μη φοβάστε! Είναι το Λιοντάρι, λέει η μαϊμού.

-Είναι πάντα τόσο τρομακτικός; ρωτάει ο κάστορας.

-Εάν δεν τον ξέρεις σε τρομάζει, απαντάει η μαϊμού. Είναι μεγαλόσωμος, με βροντερή φωνή. Τις τελευταίες μέρες πάντως τον ακούω κάπως διαφορετικό.

-Ακούγεται σαν να πονάει, λέει το φίδι. Ίσως μπορώ να τον βοηθήσω.

-Να σου πω την αλήθεια δεν τον ξέρω πολύ καλά. Τον έχω δει μερικές φορές να τριγυρνά στο νησί και τον ακούω συχνά τα βράδια. Όμως είναι λίγο μοναχικός, δεν κάνουμε παρέα.

Τα ζώα ανακουφίστηκαν από τις εξηγήσεις της μαϊμούς και συνέχισαν την κουβέντα τους γύρω από τη φωτιά.

Τις επόμενες μέρες τα ζώα κατάφεραν να φτιάξουν τα καινούργια τους σπίτια. Ο κάστορας έχτισε το δικό του στη βάση μιας μπανανιάς στην άκρη της παραλίας. Η αρκούδα και η λύκαινα βρήκαν δύο άνετες σπηλιές, ενώ δίπλα στη βάση ενός γέρικου δέντρου φώλιασε η αλεπού. Στις ρίζες ενός κοκκοφοίνικα το φίδι έστησε το νέο του ιατρείο, ενώ ο τρυποκάρυδος καθημερινά απολάμβανε τη θέα που πρόσφεραν τα ψηλά του κλαδιά. Η γειτονιά τους έσφυζε από ζωή.

Όλα κυλούσαν ήρεμα πια, τα ζώα αναγνώριζαν τα φρούτα και μάζευαν μόνα τους την τροφή τους ενώ έπιναν νερό από το ρυάκι που ερχόταν από την κορυφή του βουνού στα βάθη της ζούγκλας. Αυτός που ευχαριστιόταν

περισσότερο ήταν ο κάστορας γιατί το νερό που έρεε του θύμιζε το ποτάμι δίπλα στο οποίο είχε μεγαλώσει. Αλλά και στα υπόλοιπα ζώα άρεσαν οι μυρωδιές της φύσης γύρω από το ρυάκι γιατί τους θύμιζαν το δάσος που είχαν αφήσει πίσω.

Παρόλα αυτά τα βράδια τους δεν ήταν τόσο ήσυχα. Το λιοντάρι εξακολουθούσε να ουρλιάζει και το φίδι ήταν πια σίγουρο ότι υπέφερε.

-Θα πάω να τον δω, ανακοίνωσε αποφασισμένο στους άλλους και μια και δυο ξεκίνησε για το σπίτι του λιονταριού.

Τοκ, τοκ, χτύπησε την πόρτα.

-Ποιος είσαι; ρώτησε το λιοντάρι. Τι θέλεις;

-Σε ακούω μέρες τώρα που υποφέρεις και επειδή είμαι γιατρός κατάλαβα ότι χρειάζεσαι βοήθεια, γι' αυτό ήρθα.

-Η αλήθεια είναι ότι μέρα με τη μέρα το πόδι μου χειροτερεύει. Τώρα πια δεν μπορώ ούτε να το πατήσω.

-Άσε με να ρίξω μια ματιά...Δεν είναι τίποτα σοβαρό. Έχει μπει ένα αγκάθι. Μπορώ να το βγάλω αμέσως.

Έτσι, με μια κίνηση το φίδι ανακούφισε το λιοντάρι.

Οι δυσκολίες στο νησί

Λίγους μήνες αργότερα κι ενώ είχε περάσει η εποχή των βροχών, άρχισαν πάλι οι ζεστές μέρες στο τροπικό νησί. Τα ζώα, δουλεύοντας κάτω από τον καυτό ήλιο ένιωθαν συχνά την ανάγκη να δροσίζονται στο ρυάκι.

-Διψάω πολύ. Ας πιω νερό, λέει η αλεπού.

-Όχι! Εγώ θα πιω πρώτη, λέει η αρκούδα σπρώχνοντας την αλεπού.

-Το νερό δεν είναι δικό σας. Θέλω κι εγώ να πιω! φωνάζει θυμωμένη η λύκαινα.

-Εγώ ζεσταίνομαι πολύ. Θα μπω μέσα να δροσιστώ, πετάγεται ο ελέφαντας.

Τέτοιοι καβγάδες άρχισαν να γίνονται καθημερινά κι όλο και χειρότερευαν. Τα ζώα είχαν δίκιο, το ρυάκι ήταν στενό και το νερό λιγοστό. Όσο στο νησί ζούσαν μόνο τα ζώα της ζούγκλας τους ήταν αρκετό τώρα όμως που τα ζώα ήταν περισσότερα δεν έφτανε πια.

-Δεν φτάνει που το νερό είναι λίγο, δεν βρίσκω και αρκετές μπανάνες, παραπονιόταν η μαϊμού.

-Όλοι οι καρποί λιγοστεύουν, συμφώνησαν τα ζώα.

-Φταίει το ότι δεν υπάρχει αρκετό νερό. Δεν διψάμε μόνο εμείς, διψάνε και τα δέντρα, τους εξήγησε το φίδι. Τα πράγματα δείχνουν αρκετά δύσκολα και να σκεφτείτε ότι βρισκόμαστε στην αρχή του καλοκαιριού.

Καθώς λιγόστευαν στο νησί το φαγητό και το νερό, τα ζώα γίνονταν όλο και πιο νευρικά. Μια μέρα η αλεπού πεινασμένη ακόμα, αφού δεν μπόρεσε να βρει αρκετό φαγητό, μονολογούσε:

-Τι ζωή είναι αυτή, δεν αντέχω άλλο αυτή την κατάσταση, η κοιλιά μου γουργουρίζει όλη μέρα. Θα φύγω από εδώ! Κάπου θα πρέπει να υπάρχει ένα μέρος με άφθονο φαγητό και νερό.

