

ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ

Σημείωμα του εκδότη	1
Καιρός και Διάθεση	1
Το διαζύγιο στη ζωή του παιδιού	2
Πότε το παιδί χρειάζεται εργοθεραπευτική αξιολόγηση	3
Όταν το παιδί δεν ξεκολλά από το «ιντερνετ»	4
Μαθήματα «πειθαρχίας» από τον δάσκαλο του παιδιού μας	4
Εκτελεστικές δεξιότητες και παιδί με μαθησιακές δυσκολίες	5
Στήλη του παιδιού: Δραστηριότητες	6,8
Οι μικροί Δημοσιογράφοι	7,8

Προσέγγιση

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΕΚΦΡΑΣΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΗΣ ΑΠΟΨΗΣ

ΤΕΥΧΟΣ 47 / ΜΑΡΤΙΟΣ 2014

ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΕΚΔΟΤΗ

Αντί προλόγου σε αυτό το τεύχος της εφημερίδας, βρήκα στη διεύθυνση doctv.gr ένα απόσπασμα από το βιβλίο του Robert Fulghum, «Όσα πραγματικά θα έπρεπε να ξέρω τα έμαθα στο νηπιαγωγείο», εκδ. Λύχνος. Είναι τόσο όμορφο! Δεν συμφωνείτε;

«Η ΣΟΦΙΑ ΔΕ ΒΡΙΣΚΟΤΑΝ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΒΟΥΝΟΥ, ΑΛΛΑ ΕΚΕΙ, ΣΤΑ ΒΟΥ-ΝΑΛΑΚΙΑ ΑΠΟ ΑΜΜΟ, ΣΤΟ ΝΗ-ΠΙΑΓΩΓΕΙΟ. ΑΥΤΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ: Να μοιράζεσαι τα πάντα. Να παίζεις τίμια. Να μη χτυπάς τους άλλους. Να βάζεις τα πράγματα πάλι εκεί που τα βρήκες. Να καθαρίζεις τις τσαπατσουλές σου. Να μην παίρνεις τα πράγματα που δεν είναι δικά σου. Να λες συγγνώμη, όταν πηλώνεις κάποιον. Να πλένεις τα χέρια σου πριν από το φαγητό. Να κοκκινίζεις.

ΖΕΣΤΑ ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ ΚΑΙ ΚΡΥΟ ΓΑΛΑ ΚΑΝΟΥΝ ΚΑΛΟ. Να ζεις μια ισορροπημένη ζωή, να μαθαίνεις λίγο, να σκέπτεσαι λίγο, να σχεδιάζεις, να ζωγραφίζεις, να τραγουδάς, να χορεύεις, να παίζεις και να εργάζεσαι κάθε μέρα από λίγο. Να παίρνεις έναν υπνάκο το απόγευμα.

ΟΤΑΝ ΒΓΑΙΝΕΙΣ ΕΞΩ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ, να προσέχεις την κίνηση, να κρατιέσαι από το χέρι και να μένεις μαζί με τους άλλους. Να αντιλαμβάνεσαι τα θαύματα. Να θυμάσαι το μικρό σπόρο μέσα στο δοχείο από φελιζόλ. Οι ρίζες πάνε προς τα κάτω και το φυτό προς τα πάνω. Κανείς πραγματικά δεν ξέρει πώς και γιατί, αλλά όλοι μας μοιάζουμε σ' αυτό. Τα χρυσόψαρα, τα χάμστερς, τα άστρα ποντίκια, ακόμη κι ο μικρός σπόρος μέσα στο πλαστικό δοχείο, όλα πεθαίνουν. Το ίδιο κι εμείς. Να θυμάσαι τελικά τα βιβλία και την πρώτη λέξη που έμαθες την πιο μεγάλη απ' όλες: τη λέξη ΚΟΙΤΑ.

ΟΛΑ ΟΣΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΤΕ, ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΚΑΠΟΥ ΕΔΩ ΜΕΣΑ. Ο χρυσός κανόνας, η αγάπη

και οι βασικές αρχές υγιεινής, η οικολογία, η πολιτική, η ισότητα και η υγιεινή ζωή. Πάρτε μια απ' αυτές τις συμβουλές, εκφράστε την με επιτηδευμένη ορολογία ενηλίκων και εφαρμόστε τη στην οικογενειακή σας ζωή, στην εργασία σας, στην κυβέρνησή σας, στον κόσμο σας και θα παραμείνει αληθινή, ξεκάθαρη, σταθερή. Σκεφτείτε πόσο καλύτερος θα ήταν ο

κόσμος, αν όλοι εμείς οι άνθρωποι τρώγαμε γάλα με κουλουράκια γύρω στις τρεις το απόγευμα και μετά ξαπλώναμε κάτω από τις κουβέρτες για έναν υπνάκο. Ή, αν όλες οι κυβερνήσεις είχαν ως βασική αρχή να βάζουν πάντα τα πράγματα εκεί που τα βρήκαν και να καθαρίζουν τις τσαπατσουλές τους.

ΕΙΝΑΙ ΑΚΟΜΑ ΑΛΗΘΕΙΑ, ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ ΣΑΣ, πως όταν βγαίνετε στον έξω κόσμο, είναι καλύτερα να κρατιέστε από το χέρι και να μένετε μαζί με τους άλλους.

[...] ΤΕΛΙΚΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΣΑΣ ΠΩ ΠΩΣ ΕΧΩ ΑΔΕΙΑ ΠΑΡΑΜΥΘΑ. Ένας φίλος μου μου την έβγαλε και την κρέμασε στον τοίχο, πάνω από το γραφείο μου. Αυτή η άδεια μου επιτρέπει να χρησιμοποιώ τη φαντασία μου, για να ξαναβάζω σε σειρά τις εμπειρίες μου και να προωθώ το μύθο, όσο αυτός εξυπηρετεί κάποια όψη της αλήθειας. Ακόμη περιέχει το «πιστεύω» ενός παραμυθιού:

ΠΙΣΤΕΥΩ ΟΤΙ Η ΦΑΝΤΑΣΙΑ ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΗ ΑΠΟ ΤΗ ΓΝΩΣΗ. Ότι ο μύθος είναι πιο δραστήσιος από την ιστορία. Ότι τα όνειρα είναι πιο ισχυρά από τα γεγονότα. Ότι η ελπίδα πάντα θριαμβεύει έναντι της εμπειρίας. Ότι το γέλιο είναι η μόνη θεραπεία της θλίψης. Και πιστεύω ότι η αγάπη είναι πιο δυνατή από το θάνατο.»

Καλό μήνα σε όλους με φαντασία και γάλα με κουλουράκια!



