

A colorful illustration of a young boy with a large, glowing yellow star behind his head. He is wearing a blue long-sleeved shirt, a green vest, and brown pants. He is holding a large yellow star in his right hand and a blue peacock in his left hand. Above him is a dark blue night sky with yellow stars and a rainbow. The title 'Το Αστερόπαιδο' is written in a stylized, colorful font across the top.

Το Αστερόπαιδο

διασκευή-σκηνοθεσία
Άννα Παπαμάρκου

Ένα βοήθημα για σχεδιασμό μαθήματος
βασισμένο στην παράσταση
“Το Αστερόπαιδο” του Όσκαρ Ουάιλντ



Μια προσφορά της
Εταιρείας Πολιτιστικών Δραστηριοτήτων

Λώτινος Ήλιος

211.411.11.10 / www.lotinosilios.gr

Το Αστερόπαιδο στο σπίτι του ξυλοκόπου

Περίληψη

Μια φορά κι έναν καιρό, δύο ξυλοκόποι είδαν ένα αστερί να πέφτει. Έτρεξαν γρήγορα να το βρουν, πιστεύοντας πως θα είναι γεμάτο χρυσάφι. Προς μεγάλη τους έκπληξη, όμως, βρήκαν ένα μωρό τυλιγμένο σε ολόχρυσο μανδύα. Ο ένας ξυλοκόπος, που είχε καλή καρδιά το πήρε στο σπίτι του να το φροντίσει, μαζί με τη γυναίκα του. Παρ' όλο που ήταν φτωχοί και δύσκολα θα τα έβγαζαν με ένα ακόμη παιδί, η πλούσια σε αγάπη καρδιά τους, έδωσε στο μωρό μια οικογένεια. Το παιδί μεγάλωνε μαζί με τα παιδιά του ξυλοκόπου ισότιμα σαν να ήταν πραγματικό τους παιδί -έτρωγαν το ίδιο φαγητό, έπαιζαν με τα ίδια παιχνίδια, απολάμβαναν την ίδια φροντίδα.

Προτάσεις για συζήτηση

Από τους δύο ξυλοκόπους, ο ένας νοιάστηκε και πήρε το παιδί στο σπίτι, ενώ ο άλλος αδιαφόρησε. Ποια στάση ήταν η σωστή και γιατί; Εσείς τι θα κάνατε;

Πώς δείχνω το ενδιαφέρον μου στο σπίτι και στο σχολείο; (βοηθάω, βάζω τάξη, καθαρίζω κ.λ.π.)

Διευρύνουμε την έννοια του ενδιαφέροντος, εκτός από τους ανθρώπους και στα ζώα, στα φυτά, στα δέντρα και στο περιβάλλον. Βοηθάμε τη συζήτηση με τη ρήση του Αϊνστάϊν: *“Έχουμε καθήκον να διευρύνουμε την συμπόνια μας, έτσι ώστε να αγκαλιάσει όλα τα ζωντανά όντα και ολόκληρη την φύση με την ομορφιά της.”*

Επεκτείνοντας τη θέση αυτή, τονίζουμε και τη σχέση αλληλεξάρτησης του ανθρώπου με τη φύση, της οποίας η καταστροφή, είναι πλέον αποδεδειγμένο ότι οδηγεί και στη δική του εξαφάνιση.

Βασικές Αξίες
ΦΡΟΝΤΙΔΑ
ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ

*Αν έδω κι ένα παιδί σε κάποια άκρη του κόσμου
πεθαίνει από πείνα ή από πόλεμο,
τότε ο πολιτισμός μας έχει αποτύχει οικτρά*

Ν. Καζατζάκης

UBUNTU

Ένας ανθρωπολόγος πρότεινε το ακόλουθο παιχνίδι στα παιδιά μιας Αφρικάνικης φυλής:

Τοποθέτησε ένα καλάθι γεμάτο ζουμερά φρούτα δίπλα σ' ένα δέντρο και είπε στα παιδιά ότι όποιο από αυτά φτάσει πρώτο στο καλάθι, θα πάρει όλα τα φρούτα.

Όταν τους έδωσε το σινιάλο για να τρέξουν, πιάστηκαν χέρι χέρι και ξεκίνησαν να τρέχουν όλα μαζί. Ύστερα κάθισαν σ' έναν κύκλο για να φάνε τα φρούτα.

Όταν ρώτησε τα παιδιά, γιατί το έκαναν αυτό, αφού θα μπορούσε κάποιο από αυτά να είχε καρπωθεί όλα τα φρούτα, τα παιδιά απάντησαν "UBUNTU" που σημαίνει:

«Δεν μπορούμε να είμαστε χαρούμενοι, αν έστω και ένας από εμάς είναι στενοχωρημένος!»

UBUNTU σημαίνει - Υπάρχω γιατί υπάρχουμε



Διανύσαμε εποχές μεγάλου ατομικισμού. Ευτυχώς, με την πάροδο του χρόνου, όλο και περισσότερες συνειδήσεις αφυπνίζονται στην αλήθεια ότι δεν είμαστε μόνοι πάνω στην γη, αλλά μέλη μιας κοινωνίας ανθρώπων ή ακόμα καλύτερα, μέλη μιας ευρύτερης κοινωνίας -ζώα, φυτά, πουλιά, νερό, αέρας, γη- σε σχέση αλληλεξάρτησης.

Η προσωπική μας ευημερία συναρτάται με τη συλλογική, το άτομο δεν μπορεί να υπάρξει χωρίς το σύνολο, αλλά και αντίστροφα. Έχουμε ανάγκη ο ένας του άλλου. Είμαστε μία αλυσίδα και κάθε κρίκος είναι σημαντικός!

ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



1-2-3- Χα


Η ομάδα σχηματίζει κύκλο. Όλοι μαζί μετρούν συντονισμένα 1-2-3-Χα. Το 'Χα' συνοδεύεται από μια κοινή κίνηση προς το κέντρο του κύκλου. Αφού πετύχουν να συντονιστούν αρκετές φορές, στη συνέχεια επαναλαμβάνουν το ίδιο, αλλά τώρα το μέτρημα 1-2-3 γίνεται σιωπηλά από τον καθένα. Μόνο το «Χα» στο τέλος το λέμε φωναχτά και θέλουμε να συμπέσει για όλους.