-Να έρθω κι εγώ σ' αυτό το μέρος; ακούγεται μια φωνή μέσα από τις πυκνές φυλλωσιές. Και μ' ένα σάλτο, η μαϊμού εμφανίζεται μπροστά στην αλεπού.

-Αλήθεια το λες; Φυσικά και μπορείς. Χαίρομαι πολύ που θα έχω παρέα. Πώς να φύγουμε; αναρωτιέται η αλεπού.

-Εσείς δεν είχατε μια βάρκα; Μ'αυτήν να φύγουμε, είπε με νόημα η μαϊμού.

-Δεν είναι κακή ιδέα, αλλά πρέπει να τη φτιάξουμε. Είναι λίγο στραπατσαρισμένη, θα πρέπει να την επισκευάσουμε, είπε η αλεπού. Πάμε κρυφά να δούμε τι χρειάζεται.

-Γιατί κρυφά; απόρησε η μαϊμού. Μπορεί να θέλουν να έρθουν κι άλλοι.

-Μπορεί. Αλλά μέχρι να συνεννοηθούμε, απαντά η αλεπού, θα πάρει πολύ χρόνο. Πάμε εμείς, κι όποιος θέλει μπορεί να φύγει μόνος του.

Μια και δυο προσέχοντας να μην τους δούνε τα άλλα ζώα έφτασαν στο μέρος που βρισκόταν η βάρκα.

-Απ' ότι φαίνεται θα μπορέσουμε να τη φτιάξουμε οι δυο μας. Θα μαζέψω φύλλα μπανανιάς και φοίνικα, θα φέρουμε και μερικούς κορμούς και σε λίγες ημέρες θα είναι έτοιμη, είπε η μαϊμού.

Θα πρέπει να προσέχουμε, να δουλεύουμε βράδυ για να μην καταλάβουν τίποτα οι άλλοι, συμπλήρωσε η αλεπού.

Το ναυάγιο

Τρεις μέρες μετά η βάρκα ήταν έτοιμη, τα πράγματά τους φορτωμένα και το ταξίδι ξεκινούσε την ώρα που ξημέρωνε.

-Κοίτα τι ήρεμη που είναι η θάλασσα, δεν φυσάει σχεδόν καθόλου.

Μπορούμε να διαλέξουμε οποιαδήποτε κατεύθυνση θέλουμε. Προς τα πού λες να πάμε; ρωτάει η αλεπού καθώς απομακρύνονται από την ακτή.

Πριν όμως προλάβει να απαντήσει η μαϊμού, ένα τεράστιο στόμα ανοίγει μπροστά τους και δαγκώνει ένα κομμάτι από τη βάρκα.

-Βοήθεια! Βοήθεια! Πνιγόμαστε! Φώναξαν τα ζώα, ενώ προσπαθούσαν απεγνωσμένα να γραπωθούν από τα απομεινάρια της βάρκας και οι φωνές τους ακούστηκαν στα πέρατα του νησιού.

Για καλή τους τύχη ο ελέφαντας που ήταν εκεί κοντά έσπευσε για βοήθεια.

-Τρέξτε να τους σώσουμε, φώναξε και όρμησε προς την ακρογιαλιά. Χωρίς να διστάσει μπήκε στη θάλασσα, κλώτσησε τον καρχαρία και τυλίγοντας την προβοσκίδα του γύρω από τα δύο ζώα, τα έβγαλε στη στεριά.

Με όλη αυτή τη φασαρία, τα υπόλοιπα ζώα έντρομα καταφθάνουν στη παραλία όπου αντικρίζουν τον ελέφαντα τη μαϊμού και την αλεπού μουσκεμένους και ταλαιπωρημένους.

-Τι έγινε εδώ; Τι σας συνέβη; ρωτάει ο τρυποκάρυδος.

-Τι να σας πω; Άκουσα τις φωνές, έτρεξα και τις βρήκα μέσα στη θάλασσα να παλεύουν με τον καρχαρία, απάντησε ο ελέφαντας.

-Πώς βρεθήκατε στη θάλασσα πρωί πρωί; Για πού το βάλατε; απορεί η λύκαινα.

-Να...Ξέρετε...Εμείς...Πεινάγαμε, το νερό ήταν λίγο, δεν αντέχαμε άλλο και είπαμε να φύγουμε από αυτό το νησί, απάντησαν με μια φωνή η αλεπού και η μαϊμού.

-Και εγώ πεινάω, αλλά δεν πήγα να το σκάσω! Είπε με θυμό ο κάστορας.

-Πώς πήρατε τη βάρκα; Δική σας είναι; ρώτησε αγανακτισμένο το φίδι.

-Τη χαλάσατε κιόλας! Φώναξε οργισμένη η αρκούδα.

-Έχω να κάνω μπάνιο τόσες μέρες! Άσε που γουργουρίζει η κοιλιά μου από την πείνα! διαμαρτυρήθηκε έντονα το λιοντάρι.

Οι φωνές όλο και δυνάμωναν. Όλοι μάλωναν με όλους, κανείς δεν άκουγε κανέναν και ο καυγός φούντωνε.

-Σταματήστε πια! Ακούστηκε η αυστηρή φωνή της λύκαινας. Δεν είναι τρόπος αυτός να λύνουμε τα προβλήματα. Ας ηρεμήσουμε λίγο και το συζητάμε όλοι μαζί αργότερα.

Η απόφαση για συνεργασία

Το ίδιο βράδυ τα ζώα μαζεύτηκαν, γύρω από τη φωτιά, στο ξέφωτο του νησιού.

-Τώρα που ηρεμήσαμε, και ήμαστε όλοι εδώ, ας συζητήσουμε αυτό που έγινε και καλό θα είναι να πούμε όλοι τη γνώμη μας, πρότεινε η λύκαινα.

-Εγώ δεν έχω καταλάβει ακόμα γιατί έπρεπε να έρθουμε εδώ, είπε βαριεστημένα το λιοντάρι.

-Δίκιο έχει, εμείς δεν φταίμε καθόλου για ό,τι έγινε, συμφώνησε ο τρυποκάρυδος.