Πώς ο καιρός επηρεάζει τη διάθεση και τις γνωστικές μας λειτουργίες

[...]Για τα τελευταία 20 χρόνια, οι ερευνητές γνωρίζουν ότι οι καιρικές συνθήκες, ιδίως οι εποχιακές μεταβολές των καιρικών φαινομένων που σχετίζονται με έκθεση στο ηλιακό φως, μπορεί να επηρεάσουν δραματικά τις διαθέσεις και τα συναισθήματα των λαών. Αλλά ξέρατε ότι οι εποχές μπορεί να επηρεάσουν επίσης τη μνήμη σας, την ταχύτητα και άλλες γνωστικές διαδικασίες;

Σε μια μελέτη που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό Psychological Science (Berman, M.G., et. al., 2008), οι επιστήμονες του Πανεπιστημίου του Μίσιγκαν μελέτησαν τις επιδράσεις της μεταβολής του καιρού, στη διάθεση των μαθητών και τις γνωστικές ικανότητές τους. Η μελέτη διαπίστωσε, ότι οι αξιολογήσεις σχετικά με την διάθεση των μαθητών και την απόδοση της μνήμης

τους βελτιώθηκε όταν ο καιρός ήταν καλύτερος, ειδικά τις ημέρες με περισσότερο φως του ήλιου.

Αρκετές μελέτες για την συσχέτιση μεταξύ καιρικών συνθηκών και ψυχολογικών αλλαγών απέφεραν ανάμεικτα αποτελέσματα. Εν μέρει, αυτή η ασυνέπεια μπορεί να προκύπτει επειδή οι ψυχολογικές επιπτώσεις του καιρού καθορίζονται από δύο σημαντικούς παράγοντες: την εποχή και τον χρόνο που βρισκόμαστε έξω. Σε δύο μελέτες συσχέτισης και ένα πείραμα (Keller M.C. et. al., 2005) ο ευχάριστος καιρός (υψηλότερη θερμοκρασία ή βαρομετρική πίεση) συσχετίστηκε με καλύτερη διάθεση, καλύτερη μνήμη, και καλύτερη γνωστική λειτουργία κατά τη διάρκεια της άνοιξης, καθώς ο χρόνος που τα άτομα βρίσκονταν έξω από το σπίτι είχε αυξηθεί.



Οι ίδιες σχέσεις μεταξύ

της διάθεσης και των καιρικών συνθηκών δεν παρατηρήθηκαν κατά τη διάρκεια άλλων εποχών του χρόνου και ο θερμότερος καιρός συσχετίστηκε με χαμηλότερη διάθεση το καλοκαίρι.

Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν με τα πορίσματα για την εποχιακή συναισθηματική διαταραχή και δείχνουν ότι οι ευχάριστες καιρικές συνθήκες βελτιώνουν τη διάθεση και διευρύνουν τη γνωστική λειτουργία την άνοιξη, διότι οι άνθρωποι έχουν στερηθεί τέτοιο καιρό κατά τη διάρκεια του χειμώνα.

Πηγή: Ψυχογραφηματα.com

Κείμενο: Μαρία Μπάδα, Ψυχολόγος

Το διαζύγιο στην ζωή του παιδιού

Σαμοίλης Γιώργος, Ψυχολόγος Συμβουλευτικής, Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Ο χωρισμός των γονέων και το συνακόλουθο διαζύγιο αποτελεί μια πολυσύνθετη ψυχοσυναισθηματική κατάσταση που επηρεάζει συνολικά το οικογενειακό σύστημα και επιφέρει σειρά αλλαγών. Είναι ευνόητο πως το οικογενειακό σύστημα υπόκειται σε σύνθετες και αλληλεπιδραστικές μεταβολές που επηρεάζουν το κάθε μέλος σύμφωνα με το αναπτυξιακό του στάδιο και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του.

Παρακάτω παρατίθενται ορισμένες κατευθύνσεις προς γονείς και δασκάλους που έχουν αποδειχθεί ερευνητικά ότι βοηθούν τα παιδιά να επεξεργαστούν όσο το δυνατόν αποτελεσματικότερα την επίπονη διεργασία του διαζυγίου των γονέων τους. Σε κάθε περίπτωση, αξίζει να τονιστεί ότι το διαζύγιο στην ζωή ενός παιδιού αποτελεί μια πολύ δύσκολη και συναισθηματικά φορτισμένη περίοδο που χρειάζεται χρόνος και προσπάθεια για την επεξεργασία του.

Κατευθύνσεις συμβουλευτικής στήριξης προς γονείς :

- Οι γονείς ενημερώνουν τα παιδιά για το χωρισμό μόνο όταν είναι βέβαιοι και έχουν πάρει τελεσίδικη απόφαση
- Ο γονέας προσπαθεί να αποφεύγει τις κατηγορίες για τον άλλο γονέα
- Οι γονείς ενημερώνουν τα παιδιά ότι δεν είναι «υπεύθυνα» για τις σχέσεις των γονέων τους
- Συνιστάται να αποφεύγονται οι προσπάθειες εμπλοκής των παιδιών στις όποιες συγκρούσεις των γονέων
- Ενισχύουμε τα παιδιά να εκφράζουν τις απορίες τους αλλά και τα συναισθήματα τους σχετικά με την κατάσταση
- Οι γονείς δείχνουν κατανόηση και αποδοχή για αυτά τα συναισθήματα, ενθαρρύνουν την έκφρασή τους
- Διατηρείται όσο το δυνατόν περισσότερο σταθερότητα στο περιβάλλον του παιδιού
- Οι γονείς διατηρούν τα όρια και τις απαιτήσεις (π.χ. στον μαθησιακό τομέα) με τον ίδιο τρόπο όπως και πριν, αν και μπορεί να είναι λίγο πιο διαλλακτικοί στα πρώτα στάδια του διαζυγίου
- Ενθαρρύνονται τα παιδιά να έχουν ποιοτική σχέση και με τους δύο γονείς παρόλο που πλέον ζουν χωρία

Κατευθύνσεις συμβουλευτικής στήριξης προς δασκάλους:

- Είναι σημαντικό οι δάσκαλοι να καταλαβαίνουν τις διαφορετικές αντιδράσεις των παιδιών διαφορετικής αναπτυξιακής ηλικίας
- Να βοηθήσουν τα παιδιά να κατανοήσουν ότι τα συναισθήματα που βιώνουν είναι «φυσιολογικά»
- Δείχνουν κατανόηση και αποδοχή
- Δείχνουν περισσότερη προσοχή και βοήθεια με διακριτικό τρόπο ιδιαίτερα στα πρώτα στάδια του χωρισμού
- Αυξάνουν προοδευτικά τις μαθησιακές απαιτήσεις τους
- Ενθαρρύνουν την επικοινωνία και με τους δύο γονείς του παιδιού
- Να αναφέρουν στον γονέα αν παρατηρήσουν κάποια συμπεριφορά ή κατάσταση που τους προβληματίζει η οποία δεν υπήρχε πριν το διαζύγιο (π.χ. το παιδί είναι πιο μοναχικό από ότι συνήθως)
- Γενικά οι εκπαιδευτικοί είναι σημαντικό :
- Να συζητούν για τις διαφορετικές μορφές οικογένειας που υπάρχουν
- Να προσαρμόζουν τις μαθησιακές απαιτήσεις και δραστηριότητες της τάξης με τρόπο που λαμβάνει υπόψιν τις δια-

