



Co-funded by
the European Union



Ιστορίες ενδυνάμωσης

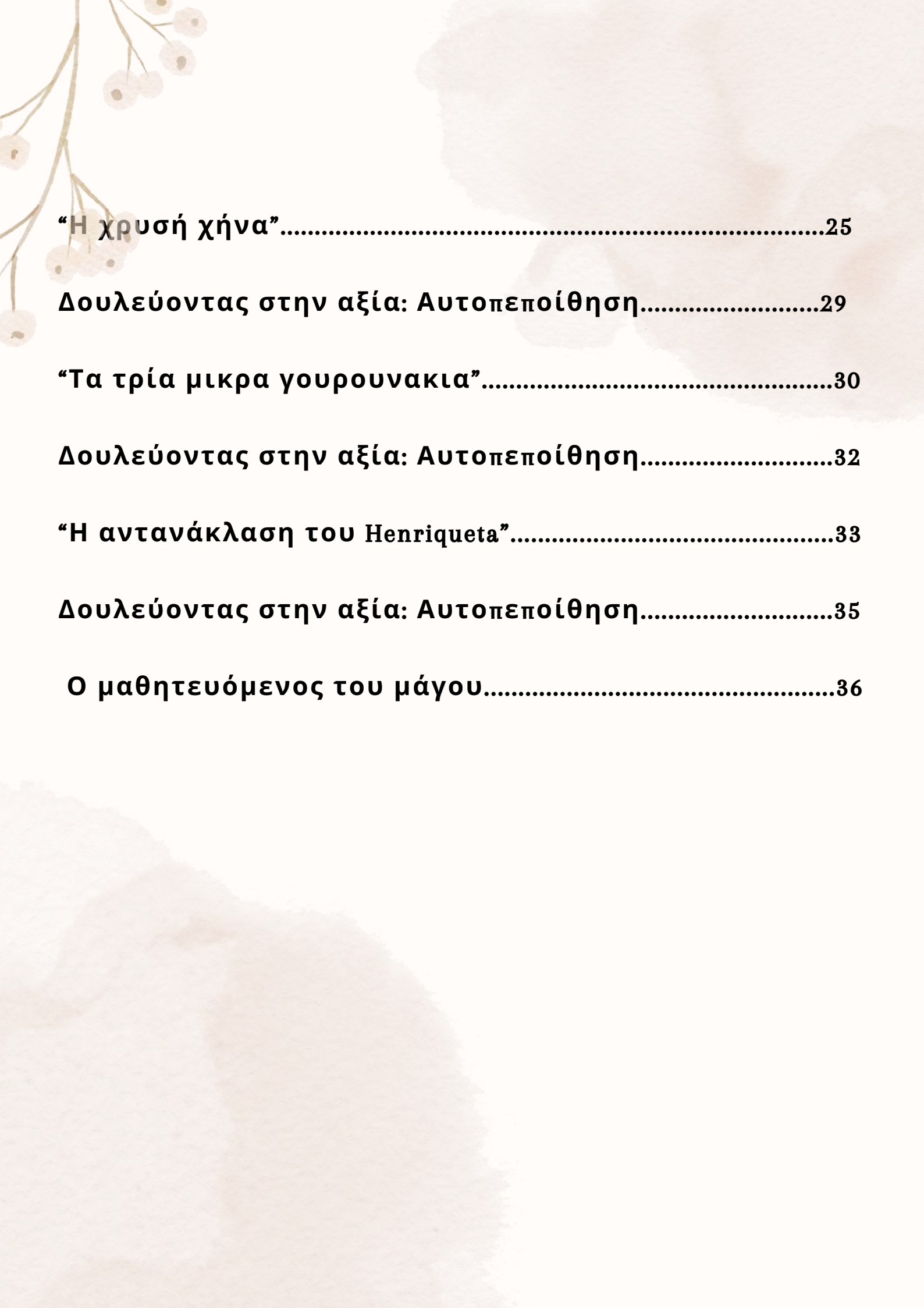
2023-1-IT02-KA220-ADULT-000159380

Δουλεύοντας την αυτοεκτίμηση

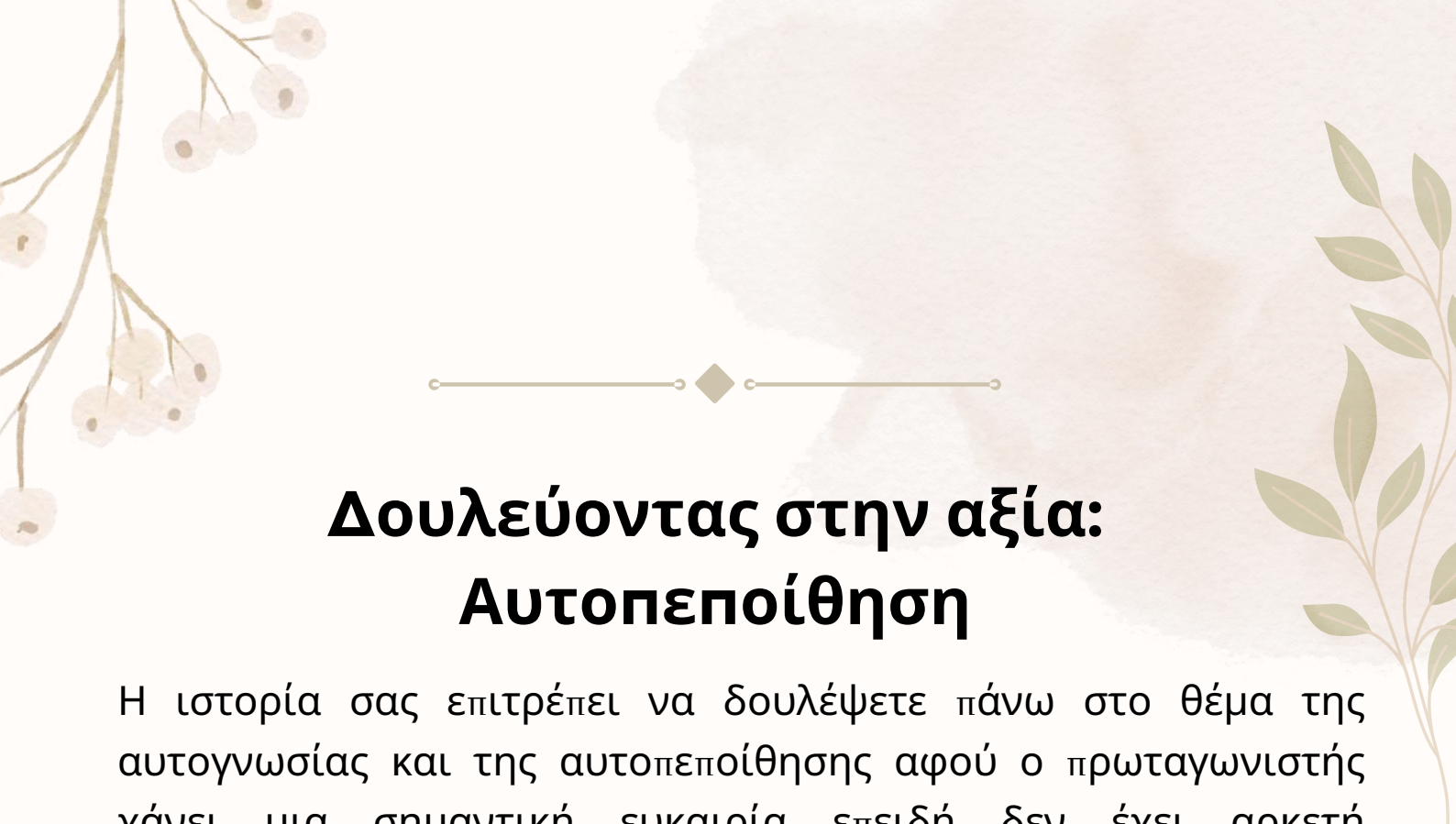


INDEX

Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	04
“Η αναμέτρηση”.....	05
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	08
“Η κοκκινοσκουφίτσα”.....	09
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	13
“Η αλεπού και τα σταφύλια”.....	14
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	15
“Ο μικρός τενεκεδένιος στρατιώτης”.....	16
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	19
“Η μαϊμού και η καμήλα”.....	20
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	22
“Ο λαγός και η χελώνα”.....	23
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	24



“Η χρυσή χήνα”.....	25
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	29
“Τα τρία μικρά γουρουνάκια”.....	30
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	32
“Η αντανάκλαση του Henriqueta”.....	33
Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση.....	35
Ο μαθητευόμενος του μάγου.....	36



Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Η ιστορία σας επιτρέπει να δουλέψετε πάνω στο θέμα της αυτογνωσίας και της αυτοπεποίθησης αφού ο πρωταγωνιστής χάνει μια σημαντική ευκαιρία επειδή δεν έχει αρκετή εμπιστοσύνη στον εαυτό του και στους άλλους. Η ιστορία μπορεί να ξαναγραφτεί μέσα από την αξία της αυτοπεποίθησης γιατί ακόμα και όταν δεν νιώθουμε ικανοί να αντιμετωπίσουμε καταστάσεις που μπορεί να μας κάνουν να νιώθουμε άβολα, αν έχουμε επίγνωση των πόρων και της αξίας μας, μπορούμε να διαχειριστούμε τον φόβο και την αμηχανία και να αποκτήσουμε αυτοπεποίθηση, επωφελούμενοι από τα καλά πράγματα που μπορεί να μας έρθουν.

“Η συνάντηση”

Είχα το διαμέρισμα του τρένου για τον εαυτό μου. Μετά ανέβηκε ένα κορίτσι», είπε ένας νεαρός τυφλός Ινδός. Ο άντρας και η γυναίκα που ήρθαν να τη συνοδεύσουν πρέπει να ήταν οι γονείς της. Της έκαναν πολλές συστάσεις. Καθώς ήμουν ήδη τυφλός τότε, δεν μπορούσα να ξέρω πώς έμοιαζε το κορίτσι, αλλά μου άρεσε ο ήχος της φωνής της.

«Θα πάτε στη Dehra Dun;» ρώτησα καθώς το τρένο έβγαινε από το σταθμό. Αναρωτήθηκα αν θα μπορούσα να την εμποδίσω να μάθει ότι ήμουν τυφλός. Σκέφτηκα: αν μείνω στη θέση μου, δεν πρέπει να είναι πολύ δύσκολο.

«Θα πάω στη Σαχαρανπούρ», είπε το κορίτσι. «Η θεία μου θα με πάρει εκεί. Και πού πας;».

«Στην Dehra Dun και μετά στη Mussoorie», απάντησα.

«Ω, τυχερός είσαι! Θα ήθελα πολύ να πάω στο Mussoorie. Λατρεύω τα βουνά. Ειδικά τον Οκτώβριο».

«Ναι, είναι η καλύτερη σεζόν», είπα, αντλώντας από τις αναμνήσεις μου από το πότε μπορούσα να δω. «Οι λόφοι είναι διάσπαρτοι με άγριες ντάλιες, ο ήλιος είναι υπέροχος και τα βράδια μπορείς να κάθεται δίπλα στη φωτιά και να πεις κονιάκ. Οι περισσότεροι από τους παραθεριστές έχουν φύγει και οι δρόμοι είναι ήσυχοι και σχεδόν έρημοι».

Έμεινε σιωπηλή και αναρωτιόμουν αν τα λόγια μου την είχαν επηρεάσει ή αν με θεωρούσε απλώς συναισθηματική. Τότε έκανα ένα λάθος. «Πώς είναι έξω;» ρώτησα.

Εκείνη, όμως, δεν φάνηκε να βρίσκει κάτι περίεργο στην ερώτηση. Είχε ήδη προσέξει ότι δεν μπορούσα να δω; Αλλά τα λόγια που είπε αμέσως μετά αφαίρεσαν κάθε αμφιβολία από μένα. «Γιατί δεν κοιτάς έξω από το παράθυρο;» ρώτησε όσο πιο φυσικά μπορούσε.

Γλίστρησα στο κάθισμα και άπλωσα το παράθυρο με το άγγιγμα. Ήταν ανοιχτό και γύρισα προς τα εκεί προσποιούμενος ότι μελετούσα τη θέα. Με τα μάτια της φαντασίας μου, μπορούσα να δω τους τηλεγραφικούς στύλους να περνούν ορμητικά. «Έχεις παρατηρήσει» τόλμησα να πω «ότι τα δέντρα φαίνονται να κινούνται ενώ μένουμε ακίνητοι;»

«Έτσι συμβαίνει συνέχεια», είπε.