Στη συνέχεια μπορούμε να βάλουμε επιπλέον βαθμό δυσκολίας. Μετράμε όλοι φωναχτά μέχρι το 4, ενώ τους υπόλοιπους αριθμούς σιωπηλά από μέσα μας μέχρι το 20. Η επιτυχία είναι όταν όλοι φωνάξουμε ταυτόχρονα τον αριθμό 20!

 Σημαντική άσκηση ρυθμού και συντονισμού της ομάδας. Γελάστε και χαρείτε με κάθε αποτυχία και ξαναπροσπαθήστε!

Κλείστε τις τρύπες

Όλοι περπατούν, φροντίζοντας να μην αφήνουν κανένα σημείο του χώρου (σκηνή, δωμάτιο κ.λ.π.) άδειο. Ο εμπυχωτής σταματάει τη δράση με το ΣΤΟΠ και κάνει διορθώσεις, ώστε όλος ο χώρος να είναι πάντα καλυμμένος. Η οδηγία που μπορεί να δίνεται είναι: «Κλείστε τις τρύπες» ή «καλύψτε τα κενά». Στη συνέχεια οι οδηγίες μπορούν να αλλάζουν και ανάλογα με την οδηγία να καλύπτεται ένα μόνο μέρος του χώρου, π.χ «Κλείστε τις τρύπες δεξιά» «Κλείστε τις τρύπες αριστερά» κ.ο.κ.

 Καλή άσκηση για την αντίληψη του χώρου. Βοηθάει επίσης και στις ασκήσεις συνεργασίας και «συνενοχής»

 Μπορούμε να συζητήσουμε με τα παιδιά τη συσχέτιση της προθυμίας, της ετοιμότητας και της χαράς στο παιχνίδι αυτό, με την άμεση ανταπόκριση εκεί όπου υπάρχει ανάγκη να «κλείσουμε τις τρύπες» και να «καλύψουμε τα κενά» με την αγάπη μας και τη συμπαράστασή μας.

Η ομάδα μεγαλώνει

Μετά την άσκηση «κλείστε τις τρύπες», με κάθε ΣΤΟΠ του εμπυχωτή δίνει και οδηγία ώστε να δημιουργούνται ομάδες των δύο, των τριών ή των τεσσάρων ατόμων κ.ο.κ. μέχρι όλη η ομάδα να γίνει μια αγκαλιά.

Το Αστερόπαιδο και οι φίλοι του

Περίληψη

Καθώς το Αστερόπαιδο μεγάλωνε, γινόταν όλο και πιο όμορφο και όλοι οι χωρικοί μεγάλοι και μικροί υποκλίνονταν στα σπάνια χαρίσματά του. Η ομορφιά του όμως και ο θαυμασμός που απολάμβανε το έκαναν να συμπεριφέρεται άσχημα και εγωιστικά σε όλους, και στους ανθρώπους και στα ζώα και στα φυτά. Μάλιστα, τα άλλα παιδιά, που το είχαν για αρχηγό τους, αντέγραφαν τη συμπεριφορά του και έτσι γίνονταν σιγά σιγά σκληρόκαρδα κι αυτά σαν το Αστερόπαιδο. Πλήγωναν τα δέντρα, χαλούσαν τις φωλιές των πουλιών, αιχμαλώτιζαν πεταλούδες, έδιωχναν από το χωριό κάθε κατατρεγμένο και ανήμπορο άνθρωπο που ζητούσε βοήθεια.

Προτάσεις για συζήτηση

Τα άλλα παιδιά επηρεάστηκαν τόσο από το Αστερόπαιδο που έκαναν ό,τι κι αυτό.

Παρατηρούμε αν αντιγράφουμε τους άλλους στη συμπεριφορά, στα λόγια, στις εκφράσεις, στις γριμάτσες, ακόμα και στα ρούχα που φοράμε.

Συζητάμε αν ποτέ έχουμε αντιγράψει κάτι που μας έκανε να συμπεριφερθούμε άσχημα και να πληγώσουμε με τα λόγια ή με τις πράξεις μας (άνθρωπο, ζώο, φυτό, δέντρο), αλλά και το αντίθετο, αν επηρεαστήκαμε σε κάτι, που μας βοήθησε να γίνουμε καλύτεροι.

Ένα κομμάτι σίδηρο αν το πετάξουμε στη λάσπη, θα σκουριάσει και θα χάσει την αξία του. Αν, όμως, το βάλουμε στη φωτιά, θα απαλλαγεί από τη βρομιά και θα αποκτήσει λαμπερό και γυαλιστερό χρώμα.

Έτσι αλλάζει και ο άνθρωπος ανάλογα με το περιβάλλον το οποίο συναναστρέφεται.

Βασικές Αξίες
ΚΑΛΕΣ ΠΑΡΕΕΣ
ΣΥΝΑΝΑΣΤΡΟΦΕΣ

**Να συναναστρέφεσαι μόνο
με τους άριστους**

Ισοκράτης

Η τηλεόραση και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια είναι μία από τις πιο βασικές συναναστροφές των παιδιών στις μέρες μας

Έρευνα στις Η.Π.Α έδειξε ότι τα παιδιά ξοδεύουν καθημερινά 4 ώρες μπροστά σε τηλεόραση και ηλεκτρονικά παιχνίδια, ενώ η αντίστοιχη ουσιαστική επικοινωνία με τον πατέρα, ελάχιστα ξεπερνάει τα 3,5 λεπτά!

Η Αμερικάνικη Ακαδημία Παιδιατρικής δεν συστήνει την τηλεθέαση σε παιδιά κάτω των 2 ετών, ενώ για τα μεγαλύτερα παιδιά (3-7 ετών), ο χρόνος τηλεθέασης δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 20 λεπτά ημερησίως!

Ο Αμερικάνικος Ιατρικός Σύλλογος δήλωσε ότι η βία στην τηλεόραση είναι ένα παράγοντας κινδύνου, που απειλεί την υγεία των νεαρών. Δεκάδες έρευνες έχουν δείξει πως η τηλεόραση επηρεάζει αρνητικά τα παιδιά σε ό,τι αφορά τη μάθηση, την επιθετικότητα και την επικοινωνία!