φορετικές μορφές οικογένειας έτσι ώστε τα παιδιά χωρισμένων γονέων να μην νιώθουν ότι αποκλείονται από την διαδικασία

- Να δημιουργούν κλίμα ουσιαστικής και ποιοτικής επικοινωνίας με τα παιδιά της τάξης έτσι ώστε η ομάδα να λειτουργεί ως υποστηρικτικό δίκτυο

Παιδιά προσχολικής ηλικίας (0-6 ετών)

Τα παιδιά αυτής της ηλικίας είναι ιδιαίτερα εύαλτα στο χωρισμό των γονιών τους εξαιτίας της νευρογνωστικής τους αδυναμίας να τον κατανοήσουν. Σύμφωνα με ερευνητικά δεδομένα, οι τυπικές εκδηλώσεις σε έναν χωρισμό σε αυτό το εξελικτικό στάδιο συμπεριλαμβάνουν τις ακόλουθες: φόβος, θλίψη, άγχος, θυμός, επιθετικότητα, παλινδρομήσεις, διαταραχές ύπνου και διατροφής, αυξημένη αυτοερωτική δραστηριότητα και διαταραχές της απέκκρισης.

Παιδιά σχολικής ηλικίας (6-12 ετών)

Αποτελέσματα ερευνών δείχνουν ότι τα παιδιά αποκρίνονται στον χωρισμό των γονέων τους με αντιδράσεις όπως θλίψη, απόσυρση, ντροπή, φόβος, φαντασιώσεις για προσωπική ευθύνη του παιδιού, θυμός, οργή, μετάθεση του θυμού σε άλλα άτομα του περιβάλλοντος του παιδιού, προβλήματα διαπροσωπικής και ενδοπροσωπικής συμπεριφοράς στο σπίτι και στο σχολείο, αναζήτηση των αιτίων του διαζυγίου καθώς και εσωτερικές συγκρούσεις προκειμένου να πάρουν την θέση «υπέρ» του ενός ή του άλλου γονέα. Τα αγόρια συνήθως παρουσιάζουν εξωτερικευμένα προβλήματα συμπεριφοράς και μείωση της σχολικής τους επίδοσης, θυμό και μερικές φορές επιθετικότητα, ενώ τα κορίτσια παρουσιάζουν περισσότερο εσωτερικευμένα προβλήματα συμπεριφοράς (όπως για παράδειγμα διαταραχές της διάθεσης).

Παιδιά εφηβικής ηλικίας (12-18 ετών)

Οι έφηβοι παρόλο που έχουν την γνωστική ικανότητα και τις στρατηγικές αντιμετώπισης του διαζυγίου των γονιών τους αποδεικνύεται και γι αυτούς σύμφωνα με μελέτες μια εξαιρετικά επώδυνη διαδικασία καθώς παράλληλα με αυτό το γεγονός αντιμετωπίζουν ήδη και την μεγάλη αναπτυξιακή μεταβολή που συμβαίνει και στους ίδιους λόγω της φύσης της εφηβείας (βιολογικές αλλαγές, σεξουαλικότητα, διαπροσωπικές-κοινωνικές σχέσεις, επίλυση συγκρούσεων, επαγγελματικός προσανατολισμός κ.τ.λ.). Οι έφηβοι συνήθως αντιμετωπίζουν προβλήματα διαπροσωπικής και ενδοπροσωπικής συμπεριφοράς στο σπίτι και στο σχολείο, μείωση σχολικής επίδοσης, συγκρούσεις με γονείς και δυσκολίες στην επίτευξη της αυτονομίας.

Ανεξάρτητα από το αναπτυξιακό στάδιο το οποίο διέρχεται το παιδί το σημαντικότερο ίσως στοιχείο είναι να το βοηθήσουμε όχι να ξεχάσει, αλλά να νοηματοδοτήσει τις νέες αυτές εμπειρίες του και να τις εντάξει στην προσωπική ιστορία της οικογένειας του ανεξάρτητα από το ποια μορφή έχει πλέον πάρει η οικογένεια.

Βιβλιογραφία:

Απώλειες στην ζωή του παιδιού, Επιμέλεια Μυρτώ Νίλσεν, Αθήνα 2005. Κεφάλαιο: «στηρίζοντας τα παιδιά μετά το χωρισμό των γονέων», Χρυσή Χατζηχρήστου, Εκδόσεις Μέριμνα.



Πότε το παιδί χρειάζεται Εργοθεραπευτική Αξιολόγηση (μέρος Α')

Παπασταύρου Αναστασία, Εργοθεραπεύτρια S.I.T., Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΕ ΒΡΕΦΗ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΑ 0-2ΕΤΩΝ

**Χρειάζεται το μωρό μου αξιολόγηση
εργοθεραπείας ;**

Εάν το μωρό σας παρουσιάζει 3 ή περισσότερες από τις παρακάτω δυσκολίες μιλήστε στον εργοθεραπευτή σας.

1. ξαφνιάζεται εύκολα [φυσιολογικό για 0-3 μηνών]
 2. ελαττωμένος μυϊκός τόνος
 3. όταν κλαίει δεν μπορεί να σταματήσει εύκολα
 4. δεν μπορεί να φέρει τα 2 χέρια μαζί και να κάνει παλαμάκια ή να χτυπήσει μαζί δύο παιχνίδια
 5. με δυσκολία ρολλάρει μπουσουλάει, κάθεται ή στέκεται
 6. βαβουλίζει με δυσκολία
 7. δεν εξερευνά το περιβάλλον
 8. δε μπορεί να χτίσει έναν πύργο με τουβλάκια
 9. έχει συχνά τα χέρια του κλειστά
 10. δεν του αρέσει να βρίσκεται μπρούμυτα
 11. δεν του αρέσει το μπάνιο
 12. τεντώνεται όταν το κρατάνε αγκαλιά, δεν του αρέσει
 13. δεν του αρέσει να του αλλάζουν πάνες ή ρούχα
 14. δυσκολίες με το θήλασμα και γενικά με το φαγητό
- έχει δυσκολίες με τον ύπνο, δεν μπορεί να ησυχάσει

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΕ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

[3-5 ΕΤΩΝ]

**Χρειάζεται το παιδί μου αξιολόγηση
εργοθεραπείας ;**

Εάν το παιδί σας παρουσιάζει 3 ή περισσότερες από τις παρακάτω δυσκολίες, μιλήστε στον εργοθεραπευτή σας.