Γύρισα προς το κορίτσι και για λίγο καθίσαμε σιωπηλοί. «Έχεις ένα ενδιαφέρον πρόσωπο», είπα μετά. Γέλασε ευχάριστα, ένα καθαρό, ηχηρό γέλιο. «Είναι καλό να το ακούς αυτό», είπε. «Έχω βαρεθεί να μου λένε ότι έχω όμορφο πρόσωπο!»

«Λοιπόν, έχεις ένα όμορφο πρόσωπο», σκέφτηκα και συνέχισα δυνατά: «Λοιπόν, ένα ενδιαφέρον πρόσωπο μπορεί να είναι και πολύ όμορφο.

«Είσαι πολύ γενναίος», είπε. «Μα γιατί τόσο σοβαρό;

«Σύντομα θα είναι εδώ», είπα με έναν μάλλον κτηνώδη τόνο.

«Δόξα τω Θεώ. Δεν αντέχω τα μεγάλα ταξίδια με τρένο.

Εγώ, από την άλλη, θα ήμουν πρόθυμος να κάτσω εκεί επ' άοριστον, μόνο και μόνο για να την ακούσω να μιλάει. Η φωνή της είχε την ασημένια τρίλιζα ενός ορεινού ρυακιού. Μόλις κατέβηκε από το τρένο θα είχε ξεχάσει τη σύντομη συνάντησή μας, αλλά θα είχα κρατήσει τη μνήμη της για το υπόλοιπο ταξίδι και ακόμη και μετά.

Το τρένο μπήκε στο σταθμό. Μια φωνή φώναξε το κορίτσι που έφυγε αφήνοντας πίσω μόνο το άρωμά της.

Ένας άντρας μπήκε στο διαμέρισμα φωνάζοντας κάτι. το τρένο ξεκίνησε ξανά. Ψάφισα το παράθυρο και κάθισα μπροστά του, κοιτάζοντας το φως του ήλιου που ήταν σκοτάδι για μένα. Για άλλη μια φορά θα μπορούσα να παίξω το μικρό μου παιχνίδι με έναν νέο συνοδοιπόρο.

«Λυπάμαι που δεν είμαι τόσο ελκυστικός σύντροφος όσο αυτός που μόλις έφυγε», μου είπε, προσπαθώντας να με εμπλακεί σε συζήτηση.

«Ήταν ένα ενδιαφέρον κορίτσι», είπα. «Μπορείς να μου πεις...είχε μακριά ή κοντά μαλλιά;»

«Δεν θυμάμαι», απάντησε με σαστισμένο ύφος. «Ήταν τα μάτια της που κόλλησαν μαζί μου, όχι τα μαλλιά της. Είχε τόσο όμορφα μάτια!

Κρίμα που δεν τα χρειαζόταν καθόλου... ήταν τελείως τυφλή. Δεν το είχε προσέξει;». Σαν δύο τυφλοί που προσποιούνται ότι βλέπουν. Πόσες συναντήσεις μεταξύ των ανθρώπων είναι τέτοιες. Από φόβο μην αποκαλύψει κανείς τι είναι. Και έτσι χάνει κανείς τα καθοριστικά ραντεβού της ζωής. Μερικές συναντήσεις γίνονται μόνο μία φορά.





Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Η ιστορία έχει την κρίσιμη αξία όπως η αυτοπεποίθηση. Κάθε άτομο έχει πάντα μια επιλογή. Αντιμέτωποι με την ίδια κατάσταση, μπορούμε συνειδητά να αποφασίσουμε πώς να ενεργήσουμε για να μην βλάψουμε άλλους ανθρώπους. Η ιστορία μπορεί να ξαναγραφτεί υπό το πρίσμα της αυτοπεποίθησης και της αυτογνωσίας που μπορεί να επιτρέψει στον λύκο να πάρει διαφορετικές αποφάσεις και στην Κοκκινοσκουφίτσα να έχει μεγαλύτερη επίγνωση των προθέσεων των άλλων.



Κοκκινοσκουφίτσα.

Ο λύκος σκέφτηκε: «Αυτό το τρυφερό κοριτσάκι είναι μια χοντρή μπουκιά, θα είναι πιο νόστιμη από τη γριά. αν είσαι έξυπνος θα τους πιάσεις και τους δύο. Περπάτησε λίγο κοντά στην Κοκκινοσκουφίτσα και μετά είπε:

- Βλέπεις, Κοκκινοσκουφίτσα, πόσα όμορφα λουλούδια; γιατί δεν κοιτάς τριγύρω; Νομίζω ότι δεν ακούς καν πώς τραγουδούν τόσο γλυκά τα πουλάκια! Πηγαίνεις με ταπεινότητα, σαν να πηγαίνεις σχολείο, και είναι τόσο χαρούμενο στο ξύλο!

Η Κοκκινοσκουφίτσα σήκωσε το βλέμμα της και όταν είδε τις ηλιαχτίδες να χορεύουν μέσα στα δέντρα και τριγύρω γεμάτες όμορφα λουλούδια, σκέφτηκε: «Αν πάρω τη γιαγιά ένα φρέσκο μάτσο, θα είναι ευχαριστημένη. είναι τόσο νωρίς, θα είμαι ακόμα εκεί εν καιρώ». Από το μονοπάτι έτρεξε στο δάσος αναζητώντας λουλούδια. Και όταν μάδησε ένα, σκέφτηκε ότι πιο πέρα υπήρχε ένα πιο όμορφο, και έτρεχε και έτρεχε όλο και πιο βαθιά στο ξύλο.

Όμως ο λύκος πήγε βιαστικά στο σπίτι της γιαγιάς του και χτύπησε την πόρτα.

- Ποιος είναι;

- Η Κοκκινοσκουφίτσα, που σου φέρνει κρασί και ψωμί. ανοίξτε. - Σήκωσε την ανεμογεννήτρια», φώναξε η γιαγιά: «Είμαι πολύ αδύναμη και δεν μπορώ να σηκωθώ.

Ο λύκος σήκωσε τη σφεντόνα, η πόρτα άνοιξε και, χωρίς να πει πολλά, πήγε κατευθείαν στο κρεβάτι της γιαγιάς του και την κατάπιε.

Έπειτα φόρεσε τις ρόμπες και το καπό του, ξάπλωσε στο κρεβάτι και τράβηξε τα σκεπάσματα... Αλλά η Κοκκινοσκουφίτσα περιπλανιόταν να βρει λουλούδια, και όταν μάζεψε τόσα πολλά που δεν μπορούσε να κουβαλήσει άλλα, θυμήθηκε τη γιαγιά του και ξεκίνησε. Έμεινε κατάπληκτος που η πόρτα ήταν ορθάνοιχτη και μπαίνοντας στο δωμάτιο είχε μια τόσο περίεργη εντύπωση που σκέφτηκε:

«Ω, Θεέ μου, φοβάμαι τόσο πολύ σήμερα! Και συνήθως περνάω τόσο πολύ χρόνο με τη γιαγιά! «Αναφώνησε:



“Η ΚΟΚΚΙΝΟΣΚΟΥΦΙΤΣΑ”

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένα αγαπημένο κοριτσάκι- και μόνο που το έβλεπες όλοι το αγαπούσαν, και ιδιαίτερα η γιαγιά της, που δεν ήξερε πια τι να της δώσει. Μια φορά της έδωσε ένα μικρό κόκκινο βελούδινο σκουφάκι, και επειδή της ταίριαζε τόσο πολύ που δεν ήθελε να φορέσει τίποτα άλλο, την αποκαλούσαν πάντα Κοκκινοσκουφίτσα.

Μια μέρα η μητέρα της της είπε:

- Έλα, Κοκκινοσκουφίτσα, εδώ είναι ένα κομμάτι ψωμί και ένα μπουκάλι κρασί, πήγαινέ τα στη γιαγιά- είναι αδύναμη και άρρωστη και θα αναζωογονηθεί. Όταν θα βγεις έξω, να είσαι καλό κορίτσι και να μη βγεις από το δρόμο- αν δεν το κάνεις, θα πέσεις και θα σπάσεις το μπουκάλι και η γιαγιά θα μείνει με άδεια χέρια.

-Θα τα κάνω όλα σωστά», είπε η Κοκκινοσκουφίτσα στη μαμά και της έδωσε το χέρι.

Όμως η γιαγιά ζούσε έξω, στο δάσος, μισή ώρα περίπου από το χωριό. Και στο δάσος, η Κοκκινοσκουφίτσα συνάντησε τον λύκο. Αλλά δεν ήξερε ότι ήταν ένα τόσο κακό θηρίο και δεν φοβήθηκε.

- «Καλημέρα, Κοκκινοσκουφίτσα», είπε.

- Καλημέρα, λύκε.

- Πού πας τόσο νωρίς, Κοκκινοσκουφίτσα;

- Να επισκεφτώ τη γιαγιά μου.

- Τι έχεις κάτω από την ποδιά σου;

- Κρασί και ψωμί- έτσι η γιαγιά μου, που είναι αδύναμη και άρρωστη, θα το απολαύσει για λίγο και θα δυναμώσει.

- Πού μένει η γιαγιά σου, Κοκκινοσκουφίτσα;

- Ένα καλό τέταρτο της ώρας από εδώ, στο δάσος, κάτω από τις τρεις μεγάλες βελανιδιές- εκεί είναι το σπίτι της, είναι κάτω από τη συστάδα φουντουκιών, θα το ξέρεις ήδη», είπε η Κοκκινοσκουφίτσα.

- Καλημέρα! - αλλά δεν πήρα απάντηση.

Πήγε λοιπόν στο κρεβάτι και τράβηξε τις κουρτίνες: Η γιαγιά ήταν ξαπλωμένη, με το καπό τραβηγμένο στο πρόσωπό της, και φαινόταν περίεργη.

- Αχ, γιαγιά, τι μεγάλα αυτιά!

- Για να σε ακούσω καλύτερα.

- Αχ, γιαγιά, τι μεγάλα μάτια!

- Για να σε δω καλύτερα.

- Ω, γιαγιά, τι μεγάλα χέρια!

- Για να σε πιάσω καλύτερα.

- Μα, γιαγιά, τι τρομακτικό στόμα!

- Για να σε καταβροχθίσει καλύτερα

Και αμέσως ο λύκος πήδηξε από το κρεβάτι και κατάπιε την καημένη την Κοκκινοσκουφίτσα.

Η όρεξή του ικανοποιήθηκε, πήγε ξανά στο κρεβάτι, αποκοιμήθηκε και άρχισε να ροχαλίζει δυνατά.

Τότε ακριβώς πέρασε ο κυνηγός και σκέφτηκε: «Πώς ροχαλίζει η γριά! Πρέπει να την ρίξω μια ματιά, μπορεί να είναι άρρωστη».

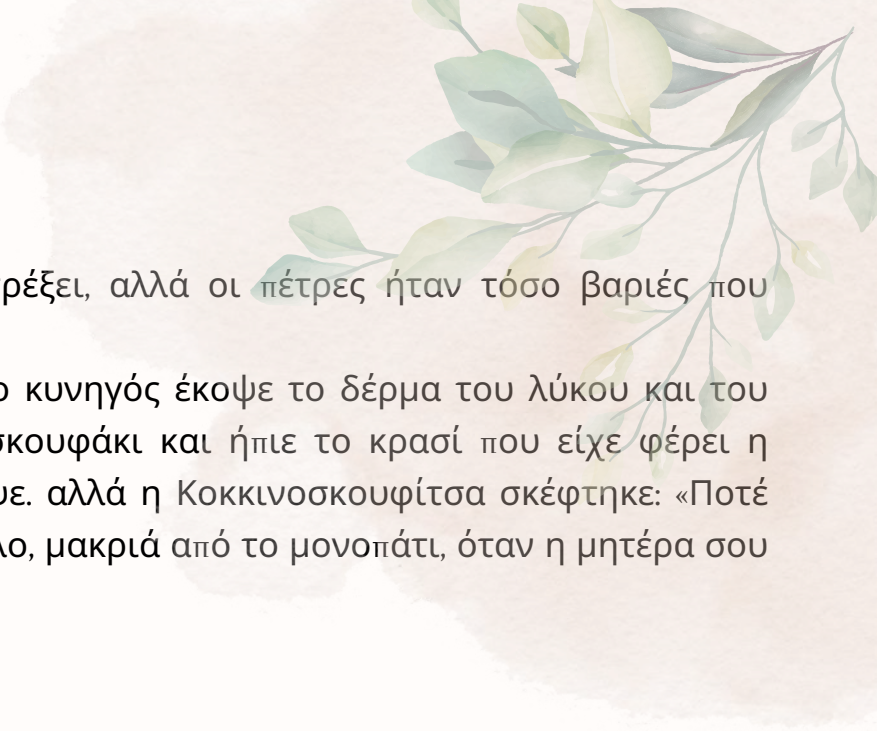
Μπήκε στο δωμάτιο και πλησιάζοντας στο κρεβάτι, είδε τον λύκο.