Μια νέα μελέτη που παρουσιάστηκε στο ετήσιο συνέδριο της Ακτινολογικής Εταιρείας Βορείου Αμερικής (RSNA) έδειξε ότι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια επηρεάζουν περιοχές του εγκεφάλου που είναι σημαντικές για τον έλεγχο, τη συγκίνηση και την επιθετική συμπεριφορά, έως και 2 εβδομάδες μετά την ολοκλήρωση της δραστηριότητας!



Δεν βλέπω κακό

Δεν ακούω κακό

Δεν λέω κακό

ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



ΠΑΙΖΩ ΚΑΙ ΜΑΘΑΙΝΩ

Φύγε & Προστάτεψε (Η Μπόμπες & Ασπίδες)

Όλοι απλώνονται στο χώρο και καθένας διαλέγει μυστικά:

1. Κάποιον τον οποίο πρέπει να αποφεύγει γιατί είναι «βόμβα».
2. Κάποιον τον οποίο θα έχει σαν «ασπίδα» και που θα πρέπει να είναι πάντα ανάμεσα σε αυτόν και στη βόμβα για να τον προστατεύει.

Αφού όλοι κάνουν τις επιλογές τους το παιχνίδι ξεκινάει. Ο εμπυχωτής μπορεί να «ελέγχει» το παιχνίδι: π.χ. μετρώντας ανάποδα 5,4,3,2,1, 0, όλοι παγώνουν και τότε μπορεί να ρωτάει το καθένα ποιον απέφευγε και ποιος τον προστάτευε.

Πετάει-Πετάει

Ένα παιδί λέει κουνώντας τα δάκτυλά του πάνω κάτω: «πετάει-πετάει...» προσθέτοντας στο τέλος το όνομα ενός πράγματος. Αν αυτό το πράγμα πράγματι πετάει, τότε πρέπει να σηκώσουν όλοι το δάκτυλό τους πάνω, ενώ αν δεν πετάει δε θα πρέπει να παρασυρθούν, αλλά να κρατήσουν το δάκτυλό τους κάτω. Όποιος από την ομάδα κάνει λάθος και σηκώσει το δάκτυλό του σε αντικείμενο που δεν πετάει ή κρατήσει το δάκτυλό του κάτω σε αντικείμενο που πετάει, τότε χάνει και βγαίνει έξω από το παιχνίδι. Αυτός που λέει το «πετάει- πετάει...» προσπαθεί να παρασύρει τους άλλους να κάνουν τη λάθος κίνηση.

 Ένα ευχάριστο παιχνίδι που μας μαθαίνει να μην παρασυρόμαστε, αλλά να σκεφτόμαστε πριν κινηθούμε.

Το Αστερόπαιδο γίνεται άσχημο

Περίληψη

Κάποτε πέρασε από το χωριό μια φτωχή ζητιάνα. Μόλις την είδε το Αστερόπαιδο, πήρε μια πέτρα να τη διώξει. Όταν ο ξυλοκόπος που το μεγάλωσε είδε τι πάει να κάνει, το σταμάτησε κι έπειτα πήρε τη ζητιάνα στο σπίτι του και την φρόντισε. Πολύ γρήγορα αποκαλύφθηκε ότι ήταν η μάνα του Αστερόπαιδου και πως ένας μάγος της το έκλεψε και όλα αυτά τα χρόνια περιπλανιέται, ψάχνοντας για το παιδί της.

Το Αστερόπαιδο, όμως, δεν τη δέχτηκε για μάνα του. Την έδιωξε φωνάζοντας πως είναι παιδί αστεριού κι όχι παιδί ζητιάνας. Τότε έγινε κάτι πρωτοφανές! Το Αστερόπαιδο μεταμορφώθηκε. Έγινε κακάσχημο, με καμπούρα στην πλάτη και λέπια στο δέρμα, ενώ τα ρούχα του ήταν κουρελιασμένα, ακριβώς σαν της ζητιάνας.

Προτάσεις για συζήτηση

Το Αστερόπαιδο ήταν πολύ όμορφο. Όμως, οι άσχημες πράξεις του και η κακή του συμπεριφορά το έκαναν να φαίνεται κακάσχημο. Τελικά αυτό που κάνει κάποιον όμορφο ή άσχημο είναι ο χαρακτήρας και η συμπεριφορά του.

Οι καλές πράξεις, το νοιάξιμο, η φροντίδα, η καλοσύνη είναι η αληθινή ομορφιά του ανθρώπου.

Συζητάμε γύρω από τη ρήση του Αβράμ Λίνκολν: “Τόσο μεγαλύτερη αξία έχει η εξωτερική ομορφιά, όσο μεγαλύτερη εσωτερική ομορφιά κρύβεται πίσω της”

Ο Ντοστογιέφσκι λέει: “Η ομορφιά θα σώσει τον κόσμο”. Ποια ομορφιά εννοεί; Μήπως την ομορφιά της ψυχής με όλες τις αρετές της, την αγάπη, την αλήθεια, τη συμπόνια, την προσφορά, την καλή συμπεριφορά; Έχει τόση δύναμη;

Βασικές Αξίες
ΟΜΟΡΦΙΑ
ΚΑΛΟΣ
ΧΑΡΑΚΤΗΡΑΣ

Η ομορφιά της ψυχής έχει μεγαλύτερη
αξία από την ομορφιά του σώματος
Πλάτων

Η πραγματική ομορφιά βρίσκεται στην ψυχή

Πριν λίγες μέρες πήγα στο σχολείο του εφτάχρονου γιου μου για την μηνιαία συνάντηση με τις δασκάλες του. Αυτή τη φορά, μου είχε δώσει ρητή οδηγία από το προηγούμενο βράδυ:

«Μαμά, θέλω να δεις οπωσδήποτε και την κυρία των Αγγλικών». Δεν παρέλειψε να μου το υπενθυμίσει και το πρωί της ίδιας μέρας, ενώ σε όλο το δρόμο προς το σχολείο μου μιλούσε για το πόσο καλή είναι, επαναλαμβάνοντας συνεχώς «μαμά, είναι πανέμορφη, αλήθεια, θα δεις πόσο όμορφη είναι!».