1. αρνείται να παίξει με παιχνίδια της ηλικίας του ή να αυτούπηρετηθεί
2. ελαττωμένος μυϊκός τόνος, φαίνεται αδύναμος
3. αδέξιο, πέφτει εύκολα και συχνά
4. πέφτει πάνω σε έπιπλα ή σε άλλους και έχει δυσκολία στο να υπολογίζει τη θέση του σώματός του σε σχέση με το περιβάλλον
5. σπάει εύκολα τα παιχνίδια ή τα κραγιόνια του

6. δεν του αρέσει να πηδάει να κάνει κούνια ή να ανεβαίνει πάνω σε ψηλά αντικείμενα



7. έχει δυσκολία να ζωγραφίζει μέσα στις γραμμές να κάνει παζλ ή να κόβει με το ψαλίδι
8. η ανάπτυξη λόγου και ομιλίας έχει καθυστέρηση
9. υπερκίνητικό, δεν μπορεί να ησυχάσει
10. δεν του αρέσει να είναι μπρούμυτα
11. δεν του αρέσει το μπάνιο, το κόψιμο μαλλιών ή νυχιών, αγκαλιές φιλιά
12. είναι υπερευαίσθητο στις μυρωδιές, γεύσεις, θορύβους ή άγγιγμα
13. αποφεύγει την παιδική χαρά έχει δυσκολίες στον ύπνο

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΕ ΠΑΙΔΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

[6-12 ΕΤΩΝ]

**Χρειάζεται το παιδί μου αξιολόγηση
εργοθεραπείας ;**

Εάν το παιδί σας παρουσιάζει 3 ή περισσότερες από τις παρακάτω δυσκολίες, μιλήστε στον εργοθεραπευτή σας.

1. δεν μπορεί να συγκεντρωθεί ή συγκεντρώνεται υπερβολικά και δεν μπορεί να μεταβεί στην επόμενη δραστηριότητα
2. ελαττωμένος μυϊκός τόνος, έχει την τάση να στηρίζει το κεφάλι του στα χέρια του όταν κάθεται στο θρανίο του
3. χρειάζεται περισσότερο εξάσκηση από τα υπόλοιπα παιδιά στο να μάθει καινούρια πράγματα
4. αντιστρέφει γράμματα και αριθμούς όπως το ε και το 3, δεν αφήνει αρκετό διάστημα μεταξύ των γραμμάτων και των λέξεων όταν γράφει
5. σπάει εύκολα τα μολύβια του ή γράφει με υπερβολική πίεση πάνω στο χαρτί
6. δεν του αρέσει να πηδάει, η κούνια ή να ανεβαίνει σε ύψη
7. δεν του αρέσει το γράψιμο, κουράζεται εύκολα στη διάρκεια σχολικής δουλειάς
8. έχει δυσκολία στο να ακολουθεί προφορικές οδηγίες
9. υπερκίνητικό, δεν μπορεί να ησυχάσει

10. έχει ελαττωμένη αυτοπεποίθηση
11. δεν του αρέσει το κολύμπι, το μπάνιο στο σπίτι, το κόψιμο μαλλιών και νυχιών, φιλιά και αγκαλιές
12. είναι υπερευαίσθητο στις μυρωδιές, γεύσεις, θορύβους ή άγγιγμα
13. αποφεύγει τη γυμναστική ή τα σπορ
14. έχει δυσκολία στο να κάνει φίλους της ίδιας ηλικίας, προτιμά να παίζει με ενήλικες ή παιδιά μικρότερης ηλικίας

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΣ ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Πότε χρειάζεται αξιολόγηση εργοθεραπείας ;

Εάν παρουσιάζει 3 ή περισσότερες από τις παρακάτω δυσκολίες, μιλήστε στον εργοθεραπευτή.

1. δυσκολία με την ισορροπία, χάνει τον προσανατολισμό του ή και φοβάται ανελκυστήρες και κυλιόμενες σκάλες
 2. κουράζεται εύκολα, έχει την τάση να στηρίζει το κεφάλι του στα χέρια του όταν κάθεται στο γραφείο του
 3. είναι επιρρεπής σε ατυχήματα και αδέξιος σε δραστηριότητες καθημερινής ζωής
 4. δεν του αρέσει να είναι σε πλήθος ανθρώπων ή να τον ακουμπούν [στην ουρά για το λεωφορείο, στον κινηματογράφο, στην αγορά]
 5. δεν ανέχεται να τον πλησιάζουν από πίσω ή να τον ακουμπάνε απροσδόκητα
 6. δυσκολία στο να διατηρεί ρομαντικές σχέσεις, να δέχεται αγκαλιές και φιλιά
 7. έχει κακή οργάνωση στο σπίτι και στη δουλειά
 8. δυσκολία στο να ακολουθεί προφορικές οδηγίες κυρίως για δραστηριότητες που απαιτούν κίνηση [επιδιορθώματα, συναρμολογήσεις, νέα σπορ]
 9. δυσκολία με την οδήγηση αυτοκινήτου, παρκάρισμα, αλλαγή ταχυτήτων ή με την είσοδο σε μεγάλες λεωφόρους από πλαινούς δρόμους
 10. ελαττωμένη αυτοπεποίθηση
- δεν μπορεί να συγκεντρωθεί ή συγκεντρώνεται υπερβολικά και δεν μπορεί να μεταβεί στην επόμενη δραστηριότητα

Patricia L. Oetter, M.A., L/OTR, FAAO,
Ελίζα Μάγκλαρη, MS, L/OTR, BCP

Sensory Integration International 2001

ΑΠΟΚΟΜΜΑΤΑ...

Όταν το παιδί δεν ξεκολλά από το Ιντερνετ!

Η χηρό καμπανάκι προς γονείς και εκπαιδευτικούς για το σοβαρό πρόβλημα του εθισμού των νέων στο Διαδίκτυο, χτυπούν παιδοψυχίατροι και ψυχοθεραπευτές. Σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία, το πρόβλημα τείνει να πάρει διαστάσεις «επιδημίας» σε παγκόσμιο επίπεδο καθώς στην Ασία το ποσοστό εθισμού είναι πάνω από 10%, στην Αμερική φτάνει το 7,5% και στην Ελλάδα βρίσκεται κοντά στο 10%.