- Ορίστε, αμετανόητο γέροντα, είπε, «σε έψαχνα λίγο.

Ήταν έτοιμος να σημαδέψει το τουφέκι του, αλλά του πέρασε από το μυαλό ότι ο λύκος είχε φάει τη γιαγιά του και ότι μπορούσε ακόμα να σωθεί: δεν πυροβόλησε, αλλά πήρε ένα ψαλίδι και άρχισε να κόβει την κοιλιά του κοιμισμένου λύκου. Μετά από δύο κοψίματα, είδε την κοκκινοσκουφίτσα να λάμπει και μετά από άλλες δύο, το κοριτσάκι πήδηξε έξω ουρλιάζοντας:

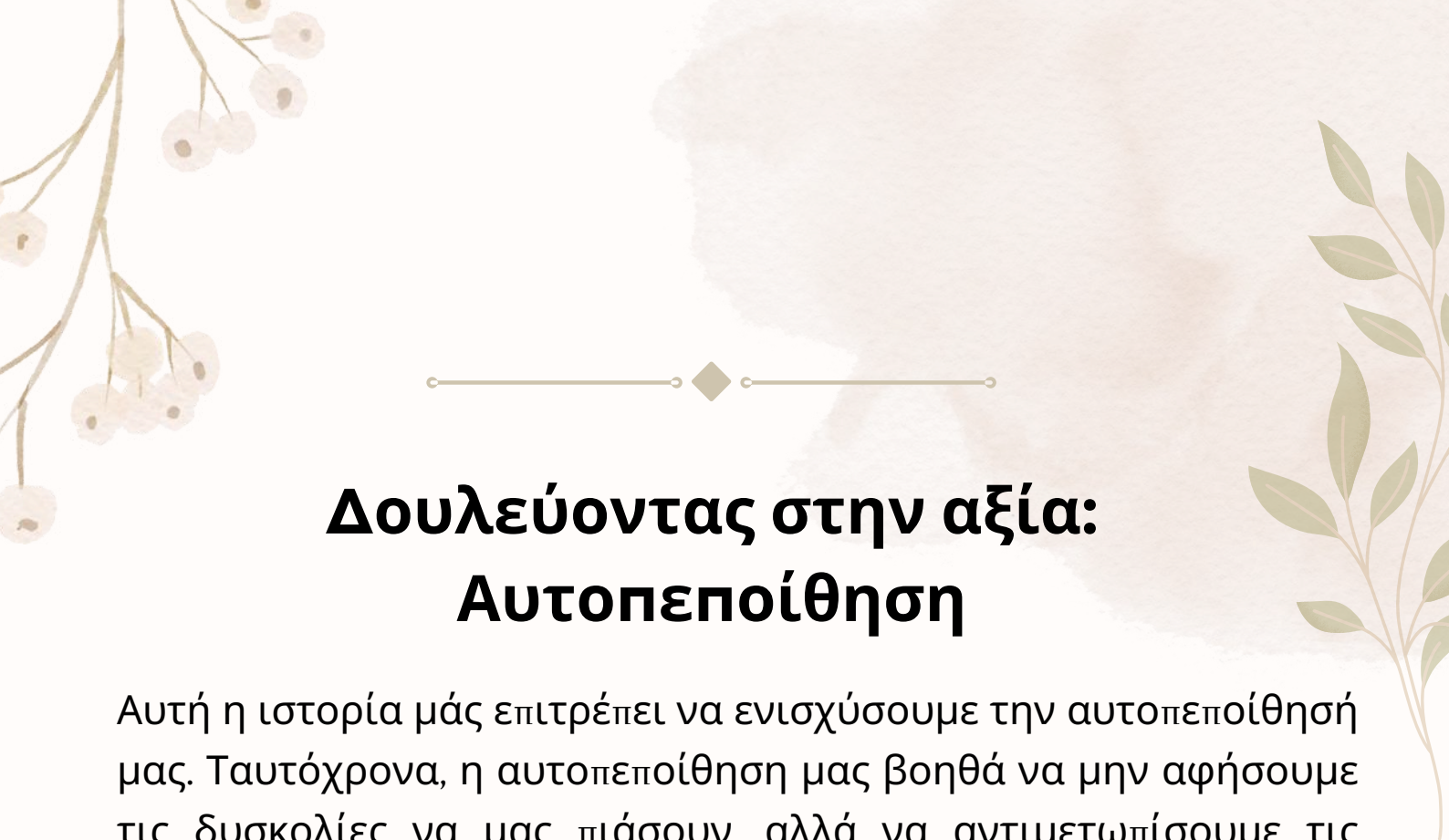
-Τι φοβήθηκα! Πόσο σκοτεινά ήταν στην κοιλιά του λύκου!

Τότε βγήκε και η γριά γιαγιά, ακόμα ζωντανή, αν και με δυσκολία να αναπνεύσει. Και η Κοκκινοσκουφίτσα έτρεξε και πήρε μερικές πέτρες, με τις οποίες γέμισαν την κοιλιά του λύκου.



και όταν ξύπνησε, προσπάθησε να τρέξει, αλλά οι πέτρες ήταν τόσο βαριές που αμέσως κατέρρευσε και έπεσε νεκρός.

Και οι τρεις τους ήταν χαρούμενοι: ο κυνηγός έκοψε το δέρμα του λύκου και του πήρε το δέρμα. Η γιαγιά έφαγε το σκουφάκι και ήπιε το κρασί που είχε φέρει η Κοκκινοσκουφίτσα και ξαναζωντάνεψε. αλλά η Κοκκινοσκουφίτσα σκέφτηκε: «Ποτέ ξανά δεν θα τρέχεις μόνη σου στο ξύλο, μακριά από το μονοπάτι, όταν η μητέρα σου σου το έχει απαγορεύσει.



Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Αυτή η ιστορία μάς επιτρέπει να ενισχύσουμε την αυτοπεποίθησή μας. Ταυτόχρονα, η αυτοπεποίθηση μας βοηθά να μην αφήσουμε τις δυσκολίες να μας πιάσουν, αλλά να αντιμετωπίσουμε τις προκλήσεις που βρίσκουμε στο δρόμο μας με επίγνωση.

“Η αλεπού και τα σταφύλια”

Μια φορά κι έναν καιρό, μια πεινασμένη αλεπού περιπλανήθηκε στο δάσος αναζητώντας τροφή, όταν κάποια στιγμή είδε μερικά μεγάλα, όμορφα τσαμπιά σταφύλια να κρέμονται από μια κληματαριά. Αποφάσισε ότι θα ήταν το γεύμα της, αλλά όσο κι αν προσπάθησε να τα φτάσει πηδώντας ψηλά, απλά δεν τα κατάφερε. Στο τέλος, απογοητευμένη, γύρισε λέγοντας στον εαυτό της: «Επίσης, ήταν άγουρα σταφύλια. Έτσι και μεταξύ των ανδρών, κάποιοι, ανίκανοι να επιτύχουν τους στόχους (τους) μέσω αδυναμίας, κατηγορούν τις περιστάσεις.



Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Η ιστορία μπορεί να ξαναγραφτεί υπό το πρίσμα των αξιών της αυτοπεποίθησης. Πρώτα και κύρια, η ιστορία δείχνει πώς η έλλειψη αυτοπεποίθησης μπορεί να μας εμποδίσει να αποκτήσουμε τα πράγματα που θέλουμε και κινδυνεύει να μας απομονώσει από τους γύρω μας και αυτούς που αγαπάμε. Αυτά που μερικές φορές εμφανίζονται ως αδυναμίες μπορεί στην πραγματικότητα να είναι διακριτικά γνωρίσματα που δεν μας εμποδίζουν να ζήσουμε πλήρως τις εμπειρίες και τις σχέσεις που θέλουμε. Ταυτόχρονα, μερικές φορές πιστεύουμε ότι οι άνθρωποι που είναι διαφορετικοί από εμάς έχουν λιγότερη αξία μόνο και μόνο επειδή δεν μπορούμε να τους καταλάβουμε: το να είσαι χωρίς αποκλεισμούς σημαίνει να μπορείς να αναγνωρίσεις τη μοναδικότητα κάθε ατόμου και να την εκτιμήσεις.

“Ο μικρός στρατιώτης”

Μια φορά κι έναν καιρό είκοσι πέντε μικροί στρατιωτάκια, είκοσι πέντε αδέρφια γιατί γεννήθηκαν από ένα παλιό μολύβδινο κουτάλι. Το όπλο στο μπράτσο τους, το βλέμμα τους καρφωμένο, η στολή τους αστραφτερή κόκκινη και

μπλε, τι ωραία που έδειχναν όλοι μαζί! Η πρώτη φράση που άκουσαν όταν άνοιξε το καπάκι του κουτιού που τα περιείχε ήταν: «Τσιγκένια στρατιωτάκια!» που φώναξε ένα παιδί γεμάτο χαρά. Ήταν το δώρο των γενεθλίων του και άρχισε να τα βάζει στο τραπέζι, όλα τακτοποιημένα στη σειρά. Όλοι οι στρατιώτες ήταν πανομοιότυποι μεταξύ τους, εκτός από έναν που του έλειπε ένα πόδι. Ήταν το τελευταίο παιχνίδι στρατιώτης που είχε λιώσει και δεν είχε απομείνει αρκετό μολύβδο.

Στο τραπέζι, υπήρχαν πολλά άλλα παιχνίδια, συμπεριλαμβανομένου ενός υπέροχου χάρτινου κάστρου. Ήταν πολύ όμορφο, αλλά υπήρχε κάτι ακόμα πιο όμορφο: ένα όμορφο κορίτσι μπροστά στην πόρτα του κάστρου, επίσης φτιαγμένο από χαρτί και φορώντας ένα λευτεπίλεπτο tutu. Η κοπέλα είχε τα χέρια της απλωμένα γιατί ήταν χορεύτρια! Και κράτησε το πόδι της τόσο ψηλά που ο μολύβδινος στρατιώτης νόμιζε ότι δεν είχε κανένα, όπως κι εκείνος.

«Εδώ είναι το τέλειο κορίτσι για μένα», σκέφτηκε, «αλλά είναι πολύ διακεκριμένη, μένει σε ένα κάστρο ενώ εγώ μένω σε ένα κουτί με άλλους 24 στρατιώτες. Πρέπει ακόμα να τη γνωρίσω.» Αποφάσισε να την επισκεφτεί μόλις ήρθε το βράδυ. Ο στρατιώτης κρύφτηκε για να μην τον ξαναβάλει το παιδί στο κουτί με τους άλλους στρατιώτες. Καθώς ήρθε το βράδυ, η σιωπή εισέβαλε στο σπίτι. Όλοι οι κάτοικοι κοιμήθηκαν ήσυχοι, εκτός από τα παιχνίδια. Στο ημίφως, το πάρτι άρχισε: τα μπαλόνια έπαιζαν τις τέσσερις γωνίες, τα λούτρινα ζώακια έκαναν μερικές πιρουέτες και οι τσιγκίνοι στρατιώτες παρέλασαν υπό τον ήχο ενός πολύχρωμου τυμπάνου κλόουν.