Όταν έφτασα στην τάξη που δεχόταν τους γονείς η κυρία των Αγγλικών, ξεπλάγην. Αντίκρισα μια μάλλον ασχημούλα κυρία, ελαφρώς ατσούμπαλη, με χαρακτηριστικά προσώπου λες και ο δημιουργός τα είχε διαλέξει τυχαία και τα είχε πετάξει πάνω στο πρόσωπο, χωρίς καμμία συμμετρία, με μέτριο σώμα και αδιάφορα μαλλιά. Φυσικά τη ρώτησα αν είναι η κυρία των Αγγλικών, μου το επιβεβαίωσε, μάζεψα το μυαλό μου και συγκεντρώθηκα στα σχόλιά της για την εξαιρετική απόδοση του γιου μου.

Στην επιστροφή δεν κρατήθηκα και ρώτησα το παιδί αν είναι όμορφη η κυρία του. Με μάτια που έλαμψαν μου απάντησε: «Ναι μαμά, δεν είναι; Και είναι τόσο καλή μαζί μας, μας αγκαλιάζει και πάντα λέει καλά λόγια για όλους μας».

Τα λόγια αυτά τα ένιωσα σα χαστούκι. Ξαφνικά κατάλαβα για ποιο πράγμα μου μιλούσε. Ο γιος μου δεν έβλεπε παρά με τα μάτια της ψυχής του, όπως όλα τα παιδιά. Δεν τον ενδιέφερε καθόλου αν η κυρία Μίνα είχε άσχημα χαρακτηριστικά προσώπου, αν ήταν κοντή ή παχουλή, αν είχε αραιά ή πλούσια μαλλιά.

Εκείνο που έβλεπε εκείνος ήταν η ομορφιά της ψυχής της, η γλύκα της, η προθυμία της να δει τις ανάγκες τους, να τα κανακέψει, να τα αγκαλιάσει, να τα συγχωρέσει και να τα βοηθήσει να μάθουν. Με δυο λόγια, έβλεπε την αγάπη που είχε εκείνη στην ψυχή της και δε φοβόταν να μοιράσει απλόχερα.

Χαρά Ντάτση https://www.mindthetrap.gr/life_goes_on/item243/



Σκέψου τι είναι πιο σημαντικό...

...Το περιτύλιγμα ή η καραμέλα που είναι μέσα;

...Το καλοφτιαγμένο κουτί δώρου ή το ίδιο το δώρο;

...Το όμορφο πιάτο ή το φαγητό που είναι μέσα;

...Το Σπίτι ή οι άνθρωποι που κατοικούν εκεί;


ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



ΠΑΙΖΩ ΚΑΙ ΜΑΘΑΙΝΩ


Ο καθένας με τη σειρά του

Ο Α μπαίνει στο χώρο και αρχίζει μια οποιαδήποτε δράση σωματική ή λεκτική. Για παράδειγμα, κάνει μια χορευτική φιγούρα, ή κάποια παντομίμα επαγγέλματος, λέει ένα ποίημα ή ένα τραγούδι. Όταν «παγώσει», μπαίνει ο Β για να «δράσει» όσο θέλει. Μόλις παγώσει ο Β τότε Α θα κινηθεί πάλι κ.ο.κ. Η δράση μπορεί να είναι σωματική ή λεκτική.

 Εξασκεί την ομάδα να αφήνει χώρο. ο ένας στον άλλο. για δημιουργία και έκφραση.

Το μέτρημα

Στόχος είναι ξεκινώντας από το 1 να φτάσει η ομάδα να μετρήσει όσο περισσότερο γίνεται. Ένας-ένας, σε τυχαία κι αυθόρμητη σειρά, λέει έναν αριθμό ανεβάζοντας την αρίθμηση, προσθέτοντας τον επόμενο αριθμό, προσέχοντας να μη συμπέσει κάποιο παιδί με κάποιο άλλο. Επειδή μία μόνο φωνή (αριθμός) πρέπει να ακούγεται κάθε φορά, όταν δύο συμπέσουν, η αρίθμηση αρχίζει από την αρχή. Καθένας που λέει έναν αριθμό σηκώνεται και κάθεται για να συνεχίσουν οι υπόλοιποι.

 Εξασκεί την ομάδα να αφήνει χώρο, ο ένας στον άλλο, για δημιουργία και έκφραση.

Ό,τι σπείρεις θα θερίσεις

Περίληψη

Τα παιδιά, που είχαν μάθει από το Αστερόπαιδο να φέρονται σκληρά, το έδωξαν κακήν κακώς. Εκείνο φοβισμένο μπήκε στο δάσος να κρυφτεί.

Κάποια στιγμή πείνασε και ζήτησε από δέντρο φρούτα για να φάει. Το δέντρο είπε στο Αστερόπαιδο: «Εσύ δεν είσαι που πλήγωσες τον κορμό μου με το σουγιά κι έγραψες το όνομά σου; Πόνεσα πολύ εκείνη τη μέρα. Πόνεσαν και τα αδέρφια μου τα δέντρα, που τα άλλα παιδιά έκαναν ότι κι εσύ. Κανένα δέντρο δεν θα σου δώσει γλυκιά τροφή.»

Σε λίγο έπιασε δυνατή βροχή και το παιδί έψαχνε κάπου να κρυφτεί για να προστετευτεί. Είδε ένα πουλί και το ρώτησε. Όμως το πουλί απάντησε: «Εσύ δεν μου χάλασες τη φωλιά; Εσύ δεν έβαλες και τα άλλα παιδιά να χαλάσουν τις φωλιές των αδελφών μου; Με τίποτα δε σε βοηθώ. Να μείνεις να βραχείς. Να καταλάβεις τι πάει να πει να μην έχεις σπίτι.»

Τότε το Αστερόπαιδο έσκυψε το κεφάλι ζητώντας συγχώρεση από τη μητέρα του και από όλα τα πλάσματα που είχε ταλαιπωρήσει: «Ο κόσμος είναι ακριβώς όπως τον έφτιαξα μόνο μου την εποχή της μεγάλης εγωισμής.»