Το φίδι είχε άλλη άποψη.

-Ας σκεφτούμε το γιατί οι δύο μας φίλοι θέλησαν να φύγουν. Μήπως αναγκάστηκαν; Όλοι ξέρουμε ότι τον τελευταίο καιρό έχουμε πρόβλημα με το φαγητό και το νερό.

-Συμφωνώ και για αυτό ζήτησα να βρεθούμε όλοι εδώ, συμπλήρωσε η λύκαινα. Το θέμα του νερού είναι πολύ σοβαρό και μόνο αν συνεργαστούμε θα το λύσουμε.

-Τι εννοείς να συνεργαστούμε; Τόσα χρόνια, εμείς που ζούσαμε σ' αυτό το νησί, ποτέ δε μαζευθήκαμε έτσι να συζητήσουμε κάτι, είπε το λιοντάρι.

-Η συζήτηση δεν ακούγεται κακή ιδέα τελικά. Θυμάστε εκείνο το χειμώνα που δεν είχε βροχές και πεινούσαμε πάλι; Προσπαθήσαμε να συζητήσουμε, τσακωθήκαμε και από τότε ο καθένας ασχολείται με τον εαυτό του.

Ας καθίσουμε αυτή τη φορά να το συζητήσουμε ήρεμα, συμπλήρωσε ο ελέφαντας.

-Όσο ήμασταν οι τρεις μας τα καταφέρναμε. Από τότε που γίναμε τόσο πολλοί, άρχισαν τα προβλήματα. Το νερό είναι λίγο, το φαγητό δεν φτάνει. Το νησί δεν μας χωράει όλους, είπε το λιοντάρι.

-Τι προτείνεις λιοντάρι; Μας ζητάς να φύγουμε; ρώτησε ο κάστορας.

-Ναι, είναι και αυτό μια λύση. Γι αυτό κι εμείς το προσπαθήσαμε, συμπλήρωσε η αλεπού.

-Εγώ σκέφτομαι κάτι άλλο. Να τρώμε και να πίνουμε από λίγο, ώστε να φτάνει για όλους, πετάχτηκε ο τρυποκάρυδος.

-Πόσο πιο λίγο! Όλη μέρα η κοιλιά μου γουργουρίζει. Να! ακούστε. Διαμαρτυρήθηκε η αρκούδα.

-Δεν μπορεί, κάποια άλλη λύση θα υπάρχει, ακούστηκε η μαϊμού. Κρίμα που τόσο νερό από το ρυάκι χύνεται στη θάλασσα και πάει χαμένο...

-Τι ωραία που θα ήταν αν μπορούσαμε να το μαζεύουμε. Θα είχαμε τώρα αρκετό νερό για όλους, σκέφτεται φωναχτά η λύκαινα.

-Ωραία ιδέα! Πώς δεν το σκέφτηκα! Αν δουλέψουμε όλοι μαζί, μπορούμε να κατασκευάσουμε ένα μεγάλο φράγμα. Θα σας δείξω εγώ πώς γίνεται, φώναξε ενθουσιασμένος ο κάστορας.

Εντάξει με το νερό αλλά με το φαγητό τι θα γίνει; Τους προσγείωσε η αλεπού και όλοι σώπασαν μένοντας σκεπτικοί.

-Το βρήκα!!! Έσπασε τη σιωπή ο ελέφαντας. Από τη λίμνη που θα σχηματιστεί από το φράγμα που θα φτιάξουμε, μπορούμε να χαράξουμε ρυάκια που θα ποτίζουν όλα τα δέντρα του δάσους.

Έτσι λοιπόν, όλοι ανακουφισμένοι, χαρούμενοι και ικανοποιημένοι με τις αποφάσεις που πήραν, πήγαν για ύπνο, γνωρίζοντας ότι αύριο ξημερώνει μια κοπιαστική αλλά δημιουργική μέρα.

Μια γνώριμη μυρωδιά

Πράγματι, κατά τη διάρκεια των επόμενων ημερών, τα ζώα με πολύ κέφι και καλή διάθεση δούλευαν όλα μαζί προσφέροντας ο καθένας ό,τι μπορούσε. Ο κάστορας γνωρίζοντας πώς φτιάχνεται ένα φράγμα, εξήγησε στα άλλα ζώα τι χρειάζεται να γίνει και μοίρασε τις δουλειές. Ο ελέφαντας και η αρκούδα προσφέρθηκαν να μεταφέρουν τα ξύλα που έκοβαν ο κάστορας και ο τρυποκάρυδος. Άλλοι τα στοίβαζαν, άλλοι τα έδεναν και οι υπόλοιποι έσκαβαν καινούργια ρυάκια.

Το καινούργιο φράγμα ετοιμάστηκε γρήγορα. Η ζωή στο νησί άλλαξε με πολλούς τρόπους. Το νερό ήταν πια αρκετό, τα δέντρα ποτίζονταν καλά και έδιναν καρπούς που τώρα έφταναν για όλους. Μέσα από την ομαδική δουλειά τα ζώα ήρθαν πιο κοντά, δόθηκε η ευκαιρία στον καθένα να δείξει τις ικανότητές του και είδαν στην πράξη ότι όταν συνεργάζονται μπορούν να πετύχουν πολλά.

Εκείνο το πρωινό, ο τρυποκάρυδος ξύπνησε πολύ χαρούμενος και άρχισε να τραγουδάει καθαρίζοντας το σπίτι του. Πήγαινε, ερχόταν, πέταγε εδώ και εκεί μαζεύοντας καθαρά κλαράκια για τη φωλιά του. Το τραγούδι του ήταν τόσο δυνατό που ξεσήκωσε όλη τη γειτονιά. Το φίδι που είχε βγει και μάζευε βότανα ήταν ο πρώτος που τον άκουσε.

-Καλημέρα τρυποκάρυδε! Πολύ πρωινός είσαι σήμερα και κεφάτος. Τι έγινε; Σε έπιασε η άνοιξη;

-Αμάν βρε τρυποκάρυδε! Μια βδομάδα τώρα με ξυπνάς από τα χαράματα με το τραγούδι σου, τεντώθηκε αγουροξυπνημένη η αρκούδα.