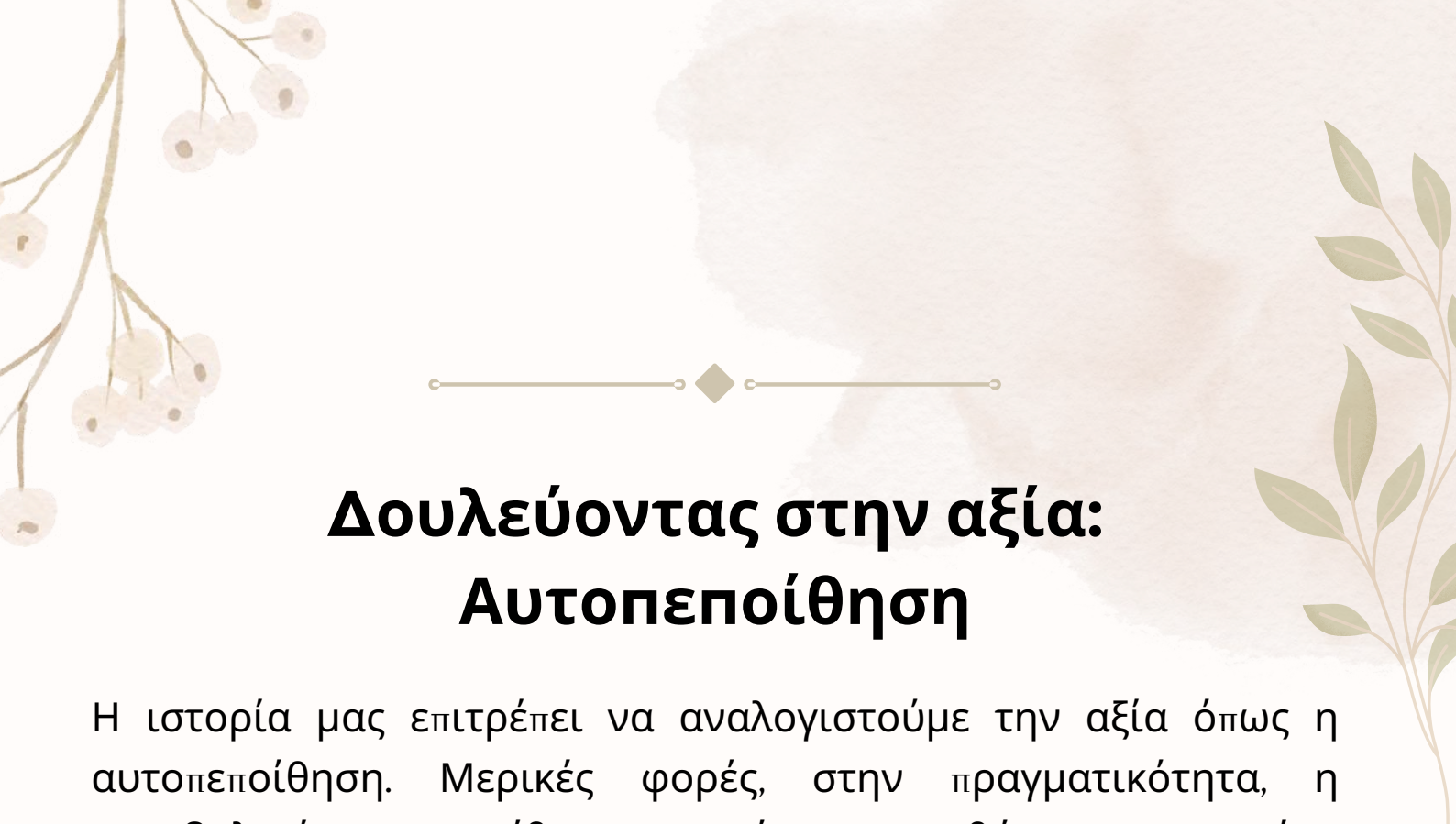
Μέσα σε όλον αυτόν τον ενθουσιασμό, μόνο οι χάρτινοι χοροί και ο τσίγκινος στρατιώτης έμεινε ήσυχος, που δεν μπορούσε να σταματήσει να την κοιτάζει, απελπιστικά ερωτευμένος.

Βυθισμένος στην ενατένιση της χορεύτριας, ο μολύβδινος στρατιώτης δεν παρατήρησε έναν μαύρο καλικάντζαρο, ζηλιάρη γιατί ήταν κι αυτός ερωτευμένος με την όμορφη χορεύτρια. Ο καλικάντζαρος φώναξε τον νεαρό στρατιώτη, ο οποίος δεν τον άκουσε καν. Ο καλικάντζαρος τον αγριοκοίταξε και τον απείλησε: «Με αγνοείς! Αλλά σύντομα θα με προσέξετε...» Το επόμενο πρωί, το παιδί συνειδητοποίησε ότι ο τενεκεδένιος στρατιώτης είχε παραμείνει κρυμμένος πίσω από το κουτί. το σήκωσε και το έβαλε στο περβάζι του παραθύρου. Αμέσως, μια ατυχής ριπή ανέμου ή ίσως η εκδικητική ανάσα του αντιπάλου του, τον έκανε να πέσει στο κενό. Το παιδί όρμησε στο δρόμο για να το ψάξει, αλλά μη μπορώντας να το βρει, επέστρεψε στο σπίτι. Μια βίαιη καλοκαιρινή βροχή άρχισε να πέφτει. Δύο άνθρωποι είδαν τον τενεκεδένιο στρατιώτη και αποφάσισαν να τον βάλουν σε μια μικρή χάρτινη βάρκα που έφτιαχναν. Στη συνέχεια τοποθέτησαν τη βάρκα στο νερό.

Το εύθραυστο σκάφος βρέθηκε γρήγορα στο έλεος του ρεύματος και εξαφανίστηκε σε μια δίνη. Ο μικρός στρατιώτης έζησε ατελείωτες στιγμές στο σκοτάδι και τελικά είδε το φως του ήλιου στο βάθος. Το φως γινόταν όλο και πιο φωτεινό και άνοιξε στην ύπαιθρο και την ελευθερία «Δόξα τω Θεώ είμαι ασφαλής.» σκέφτηκε. Δυστυχώς, δεν είχε τελειώσει ακόμα. Ένας τεράστιος αρουραίος εμπόδιζε την έξοδο, αλλά ευτυχώς δεν κατάφερε να την πιάσει. Το μικρό χάρτινο καράβι συνέχισε το ταξίδι του στα λιβάδια και τα χωράφια μέχρι που δεν μπόρεσε να αντισταθεί και αναποδογύρισε. Ο μικρός τσίγκινος στρατιώτης έπεσε κάτω. «Αντίο όμορφη χορεύτρια!» Ένα τεράστιο περιπλανώμενο ψάρι τον πήρε για θήραμα και τον κατάπιε ολόκληρο. Λίγο αργότερα το ψάρι πιάστηκε από τα δίχτυα ενός ψαρά που το πούλησε στην αγορά. Κατά τύχη, το ψάρι αγοράστηκε από τον μάγεια που εξυπηρετούσε τους γονείς του παιδιού. Ανοίγοντας την κοιλιά του ζώου για να το καθαρίσει, τι βρήκε; Ο χαμένος στρατιώτης! Το έβαλε στο τραπέζι, δίπλα στο χάρτινο κάστρο.

Η χορεύτρια του έστειλε ένα τόσο γλυκό χαμόγελο που ο μικρός μας ήρωας κατάλαβε ότι τον αγαπούσε κι εκείνη. Τι ευτυχία μετά από τόσες περιπέτειες. Όμως ο ζηλιάρης καλικάντζαρος, που δεν είχε ακόμη απαρνηθεί την εκδίκησή του, πρότεινε στο παιδί να απαλλαγεί από τον μονόποδο στρατιώτη που του χαλούσε τη συλλογή και το έπεισε να το ρίξει στο τζάκι. Ξαφνικά η πόρτα άνοιξε βίαια, ένα ρεύμα αέρα εισέβαλε στο δωμάτιο, εκσφενδονίζοντας το χάρτινο κάστρο πάνω στη φλεγόμενη χόβολη. Η γλυκιά χορεύτρια πήρε φωτιά και κάηκε. Την επόμενη μέρα, ενώ καθάριζε το σπίτι, κάποιος ανακάτεψε τη στάχτη, ενώνοντας τον μολυβένιο στρατιώτη και τον χάρτινο χορευτή για την αιωνιότητα. Και μέσα σε αυτές τις στάχτες βρήκαν μια μικροσκοπική μολύβδινη καρδιά.





Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Η ιστορία μας επιτρέπει να αναλογιστούμε την αξία όπως η αυτοπεποίθηση. Μερικές φορές, στην πραγματικότητα, η υπερβολική αυτοπεποίθηση μπορεί να μας ωθήσει να αγνοούμε τις ικανότητές μας, με αποτέλεσμα να πιστεύουμε ότι είμαστε οι καλύτεροι σε όλα, όπως συμβαίνει με την καμήλα της ιστορίας. Αυτό μπορεί να οδηγήσει στο να ζηλεύεις τις επιτυχίες των άλλων αντί για την ημέρα. Ταυτόχρονα, η αντίδραση των άλλων ζώων είναι να υποτιμούν την καμήλα, δείχνοντας ότι συχνά τείνουμε να κοροϊδεύουμε αυτό που δεν καταλαβαίνουμε ή αυτό που μας φαίνεται παράξενο ή διαφορετικό. Ωστόσο, όπως η καμήλα πρέπει να αναπτύξει μεγαλύτερη επίγνωση του εαυτού της και των ικανοτήτων της, τα άλλα ζώα πρέπει να μάθουν να αποδέχονται την ποικιλομορφία του καθενός.

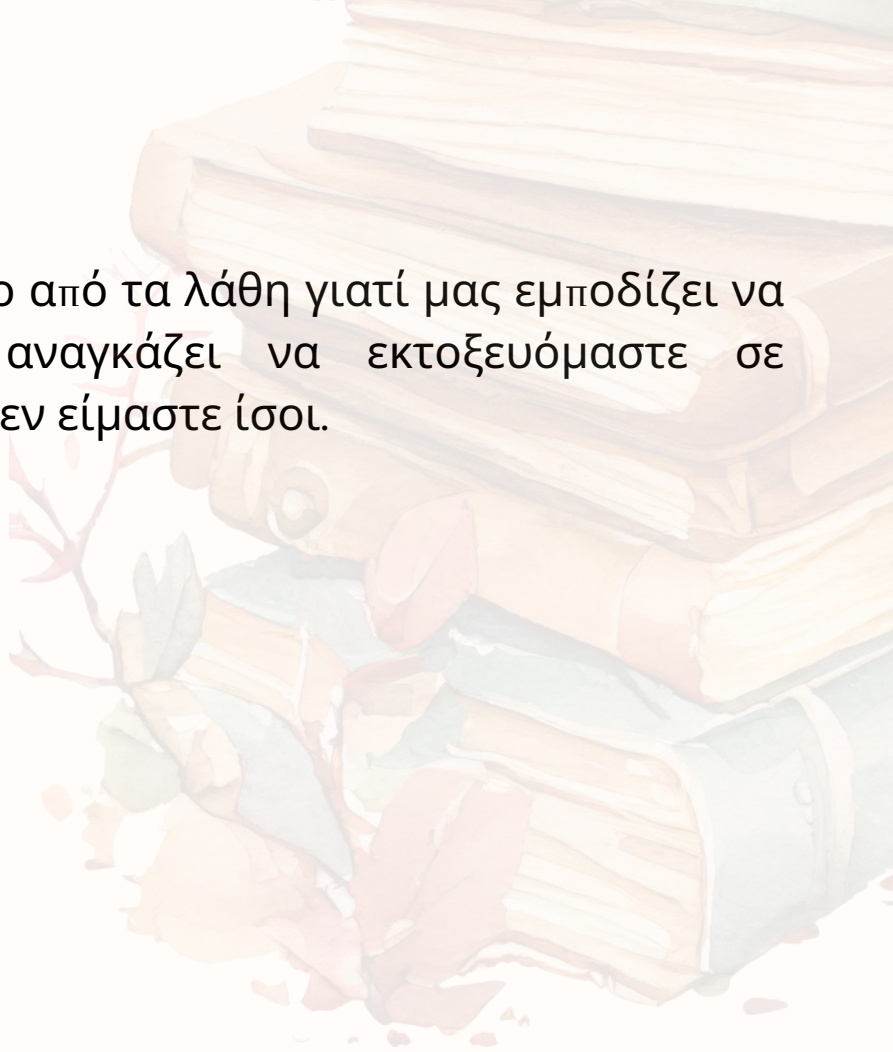
“Η μαιμού και η καμήλα”

Κάθε είδος ζώου να συγκεντρωθεί σε μια συνέλευση κατά την οποία θα συζητούνταν ένα πολύ σοβαρό θέμα. Κανείς δεν έλειπε. Ο πρώτος που μίλησε ήταν το λιοντάρι, ο αδιαμφισβήτητος βασιλιάς των ζώων. Σε σεβαστική γενική σιωπή, είπε: «Αγαπητοί υποκείμενοι, συγκεντρωθήκαμε σήμερα με στόχο να εδραιώσουμε μια διαρκή ειρήνη μεταξύ μας, να εξαλείψουμε κάθε διαμάχη και φθόνο, ώστε όλοι μαζί να μπορέσουμε να αντιμετωπίσουμε τους κινδύνους που προκαλεί ο άνθρωπος στη φύση. Η ομιλία συνεχίστηκε εκτενώς, υπογραμμισμένη από χειροκροτήματα.

