

Βατόμυρο



7-8 ετών

ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΖΩΝΗ • ΦΙΛΑΝΑΓΝΩΣΙΑ

Αθηνά Ανδρουτσοπούλου

Μεγαλύτερες Κουβέντες, με τη μαμά



Μαθαίνουμε για...
την
κοινωνική
συμπεριφορά



ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Μεγαλύτερες κουβέντες με τη μαμά**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Αθηνά Ανδρουτσοπούλου
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Ευδοξία Μπινοπούλου
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Κατερίνα Χρυσοχόου
ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Γιώργος Παζάλος
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Ραλλού Ρουκωτά
ΕΚΤΥΠΩΣΗ: Ι. Πέππας ΑΒΕΕ
ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ: Κωνσταντίνα Παναγιώτου & ΣΙΑ Ο.Ε.

© Αθηνά Ανδρουτσοπούλου, 2013
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2013

Πρώτη έκδοση: Μάιος 2013

ISBN 978-618-01-0179-9



Τυπώθηκε σε 100% ανακυκλωμένο χαρτί.

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδείας του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.
Έδρα: Τατοΐου 121
144 52 Μεταμόρφωση
Βιβλιοπωλείο: Μαυρομικλήν 1
106 79 Αθήνα
Τηλ.: 2102804800
Telefax: 2102819550
www.psichogios.gr
e-mail: info@psichogios.gr

PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.
Head office: 121, Tatoiu Str.
144 52 Metamorfossi, Greece
Bookstore: 1, Mavromichali Str.
106 79 Athens, Greece
Tel.: 2102804800
Telefax: 2102819550
www.psichogios.gr
e-mail: info@psichogios.gr



Αθηνά Ανδρουτσοπούλου

ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΕΣ
ΚΟΥΒΕΝΤΕΣ
ΜΕ ΤΗ ΜΑΜΑ

Εικονογράφηση:
Κατερίνα Χρυσόχου

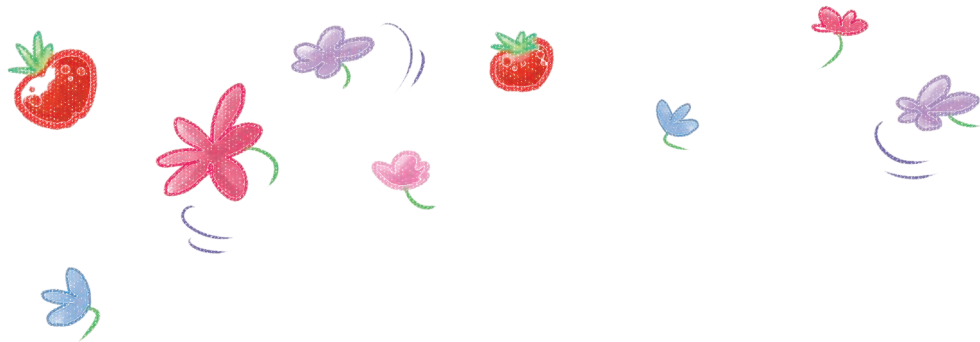


Η ΑΘΗΝΑ ΑΝΔΡΟΥΤΣΟΠΟΥΛΟΥ γεννήθηκε και ζει στην Αθήνα. Είναι παντρεμένη και έχει μια κόρη. Διατηρεί ιδιωτικό γραφείο ως αδειούχος ψυχολόγος, ψυχοθεραπεύτρια και οικογενειακή θεραπεύτρια. Είναι συν-ιδρύτρια του «Λόγω Ψυχής» – Ινστιτούτο Εκπαίδευσης και Έρευνας στη Συστημική Ψυχοθεραπεία. Είναι μέλος ψυχολογικών και ψυχοθεραπευτικών επιστημονικών συλλόγων και εταιρειών. Ολοκλήρωσε τις βασικές της σπουδές στην ψυχολογία στο Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών και το διδακτορικό της στο Πανεπιστήμιο του Μπαθ στη Μεγάλη Βρετανία.