-Τι ωραία που σας βρίσκω όλους ξύπνιους! Ερχόμουν να σας καλέσω όλους για πρωινό στο σπίτι μου. Σας έχω ετοιμάσει μία έκπληξη, είπε το λιοντάρι.

-Έκπληξη; Φύγαμε! Είπαν με χαρά όλα τα ζώα.

Από το σπίτι του λιονταριού, μια γνώριμη, για τα ζώα του δάσους, μυρωδιά, έφτανε στα ρουθούνια τους.

-Τι είναι αυτό που μοσχοβολάει; Κάπου την ξέρω αυτή τη μυρωδιά! Ακούστηκε μια φωνή.

-Είναι η έκπληξη που σας έλεγα, είπε χαρούμενο το λιοντάρι. Έφτιαξα μαρμελάδα βατόμουρο που ξέρω ότι σας άρεσε πολύ να την τρώτε στον τόπο σας.

-Αχ! Τι ωραία! Έτσι μύριζε και το δάσος μας όταν τη φτιάχναμε. Τι ευγενικό που το θυμήθηκες και μπήκες σε τόσο κόπο για μας ! Λέει με συγκίνηση η λύκαινα.

Τα ζώα τρώγοντας το πρωινό τους άρχισαν να νιώθουν νοσταλγία.

-Πώς να είναι άραγε τώρα το δάσος μας; Πολύ θα ήθελα να μπορούσα να το ξαναδώ.

-Πω πω! τι μου θύμισες τώρα! Τα όμορφα πρωινά που μαζευόμασταν στο ξέφωτο ...

-Ναι ναι! Θυμάστε τι όμορφο που ήταν το ποτάμι μας; Πώς κελάρυζε το νερό του!

-Και τι δροσιά που είχε κάτω από τις μεγάλες βελανιδιές!

...κι έζησαν αυτοί καλά και εμείς

καλύτερα!!!

Tις επόμενες μέρες τα ζώα του δάσους άρχισαν να μιλάνε όλο και πιο συχνά για τη ζωή τους πριν έρθουν στο νησί.

Τι να σημαίνει άραγε αυτό;;;;;;.....

Παραμύθι

Χωρίς

Σύνορα

ΟΔΗΓΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ

ΓΙΑ ΣΤΕΛΕΧΗ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

& ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το «Παραμύθι Χωρίς Σύνορα» είναι η ιστορία έξι ζώων (ο Κάστορας, ο Τρυποκάρυδος, η Λύκαινα, το Φίδι, η Αλεπού και η Αρκούδα) που ζουν σε ένα δάσος το οποίο δεν προσδιορίζεται χωροχρονικά και εξαιτίας μιας πυρκαγιάς αναγκάζονται να εγκαταλείψουν εσπευσμένα την πατρίδα τους. Μετά από ένα περιπετειώδες ταξίδι, ναυαγούν σε ένα άγνωστο νησί όπου συναντούν τρεις από τους κατοίκους του (τη Μαϊμού, το Λιοντάρι και τον Ελέφαντα). Εκεί, για να επιβιώσουν καλούνται να προσαρμοστούν στις νέες συνθήκες, να γνωρίσουν το νέο τόπο διαμονής τους και τους κατοίκους του, να αποδεχθούν το ένα το άλλο και να συνεργαστούν.

Με αφορμή την ιστορία των ηρώων δίνεται η δυνατότητα στα παιδιά, μέσα από το συμβολισμό και τους μηχανισμούς της ταύτισης και της προβολής, να κατανοήσουν τον εαυτό τους και τους άλλους και να διαπραγματευτούν θέματα που τα απασχολούν στην καθημερινότητά τους, ασκώντας παράλληλα, με ευχάριστο τρόπο, τη δημιουργικότητα και τη φαντασία τους. Ως εργαλείο πρόληψης, το παραμύθι¹ αποσκοπεί στο να προσεγγίσουν τα παιδιά, με βιωματικό τρόπο, ζητήματα, όπως η διαφορετικότητα, η συλλογικότητα, η συνεργασία, η λήψη αποφάσεων, η επίλυση συγκρούσεων, η ατομική και η κοινωνική ευθύνη κ.ά., συμβάλλοντας έτσι στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη τους.

¹ Το παραμύθι άλλωστε ως είδος αποτελεί μέθοδο θεραπείας, εργαλείο γνώσης και προσωπικής εξέλιξης όσο και τεχνική επίλυσης προβλήματος. Σανταγκοστίνιο Πάολα «Πώς να διηγούμαστε ένα παραμύθι ... και να επινοούμε άλλα εκατό», 2003.

2. ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Το παραμύθι εκτυλίσσεται σε 12 ενότητες, οι οποίες αποτελούν μια συνέχεια. Κάθε μία από αυτές πραγματεύεται διαφορετικά θέματα, όμως είναι απαραίτητο να διατηρηθεί η σειρά και η αλληλουχία των ενοτήτων. Η διάρκεια κάθε συνάντησης είναι μία διδακτική ώρα, έτσι ώστε να υπάρχει χρόνος να αναδυθούν όλα τα θέματα. Ωστόσο το πρόγραμμα μπορεί να προσαρμοστεί στις ανάγκες της ομάδας και σύμφωνα με τις χρονικές δυνατότητες του εκπαιδευτικού και του σχολικού προγράμματος. Όσον αφορά στον τόπο υλοποίησης του προγράμματος, είτε αυτός είναι η σχολική τάξη, είτε κάποιος άλλος χώρος του σχολείου, είτε μια αίθουσα του Κέντρου Πρόληψης, είτε οποιοσδήποτε άλλος χώρος, καλό θα ήταν να δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να κινούνται ελεύθερα, να πραγματοποιούν άνετα τις δραστηριότητές τους, να χωρίζονται σε μικρές ομάδες αν χρειαστεί ώστε να διευκολύνεται η μεταξύ τους επικοινωνία. Χρησιμοποιώντας ως βασική μέθοδο προσέγγισης τον βιωματικό τρόπο μάθησης, μπορεί κάποιος να αξιοποιήσει ποικίλες τεχνικές για να αναδείξει τα θέματα που πραγματεύεται κάθε ενότητα. Πιο συγκεκριμένα:

➤ Ζωγραφική

Τα παιδιά μπορούν να ζωγραφίσουν τους χαρακτήρες του παραμυθιού, κάποιο περιστατικό που τους έκανε εντύπωση ή όσα φαντάζονται σχετικά με την τοποθεσία, τους ήρωες και την εξέλιξη της πλοκής. Για παράδειγμα, ο συντονιστής μπορεί να παροτρύνει τα παιδιά να ζωγραφίσουν καθένα ξεχωριστά ή σε μικρές ομάδες τι φαντάζονται ότι θα συναντήσουν τα ζώα του

δάσους στο νησί στο τέλος της τέταρτης ενότητας του παραμυθιού.

➤ **Δραματοποίηση**

Αυτή η τεχνική μπορεί να εφαρμοστεί με διάφορους τρόπους. Μέσα από το θεατρικό παιχνίδι ή την παντομίμα, τα παιδιά διευκολύνονται στο να εκφράσουν και σωματικά, όσα νιώθουν και σκέφτονται σχετικά με τους ήρωες και την πλοκή της ιστορίας. Το παιχνίδι ρόλων δίνει επιπλέον τη δυνατότητα σε κάθε παιδί να ενσωματώσει την προσωπική του εμπειρία στο ρόλο και να την εκφράσει μέσα από αυτόν, απαντώντας στην ουσία στο ερώτημα «Τι θα έκανες εσύ αν ήσουν στη θέση του ήρωα;».

➤ **Χειροτεχνία – Κατασκευές**

Υπάρχει μεγάλη ποικιλία τεχνικών χειροτεχνίας και κατασκευών μέσω των οποίων θα μπορούσαν τα παιδιά να αξιοποιήσουν το υλικό του παραμυθιού, άλλες ως αυτόνομες δραστηριότητες και άλλες ως συμπληρωματικές. Για παράδειγμα, μπορεί να χρησιμοποιηθούν το κολάζ, η χαρτοκοπτική, ο πηλός, η πλαστελίνη, κ.ά., προκειμένου να αποδοθούν θέματα, συναισθήματα, περιστατικά, χαρακτήρες του παραμυθιού. Ως συμπληρωματικές δράσεις και σε συνδυασμό με την αφήγηση, θα μπορούσε να ζητηθεί από τα παιδιά να κατασκευάσουν μάσκες, χάρτινες φιγούρες με τους ήρωες, μια βάρκα ή μακέτα ή ακόμα και σκηνικά που θα πλαισιώσουν τη δραματοποίηση.

➤ **Αφήγηση**

Η αφήγηση ως τεχνική είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με το παραμύθι. Αποτελεί

σημαντική πράξη επικοινωνίας, καθώς προϋποθέτει την παρουσία του αφηγητή και του αποδέκτη της αφήγησης, όπου ο πρώτος μπορεί να είναι είτε ο συντονιστής είτε ακόμα και κάποιο από τα μέλη της ομάδας των παιδιών. Μέσα από την περιγραφή και το διάλογο, δίνεται η δυνατότητα σε αυτόν που αφηγείται να παραθέσει τα γεγονότα ή τις πράξεις των ηρώων μιας ιστορίας και παράλληλα να επιλέξει ένα συγκεκριμένο στυλ παρουσιάσής τους. Με την περιγραφή, ο αφηγητής σκιαγραφεί τους ήρωες του παραμυθιού, καθώς διηγείται με πλάγιο τρόπο τις πράξεις και τα λεγόμενά τους, στήνει το σκηνικό της δράσης και δίνει πληροφορίες ενώ με το διάλογο δίνει πραγματικό λόγο στους ήρωες, προσδίδοντας ζωντάνια στην αφήγησή του. Ταυτόχρονα, πρόκειται για ένα σπουδαίο εργαλείο ψυχαγωγίας και μάθησης. Τα παιδιά, ακούγοντας τις περιπέτειες των ηρώων, αναπτύσσουν με διασκεδαστικό τρόπο τη δική τους κριτική και αφηγηματική ικανότητα, καθώς αντιλαμβάνονται τα γεγονότα από τη δική τους οπτική γωνία, τα ιεραρχούν και τα παρουσιάζουν. Με αυτόν τον τρόπο, δίνουν έμφαση στα σημεία που είναι σημαντικά για τα ίδια.

Οι παραπάνω, είναι μερικές από τις τεχνικές που προτείνονται, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν και άλλες ανάλογα με τη φαντασία και τη δημιουργικότητα του συντονιστή και των μελών της ομάδας. Ολοκληρώνοντας, είναι σημαντικό να επισημανθεί ότι σκοπός των συγκεκριμένων οδηγιών είναι να δοθούν γενικές κατευθύνσεις για όσους το χρησιμοποιήσουν. Αντιθέτως, θα πρέπει να είναι ξεκάθαρο στο συντονιστή ότι απαραίτητη για την εφαρμογή του υλικού είναι η δική του ευελιξία και η ικανότητά του να διακρίνει τις ανάγκες της ομάδας και να προσαρμόζει τον

τρόπο υλοποίησης (τόπος, χρόνος, τεχνικές που επιλέγονται, θέματα στα οποία δίνεται έμφαση κ.ά.) σε αυτές.

3. ΕΝΟΤΗΤΕΣ

Οι 12 ενότητες του παραμυθιού περιλαμβάνουν διαφορετικές θεματικές, τις οποίες μπορεί να επεξεργαστεί ο συντονιστής ανάλογα με τις ανάγκες της ομάδας εφαρμόζοντας τις ποικίλες τεχνικές που αναφέρονται παραπάνω. Αν και υπάρχουν κύρια θέματα που διέπουν όλο το παραμύθι (όπως η διαφορετικότητα, η συνεργασία κλπ), σε κάθε μια από τις ενότητες είναι δυνατή η επεξεργασία διαφορετικών νοημάτων σε μεγαλύτερο βάθος ή ακόμα και ειδικών θεμάτων. Σε αυτό το πλαίσιο, εδώ γίνεται αναφορά σε κάθε μια ενότητα ξεχωριστά, όπου παρατίθενται οι κύριες έννοιες, με τις οποίες ο συντονιστής μπορεί να αναπτύξει ανάλογες θεματικές στην ομάδα, συνοδευόμενες από ένα μικρό, βοηθητικό σχόλιο.