Τα ύποπτα σημάδια

Τα ανησυχητικά σημάδια είναι πολλά. Η παιδοψυχίατρος Μερσύνη Αρμενάκα εξηγεί ότι πρέπει οι γονείς να κινητοποιηθούν αν το παιδί:

- Έχει καθημερινή πολύωρη πλοήγηση στο Διαδίκτυο.
- Παραμελεί τις υποχρεώσεις του λόγω της πλοήγησης.
- Έχει μειωμένη απόδοση στο σχολείο.
- Προτιμά την πλοήγηση από την επαφή με κάποιο φίλο ή μέλος της οικογένειας.
- Γίνεται επιθετικό σε ερωτήσεις γύρω από τη χρήση του Διαδικτύου.
- Σκέφτεται ότι η ζωή θα είναι ανιαρή χωρίς το Ιντερνετ.
- Χάνει ώρες ύπνου εξαιτίας πολλών ωρών παραμονής στο Διαδίκτυο.
- Προσπαθεί να κρύψει πόσες ώρες είναι online.
- Προτιμά την πλοήγηση από την έξοδο με φίλο από το σπίτι.
- Έχει μεγάλο εκνευρισμό.
- Αποτυγχάνει, ύστερα από συζήτηση, να μειώσει τις ώρες στο Ιντερνετ παρά την προσπάθειά του.

Οι πρώτες τους κινήσεις θα πρέπει να είναι ο έλεγχος του email, του facebook και του twitter, ενώ παράλληλα θα πρέπει να ζητήσουν τη γνώμη ενός παιδοψυχίατρου.

Η θεραπεία είναι είτε ατομική ψυχοθεραπεία βασισμένη σε Γνωσιακού Τύπου παρεμβάσεις και ψυχοεκπαίδευση, είτε ομαδική και οικογενειακή ψυχοθεραπεία σε εξειδικευμένα κέντρα αντιμετώπισης του εθισμού στο Διαδίκτυο.

Σύμφωνα με τα στοιχεία, πρόσφατη έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (πανελλαδικό δείγμα 1.007 εφήβων 15-16 χρόνων) δείχνει ότι τα εθισμένα παιδιά έχουν χαμηλή βαθμολογία σχολείου (βαθμός <12) σε σύγκριση με αυτά που ασχολούνται με το Διαδίκτυο σε φυσιολογικό πλαίσιο.

Ελευθεροτυπία, Παρασκευή 28 Φεβρουαρίου

Μαθήματα «Πειθαρχίας» από τον δάσκαλο του παιδιού μας



Ο κλινικός παιδοψυχολόγος Dr. Kenneth Shore μας δίνει 10 βασικά και αποτελεσματικά μαθήματα πειθαρχίας που κάθε γονιός θα μπορούσε να «δανειστεί» από το δάσκαλο του παιδιού του.

1. Ο δάσκαλος...ξεκαθαρίζει τους ρόλους

Ο δάσκαλος πάντα βάζει ξεκάθαρους όρους. Εκείνος είναι ο δάσκαλος, η δουλειά του είναι να τους κάνει μάθημα και η δουλειά των παιδιών να μάθουν το μάθημά τους.

2. Ο δάσκαλος θέτει όρια

Τα παιδιά πάντα δοκιμάζουν τα όριά μας. Όταν λοιπόν τα παιδιά κάνουν χαζά πράγματα οι δάσκαλοι τα κοιτάζουν απλώς στα μάτια.

3. Ο δάσκαλος έχει ξεκαθαρισμένο μέσα του ότι δεν είναι φίλος με τα παιδιά

Αν ήταν έτσι θα τον φώναζαν Γιώργος ή Μαρία κι όχι «κύριο» και «κυρία». Το ίδιο ξεκαθαρίστε κι εσείς μέσα σας. Τα παιδιά έχουν ήδη φίλους, γονείς χρειάζονται

4. Ο δάσκαλος δεν υψώνει τη φωνή στην τάξη

Γιατί ξέρει ότι όσο δυνατά και να φωνάξει τα παιδιά πάντα μπορούν να φωνάξουν δυνατότερα. Κάντε το κι εσείς: Μιλήστε χαμηλόφωνα, χωρίς κορώνες και εξάρσεις στη φωνή. Αν χρειαστεί να φωνάξετε για να επιβάλετε την τάξη, μην το κάνετε παραπάνω από μια φορά την ημέρα.

5. Ο δάσκαλος απασχολεί δημιουργικά τα παιδιά

Γιατί ξέρει ότι αν είναι απασχολημέ να δεν θα κάνουν φασαρία.

6. Ο δάσκαλος ξέρει να επιβραβεύει το φιλότιμο των παιδιών

Πάντα οι δάσκαλοι επαινούν την τάξη τους και δεν παραλείπουν να πουν στα παιδιά πόσο περήφανοι είναι γι' αυτά, ότι είναι παιδιά με προοπτική και ότι μπορούν να γίνουν ότι θελήσουν στη ζωή τους. Δοκιμάστε την επιβράβευση και τον έπαινο και θα δείτε τη διαφορά!

7. Ο δάσκαλος δεν φοβάται να πει «δεν ξέρω»

Και τα παιδιά το εκτιμούν αυτό. Αυτό που χρειάζονται δεν είναι ανθρώπους ξερόλες, αλλά αληθινούς ανθρώπους γύρω τους

8. Ο δάσκαλος ξέρει ότι η εκπαίδευση ενός παιδιού είναι λειτουργία

Όπως άλλωστε και η μητρότητα και η ανατροφή του επίσης

9. Ο δάσκαλος ξέρει τη σημασία των σωστών προτύπων

Η αυτοπειθαρχία του δασκάλου είναι πρότυπο προς αντιγραφή. Το ίδιο και του γονιού

10. Ο δάσκαλος χρησιμοποιεί θετικά και υγιή μηνύματα για να διορθώσει την ανεπιθύμη συμπεριφορά

Για παράδειγμα αποφεύγει τους μειωτικούς χαρακτηρισμούς και αναφέρονται στην πράξη και όχι στην προσωπικότητα του παιδιού. Οι χαρακτηρισμοί στην προσωπικότητα παγιώνουν τις αρνητικές συμπεριφορές.

Πηγή: imommy.gr

Κείμενο: Ελένη Χαδιαράκου

Οι Εκτελεστικές Δεξιότητες και το παιδί με Μαθησιακές Δυσκολίες (μέρος Α')

Τσακίρη Μάρθα, Εργοθεραπεύτρια, Κέντρο ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Ως γονέας ενός παιδιού σχολικής ηλικίας με μαθησιακές δυσκολίες (Μ.Δ.), γνωρίζετε ότι τα βασικά πρότυπα της σκέψης όπως ο έλεγχος της παρόρμησης, η ευελιξία, ο σχεδιασμός, και η οργάνωση πρέπει σταθερά να αναπτύσσονται και να βελτιώνονται καθώς ένα παιδί προχωράει στο σχολείο. Αν δε γίνει αυτό, τα παιδιά αποτυγχάνουν με τον έναν ή τον άλλο τρόπο. Κάθε ανατεθέν έργο που δεν ολοκληρώνεται –ή που ολοκληρώνεται αλλά δεν παραδίδεται– κάθε χαμένο τετράδιο και κάθε αργοπορημένη, βιαστική εργασία, έχει ένα κόστος στην αυτοεκτίμηση του παιδιού (και στην υπομονή του γονέα). Το άγχος των επιδόσεων γίνεται όλο και πιο εξαντλητικό. Η πίεση της αίσθησης του κατακλυσμού οδηγεί κάποια παιδιά στην άσχημη συμπεριφορά, και άλλα στην απόσυρση. Μερικά παιδιά αποφασίζουν ότι είναι λιγότερο τρομακτικό το να μην προσπαθούν από το να προσπαθούν και να αποτυγχάνουν.