Είναι συγγραφέας του βιβλίου **Η ΑΘΩΑ ΓΛΩΣΣΑ ΤΩΝ ΟΝΕΙΡΩΝ ΜΑΣ** και επιστημονική συν-επιμελήτρια δύο συλλογικών τόμων για τις εφαρμογές της συστημικής θεραπείας (**ΜΕ ΓΟΜΑ ΚΑΙ ΚΑΘΡΕΦΤΗ** και **ΜΕ ΧΑΡΤΗ ΚΑΙ ΠΥΞΙΔΑ**). Εργασίες της έχουν δημοσιευτεί σε ελληνικά και ξένα επιστημονικά περιοδικά, ως κεφάλαια βιβλίων, και έχουν ανακοινωθεί σε συνέδρια στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Από τις Εκδόσεις **ΨΥΧΟΓΙΟΣ** κυκλοφορεί επίσης το βιβλίο της **ΚΟΥΒΕΝΤΕΣ ΜΕ ΤΗ ΜΑΜΑ**.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της συγγραφέως: www.androutsopoulou.gr.

Στην Ίριδα, για τις κουβέντες μας





Περίεχόμενα

| | |
|-------------------------------|----|
| «Πρέπει» ή «θέλω»; | 11 |
| Φαντασία | 15 |
| Έχω μήνυμα! | 22 |
| Μπράβο που προσπάθησες! | 28 |
| Οικογένειες | 35 |
| Ζωή σαν σοκολάτα | 44 |



«Πρέπει» ή «θέλω»;

Η μαμά λέει να τελειώνω γρήγορα τα μαθήματά μου για να έχω χρόνο να παίξω. Εγώ όμως έχω πολλές δουλειές. Σήμερα, οι κούκλες μου είναι άρρωστες... Ανοίγω βιασικά την ιατρική μου τσάντα.



– Τέλειωσες τα μαθήματά σου; λέει η μαμά ξεπροβάλλοντας από την πόρτα.

– Όχι ακόμη, λέω εγώ με τα ακουστικά του γιατρού στα αυτιά.

– Μμμ... κάνει η μαμά. Θα έρθω πάλι σε λίγο.

– Μα βαριέμαι να διαβάσω, γκρινιάζω. Πρέπει να παίξω!

– Κοριτσάκι μου, λέει εκείνη, ορισμένα πράγματα είναι οι υποχρεώσεις μας.

– Τι χρεώσεις δηλαδή;

– Υποχρεώσεις, με διορθώνει η μαμά. Οι δουλειές που πρέπει να κάνουμε γιατί είναι σημαντικές.

– Κι εμένα οι δουλειές μου είναι σημαντικές, τονίζω εγώ. Οι κούκλες μου είναι πολύ άρρωστες και πρέπει...

– Το παιχνίδι είναι διασκέδαση, με κόβει η μαμά. Ξέρω πόσο σου αρέσει.

– Κι εσύ προτιμούσες να παίζεις όταν ήσουν μικρή; ρωτάω εγώ. Κι εσύ βαριόσουν να διαβάσεις;

– Ναι, συχνά βαριόμουν, κουνάει το κεφάλι η μαμά.

Και τώρα βαριέμαι καμιά φορά να πάω στη δουλειά. Μερικές φορές θα προτιμούσα να παίζω μαζί σου.

– Δε διασκεδάεις στη δουλειά; ξαναρωτάω εγώ.

– Αρκετές φορές διασκεδάω, απαντά η μαμά,



κι άλλες φορές όχι. Πρέπει όμως να πάω. Είναι η υποχρέωσή μου.

Ξεφυσώ λίγο κι αφήνω στο πάτωμα τα ακουστικά.

– Μακάρι να έμενες περισσότερο στο σπίτι, δακρύνω.

Με αγκαλιάζει σφιχτά και με κοιτάζει στα μάτια.

– Έλα τώρα, μπορείς να τελειώσεις με τα μαθήματα και μετά να παίξεις. Πρέπει να...

– Αυτά τα «πρέπει» τα μισώ! Δεν τα αντέχω!