1. «Το όμορφο δάσος»

- Βασικά νοήματα: *γνωριμία ομάδας, αποδοχή και ενσωμάτωση της διαφορετικότητας, συνοχή, μη υπεύθυνη στάση απέναντι στο κοινωνικό σύνολο (απροσεξία, αδεξιότητα).*

Η πρώτη ενότητα είναι εισαγωγική στο παραμύθι, όπου τα παιδιά έρχονται για πρώτη φορά σε επαφή με τους ήρωες, ενώ αρχίζει να ξεδιπλώνεται η πλοκή της ιστορίας. Σε αυτό το πλαίσιο, δίνεται η δυνατότητα στα παιδιά να εξοικειωθούν με τους χαρακτήρες της ιστορίας, να συζητηθούν θέματα που μπορεί να τους έκαναν εντύπωση ή και να γίνει από την ομάδα η επεξεργασία

κάποιων από τα βασικά προτεινόμενα νοήματα. Σε περίπτωση δε, που η ομάδα αποτελείται από μέλη που δεν γνωρίζονται ήδη μεταξύ τους ή πρόκειται για την πρώτη συνάντηση της ομάδας με το συντονιστή, εδώ δίνεται ταυτόχρονα και μια ευκαιρία να γίνουν οι απαραίτητες συστάσεις με την προσθήκη των κατάλληλων τεχνικών γνωριμίας.

2. «Το συμβούλιο των ζώων»

- Βασικά νοήματα: *λήψη αποφάσεων (σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο), ηγεσία, ιεραρχία, ατομική και ομαδική ευθύνη, ομαδικότητα, τρόποι λειτουργίας ομάδας, η τιμωρία ως μέθοδος πειθαρχίας.*

Πρόκειται για μια ενότητα, όπου παρουσιάζονται τα ζώα ως ομάδα, δίνοντας αφορμή να αναλογιστούν τα παιδιά τη λειτουργία της δικής τους ομάδας και να διακρίνει το καθένα το ρόλο του μέσα σε αυτή. Παράλληλα, μέσα από την ιστορία, δίνεται το έναυσμα να καθοριστούν οι κανόνες και το πλαίσιο λειτουργίας της ομάδας, να διαμορφωθεί δηλαδή το συμβόλαιο που τη διέπει.

3. «Η φωτιά»

- Βασικά νοήματα: *κοινωνική συνείδηση, αλtruισμός, αμέλεια, διαχείριση κρίσης, ηγεσία, υπευθυνότητα.*

Καθώς κεντρικό θέμα στην ενότητα αυτή, αποτελεί η διαχείριση κρίσης και η αντιμετώπιση ενός απρόοπτου κινδύνου, η ομάδα εστιάζει στις αρχικές αντιδράσεις *της φυγής ή της μάχης*, επικεντρωνόμενη τόσο σε συμπεριφορές όσο και σε συναισθήματα. Στο πλαίσιο της ανατροφοδότησης, θα μπορούσε ακόμα να γίνει αναφορά στον τρόπο αντίδρασης των παιδιών απέναντι σε

έναν εξωτερικό κίνδυνο π.χ. σεισμός, πλημμύρα, πόλεμος κ.α.

4. «Φτιάχνοντας τη βάρκα για να σωθούν»

- Βασικά νοήματα: *ομαδικότητα, συνεργασία, τρόποι ηγεσίας και άσκησης εξουσίας, καταμερισμός εργασιών-αρμοδιοτήτων.*

Η ενότητα αυτή αποτελεί συνέχεια της προηγούμενης, όπου τις πρώτες αυθόρμητες και έντονα φορτισμένες συναισθηματικά αντιδράσεις απέναντι στον κίνδυνο ακολουθεί η διαδικασία επίλυσης του προβλήματος, θέτοντας την κατάσταση σε πιο λογική και πρακτική βάση. Σε αυτό το πλαίσιο, οι αρχικές, ατομικές αντιδράσεις μετατρέπονται σε ομαδικές, όπου παίρνοντας ο καθένας το μερίδιο της κοινωνικής ευθύνης που του αναλογεί, καταλήγουν στη συλλογική διαβούλευση, στον καταμερισμό των εργασιών και στην ομαδική επίλυση.

5. «Η επίθεση του καρχαρία»

- Βασικά νοήματα: *κίνδυνοι του ταξιδιού (καρχαρίας), φόβος για το άγνωστο, η γοητεία του ταξιδιού, προσδοκίες για το μέλλον, συνεργασία.*

Πρόκειται για μια μεταβατική ενότητα, καθώς συνδέει τις σκηνές που διαδραματίζονται στο δάσος (πρώτο μέρος της ιστορίας) με εκείνες που διεξάγονται στο νησί (δεύτερο μέρος της ιστορίας). Το ταξίδι, είτε κυριολεκτικά είτε μεταφορικά, μπορεί να αποτελέσει την αφορμή για την επεξεργασία μέσα στην ομάδα οποιαδήποτε είδους αλλαγής – μετάβασης που μπορεί να συμβεί

στη ζωή ενός ανθρώπου (για παράδειγμα ένα νέο παιδί στην τάξη ή ένας καινούριος δάσκαλος, η μετάβαση από το νηπιαγωγείο στο δημοτικό, ή ακόμα και η έλευση ενός νέου μέλους στην οικογένεια).

Μπορεί λοιπόν, είτε να γίνει μια απλή ανάγνωση της ενότητας στην ομάδα προκειμένου να διατηρηθεί η συνοχή της πλοκής, είτε να γίνει επεξεργασία των βασικών νοημάτων. Ως ειδικό θέμα, θα μπορούσε για παράδειγμα, να αναφερθεί μέσα στη σχολική τάξη η εμπειρία από κάποια παιδιά μεταναστών που έχουν βιώσει το «πέραςμα» των συνόρων.