Προτάσεις για συζήτηση

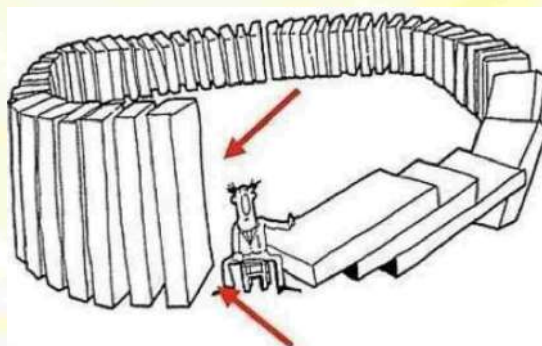
Οι άσχημες πράξεις του Αστερόπαιδου, του έφεραν άσχημα αποτελέσματα: χάλαγε τις φωλιές των πουλιών και αυτά δεν το βοήθησαν όταν χρειάστηκε. Χάραζε τα δέντρα και αυτά το έδωξαν από το δάσος όταν τα χρειάστηκε κ.λ.π.

Οι καλές πράξεις του Αστερόπαιδου είχαν καλές συνέπειες: βοήθησε το λαγό να ελευθερωθεί και ο λαγός το βοήθησε να βρει τα 3 νομίσματα, μίλησε ευγενικά στη βελανιδιά και αυτή του έδωσε το νόμισμα κ.λ.π.

Στη φυσική, ο Ισαάκ Νεύτων αναφέρει ότι για κάθε δράση υπάρχει μια ίση και αντίθετη αντίδραση. Πιέστε ενάντια σε έναν τοίχο και αυτός θα πιέσει πίσω με την ίδια δύναμη. Όλο το σύμπαν είναι ένας καθρέφτης. Παίρνουμε ό,τι δίνουμε.

Όσο πιο θετικοί και τρυφεροί είμαστε, τόσο περισσότερα καλά πρόκειται να λάβουμε πίσω. Το αντίστοιχο ισχύει και για τις αρνητικές και δίχως αγάπη ενέργειες.

Βασική Αξία
ΑΝΤΑΠΟΔΟΣΗ



Ο πατέρας και ο μικρός του γιός έκαναν πεζοπορία παρέα στο βουνό. Ξαφνικά ο γιός σκόνταψε και έπεσε φωνάζοντας δυνατά: “Αααααααχ!!!”

Με έκπληξη άκουσε τη ίδια φωνή κάπου μακριά στα βουνά: “Αααααααχ!!!”

Με περιέργεια φώναξε: “Ποιος είσαι εσύ;” κι ακούστηκε “Ποιος είσαι εσύ;”

Μετά ξαναφώναξε: “Σε θαυμάζω!” και η φωνή επανέλαβε: “Σε θαυμάζω!”

“Δειλέ!”, είπε κι άκουσε τη φωνή να επιστρέφει από μακριά: “Δειλέ!”

Γύρισε και ρώτησε τον πατέρα του: “Πατέρα τι συμβαίνει;”

Ο πατέρας εξήγησε: “Οι άνθρωποι αποκαλούν αυτό το φαινόμενο ΗΧΩ, αλλά στην πραγματικότητα είναι η ίδια η ΖΩΗ. Σου επιστρέφει οτιδήποτε πεις ή κάνεις. Αυτό που στέλνεις, αυτό και λαμβάνεις πίσω. Η ζωή μας είναι απλώς μια αντανάκλαση των πράξεών μας. Αν θέλεις περισσότερη αγάπη στον κόσμο, δημιούργησε περισσότερη αγάπη στην καρδιά σου. Η ζωή θα σου επιστρέψει ακριβώς αυτό που θα της δώσεις.”



Στη ζωή υπάρχει
ΑΓΑΠΗ, ΚΑΛΟΣΥΝΗ, ΧΑΡΑ,
ΑΔΙΑΦΟΡΙΑ, ΕΓΩΪΣΜΟΣ, ΘΛΙΨΗ.
Δίνεις ό,τι θέλεις.
Παίρνεις αυτό που δίνεις.

Ό,τι σπείρεις θα θερίσεις
Ό,τι κάνεις θα το βρεις
Κι αν ζητάς μόνο αγάπη
Με αγάπη να φερθείς.

Όπως μέσα έτσι κι έξω
Κι αν ζητάς την ομορφιά
Όμορφες να κάνεις πράξεις
Να χεις μια ζωή γλυκιά.

Όλα γύρω είναι καθρέφτης
Της καρδιάς σου της μικρής
Ένας κόσμος από σένα
Φτιάχτηκε για να τον δεις

Ό,τι σπείρεις θα θερίσεις
Ό,τι κάνεις θα το βρεις
Κι αν να πάρεις θες αγάπη
Με αγάπη να φερθείς.

Αν σπείρεις καλοσύνη, θα θερίσεις φίλους.
Αν σπείρεις προσφορά, θα θερίσεις χαρά.
Αν σπείρεις ειλικρίνεια, θα θερίσεις καλές σχέσεις.
Αν σπείρεις εγωισμό, θα θερίσεις μοναξιά.
Αν σπείρεις περηφάνια, θα θερίσεις καταστροφή.
Αν σπείρεις πλεονεξία, θα θερίσεις απώλεια.



Αν σπέρνεις τσιγγούνικα, μίζερα, μαζεμένα, λίγη θα είναι και η σοδειά σου. Αν από την άλλη φροντίζεις να σπέρνεις απλόχερα, άφθονη θα είναι και η σοδειά που θα πάρεις ως ανταμοιβή.

Αποφάσισε.

Όλη μέρα μέσα στη γκρίνια, μέσα στη μιζέρια, με τα μούτρα σου να σέρνονται στο πάτωμα. Από το στόμα σου, δεν βγαίνει καλή κουβέντα. "Σε ευχαριστώ, σε αγαπώ, συγγνώμη, δόξα τω Θεώ", δεν καταδέχεσαι να πεις. Όλο κουρασμένος είσαι, όλο δεν μπορείς, όλο δεν πάνε καλά τα πράγματα. Και μετά σου φταίνει οι άλλοι. Τι να σου κάνουν και οι άλλοι; Εδώ εσύ δεν αντέχεις τον εαυτό σου. Θα σε αντέξουν αυτοί;

Δώσε. Δώσε αγάπη στους γύρω σου. Δώσε μια καλή κουβέντα. Έναν καλό λόγο. Ένα χαμόγελο. Δώσε μια παρηγοριά. Φέρσου με αρχοντιά. Άσε τις μικρότητες. Άσε τις γυφτιές. Με αρχοντιά. Δεν είναι τα λεφτά. Αυτά είναι το τελευταίο. Η συμπεριφορά σου είναι. Δώσε απλόχερα.