Η μαμά σκέφτεται λίγο.

– Ξέρω έναν καλό τρόπο για να αντέχουμε τα «πρέπει», λέει και μου κλείνει το μάτι.

– Και ποιος είναι αυτός; απορώ εγώ.

– Πρώτα πρώτα, λέει η μαμά, ξεχωρίζουμε τα «πρέπει» από τα «θέλω». Για να δούμε... Πρέπει να παίξεις με τις κούκλες ή θέλεις;

– Θέλω! φωνάζω εγώ.

– Ας φανταστούμε τώρα μια ζυγαριά σαν τραμπάλα. Αν τα «θέλω» είναι περισσότερα από τα «πρέπει», τότε τα αντέχουμε μια χαρά. Η ζυγαριά μας γέρνει προς την πλευρά του «θέλω».

– Και αν δεν είναι περισσότερα τα «θέλω» μας; ανησυχώ. Αν η ζυγαριά μας γέρνει προς την πλευρά του «πρέπει»;



– Τότε φροντίζουμε να γίνουν περισσότερα τα «θέλω». Βρίσκουμε πράγματα που μας ευχαριστούν και προσπαθούμε να τα κάνουμε.

– Μμμ... σκέφτομαι λίγο. Θα ήθελα να γράψω τη λίστα για τα χριστουγεννιάτικα δώρα μου.

– Μα είναι ακόμη Σεπτέμβριος! λέει η μαμά.

– Πρέπει να φροντίσω τη ζυγαριά μου, της απαντώ.

– Πρέπει ή θέλεις; ρωτά εκείνη.

– Θέλω, γελάω πονηρά.

Τελειώνω λοιπόν τα μαθήματά μου και αρχίζω να γράφω τη λίστα μου. Διαλέγω λίγα δώρα και καλά. Οι κούκλες μου βήχουν όλες μαζί και με φωνάζουν.

– Λίγη υπομονή, παρακαλώ! Θέλουν και οι γιατροί να διασκεδάσουν!



Βατόμουρο
7-8 ετών

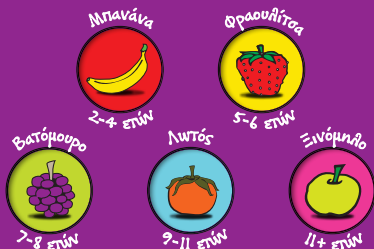
Α', Β' & Γ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Αθηνά Ανδρουτσοπούλου

Μεγαλύτερες κουβέντες με τη μαμά



Τυπώθηκε σε 100% ανακυκλωμένο χαρτί.



Καθόμαστε για ζεστή σοκολάτα. Σκέφτομαι με τη φαντασία μου πως είμαι μεγάλη και κάνω ό,τι κάνει η μαμά.

– Η Μαίρη Πόπινς πετούσε στ' αλήθεια με την ομπρέλα της; Και η Αλίκη; Μπήκε πράγματι στη Χώρα των Θαυμάτων; ρωτώ καθώς ρουφώ προσεκτικά τη σοκολάτα μου.

– Ποιος ξέρει; λέει η μαμά και κάτω από τη μύτη της εμφανίζεται ένα σοκολατένιο μουστάκι.

Μια ζυγαριά με «θέλω» και «πρέπει», σημειώματα από νεράιδες, μηνύματα από το σώμα μας, καλάθια γεμάτα «μπράβο», καβγάδες και ζωή σαν σοκολάτα. Η ψυχολόγος αλλά και μαμά Αθηνά Ανδρουτσοπούλου βοηθά τα λίγο μεγαλύτερα παιδιά να εκφράσουν αυτά που νιώθουν και να μιλήσουν για πράγματα που τα απασχολούν.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.
ΤΑΤΟΙΟΥ 121, 144 52 ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΤΗΛ.: 210 28 04 800 • FAX: 210 28 19 550
www.psichogios.gr • e-mail: info@psichogios.gr

ISBN 978-618-01-0179-9



9 786180 101799

ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ: 12466