Όλοι συμφωνούσαν λοιπόν: ήταν απαραίτητο να ενωθούμε για να ξεπεράσουμε τυχόν προβλήματα. Στο τέλος της συνέλευσης, κάθε ζώο έλαβε μέρος στο μεγάλο γεύμα που οργανώθηκε για την περίπτωση. Υπήρχε άφθονο φαγητό και ποτό. Όταν όλοι ήταν χορτασμένοι και ικανοποιημένοι, κάποιος ζήτησε από τη μαιμού, που ήταν διαβόητα χαρούμενη και ζωηρή, να φτιάξει το κέφι της τελετής με κάποια διασκεδαστική διασκέδαση. Η μαιμού, χωρίς να ρωτηθεί, ανέβηκε στην εξέδρα και, με ευκινησία και φιλικότητα, ξεκίνησε ένα ξεκαρδιστικό νούμερο γεμάτο ακροβατικά άλματα, τούμπες και χορούς. Συγκινημένοι οι θεατές χειροκρότησαν όσο ποτέ άλλοτε, διασκεδασμένοι από την δεξιότητα αυτού του ασυνήθιστου κωμικού. Η μόνη που έμεινε άφωνη ήταν η καμήλα που, ζηλεύοντας την επιτυχία της μαιμούς, αποφάσισε να εμφανιστεί στη σκηνή, τραβώντας την προσοχή πάνω του. Αυτό το αστείο ζώο ξεκίνησε έναν αδέξιο και άχαρο χορό. Δεν ήταν ούτε ευκίνητος ούτε αστείος.

Μέσα στο γενικό σφύριγμα αναγκάστηκε να υποχωρήσει, κρυμμένος σε μια γωνιά, όπου σκέφτηκε τις καλές προθέσεις που είχαν συζητηθεί κατά τη διάρκεια της συνέλευσης: σίγουρα, για να παραμείνει ενωμένος και φίλοι, έπρεπε να αρχίσει να καταπίνει λίγη από το φθόνο του.

Ο φθόνος είναι το χειρότερο από τα λάθη γιατί μας εμποδίζει να συλλογιστούμε και μας αναγκάζει να εκτοξευόμαστε σε επιχειρήσεις για τις οποίες δεν είμαστε ίσοι.





Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Αυτή η ιστορία θα μπορούσε να ξαναγραφτεί για να τονίσει την αυτοπεποίθηση. Εστιάστε στο πώς η χελώνα, παρόλο που είναι λιγότερο γρήγορη από τον λαγό, επιμένει στην κούρσα της και κερδίζει στο τέλος χάρη στην αποφασιστικότητα και την αυτοπεποίθησή της. Το να ξαναγράψουμε την ιστορία για να εστιάσουμε στην ανθεκτικότητα και την αυτοπεποίθηση φέρνει ένα πολύ σημαντικό μήνυμα στους αναγνώστες.

Στις μέρες μας, είναι ένα πολύ σχετικό θέμα, γιατί η αυτοαμφισβήτηση συχνά εμποδίζει τους ανθρώπους να κυνηγήσουν τους στόχους τους. Ο φόβος της αποτυχίας ή η σύγκριση με άλλους μπορεί να δημιουργήσει δισταγμό και αβεβαιότητα. Ξαναγράφοντας την ιστορία για να εστιάσουμε περισσότερο στην αυτοπεποίθηση, μπορούμε να δείξουμε ότι το να πιστεύεις στον εαυτό σου είναι ζωτικής σημασίας για την επιτυχία. Σε έναν κόσμο που εκτιμά συχνά την ταχύτητα, τη στιγμιαία επιτυχία και τη νοοτροπία «ο νικητής τα παίρνει όλα», μια ιστορία όπως ο Λαγός και η Χελώνα, ξαναγραμμένη με έμφαση στην ανθεκτικότητα και την αυτοπεποίθηση, θα διδάξει σε όλους ότι μερικές φορές τα πιο πολύτιμα χαρακτηριστικά δεν είναι αυτά που είναι άμεσα ορατά ή εύκολα μετρήσιμα. Η ξαναγραμμένη ιστορία μπορεί να εμπνεύσει τους αναγνώστες να εκτιμήσουν την ανθεκτικότητα και την αυτοπεποίθηση, ακόμα και όταν ο δρόμος μπροστά φαίνεται τρομακτικός.

“Ο λαγός και η χελώνα”

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένας πολύ ματαιόδοξος λαγός που περνούσε όλη τη μέρα καμαρώνοντας για το πόσο γρήγορα μπορούσε να τρέξει. Κουρασμένη να την ακούει πάντα να καυχιέται, η χελώνα την προκάλεσε σε έναν αγώνα.

-Τι αστεία που είσαι, χελώνα, πρέπει να αστειεύεσαι», είπε ο λαγός καθώς γελούσε δυνατά.

-Θα δούμε, λαγό, φύλαξε τα λόγια σου μέχρι μετά τον αγώνα», απάντησε η χελώνα.

Την επόμενη μέρα μαζεύτηκαν τα ζώα του δάσους για να παρακολουθήσουν τον αγώνα. Όλοι ήθελαν να δουν αν η χελώνα θα μπορούσε πραγματικά να νικήσει τον λαγό.

Η αρκούδα ξεκίνησε τον αγώνα φωνάζοντας:

-Στα σημάδια σου, βάλε, πήγαινε!

Ο λαγός πήδηξε αμέσως μπροστά, έτρεξε και έτρεξε πιο γρήγορα από ποτέ. Μετά κοίταξε πίσω και είδε ότι η χελώνα βρισκόταν μόλις λίγα βήματα πίσω από τη γραμμή εκκίνησης.

-Αργή και αφελής χελώνα, σκέφτηκε ο λαγός. Γιατί να θέλει να αγωνιστεί, αν δεν έχει καμία πιθανότητα να κερδίσει;

Βέβαιος ότι επρόκειτο να κερδίσει τον αγώνα, ο λαγός αποφάσισε να σταματήσει στη μέση του δρόμου για να ξεκουραστεί κάτω από ένα δέντρο. Η δροσερή, ευχάριστη σκιά του δέντρου ήταν πολύ χαλαρωτική, τόσο που ο λαγός αποκοιμήθηκε.

Εν τω μεταξύ, η χελώνα συνέχιζε να περπατάει αργά αλλά σταθερά. Ήταν αποφασισμένος να μην τα παρατήσει. Σύντομα, βρήκε τον λαγό να κοιμάται ήσυχος - η χελώνα κέρδιζε τον αγώνα!

Καθώς η χελώνα πλησίαζε στη γραμμή του τερματισμού, όλα τα ζώα στο δάσος άρχισαν να φωνάζουν με ενθουσιασμό. Οι κραυγές ξύπνησαν τον λαγό, που δεν πίστευε στα μάτια του: η χελώνα περνούσε τη γραμμή του τερματισμού και είχε χάσει την κούρσα.



Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Αυτή η ιστορία θα μπορούσε να ξαναγραφτεί για να τονίσει την αυτοπεποίθηση. Εστιάστε στο πώς ο μικρός γιος, παρόλο που είναι λιγότερο έξυπνος από τα άλλα δύο αδέρφια, επιμένει και κερδίζει στο τέλος χάρη στην αποφασιστικότητά του και την αυτοπεποίθησή του. Η αυτοπεποίθηση είναι ένας όρος που εμφανίζεται για να βελτιώσει την ψυχική υγεία του γιου του μικρότερου εκεί όπου επιτυγχάνει τους στόχους του και όχι μόνο. Η αυτοπεποίθηση είναι το θάρρος να γνωρίσεις τον εαυτό σου, να πιστέψεις στον εαυτό σου και να ενεργήσεις σύμφωνα με τις πεποιθήσεις σου, ένα θετικό συναίσθημα για τον εαυτό σου και τον κόσμο που οδηγεί σε θαρραλέες ενέργειες που γεννιούνται από μια αίσθηση αυτοσεβασμού. Το να ενεργείς με αυτοπεποίθηση είναι ο καλύτερος τρόπος για να πετύχεις στόχους και τελικά να πετύχεις τον στόχο που ήθελες.

“Η χρυσή χήνα”

Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένας άντρας που είχε τρεις γιους. Ο μικρότερος λεγόταν Ανόητος και όλοι τον περιφρονούσαν και τον κορόιδευαν.

Μια μέρα ο μεγάλος γιος ήθελε να πάει στο δάσος να κόψει ξύλα. Πριν ξεκινήσει, η μητέρα του του έδωσε μια ωραία πίτα και ένα μπουκάλι κρασί για να μην πεινάει ή διψάσει. Όταν έφτασε στο δάσος, συνάντησε έναν γέρο γκριζο. Ο μικρός αφού του ευχήθηκε καλημέρα, του είπε: «Δώσε μου ένα κομμάτι από την πίτα σου και άσε με να πιω μια γουλιά από το κρασί σου καθώς πεινάω και διψάω πολύ!»

Αλλά ο έξυπνος γιος απάντησε: «Αν σου δώσω την πίτα μου και το κρασί μου, τότε δεν θα μείνει τίποτα για μένα. Πήγαινε λοιπόν και μη με καθυστερείς.” Έτσι άφησε το ανθρωπάκι και συνέχισε. Όταν βρήκε ένα δέντρο κατάλληλο για καυσόξυλα, άρχισε να το κόβει, δεν πρόλαβε να συνεχίσει για πολύ. Μετά από μερικά μόνο χτυπήματα στο δέντρο, το τσεκούρι του έχασε και χτύπησε το ίδιο του το χέρι. Έτσι αναγκάστηκε να επιστρέψει στο σπίτι για να του επιδέσουν την πληγή.

Αφού ο πρώτος γιος επέστρεψε σπίτι χωρίς ξύλα και τραυματίστηκε, ο δεύτερος γιος ξεκίνησε για το δάσος. Η μητέρα του έδωσε επίσης μια πίτα και ένα μπουκάλι κρασί. Όταν έφτασε στο δάσος, συνάντησε το ίδιο γκριζαράκι που του ζήτησε ένα κομμάτι πίτα και μια γουλιά κρασί. Αλλά και ο δεύτερος γιος αρνήθηκε, λέγοντας: «Αν σου δώσω να φας και να πεις, αυτά θα μου λείψουν, οπότε πήγαινε στο δρόμο σου και μη μου χάνεις τον χρόνο!». Έτσι άφησε το ανθρωπάκι και συνέχισε προς το δάσος. Η τιμωρία δεν άργησε να έρθει και γι' αυτόν. Μετά από μερικά χτυπήματα τσεκούρι σε ένα δέντρο, το τσεκούρι λύθηκε και τον χτύπησε στο πόδι, οπότε πήγε στο σπίτι του.

Τότε ο μικρότερος γιος, ο Σίλι, λέει: «Πατέρα, άσε με να κόψω ξύλα».

«Τα αδέρφια σου πληγώθηκαν όταν πήγαν», απάντησε ο πατέρας, «δεν πειράζει, δεν ξέρεις για αυτά τα πράγματα».

Αλλά ο Silly επέμενε και παρακαλούσε τον πατέρα του μέχρι να του απαντήσει: «Πήγαινε, από τη ζημιά που θα υποστείς, αλλά το πολύ-πολύ να γίνεις πιο έξυπνος».