Να χαμογελάς. Δεν υπάρχει μεγαλύτερη φιλανθρωπία.

Ό,τι σπέρνεις, αυτό θερίζεις. Να το ξέρεις.

Ελευθεριάδης Γ. Ελευθέριος
Ψυχολόγος M.Sc.

ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



ΠΑΙΖΩ
ΚΑΙ
ΜΑΘΑΙΝΩ

Ο Άνθρωπος και ο Καθρέφτης

Ανά δύο στέκονται αντικριστά σε μικρή απόσταση. Ο ένας θα είναι «ο καθρέφτης» και ο άλλος «ο άνθρωπος» μπροστά στον καθρέφτη. Η άσκηση ξεκινά με ακινησία και κοίταγμα στα μάτια. Μετά ο «άνθρωπος» κάνει μια αργή κίνηση και ο «καθρέφτης» του πρέπει ταυτόχρονα να κινηθεί αντιγράφοντας την κίνηση με ακρίβεια. Οι κινήσεις πρέπει να είναι αργές και απλές για να προλαβαίνει ο καθρέφτης να αντιγράψει. Στη συνέχεια με εντολή του εμπυχωτή οι ρόλοι αντιστρέφονται.

Φωνή και Ηχώ μες το πηγάδι

Τα παιδιά κάνουν κύκλο και κάθονται κάτω αγκαλιασμένα. Ένα παιδί σηκώνεται, στέκεται έξω από τον κύκλο και κάνει τη φωνή (σκύβοντας πάνω από τον κύκλο-πηγάδι λέει μια λέξη). Τα παιδιά επαναλαμβάνουν τη λέξη κάνοντας την ηχώ.

Ένα- ένα τα παιδιά σηκώνονται και κάνουν τη φωνή δοκιμάζοντας διάφορες ποιότητες και συναισθήματα: δυνατά, ψιθυριστά, μακρόσυρτα, τραγουδιστά, θυμωμένα, γελαστά κ.ο.κ.

Το Αστερόπαιδο κι οι δύο φωνές μέσα του

Περίληψη

Στην περιπέτεια που ακολούθησε, το παιδί σκλαβώθηκε από έναν μάγο. Αναζητούσε τρία ιδιαίτερα χρυσά νομίσματα που το Αστερόπαιδο έπρεπε να τα βρει και να του τα φέρει. Το παιδί με τη βοήθεια ενός λαγού, τον οποίο έσωσε από την παγίδα των κυνηγών, βρήκε τα νομίσματα. Κάθε φορά που έβρισκε ένα νόμισμα κι επέστρεφε στο μάγο, εμφανιζόταν ένας ταλαιπωρημένος ζητιάνος που είχε μεγάλη ανάγκη. Το παιδί, κάθε φορά που έβλεπε το ζητιάνο, πάλευε με δυο φωνές μέσα του. Η μια φωνή ήταν η καλή του συνείδηση, που του έλεγε να βοηθήσει το ζητιάνο με αυταπάρνηση, ενώ η άλλη του έλεγε να κοιτάξει τον εαυτό του, να αδιαφορήσει και να δώσει το νόμισμα στο μάγο, για να μην τιμωρηθεί. Στο τέλος, όμως, πάντα νικούσε η καλή συνείδηση και το παιδί έδινε το νόμισμα στο ζητιάνο.

Προτάσεις για συζήτηση

Ποιες είναι αυτές οι δύο φωνές που άκουγε το Αστερόπαιδο; Τι το παρότρυνε να κάνει η μία και τι η άλλη;

Βρίσκουμε ομοιότητες με το μύθο του Ηρακλή με την Αρετή και την Κακία.

Πού οδηγεί ο δρόμος της Κακίας και πού της Αρετής; Ο ένας ίσως να σε κάνει πλούσιο σε υλικά αγαθά, ο άλλος σε κάνει σίγουρα πλούσιο σε συναισθήματα χαράς και ευτυχίας.

Σύμφωνα με τον Πλάτωνα “Συμφέρον για τον άνθρωπο είναι ό,τι οδηγεί στο Αγαθό”. Αυτό, τελικά, επέλεξαν και ο Ηρακλής και το Αστερόπαιδο; Ανταμοίφθηκαν με αυτή τους την επιλογή και πώς;

Βασικές Αξίες
ΑΡΕΤΗ
ΕΥΤΥΧΙΑ

Όλος ο χρυσός της γης
δεν αξίζει τόσο, όσο η αρετή
Πλάτων

Όλοι έχουμε ακούσει για το μύθο του Ηρακλή με την Αρετή και την Κακία.

Περιγράφει τη συνάντηση του Ηρακλή σε ένα σταυροδρόμι με δύο πολύ όμορφες κοπέλες. Η μία του πρότεινε να ακολουθήσει ένα δρόμο φαρδύ και βατό. Ο ευκολοδιάβατος αυτός δρόμος εκπροσωπούσε μια ζωή γεμάτη απολαύσεις και ευκολίες, τις οποίες όμως, θα κέρδιζε διαπράττοντας πράξεις ανήθικες, που θα τον καταδίκάζαν στη συνείδηση του κόσμου. Η κοπέλα αυτή αντιπροσώπευε την Κακία.

Η άλλη κοπέλα του έδειξε ένα δύσβατο, στενό και δυσπρόσιτο δρόμο, στο τέλος, όμως, του οποίου θα κέρδιζε την εκτίμηση των ανθρώπων χάρη στον ενάρετο βίο του. Αυτόν το δρόμο επέλεξε ο Ηρακλής, το δρόμο της Αρετής.

Έτσι και στη ζωή μας, καλούμαστε να ακολουθήσουμε έναν από τους δύο δρόμους.