Αυτές οι εγκεφαλικά-βασίζόμενες συνήθειες είναι ζωτικής σημασίας για όλη τη μάθηση. Όλες μαζί ονομάζονται εκτελεστικές δεξιότητες.

Τι Είναι Οι Εκτελεστικές Δεξιότητες;

Ανεξάρτητα από το επάγγελμά σας, είστε εκτελεστικό όργανο με έναν τουλάχιστον τρόπο. Όλοι χρησιμοποιούν «εκτελεστικές δεξιότητες». Είτε βγάζετε έξω τις τσάντες για την ανακύκλωση είτε ετοιμάζετε μία ετήσια αναφορά, πρέπει να καταλαβαίνετε το ζητούμενο, να σχεδιάσετε τον πιο αποτελεσματικό τρόπο για να το κάνετε, να το διεκπεραιώσετε, και κάποιες φορές να αναθεωρήσετε ή να ξεκινήσετε από την αρχή. Κανείς δεν μπορεί να «εκτελέσει», τα πολλά πράγματα που πρέπει να κάνουν όλοι οι άνθρωποι χωρίς να ανατρέξει σε αυτές τις βασικές λειτουργίες.

Αν πληκτρολογήσετε «εκτελεστικές δεξιότητες» («executive skills») ή «εκτελεστική λειτουργικότητα» (“executive functioning”) στην αγαπημένη σας μηχανή αναζήτησης, θα έχετε εκατομμύρια αποτελέσματα. Είναι ένας ατυχής όρος, κατά κάποιο τρόπο, γιατί ακούγεται σαν ένα μάθημα για τους εκκολαπτόμενους διευθύνοντες συμβούλους. Σκεφτείτε το σαν μια κατηγορία-ομπρέλα μιας ομάδας διανοητικών διεργασιών με την οποία το παιδί με μαθησιακές δυσκολίες πιθανόν παλεύει, οι δεξιότητες οι οποίες μπορεί να έχουν ένα σοβαρό ακόμα και βαθύ αντίκτυπο στη σχολική επιτυχία.

Οι εκτελεστικές δεξιότητες αναπτύσσονται σταδιακά και σε διαφορετικούς ρυθμούς για διαφορετικούς ανθρώπους. Τα περισσότερα παιδιά παλεύουν κατά καιρούς με το σχεδιασμό, την οργάνωση και την διεκπεραίωση. Κάποια, μέσω της ωρίμανσης, της καλής διδασκαλίας, της δοκιμής και του λάθους, θα μπορέσουν πιο ανεξάρτητα να βρουν τρόπους να ξεπεράσουν ή να αντισταθμίσουν τις αδυναμίες στις εκτελεστικές τους δεξιότητες.

Οι μαθησιακές δυσκολίες, ωστόσο, περιπλέκουν αυτή την ανάπτυξη. Τα παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες σχεδόν πάντα έχουν δυσκολία σε μία ή περισσότερες εκτελεστικές δεξιότητες. Οι περιγραφές για τις αδυναμίες των εκτελεστικών δεξιοτήτων συνήθως υπερκαλύπτουν τις περιγραφές των μαθησιακών δυσκολιών. Και τα παιδιά με ΜΔ κατά πάσα πιθανότητα θα έχουν δυσκολία στην ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων από μόνα τους.

Όπως και με άλλα κομμάτια της εκπαίδευσης, τα παιδιά με ΜΔ έχουν μεγαλύτερη δυσκολία και χρειάζονται περισσότερη υποστήριξη. Οι αδυναμίες στις ζωτικής σημασίας συνήθειες



του νου μπορούν να οδηγήσουν σε μία σπείρα αποτυχίας και χαμηλής αυτοεκτίμησης. Τα καλά νέα είναι ότι μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί σας να αναγνωρίσει, να βελτιώσει και να δουλέψει γύρω από τις αδυναμίες του στις δεξιότητες σχεδιασμού και οργάνωσης

από τη στιγμή που θα ξέρετε τι να προσέξετε.

Οι αδυναμίες στις εκτελεστικές δεξιότητες είναι κατά πάσα πιθανότητα ένας πολύ σημαντικός λόγος στο γιατί ένα παιδί με ΜΔ δείχνει να μην μπορεί να οργανωθεί, χρονοτριβεί ατελείωτα, και δείχνει να υπονομεύει τον εαυτό του κάνοντας τις σχολικές του εργασίες χωρίς στη συνέχεια να τις παραδίδει. Όταν καταλαβαίνετε ποιές είναι οι εκτελεστικές δεξιότητες, μπορείτε να υποστηρίξετε καλύτερα τις οργανωτικές προκλήσεις του παιδιού σας στο σπίτι και, σε συνεργασία με τους δασκάλους, στο σχολείο.

Εκτελεστικές Δεξιότητες Και ΔΕΠ-Υ

Αν το παιδί σας έχει Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητα, είναι σίγουρο ότι θα έχει αδυναμίες στις εκτελεστικές δεξιότητες. Κάθε παιδί έχει διαφορετικές δυνατότητες και προκλήσεις, αλλά όλα τα παιδιά με ΔΕΠ-Υ χρειάζονται βοήθεια με τις εκτελεστικές δεξιότητες. Οι ερευνητές πιστεύουν τώρα ότι η ΔΕΠ-Υ είναι πρωτίστως μια διαταραχή των εκτελεστικών λειτουργιών, παρά της προσοχής. Τα παιδιά με αυτή τη διαταραχή δεν μπορούν να ρυθμίσουν τον εαυτό τους αρκετά καλά ώστε να είναι ικανά να σχεδιάσουν, να ελέγξουν την παρόρμηση τους, ή να οργανώσουν. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι τα παιδιά με αδυναμίες στις εκτελεστικές δεξιότητες, δεν έχουν όλα ΔΕΠ-Υ. Ωστόσο, όλα τα παιδιά με ΔΕΠ-Υ έχουν αδυναμίες σε μία ή σε περισσότερες εκτελεστικές λειτουργίες- γιατί τέτοιες αδυναμίες είναι μέρος του ορισμού της ΔΕΠ-Υ.