6. «Η πρώτη μέρα στο νησί»

- Βασικά νοήματα: *προσαρμογή στο νέο περιβάλλον, μετανάστευση, φιλοξενία, υποδοχή (συνάντηση με τον νεοαφιχθέντα) και αποδοχή του, τρόποι γνωριμίας με το καινούριο.*

Η έμφαση στην ενότητα αυτή δίνεται στην αμφίδρομη σχέση ανάμεσα στο παλιό (στην περίπτωση αυτή τα ζώα το νησιού) και στο νέο (στην περίπτωση αυτή τα ζώα του δάσους). Σε αυτό το πλαίσιο τίθενται ερωτήματα σχετικά με το πώς προσεγγίζει κάποιος το διαφορετικό ή το καινούριο, τι δεξιότητες χρησιμοποιεί κατά την προσαρμογή του σε νέες συνθήκες ζωής ή ακόμα και το πώς συστήνει κάποιος τον εαυτό του στον άλλον. Θα μπορούσε μέσα στην τάξη η ενότητα αυτή να πλαισιωθεί με κατάλληλες βιωματικές ασκήσεις γνωριμίας και επικοινωνίας.

7. «Η καινούρια γειτονιά»

- Βασικά νοήματα: *μοναχικότητα-μοναξιά, ενσυναίσθηση, πώς ζητάω και*

πώς προσφέρω βοήθεια, ενσωμάτωση.

Στην ενότητα αυτή, συνεχίζεται η προβληματική της αλληλεπίδρασης και της επικοινωνίας ανάμεσα στους παλιούς και τους νέους κατοίκους του νησιού. Σημαντική διάσταση εδώ παίρνει η έννοια της βοήθειας και της αλληλεξάρτησης, οι οποίες συντελούν στη διεργασία ενσωμάτωσης και ομαλής ένταξης στο νέο φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον. Θα μπορούσε ακόμα η ομάδα να επικεντρωθεί σε περιστατικά από την καθημερινότητα των παιδιών, προκειμένου να διερευνήσουν ποιοι τρόποι προσαρμογής² είναι πιο αποτελεσματικοί.

8. «Οι δυσκολίες στο νησί»

- Βασικά νοήματα: *ανάγκες-τρόποι διαχείρισης των υπαρχόντων πόρων, συγκρούσεις, διαφορετικοί τρόποι επίλυσης προβλημάτων, όρια της ομάδας, έλλειψη ζωτικού χώρου.*

Η ενότητα αυτή πραγματεύεται μια κρίση που για πρώτη φορά προέρχεται μέσα από την ίδια την ομάδα και όχι από εξωτερικό παράγοντα (βλέπε φωτιά ή καρχαρία). Στη διάρκεια της πορείας τους, όλες οι ομάδες θα χρειαστεί

² Η προσαρμογή σε ένα νέο κοινωνικό περιβάλλον, που χαρακτηρίζεται από διαφορετικές - ανάλογα με τη χώρα προέλευσης - πολιτικές, οικονομικές, πολιτισμικές και κλιματολογικές συνθήκες, διαφορετικές συνήθειες και διαφορετική γλώσσα, απαιτεί αλλαγή του τρόπου αντιμετώπισης των νέων συνθηκών, διαδικασία η οποία εξατομικεύεται. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τον John Berry υπάρχουν τέσσερις εναλλακτικές τακτικές προσαρμογής στις απαιτήσεις του νέου περιβάλλοντος, οι οποίες είναι η εναρμόνιση - το άτομο διατηρεί την ταυτότητα του και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της ομάδας του και ταυτόχρονα ενσωματώνει στη συνείδησή του στοιχεία από το νέο περιβάλλον, η αφομοίωση - το άτομο ενσωματώνει πλήρως τα χαρακτηριστικά του νέου περιβάλλοντος, απορρίπτοντας τα στοιχεία της δικής του ομάδας, ο διαχωρισμός - το πολιτιστικό πλαίσιο του καινούργιου τόπου συγκρούεται με την πολιτιστική παράδοση του ατόμου με συνέπεια την απόρριψη του καινούργιου και τη διατήρηση του γνώριμου και η περιθωριοποίηση - το άτομο απορρίπτει ψυχολογικά και τις δύο πολιτιστικές ομάδες.

κάποια στιγμή να αντιμετωπίσουν τουλάχιστον μια τέτοιου είδους κρίση. Κάθε ομάδα, ανάλογα με τον τρόπο που λειτουργεί, χρησιμοποιεί διαφορετικούς τρόπους επίλυσης της κρίσης.

Επίσης θα μπορούσε να τεθεί ως εξειδικευμένο ζήτημα προς επεξεργασία από την ομάδα, εάν η (από)φυγή συνιστά λειτουργική λύση για την επίλυση ενός προβλήματος.

9. «Το ναυάγιο»

- Βασικά νοήματα: *αυτοθυσία, τα μυστικά.*

Στο πλαίσιο της ενότητας αυτής, η οποία συμπληρώνει την προηγούμενη, αντιπαραβάλλεται η ατομική με την ομαδική επίλυση του προβλήματος. Παράλληλα, δίνεται η δυνατότητα στα μέλη της ομάδας να επεξεργαστούν την λειτουργία του «μυστικού» στην οριοθέτηση του εγώ απέναντι στο εμείς, θέτοντας ως αφετηρία προβληματισμού το ερώτημα του «τι κρατάω εγώ για τον εαυτό μου και τι μοιράζομαι με τους άλλους».