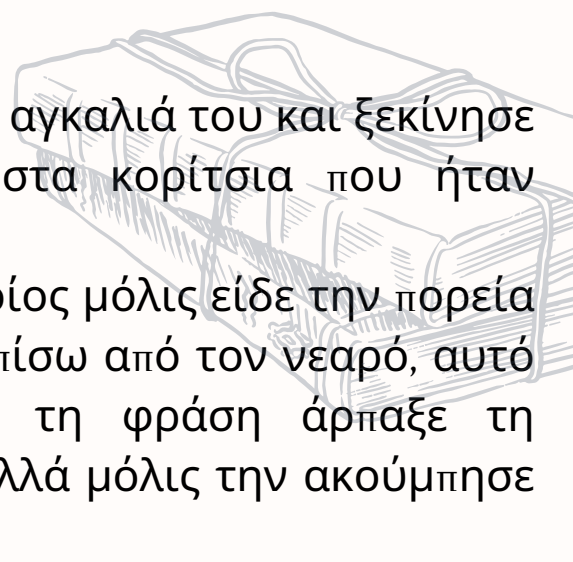
Η μητέρα του του έδωσε μια πίτα που είχε φτιάξει με στάχτη και νερό και ένα μπουκάλι μπύρα που είχε ήδη ξινίσει.

Όταν έφτασε στο δάσος συνάντησε και τον μικρό γκρίζο άνθρωπο που τον χαιρέτησε και του είπε: «Δώσε μου ένα κομμάτι από την πίτα σου και μια γουλιά από το μπουκάλι σου, είμαι πολύ πεινασμένος και διψασμένος!»

Ο ανόητος τότε απάντησε: «Δεν θα το έκανα ποτέ αυτό: «Το μόνο που έχω είναι σταχτόπιτα και ξινή μπύρα, αν είσαι ικανοποιημένος με αυτά τότε ας καθίσουμε να φάμε». Το ανθρωπάκι δέχτηκε, αλλά όταν κάθισαν και ο Silly έβγαλε την σταχτόπιτα είχε γίνει μια υπέροχη αυγόπιτα και η ξινή μπύρα είχε γίνει καλό κρασί.

Έτσι κάθισαν και αφού έφαγαν και ήπιαν ο ανθρωπάκος είπε: «Επειδή έχεις καλή καρδιά και μοιράζεσαι αυτό που σου ανήκει, θα σου δώσω τύχη. Απέναντί μας είναι ένα παλιό δέντρο, κόψτε το και στις ρίζες του θα βρείτε κάτι». Με αυτά τα λόγια το ανθρωπάκι αποχαιρέτησε και έφυγε.

Όταν ο Χαζούλης πήγε και έκοψε το δέντρο βρήκε στις ρίζες του μια χήνα που είχε φτερά από καθαρό χρυσάφι. Έβγαλε τη χήνα, την πήρε μαζί του και πήγε σε ένα πανδοχείο για να διανυκτερεύσει. Ο ιδιοκτήτης του πανδοχείου είχε τρεις κόρες που είχαν μεγάλη περιέργεια για αυτό το παράξενο πουλί. Αλλά από περιέργεια, οι κόρες θέλησαν να κλέψουν ένα από τα χρυσά φτερά της χήνας. Η μεγαλύτερη σκέφτηκε: «Θα βρεθεί κάποια ευκαιρία να της πάρω ένα φτερό!» Και όταν βγήκε η Silly, άρπαξε το φτερό της χήνας, αλλά τα δάχτυλά της κόλλησαν πάνω του. Μετά από λίγο ήρθε και η δεύτερη και ήθελε κι αυτή να πάρει κάτι από τη χήνα. Μόλις όμως άγγιξε την αδελφή της, εκείνη κόλλησε πάνω της. Όταν ήρθε και η τρίτη αδελφή, οι άλλες δύο άρχισαν να της φωνάζουν: «Φύγε από εδώ, για όνομα του Θεού, φύγε!» Ωστόσο, η τρίτη δεν κατάλαβε γιατί έπρεπε να φύγει και έτρεξε προς τη χήνα. Μόλις όμως άγγιξε τη μεσαία αδελφή της, κόλλησε κι αυτή. Έτσι οι τρεις τους πέρασαν τη νύχτα μαζί με τη χήνα.



Το επόμενο πρωί, ο Silly πήρε τη χήνα του στην αγκαλιά του και ξεκίνησε το δρόμο του, χωρίς να δώσει σημασία στα κορίτσια που ήταν κολλημένα πάνω της.

Στο δρόμο τους συνάντησαν έναν ιερέα, ο οποίος μόλις είδε την πορεία τους εξοργίστηκε: «Δεν ντρέπεστε να τρέχετε πίσω από τον νεαρό, αυτό δεν είναι καθόλου σωστό!» Τελειώνοντας τη φράση άρπαξε τη μικρότερη από το χέρι για να την τραβήξει, αλλά μόλις την ακούμπησε κόλλησε και αναγκάστηκε να τρέξει πίσω τους.

Μετά από λίγο διασταυρώθηκαν με τον επίτροπο της εκκλησίας, ο οποίος είδε τον ιερέα να τρέχει πίσω από τα τρία κορίτσια. Έμεινε έκπληκτος με το θέαμα και φώναξε: «Πού πας τόσο γρήγορα, μπαμπά; Καθώς λοιπόν οι πέντε ακολουθούσαν τη χρυσή χήνα, συνάντησαν δύο αγρότες που έρχονταν από τα χωράφια τους με δίκρανα στους ώμους. Ο ιερέας τους φώναξε να αφήσουν αυτόν και τον επίτροπο. Αλλά μόλις άγγιξαν τον επίτροπο κόλλησαν κι αυτοί και τώρα ήταν επτά και έτρεχαν πίσω από τον Χαζούλη και τη χήνα.

Τελικά έφτασαν όλοι μαζί σε μια πόλη. Σε αυτή την πόλη υπήρχε ένας βασιλιάς του οποίου η κόρη ήταν τόσο σοβαρή που κανείς δεν μπορούσε να την κάνει να γελάσει.

Τότε ο Silly ζήτησε από την πριγκίπισσα να γίνει γυναίκα του, αλλά ο βασιλιάς δεν συμπαθούσε καθόλου τον γαμπρό και έλεγε πολλές δικαιολογίες. Τελικά του ζήτησε να του φέρει έναν άντρα που θα μπορούσε να πει ένα κελάρι κρασί μόνος του. Ο Ανόητος σκέφτηκε τον μικρό γκρίζο άνθρωπο και πήγε στο δάσος για να του ζητήσει βοήθεια. Στο σημείο που είχε κόψει το δέντρο είδε έναν άντρα να κάθεται και να μοιάζει λυπημένος. Ο Silly τον ρώτησε τι τον απασχολεί και ήταν τόσο λυπημένος. «Διψάω πολύ και δεν μπορώ να το ξεδιψάσω, δεν αντέχω το κρύο νερό. Βέβαια ήπια ένα βαρέλι κρασί, αλλά τι να κάνει μια σταγόνα στην καυτή πέτρα;» απάντησε ο ξένος. «Μπορώ να σε βοηθήσω», του είπε ο Silly. «Έλα μαζί μου και θα χορτάσεις κρασί!» Τον πήγε στο κελάρι του βασιλιά και ο ξένος όρμησε πάνω στα μεγάλα βαρέλια. Ήπιε, ήπιε, ήπιε, και πριν περάσει μια μέρα είχε πει όλο το κελάρι.

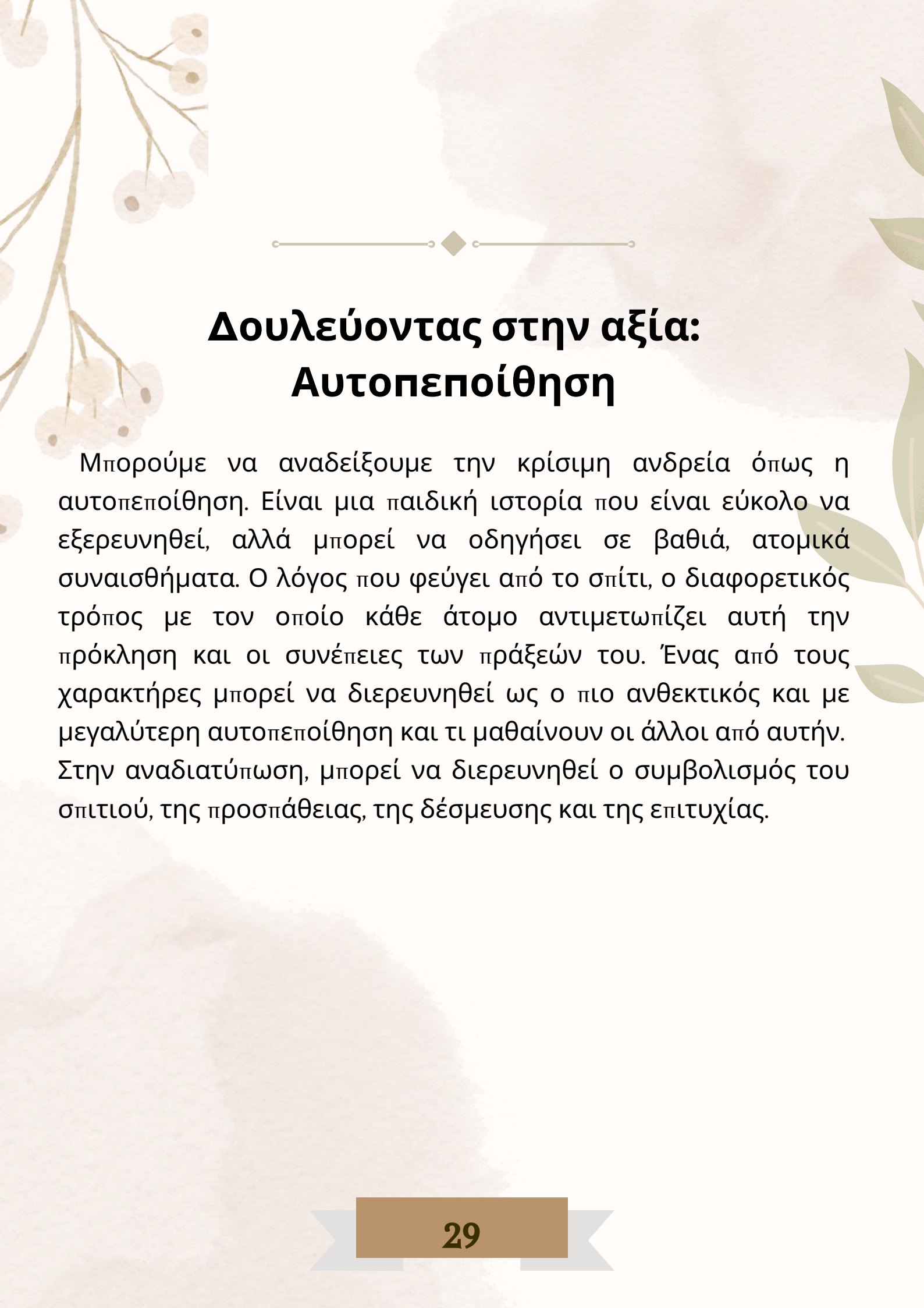
Ο Silly ζήτησε ξανά τη νύφη, αλλά ο βασιλιάς δυσαρεστήθηκε πολύ που ένας άθλιος, τον οποίο όλοι αποκαλούσαν Silly, θα έπαιρνε την κόρη του. Έτσι έθεσε νέους όρους: θα έπρεπε να φέρει έναν άντρα που θα μπορούσε να φάει ένα βουνό ψωμί. Ο Silly δεν το σκέφτηκε πολύ και αμέσως πήγε στο δάσος. Εκεί, στο ίδιο μέρος, βρήκε έναν άντρα να κάθεται με μια ζώνη γύρω από την κοιλιά του και το πρόσωπό του ήταν λυπημένο. Ο άντρας είπε: «Ο άντρας είναι πολύ ευτυχισμένος: Έχω φάει έναν ολόκληρο φούρνο με τραγανό ψωμί, αλλά πού να βρω όταν κάποιος πεινάει τόσο πολύ όσο εγώ. Το στομάχι μου παραμένει άδειο και πρέπει να δέσω την κοιλιά μου για να μην πεθάνω από την πείνα». Ο Χαζούλης χάρηκε και του είπε: «Δεν έχω τίποτα να φάω: Έλα μαζί μου και θα ικανοποιήσεις την πείνα σου». Τον πήγε στην αυλή του βασιλιά που είχε μαζέψει όλο το αλεύρι του βασιλείου του και είχε φτιάξει ένα τεράστιο βουνό ψωμί. Ο άνθρωπος από το δάσος στάθηκε μπροστά στο βουνό και άρχισε να τρώει και να τρώει και να τρώει και να τρώει... Έτσι μέσα σε μια μέρα το βουνό με το ψωμί είχε εξαφανιστεί!