Οκτώ Σημαντικές Δεξιότητες

Επιστήμονες και ειδικοί εκπαιδευτικοί έχουν ποικίλες λίστες και περιγραφές των εκτελεστικών λειτουργιών. Κρατήστε στο μυαλό σας ότι η εξέλιξη της εκτελεστικής λειτουργικότητας είναι αναπτυξιακή και ποικίλει από παιδί σε παιδί. Καθώς θα διαβάζετε την παρακάτω λίστα δεξιοτήτων, θα παρατηρήσετε μία επικάλυψη στις περιγραφές και στα παραδείγματα. Αυτές οι δεξιότητες συνδέονται στενά, και η ίδια συμπεριφορά μπορεί να αντανακλά αδυναμίες σε περισσότερες από μία από αυτές. Ακόμη, αυτές οι δεξιότητες ίσως μπορούν να εξηγηθούν με τον ίδιο τρόπο που εξηγούνται οι μαθησιακές δυσκολίες. Αλλά οι εκτελεστικές δεξιότητες είναι βασικές στη μάθηση, ανεξάρτητα από τη δυσκολία.

1. **Έλεγχος παρόρμησης**- η ικανότητα να σταματάς και να σκέφτεσαι πριν πράξεις.
2. **Συναισθηματικός έλεγχος**- η ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων σκεπτόμενος τους στόχους.
3. **Ευελιξία**- η ικανότητα για αλλαγή στρατηγικής ή αναθεώρησης σχεδίων όταν αλλάζουν οι συνθήκες.
4. **Εργαζόμενη Μνήμη**- η ικανότητα να συγκρατείς πληροφορίες στο νου και να τις χρησιμοποιείς ώστε να ολοκληρώσεις μία εργασία.
5. **Αυτοδιόρθωση**- η ικανότητα της διόρθωσης και εκτίμησης της επίδοσης σου.
6. **Σχεδιασμός και Καθορισμός Προτεραιοτήτων**- η ικανότητα της δημιουργίας των βημάτων για την επίτευξη ενός στόχου και η λήψη αποφάσεων σχετικά με το που πρέπει να επικεντρωθεί.
7. **Έναρξη Δραστηριότητας**- η ικανότητα να αναγνωρίζεις πότε είναι η ώρα να ξεκινήσεις κάτι και πότε να ξεκινήσεις χωρίς να χρονοτριβείς.
8. **Οργάνωση**- η ικανότητα της δημιουργίας και της διατήρησης συστημάτων ώστε να παρακολουθείς τις πληροφορίες και τα υλικά.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)



Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ...

ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ

Θέματα κοινού ενδιαφέροντος

Δύο συμβουλές... πληροφορικής

Γεια σας, είμαι ο Ιάσοντας Φ. και σήμερα θα σας μάθω πώς να περνάτε αρχεία σε αφαιρούμενους δίσκους (Μονάδα Ε:) και να γράφετε Data CD.

Πρέπει να έχουμε:

1 άδειο CD

Το πρόγραμμα windows media player

Ένας υπολογιστής

CD-Rom

Μια συσκευή (τηλέφωνο, τάμπλετ) και ένα καλώδιο USB

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΡΧΕΙΑ

Συνδέουμε μια συσκευή (τάμπλετ, κινητό) μέσω καλωδίου USB στον υπολογιστή. Το τάμπλετ θα βγάλει μια ειδοποίηση. Θα την πατήσετε. Μόλις ανοίξετε την ειδοποίηση θα πατήσετε το κουμπί που λέει: «Σύνδεση μαζικής αποθήκευσης USB» και θα βγάλει ειδοποίηση στον υπολογιστή. Πατάτε X. Πατάτε δεξί κλικ στο αρχείο που επιθυμείτε και πηγαίνετε στο «αποστολή προς» και μετά πατήστε «Αφαιρούμενος δίσκος».

DATA CD

Τοποθετήστε ένα CD άδειο στο CD-ROM. Μόλις σας βγάλει ειδοποίηση στον Η/Υ θα πατήσετε το εικονίδιο που είναι στρογγυλό (χρήση με windows MEDIA player). Σέρνετε τα αρχεία που θέλετε στα windows media player και πατήστε «έναρξη εγγραφής».

Καλή επιτυχία!!!

Ιάσοντας, 9 ετών

Παραμυθοϊστορίες..

Το κλεμμένο διαμάντι

Μια μέρα όταν είχα πάει σε ένα μουσείο διαμαντιού είχα δει το ωραιότερο διαμάντι. Αποφάσισα τότε να το κλέψω. Μια μέρα πήγα ξανά και το πήρα. Τότε η αστυνομία με κυνήγησε αλλά πιάστηκαν στις παγίδες και εγώ τότε την έσκασα.

Άκου Άγρυπνος Τα μεσάνυχτα Α.Κ.

«Το δυνατό δαχτυλίδι»

Ήταν το πιο δυνατό δαχτυλίδι που το ήθελε η κόκκινη ομάδα πολεμιστών. Το ήθελε η μπλέ ομάδα. Αλλά δεν το ήθελε μόνη αυτή η ομάδα. Το ήθελε η μπλε ομάδα. Όταν ανακάλυψαν ότι το ήθελαν και οι δυο ομάδες και έτσι άρχισε ένας φρικτός πόλεμος

Αλέξανδρος, 7 ετών

Απόκριες

Άρθρα που δεν δημοσιεύτηκαν στο προηγούμενο τεύχος

«Το αγαπημένο μου αποκριάτικο πάρτι»

Το αγαπημένο μου αποκριάτικο πάρτι θα είχε ένα τεράστιο μπουφέ με νόστιμα φαγητά και ένα μάγο που να κάνει τα καλύτερα μαγικά στον κόσμο. Εκατομμύρια χρωματιστά μπαλόνια θα πετούσαν παντού και η μουσική θα ήταν στο τέρμα. Όλοι θα χόρευαν με τις φανταστικές τους στολές και θα τραγουδούσαν με χαρά. Θα ήταν το καλύτερο πάρτι της ζωής μου!

Βασίλης, 11 ετών

PARTY 4 EVER

Θέλω να κάνω ένα πάρτι που να έχω καλέσει όλους τους φίλους και να είναι αξέχαστο. Να κάνουμε πλάκες, να ακούμε μουσική, να κάνουμε βλακείες, να κάνουμε φασαρία όπως γίνεται σε όλα τα πάρτι κι ό,τι άλλο θέλουμε για να διασκεδάσουμε πολύ. Τέλος θα ήθελα μόλις φύγω από το Δημοτικό να το θυμούνται όλοι επειδή θα πάμε σε διαφορετικά Γυμνάσιο του χρόνου.

Νίκος Μ., 11 ετών

Μου αρέσουν πολύ τα καρναβάλια επειδή φοράμε στολές. Η αγαπημένη μου στολή είναι ο σούπερμαν. Θα μου άρεσε να πετάω όπως αυτός. Φέτος τα καρναβάλια θα ντυθώ σούπερμαν.

Αλέξανδρος Τ., 9,5 ετών

«Μια ωραία μυρωδιά τις Απόκριες»

Τις απόκριες θα ντυθώ Λούκυ Λούκ. Θα πάω στο αποκριάτικο πάρτι του σχολείου. Όταν πάω εκεί θα χορέψω και θα φάμε πατάτες τηγανιτές.