Ο πρώτος είναι ο εύκολος, είναι ο δρόμος της ψεύτικης ασφάλειας, υλικές απολαύσεις, μια ζωή βολεμένη, χωρίς συνειδητότητα, χωρίς ηθικούς φραγμούς. Στις μέρες μας συμβαίνει πολύ συχνά. Αλλά δεν ζούμε, απλά υπάρχουμε. Και φτάνει κάποια στιγμή που αναρωτιόμαστε, αφού τα έχουμε όλα στη ζωή μας, γιατί νιώθουμε κενοί, δυστυχισμένοι και η ζωή μας δεν έχει νόημα.

Κι υπάρχει και ένας άλλος δρόμος, ο δρόμος της αλήθειας, της αυτοθυσίας, εκεί που το εγώ γκρεμίζεται και ανακαλύπτεις τον αληθινό εαυτό σου. Στο δρόμο αυτό, γίνεσαι πλούσιος σε συναισθήματα αγάπης και συμπόνιας για τον εαυτό σου και τους γύρω σου, για τον κόσμο όλο! Εκεί βρίσκεται η μεγαλύτερη χαρά και ευτυχία, που δεν μπορεί να συγκριθεί με την απόκτηση κανενός υλικού αγαθού!

Ένα βράδυ ένας γέρος Ινδιάνος της φυλής Τσερόκι, μίλησε στον εγγονό του για τη μάχη που γίνεται μέσα στον άνθρωπο:

"Γιέ μου, μια μάχη γίνεται μέσα σε κάθε άνθρωπο μεταξύ δύο λύκων.

Ο ένας είναι το Κακό. Είναι ο θυμός, η ζήλια, η θλίψη, η απογοήτευση, η απληστία, η αλαζονεία, η ενοχή, η προσβολή, η κατωτερότητα, τα ψέματα, η ματαιοδοξία, η υπεροψία, η βία.

Ο άλλος είναι το Καλό. Είναι η χαρά, η ειρήνη, η αγάπη, η ελπίδα, η ηρεμία, η ευγνωμοσύνη, η ευγένεια, η φιλανθρωπία, η συμπόνια, η γενναιοδωρία, η αλήθεια, η ευσπλαχνία, ο σεβασμός."

Το παιδί το σκέφτηκε για λίγο και μετά ρώτησε τον παππού του: "Και ποιος λύκος νικάει;"

Ο γέρος Ινδιάνος Τσερόκι απάντησε απλά...

"Αυτός που ταΐζεις."

ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



Ο διάδρομος των εσωτερικών φωνών


(ή διάδρομος συνείδησης)

Η ομάδα σχηματίζει δύο παράλληλες σειρές, αφήνοντας ένα μικρό διάδρομο ανάμεσά τους απ' όπου θα περάσει ένας «χαρακτήρας» από τους ήρωες του παραμυθιού σε μια συγκεκριμένη στιγμή του παραμυθιού π.χ. Το Αστερόπαιδο βλέπει για πρώτη φορά το λαγό ή το ζητιάνο, ή ο Μάγος περιμένει το παιδί να γυρίσει με το νόμισμα κ.ο.κ.

Καθώς ο χαρακτήρας αυτός περπατάει αργά μέσα στο «διάδρομο», οι άλλοι του λένε φράσεις που νομίζουν ότι ο χαρακτήρας αυτός έχει στο μυαλό του ή εναλλακτικά μπορεί από τη μία πλευρά του διαδρόμου να στέκονται οι «άγγελοι» και από την άλλοι οι «δαίμονες», ώστε ο χαρακτήρας που περνάει ανάμεσα να ακούει και τις θετικές και τις αρνητικές σκέψεις.

Η ανίχνευση σκέψης

Ο εμπυχωτής μπορεί να παγώσει έναν αυτοσχεδιασμό και ν' ακουμπήσει ένα μαθητή στον ώμο δίνοντας του μια συνθήκη από το παραμύθι π.χ. «είσαι ο λαγός που μόλις σώθηκες από την παγίδα». Στη συνέχεια το παιδί θα αντιδράσει «ως ρόλος», απαντώντας σε ερωτήσεις, όπως «πώς αισθάνεσαι;», «τι σκέφτεσαι;» κ.λ.π.

 Η ανίχνευση σκέψης μπορεί να χρησιμοποιηθεί και σε μια σειρά δυναμικών εικόνων και βοηθά στην καλλιέργεια της ενσυναίσθησης.

Το χρώμα του μάγου

Ένα παιδί παίρνει το ρολό του μάγου και οι υπόλοιποι είναι γύρω του. Ο μάγος λέει «Το χρώμα του μάγου είναι... κόκκινο (η οποιοδήποτε χρώμα θέλει)». Αμέσως όλοι τρέχουν να πιάσουν κάτι κόκκινο, ενώ ο μάγος κυνηγάει. Όποιος ακουμπήσει το χρώμα του μάγου είναι προστατευμένος. Αν κάποιο παιδί δεν προλάβει να ακουμπήσει το χρώμα και ο μάγος το πιάσει, τότε γίνεται «μάγος».

Το Αστερόπαιδο γίνεται και πάλι όμορφο

Περίληψη

Το παιδί σε όλη αυτή την περιπέτεια, είχε μάθει την αξία της προσφοράς και της αλληλεγγύης. Είχε τόσο το ίδιο στερηθεί την αγάπη και τη φροντίδα, που συναισθανόταν τον πόνο του άλλου και ήθελε να βοηθάει με οποιοδήποτε κόστος. Επιπλέον, έβλεπε μέσα σε όλους τη μάνα του που κάποτε είχε διώξει και βοηθώντας τους άλλους, εξέφραζε τη μεταμέλειά του στην πράξη. Καθώς η συμπεριφορά του άλλαξε, άλλαζε και η μορφή του. Το Αστερόπαιδο δίχως να το καταλάβει μεταμορφώθηκε και πάλι σε ένα πανέμορφο παιδί. Όταν αργότερα βρήκε τους γονείς του και έγινε βασιλιάς της χώρας, έδειξε μεγάλη δικαιοσύνη και συμπόνια σε όλους. Όσο κυβερνούσε δεν ανεχόταν να φέρεται κανείς σκληρά ούτε στα ζώα, ούτε στα πουλιά, ούτε καν στα δέντρα και τα φυτά. Δίδασκε μόνο την αγάπη, την καλοσύνη και την προσφορά. Στις μέρες του όλοι οι άνθρωποι ζούσαν σαν αδέρφια, υπήρχε Ειρήνη κι αφθονία στη χώρα και η ομορφιά βασίλευε παντού.