10. «Η απόφαση για συνεργασία»

- Βασικά νοήματα: *επικοινωνία, διάλογος, ενεργητική ακρόαση, συνοχή, συνεργασία, συλλογικότητα, ομαδικότητα.*

Στην ενότητα αυτή, η έμφαση δίνεται στη λειτουργία του Συμβουλίου, δηλαδή στη συλλογική διεργασία. Τα ζώα, για πρώτη φορά στο νησί χρησιμοποιούν τον ομαδικό και δημοκρατικό τρόπο λειτουργίας, προκειμένου να αποφασίσουν από κοινού δράσεις για τη διασφάλιση της επιβίωσής τους. Σε

αυτό το πλαίσιο, ακούει και αποδέχεται ο ένας τον άλλο ενώ η ιδιαιτερότητα του καθενός αξιοποιείται για το κοινό καλό, σύμφωνα με τις δυνατότητές του αλλά και με τις ανάγκες του.

11. «Μια γνώριμη μυρωδιά»

- Βασικά νοήματα: *συναισθήματα, ανήκειν, τόπος και πατρίδα, νόστος.*

Οι ήρωες της ιστορίας, έχοντας ήδη διαχειριστεί την πρώτη μεγάλη εσωτερική κρίση της ομάδας τους, στρέφονται τώρα ο καθένας στον εαυτό του προκειμένου να επαναπροσδιορίσουν τη σχέση τους με τους άλλους. Καθώς πλησιάζει το τέλος της ιστορίας, η έμφαση εδώ δίνεται στα συναισθήματα. Με αυτόν τον τρόπο, τα μέλη της ομάδας έχουν τη δυνατότητα να εκφράσουν το πώς νιώθουν για τον Άλλον και να διερευνήσουν το τι σημαίνει ο Άλλος γι' αυτούς. Σε αυτό το πλαίσιο, η έννοια του *ανήκειν* είναι κεντρικής σημασίας στην αναζήτηση συνοδοιπόρων/ συμμάχων στη ζωή, καθώς ο τόπος συγκροτείται τόσο από το χώρο όσο και από τους ανθρώπους που τον κατοικούν.

12. «...και έζησαν αυτοί καλά και εμείς καλύτερα...»

- Βασικά νοήματα: *κλείσιμο ομάδας, επιλογή.*

Το τέλος της ιστορίας παραμένει εσκεμμένα ανοιχτό, προκειμένου να το ορίσουν τα ίδια τα μέλη της ομάδας. Καθώς δεν υπάρχει πλέον κάτι που να περιορίζει τα ζώα στο νησί, είναι πια θέμα ΕΠΙΛΟΓΗΣ για το αν θα παραμείνουν ή θα φύγουν. Έτσι, το τέλος μπορεί είτε να αποφασιστεί από την ίδια την ομάδα είτε από κάθε μέλος της ξεχωριστά. Με αυτόν τον τρόπο, στην

τελευταία συνάντηση, τα παιδιά μετατρέπονται από μέλη της ίδιας ομάδας σε άτομα, στρέφονται ξανά στον εαυτό τους και επανατοποθετούνται σε σχέση με τους άλλους, ενώ οδηγούνται πλέον στις δικές τους επιλογές.

Η εφαρμογή του παραμυθιού ως εργαλείου πρόληψης θα βοηθήσει τα παιδιά, καθ' όλη την πορεία των συναντήσεων, να προσεγγίσουν θέματα που έχουν να κάνουν τόσο με την καθημερινότητά τους, όσο και με ζητήματα που προκύπτουν από τις ίδιες τις διεργασίες της ομάδας τους. Προκειμένου να μπορέσουν να επεξεργαστούν το βίωμά τους καλύτερα και να εξελιχθούν μέσα από αυτό, σημαντικό είναι να διευκολυνθούν στο να αναστοχαστούν πάνω στο σύνολο της εμπειρίας τους. Για το λόγο αυτό, θα ήταν ιδιαίτερα βοηθητικό στο τέλος κάθε συνάντησης ξεχωριστά, αλλά και με την ολοκλήρωση της συνολικής διαδικασίας, να δοθεί έμφαση στην ανατροφοδότηση (feedback). Αυτό θα μπορούσε να γίνει είτε άμεσα μέσα από μια συζήτηση μέσα στην ομάδα, είτε έμμεσα, αξιοποιώντας κάποια δραστηριότητα (ζωγραφική, διήγηση, κολλάζ κ.α.). Πέρα από τα παραπάνω οφέλη, η ανατροφοδότηση λειτουργεί και ως οδηγός για το συντονιστή καθώς τον διευκολύνει στο να αφουγκράζεται τις ανάγκες της ομάδας, όπως αυτές μεταβάλλονται στη διάρκεια των συναντήσεων, να αξιολογεί την πορεία της και να προσαρμόζει ανάλογα το πλαίσιο δράσης του σε αυτήν.

Με αυτό τον τρόπο, το παραμύθι μπορεί να λειτουργήσει ως ολοκληρωμένη παρέμβαση πρωτογενούς πρόληψης και αγωγής υγείας.

Το **Κέντρο Πρόληψης της Εξάρτησης και Αγωγής της Υγείας «ΑΘΗΝΑ΄ - ΥΓΕΙΑ»** ιδρύθηκε το 1998 με τη μορφή της αστικής μη κερδοσκοπικής εταιρείας η οποία χρηματοδοτείται και εποπτεύεται από το Δήμο Αθηναίων και τον Ο.ΚΑ.ΝΑ.

Το **«Παραμύθι Χωρίς Σύνορα»** αποτελεί ένα πρωτότυπο υλικό πρωτογενούς πρόληψης, το οποίο απευθύνεται σε παιδιά προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας. Γραμμένο από στελέχη πρόληψης με μακρόχρονη εμπειρία στο σχεδιασμό και την εφαρμογή προγραμμάτων στη σχολική κοινότητα, έρχεται να ανταποκριθεί στην εκπεφρασμένη ανάγκη των στελεχών πρόληψης, των εκπαιδευτικών και όσων δραστηριοποιούνται στο χώρο της πρόληψης και αγωγής υγείας να έχουν πρόσβαση σε δομημένα, λειτουργικά και εύχρηστα εργαλεία που απαντούν στις απαιτήσεις της σύγχρονης, πολυπολιτισμικής και πολυδιάστατης ελληνικής σχολικής πραγματικότητας.

ΑΘΗΝΑ 2010



ISBN 978-960-99559-0-4