Καλές απόκριες στους μεγάλους και τα παιδιά!

Βαγγέλης, 9 ετών

Η Ιστορία της αποκριάς

Παλιά οι άνθρωποι ζούσαν στα χωριά. Είχαν τα χωράφια τους, τα καλλιεργούσαν όμως οι άνθρωποι που είχαν ένα αξίωμα τους φερόντουσαν πολύ σκληρά. Μπορεί για παράδειγμα ο δήμαρχος να έβαζε μεγάλους φόρους, ο παππός να ήταν αυστηρός και άλλα παρόμοια. Γι'αυτό δεν έφερναν καμία αντίσταση. Μόνο τις απόκριες επιτρέπεται να κοροϊδεύουν αυτούς που τους ενοχλούσαν. Κι έτσι δημιουργήθηκαν οι απόκριες. Εμένα πάντως μου αρέσει πολύ αυτή η γιορτή.

Παντελής, 9 ετών



Η ΣΤΗΛΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΦΗΒΟΥ...

ΟΙ ΜΙΚΡΟΙ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ (ΣΥΝΕΧΕΙΑ)

Το απίθανο πάρτι μου

Θα κάνω το πάρτι μου στο χωριό μου που το λένε Φρίξα. Εκεί θα έχει κλόουν, ξυλοπόδαρους, μπαλόνια και χιμούς. Θα έχει μουσική, φαγητό και νερό. Τέλος, θα έχει αρκουδάκια, στολές και παιχνίδια. Θα είναι απίθανο πάρτι!

Χρήστος, 9 ετών

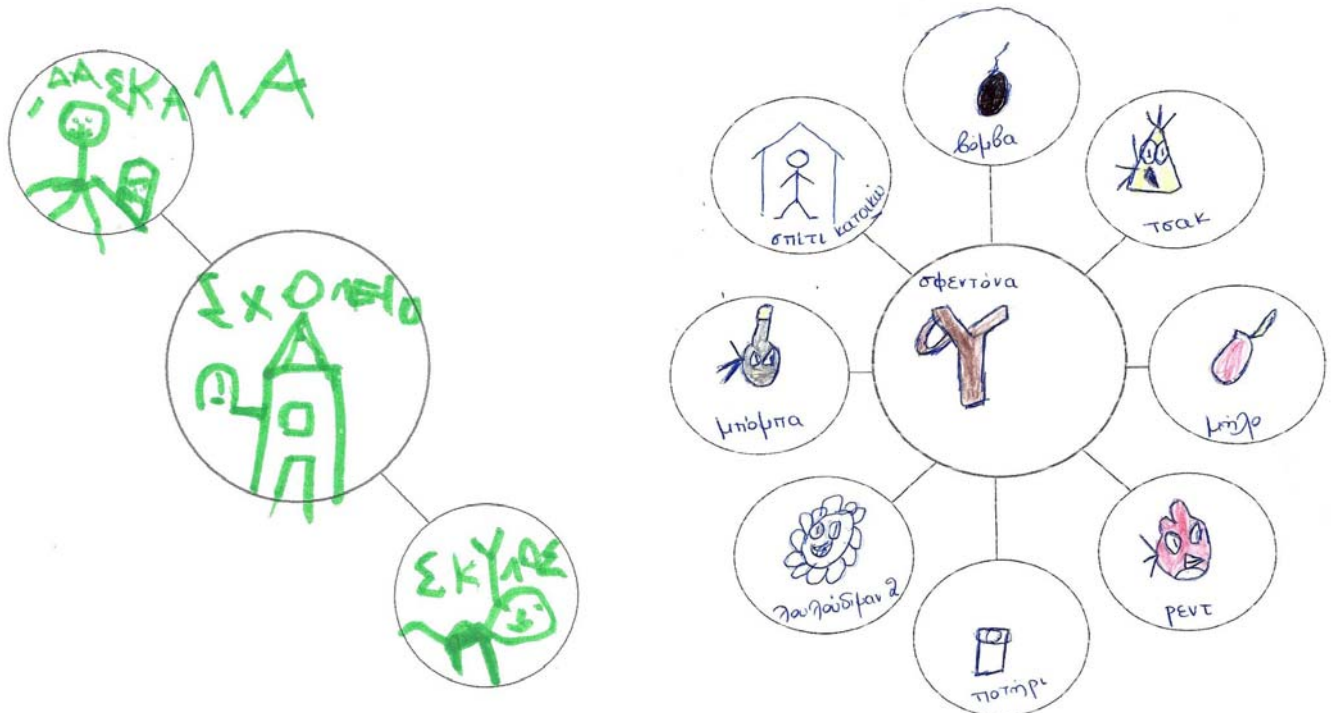
Τις απόκριες περνάω υπέροχα. Πέρυσι είχα ντυθεί αστυνομικά και φέτος θα ντυθώ το ίδιο. Στο πάρτι που πήγα το Σάββατο πέρασα υπέροχα μόνο όταν πήγα να δω το γατάκι του Στέφανου. Δε μου άρεσε όταν ήρθαν όλοι και το έδιωξαν.

Δήμητρα, 9 ετών

Η αποκριά είναι ωραία γιατί βάζεις διάφορες στολές. Παράδειγμα η δικιά μου η στολή θα ντυθώ καταρράκτης ή γάτα. Οι απόκριες είναι διασκεδαστικές γιατί σε καλούν σε πάρτι μασκέ με γνωστούς ή φίλους. Μάλιστα την Παρασκευή θα πάω σε ένα πάρτι της φίλης μου!

Βασιλίνα 8,5 ετών

Σημσιολογικοί Σύνδεσμοι: Βρες τι ταιριάζει με την εικόνα στη μέση και κύκλωσέ τα



Σταύρος, 6 ετών

Ματίας 7 ετών
Σοφία - Αποστόλης

Προσέγγιση

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Αλεξάνδρου Στράτος
Βουρλιόγκα Βασιλική
Κοκμοτός Παναγιώτης
Μαρτίνης Γιάννης
Σαμοίλης Γιώργος
Επιμέλεια: Μάντη Ειρήνη



ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

Αλεξάνδρου Στράτος
Σαμοίλης Γιώργος
Παπασταύρου Αναστασία
Τσακίρη Μάρθα
«Ζελίνα», 11,5 ετών
Γιώργος, 9 ετών

Ιάσονας, 9 ετών
Α.Κ.
Αλέξανδρος, 7 ετών
Βασίλης, 11 ετών
Νίκος, 11 ετών
Αλέξανδρος, 9,5 ετών

Βασιλίνα, 8,5 ετών
Βαγγέλης, 9 ετών
Παντελής, 9 ετών
Ματίας, 7 ετών
Χρήστος, 9 ετών
Δήμητρα, 9 ετών