Προτάσεις για συζήτηση

Λέγεται ότι ο καλός και ενάρετος χαρακτήρας έχει μεγάλη δύναμη. Αυτός ήταν που τελικά μεταμόρφωσε το Αστερόπαιδο και το έκανε και πάλι όμορφο.

Ο γνωστός φιλόσοφος, καθηγητής του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης και πρόεδρος της Ινδίας (1962-1967) Σ. Ραντακρίσαν λέει: *“Ο χαρακτήρας είναι δύναμη. Πλούτη, ευρυμάθεια, κοινωνική κατάσταση, εξουσία, είναι όλα αδύναμα κι εύθραυστα μπροστά στον καλό χαρακτήρα”*.

Οι αξίες και οι αρετές, που κάποιος βάζει σε εφαρμογή, συνθέτουν τον καλό χαρακτήρα. Γι αυτό και ο Αϊνστάιν είπε: *“Μη σ’ ενδιαφέρει αν θα γίνεις άνθρωπος επιτυχίας, αλλά άνθρωπος αξίας”*

**Βασική Αξία
Η ΔΥΝΑΜΗ
ΤΟΥ ΚΑΛΟΥ
ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ**

Σήμερα οι άνθρωποι γνωρίζουν την τιμή όλων των πραγμάτων, αλλά αγνοούν την αξία τους
Όσκαρ Ουάιλντ

Κάποτε ένας δάσκαλος ρώτησε την τάξη του:

«Ποιος είναι ο πιο σημαντικός άνθρωπος της εποχής μας;

Ποιος είναι ο πιο σημαντικός ηγέτης της εποχής μας;

Ποιος είναι αυτός που επηρεάζει περισσότερο την κοινωνία μας;»

Τα παιδιά σήκωσαν ένα-ένα τα χέρια τους και είπαν διάφορα ονόματα: Μαχάτμα Γκάντι, Αϊνστάιν, Μάρτιν Λούθερ Κίνγκ, Μητέρα Τερέζα κ.α.

Όλες οι απαντήσεις ήταν υπέροχες, όμως ο δάσκαλος τούς είπε πως καμιά δεν ήταν αυτή που ήθελε να ακούσει. Έδειξε ένα κλειστό κουτί που ήταν πάνω στην έδρα και είπε:

«Εδώ μέσα είναι η φωτογραφία του ηγέτη της εποχής μας. Θέλω να το πάρετε ένας-ένας, να το ανοίξετε και να δείτε αυτόν το σημαντικό άνθρωπο. Προσέξτε, δε θέλω να κάνετε κανένα σχόλιο, για να μην αποκαλύψετε την ταυτότητά του μέχρι όλοι να δουν τη μορφή του στο κουτί.»

Πράγματι, ένα προς ένα τα παιδιά πήραν στα χέρια τους το κουτί, το άνοιξαν, κοίταξαν μέσα, το έκλεισαν και το πέρασαν στον επόμενο. Κάθε φορά που ένα παιδί κοίταζε μέσα στο κουτί, μπορούσες να δεις την έκπληξη στα μάτια του. Δεν του είχε περάσει από το μυαλό πως αυτός ο άνθρωπος, του οποίου την εικόνα έβλεπε μέσα στο κουτί ήταν τόσο σημαντικός! Άλλα παιδιά χαμογελούσαν, άλλα έβγαζαν επιφωνήματα και κάνα δύο έβαλαν τα κλάματα συγκινημένα. Όταν το κουτί πέρασε στα χέρια και του τελευταίου παιδιού, στην τάξη επικράτησε βαθιά ησυχία και στα μάτια των παιδιών μια φλόγα αυτοπεποίθησης. Βλέπετε μέσα στο κουτί δεν υπήρχε φωτογραφία, αλλά ένας καθρέφτης. Το κάθε παιδί έβλεπε τον εαυτό του μέσα στο κουτί.

Ο δάσκαλος είπε: *«Ο καθένας σας είναι ο ηγέτης της ζωής του. Δουλέψτε πάνω στον εαυτό σας, αναδείξτε τις αρετές και τις αξίες σας, ζήστε σύμφωνα με τα υψηλά ιδανικά σας. Και να θυμάστε. Είμαστε όλοι συνδεδεμένοι. Όλοι επηρεάζουμε όλους. Ο κόσμος εξαρτάται από τον καθένα μας. Εξαρτάται από τις σκέψεις τα λόγια και τις πράξεις του καθενός από εμάς.»*



ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



Βρες το ταίρι σου

Το κάθε ζευγάρι συμφωνεί σε ένα δικό του χαρακτηριστικό ήχο. Τα ζευγάρια χωρίζονται και όλα τα παιδιά προχωρούν στο χώρο με κλειστά μάτια, σε διάφορες κατευθύνσεις. Ο εμπυχωτής κάποια στιγμή τους ζητάει να κάνουν τον ήχο τους. Ο καθένας κάνει τον ήχο του και με κλειστά μάτια ψάχνει να πλησιάσει και να αναγνωριστεί από το ταίρι του. Όσοι τα καταφέρνουν αποσύρονται.

Ο Βασιλιάς

Τα παιδιά "τα βγάζουν" κι ένας τους γίνεται βασιλιάς. Ο βασιλιάς κάθεται κάπου, ενώ οι άλλοι απομακρύνονται για να διαλέξουν ποιο επάγγελμα θα παραστήσουν και με ποιες κινήσεις. Όταν τελειώσουν, επισκέπτονται τον βασιλιά και ακολουθεί ο παρακάτω διάλογος:

- Βασιλιά, βασιλιά με τα 12 σπαθιά, τι δουλειά;
- Τεμπελιά!
- Και τα ρέστα;
- Παγωτά.
- Είπε η γιαγιά να μας κάνεις μια δουλειά.
- Τι δουλειά;

Τότε τα παιδιά κάνουν τις κινήσεις του επαγγέλματος που διαλέξανε. Αν ο βασιλιάς το καταλάβει, το φωνάζει και κυνηγάει. Το παιδί που θα πιάσει γίνεται βασιλιάς. Αν δεν καταλάβει το επάγγελμα, ξανακάθεται και τα παιδιά μιμούνται κάτι άλλο.