Ο ανόητος ζήτησε για τρίτη φορά τη νύφη, αλλά ο βασιλιάς έψαξε και πάλι τρόπο να αποφύγει τον γαμπρό. Αυτή τη φορά ζήτησε ένα πλοίο που μπορούσε να ταξιδέψει σε στεριά και θάλασσα: «Μόλις πλεύσεις με αυτό θα πάρεις αμέσως την κόρη μου για γυναίκα σου!» του είπε.

Ο Ανόητος πήγε κατευθείαν στο δάσος και εκεί βρισκόταν ο μικρός γκρίζος άντρας. «Έφαγα και ήπια για σένα», του λέει το ανθρωπάκι, «τώρα θα σου δώσω και το καράβι. Τα κάνω όλα αυτά επειδή ήσουν καλός μαζί μου!»

Έτσι του έδωσε το καράβι που μπορούσε να ταξιδέψει στη στεριά και στη θάλασσα. Όταν ο βασιλιάς είδε ότι ο όρος του είχε εκπληρωθεί, δεν μπορούσε πλέον να αρνηθεί να δώσει την κόρη του.

Έτσι ο γάμος γιορτάστηκε και μετά το θάνατο του βασιλιά, ο Χαζούλης κληρονόμησε το βασίλειο και έζησε ευτυχισμένος με τη γυναίκα του για πολλά χρόνια.



Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Μπορούμε να αναδείξουμε την κρίσιμη ανδρεία όπως η αυτοπεποίθηση. Είναι μια παιδική ιστορία που είναι εύκολο να εξερευνηθεί, αλλά μπορεί να οδηγήσει σε βαθιά, ατομικά συναισθήματα. Ο λόγος που φεύγει από το σπίτι, ο διαφορετικός τρόπος με τον οποίο κάθε άτομο αντιμετωπίζει αυτή την πρόκληση και οι συνέπειες των πράξεών του. Ένας από τους χαρακτήρες μπορεί να διερευνηθεί ως ο πιο ανθεκτικός και με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και τι μαθαίνουν οι άλλοι από αυτήν. Στην αναδιατύπωση, μπορεί να διερευνηθεί ο συμβολισμός του σπιτιού, της προσπάθειας, της δέσμευσης και της επιτυχίας.

“Τα τρία μικρά γουρουνάκια”

Μια φορά κι έναν καιρό, ήταν τρία γουρουνάκια που αποφάσισαν να αφήσουν το σπίτι της μητέρας τους και να φτιάξουν δικά τους σπίτια. Κάθε γουρούνι είχε τη δική του ιδέα για το τι είδους σπίτι θα ήταν καλύτερο.

Το πρώτο γουρουνάκι, που βιαζόταν, έχτισε το σπίτι του από άχυρο. Ήταν γρήγορο και εύκολο, αλλά όχι πολύ δυνατό. Το δεύτερο γουρουνάκι, θέλοντας λίγη περισσότερη ασφάλεια, έχτισε το σπίτι του από ξύλα. Χρειάστηκε λίγο περισσότερος χρόνος, αλλά και πάλι δεν ήταν πολύ ανθεκτικός. Το τρίτο γουρουνάκι, το πιο προσεκτικό από τα τρία, αποφάσισε να χτίσει το σπίτι του από τούβλα. Ήταν σκληρή δουλειά και πήρε πολύ χρόνο, αλλά ήξερε ότι θα ήταν δυνατή.

Μια μέρα ήρθε ένας μεγάλος κακός λύκος. Πεινούσε και έβλεπε τα γουρούνια σαν ένα εύκολο γεύμα. Πρώτα, πήγε στο αχυρόσπιτο. «Γουρουνάκι, γουρουνάκι, άσε με να μπω!» γρύλισε ο λύκος.

«Όχι από τις τρίχες στο πηγούνι μου!» απάντησε το πρώτο γουρούνι.

«Τότε θα φουσκώσω, θα φουσκώσω και θα γκρεμίσω το σπίτι σας!» είπε ο λύκος. Και το έκανε. Το αχυρένιο σπίτι δεν ταίριαζε με την ανάσα του λύκου και το πρώτο γουρούνι έτρεξε στο σπίτι του αδερφού του.

Ο λύκος ακολούθησε και χτύπησε την πόρτα του ραβδιού. «Γουρουνάκια, γουρουνάκια, άσε με να μπω!»

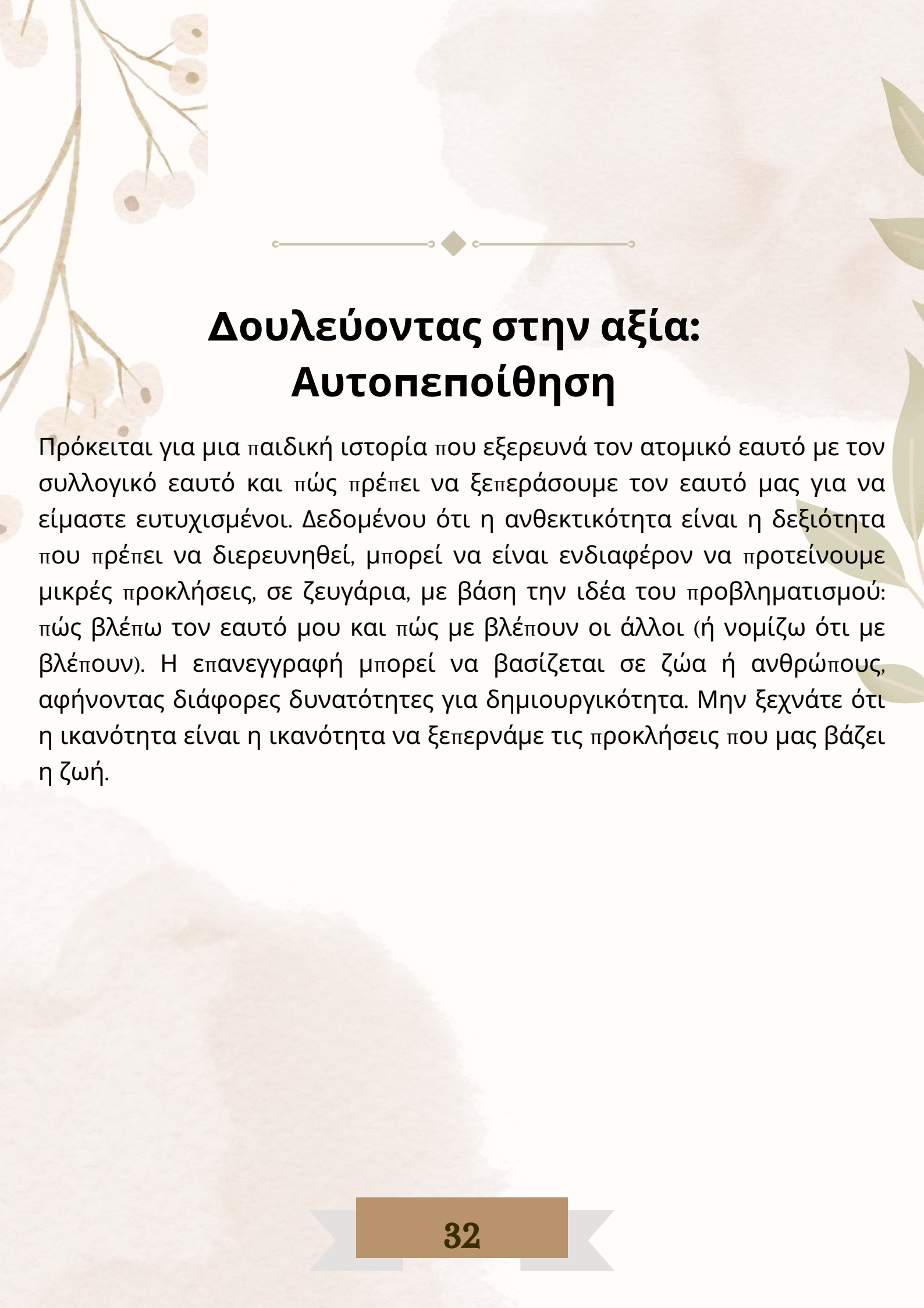
«Όχι από τις τρίχες στο πηγούνι μας!» απάντησαν τα δύο γουρούνια.

«Τότε θα φουσκώσω, θα φουσκώσω και θα γκρεμίσω το σπίτι σας!» Και για άλλη μια φορά, ο λύκος γκρέμισε το σπίτι και τα δύο γουρούνια έτρεξαν στο πλινθόκτιστο σπίτι του αδελφού τους.

Τώρα, ο λύκος απογοητευόταν. Χτύπησε το πλίνθινο σπίτι. «Γουρουνάκια, γουρουνάκια, άσε με να μπω!»

«Όχι από τις τρίχες στο πηγούνι μας!» φώναξαν και τα τρία γουρούνια.

Ο λύκος βουρκώθηκε, και φούσκωσε, αλλά όσο δυνατά κι αν φύσηξε, το πλίνθινο σπίτι έμεινε σταθερό. Ο λύκος προσπάθησε ξανά και ξανά, αλλά δεν μπορούσε να γκρεμίσει το σπίτι. Συνειδητοποιώντας τον ξυλοδαρμό, ο λύκος έφυγε και τα τρία γουρουνάκια ζούσαν ευτυχισμένα στο ασφαλές τους τούβλο σπίτι.



Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Πρόκειται για μια παιδική ιστορία που εξερευνά τον ατομικό εαυτό με τον συλλογικό εαυτό και πώς πρέπει να ξεπεράσουμε τον εαυτό μας για να είμαστε ευτυχισμένοι. Δεδομένου ότι η ανθεκτικότητα είναι η δεξιότητα που πρέπει να διερευνηθεί, μπορεί να είναι ενδιαφέρον να προτείνουμε μικρές προκλήσεις, σε ζευγάρια, με βάση την ιδέα του προβληματισμού: πώς βλέπω τον εαυτό μου και πώς με βλέπουν οι άλλοι (ή νομίζω ότι με βλέπουν). Η επανεγγραφή μπορεί να βασίζεται σε ζώα ή ανθρώπους, αφήνοντας διάφορες δυνατότητες για δημιουργικότητα. Μην ξεχνάτε ότι η ικανότητα είναι η ικανότητα να ξεπερνάμε τις προκλήσεις που μας βάζει η ζωή.

“Η αποτύπωση του Henriqueta”

Μια φορά κι έναν καιρό, ήταν ένα ηλικιωμένο λιοντάρι που, μετά από μια μακρά ζωή κυνηγιού, φαγητού και ύπνου, τελικά πέθανε. Η αντανάκλασή του έμεινε μόνη.

Η αντανάκλαση γρήγορα βαρέθηκε.

Δεν ήθελε να είναι η αντανάκλαση ενός λουλουδιού...

... ούτε η αντανάκλαση μιας πάπιας.

Έτσι, έφυγε.

Αφού περπάτησε πολύ, είδε ένα σπίτι.

Ήταν το σπίτι της Henriqueta.

Η Ενρικέτα ετοιμαζόταν για το σχολείο.

Στον Henriqueta δεν άρεσε το σχολείο.

Η αντανάκλαση του λιονταριού την παρακολούθησε και σκέφτηκε: «Αυτό ακριβώς θέλω! Θέλω να είμαι η αντανάκλαση αυτού του μικρού κοριτσιού».

Περίμενε δίπλα σε μια λακκούβα με νερό.

Την κατάλληλη στιγμή, πήδηξε μέσα.

«Σήμερα, φαίνομαι τόσο άγριος!» Ο Henriqueta θαύμασε.

Και ένιωθε δυνατή.

Εκείνη τη μέρα, διασκέδασε τόσο πολύ στο σχολείο.

Δεν φοβόταν να πάρει μέρος στο μάθημα.

Το μεσημέρι, λιμοκτονούσε. Μετά το φαγητό, χασμουρήθηκε και πήρε έναν ωραίο υπνάκο.

Ο Henriqueta είχε μια φανταστική μέρα, όπως και ο προβληματισμός.

Όταν επέστρεψε στο σπίτι, η αντανάκλαση την ακολούθησε.

Η Henriqueta δεν θυμόταν πια ούτε την παλιά της αντανάκλαση.

Το επόμενο πρωί, η Henriqueta και η αντανάκλαση του λιονταριού ανυπομονούσαν να πάνε στο σχολείο.

το διάλειμμα έπαιζαν σαν άγρια θηρία.

Στην καφετέρια κατασπάραξαν το μεσημεριανό, επιδεικνύοντας τα κοφτερά τους δόντια.

Στην τάξη, γρύλιζαν και μούγκριζαν, αλλά μόνο ο Henriqueta μάλωσε.

Στο δρόμο για το σπίτι, ο Henriqueta δεν είχε πια διάθεση να παίξει.

«Δεν είσαι καθόλου σαν εμένα», είπε στον προβληματισμό. «Εσύ είσαι λιοντάρι και εγώ δεν είμαι λιοντάρι».

«Πού είναι η παλιά μου αντανάκλαση, αυτή που είναι σαν εμένα;»

Ο Henriqueta έψαξε παντού.

Τελικά, κοίταξε κάτω από το κρεβάτι. «Αν κρυβόμουν από ένα λιοντάρι», σκέφτηκε, «εδώ θα κρυβόμουν».

Κάτω από το κρεβάτι, βρήκε ένα κουτί, και μέσα στο κουτί, υπήρχε ένας μικρός καθρέφτης. Και στον καθρέφτη...

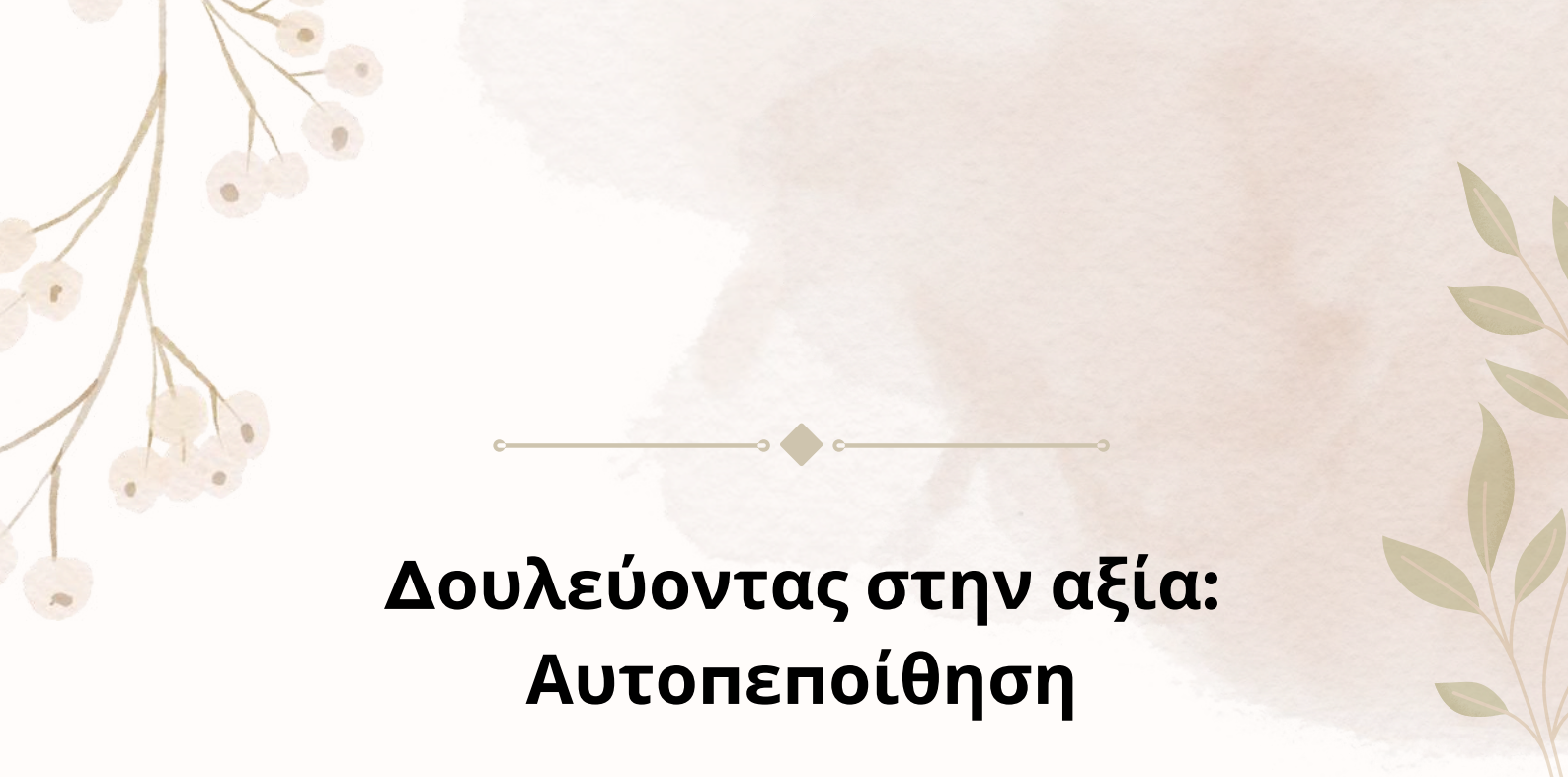
«Εδώ είμαι!» αναφώνησε εκείνη.

Τώρα, ο Henriqueta είχε δύο προβληματισμούς.

Έμαθαν να ζουν μαζί.

Και κάθε τόσο (ή σχεδόν), ο Henriqueta περνούσε την καλύτερη στιγμή.





Δουλεύοντας στην αξία: Αυτοπεποίθηση

Σε αυτή την ιστορία, ο μικρός μαθητευόμενος μάγος ξεκινά με μεγάλη αυτοπεποίθηση, καθώς εφαρμόζει στην πράξη τα ξόρκια που έμαθε στην τάξη. Καθώς όμως η ιστορία προχωράει, χάνει αυτή την αυτοπεποίθηση, καθώς τίποτα δεν πηγαίνει όπως το περίμενε. Αν ξαναγράφαμε αυτή την ιστορία, θα μπορούσαμε να τονίσουμε την αξία της αυτοπεποίθησης: αν ο μικρός μαθητευόμενος μάγος έχει μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στον εαυτό του, ίσως μπορέσει να λύσει το πρόβλημα.

“Ο μαθητευόμενος του μάγου”

Ωραία! Ο μάγος, ο παλιός μου δάσκαλος
με άφησε εδώ μόνο μου σήμερα!
Τώρα τα πνεύματά του, για αλλαγή,
οι δικές μου επιθυμίες θα υπακούσουν!
Έχοντας απομνημονεύσει
τι να πω και τι να κάνω,
με τις δυνάμεις της θέλησής μου μπορώ
να κάνω και κάποια μάγια!

Πήγαινε, λέω,
Πήγαινε στο δρόμο σου,
μην καθυστερείτε,
Φέρτε νερό,
αφήστε το να ρέει άφθονο,
και ετοίμασε ένα λουτρό για μένα!

Έλα τώρα, παλιά σκούπα, ντύσου,
αυτά τα παλιά κουρέλια θα κάνουν μια χαρά!
Είσαι σκλάβος σε κάθε περίπτωση,
και σήμερα θα γίνεις δικός μου!
Μακάρι να έχεις δύο πόδια,
και ένα κεφάλι στην κορυφή,
Πάρε τον κουβά, γρήγορα.
βιάσου, μη σταματάς!

Πήγαινε, σου λέω,
Πήγαινε στο δρόμο σου,
μην καθυστερείτε,
μεταφέρετε νερό,
αφήστε το να ρέει άφθονο,
και ετοίμασε ένα λουτρό για μένα!

Κοιτάξτε, πώς τρέχει προς την όχθη!
και τώρα έχει φτάσει στο ποτάμι,
...επιστρέφει γρήγορα σαν αστραπή,
και πάλι νερό για να δώσει.
Κοιτάξτε! Η μπανιέρα ήδη
έχει σχεδόν γεμίσει!
Και τώρα γεμίζει
κάθε μπολ και φλιτζάνι!

Σταματήστε! Μείνετε ακίνητοι!
Ακούστε τη θέλησή μου!
Έχω αρκετά
από αυτό το πράγμα!
Ξέχασα - αλίμονό μου!
ποια είναι η μαγική λέξη.

Ω, η λέξη για να τον αλλάξω πίσω
σε αυτό που ήταν πριν!
Ω, τρέχει και συνεχίζει να τρέχει!
Μακάρι να γινόσουν σκούπα για άλλη μια φορά!
Συνεχίζει να φέρνει νερό
όσο πιο γρήγορα γίνεται,
και εκατό ποτάμια
χύνει πάνω μου

Όχι, όχι πια
μπορώ να τον αφήσω,
Πρέπει να τον πιάσω.
με κάποιο κόλπο!
Αρχίζω να αισθάνομαι άρρωστος.
Τι βλέμμα! - και τι πρόσωπο!

Ω, άσχημο παιδί του Άδη!
Όλο το σπίτι θα πνιγεί!
Όπου κι αν κοιτάξω, βλέπω
νερό, νερό, να τρέχει κάτω.
Να είσαι καταραμένη, γριά σκούπα,
γιατί δεν υπακούς;
Γίνε ραβδί για άλλη μια φορά,
σε παρακαλώ, σε ικετεύω, μείνε!

Είναι το τέλος
δεν είναι ορατό;
Θα σε αρπάξω,
θα σε κρατήσω σφιχτά,
με το τσεκούρι μου θα σπάσω το εύθραυστο
παλιό ξύλο έξυπνα στη μέση.

Έρχεται πάλι με νερό!
Τώρα θα πέσω πάνω σου,
και η αιχμηρότητα του τσεκουριού μου
θα δοκιμάσω, ω πνεύμα, πάνω σου.
Λοιπόν, ένα τέλειο χτύπημα!
Δες πώς διασπάται!
Τώρα υπάρχει ελπίδα για μένα,
και μπορώ να αναπνεύσω ελεύθερα!

Αλίμονό μου! Και τα δύο κομμάτια
ζωντανεύουν εκ νέου,
τώρα, για να κάνουν τις διαταγές μου
Έχω δύο υπηρέτες!
Βοηθήστε με, ω μεγάλες δυνάμεις!
Σας παρακαλώ, σας ικετεύω!

Και τρέχουν! Όλο και πιο βρεγμένα
...στις σκάλες, στα δωμάτια, στο διάδρομο!
Τι κατακλυσμός! Τι πλημμύρα!
Κύριε και αφέντη, άκουσε το κάλεσμά μου!
Α, έρχεται ο κύριος!
Σε χρειάζομαι!
από τα πνεύματα που κάλεσα
Κύριε, λύτρωσέ με!

«Πίσω τώρα, σκούπα,
στην ντουλάπα!
Να είσαι όπως είσαι
όπως ήσουν πριν!
Μέχρι εγώ, ο πραγματικός αφέντης
να σε καλέσω να υπηρετήσεις για άλλη μια φορά!»





Δωρεάν Άδεια

Το προϊόν που αναπτύχθηκε εδώ ως μέρος του έργου Erasmus+ "Ιστορίες για ενδυνάμωση 2023-1-IT02-KA220-ADULT-000159380" αναπτύχθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τη γνώμη του συγγραφέα. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν είναι υπεύθυνη για το περιεχόμενο των εγγράφων

Η έκδοση αποκτά την άδεια Creative Commons Licence CC BY- NC SA.



Αυτή η άδεια σάς επιτρέπει να διανέμετε, να αναμιγνύετε, να βελτιώνετε και να αξιοποιείτε το έργο, αλλά μόνο μη εμπορικά. Κατά τη χρήση του έργου καθώς και αποσπάσματα από αυτό πρέπει

1. Να αναφέρεται η πηγή και να δίνεται ένας σύνδεσμος προς την άδεια χρήσης και να αναφέρονται πιθανές αλλαγές. Τα πνευματικά δικαιώματα παραμένουν στους συντάκτες των εγγράφων.
2. Το έργο δεν επιτρέπεται να χρησιμοποιηθεί για εμπορικούς σκοπούς.
3. Εάν ανασυνθέσετε, μετατρέψετε ή βασίσετε το έργο, οι συνεισφορές σας πρέπει να δημοσιευτούν με την ίδια άδεια με την αρχική.

Αρνηση

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι απόψεις που εκφράζονται είναι μόνο του ή των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά.