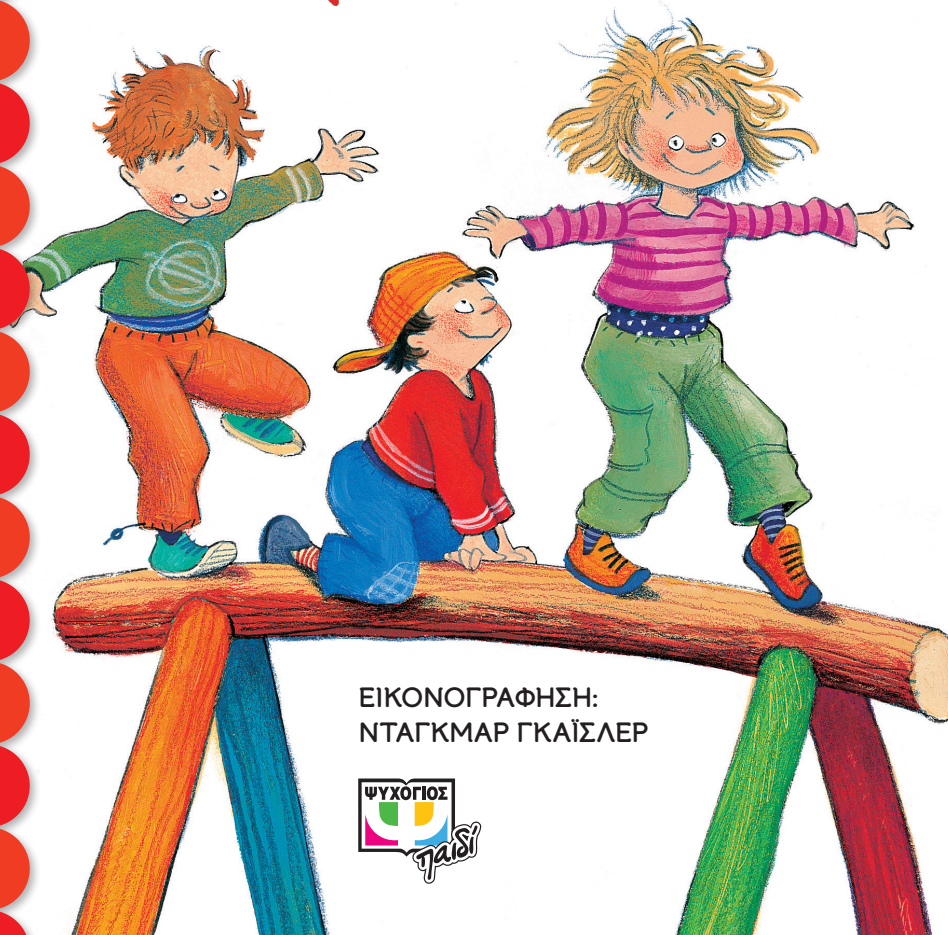


ΧΟΛΝΤΕ ΚΡΟΪΛ



Μπορείς να το κάνεις!



ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ:
ΝΤΑΓΚΜΑΡ ΓΚΑΪΣΛΕΡ





ΧΟΛΝΤΕ ΚΡΟΪΛ

Μπορείς να το κάνεις!



Μετάφραση: Δομινίκη Σάνδη

ΠΡΩΤΗ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Μπορείς να το κάνεις!**
ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΩΤΟΤΥΠΟΥ: So mutig bin ich!
Από τις Εκδόσεις Loewe, Μπίντλαχ 2005
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Holde Kreul
ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ: Δομινίκη Σάνδη
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Κυριακή Κάσση
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Dagmar Geisler
ΜΑΚΕΤΑ ΕΞΟΦΥΛΛΟΥ: Δημήτρης Χαροκόπος
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Βάσω Βύρρα

© Loewe Verlag GmbH, Bindlach, 1998, 2005
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2020

Πρώτη έκδοση: Μάιος 2020

Έντυπη έκδοση ISBN 978-618-01-3411-7
Ηλεκτρονική έκδοση ISBN 978-618-01-3412-4

Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση σε 100% οικολογικό 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 άδειας του εκδότη κατά οποιονδήποτε 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. | PSYCHOGIOS PUBLICATIONS S.A.

Από το 1979 | Publishers since 1979

Έδρα: Head Office:

Τατοίου 121, 144 52 Μεταμόρφωση | 121, Tatoi Str., 144 52 Metamorfossi, Greece

Βιβλιοπωλείο: Bookstore:

Εμμ. Μπενάκη 13-15, 106 78 Αθήνα | 13-15, Emm. Benaki Str., 106 78 Athens, Greece

Τηλ.: 2102804800 • fax: 2102819550 | Tel.: 2102804800 • fax: 2102819550

e-mail: info@psychogios.gr

www.psychogios.gr • <http://blog.psychogios.gr>



Η ΧΟΛΝΤΕ ΚΡΟΪΛ γεννήθηκε στο Στσέτσιν της πρώην Ανατολικής Γερμανίας και νυν Πολωνίας. Σπούδασε ψυχολογία και από τότε ασχολείται με τα παιδιά που αντιμετωπίζουν προβλήματα. Για καιρό διύθυνε έναν παιδικό σταθμό για παιδιά με ψυχολογικές διαταραχές. Σήμερα εργάζεται ως ψυχοθεραπεύτρια για παιδιά και ενηλίκους.

Αγαπητοί γονείς,

«Κοίτα! Κοίτα τι μπορώ να κάνω! Κοίτα! Δεν το πιστεύω!» Πόσες φορές έχουμε ακούσει τα μικρά παιδιά να μας το φωνάζουν χαρούμενα και υπερήφανα για τον εαυτό τους. Πολύ συχνά οι ενήλικοι αντιμετωπίζουν τα κατορθώματα αυτά ως τυχαία, όμως τις περισσότερες φορές πρόκειται για ένα στάδιο στην ανάπτυξή τους.

Το να «πιστέψουν στον εαυτό τους» ουσιαστικά σημαίνει να νικήσουν τον φόβο τους και να τολμήσουν. Αυτό δεν είναι κάτι εύκολο –και όχι μόνο για τα παιδιά– και επιτυγχάνεται με την ενθάρρυνση και την υποστήριξη ενός μεγάλου. Με τη βοήθειά του, το παιδί

ΤΙΣΤΕΨΕ ΣΤΟΝ
ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ!

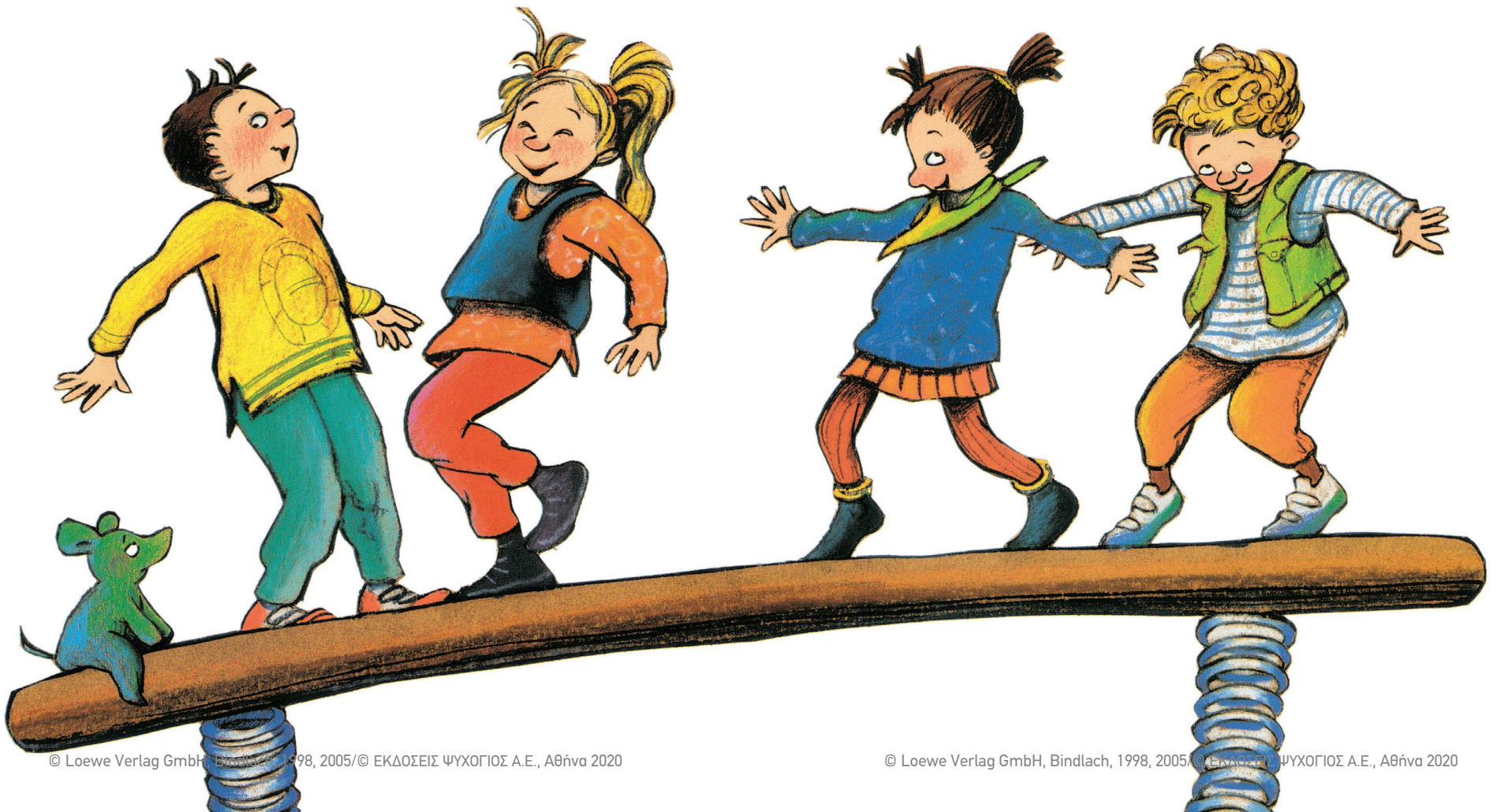


βρίσκει το θάρρος που χρειάζεται και αποκτά εμπιστοσύνη στις ικανότητές του. Σκέφτεται, για παράδειγμα: *Αυτό το καταφέρνω, είναι ευκολότερο απ' ό,τι φανταζόμουν ή Έκανα ένα λάθος. Δεν τα καταφέρνω μόνος μου. Χρειάζομαι βοήθεια.*

Σε αυτό το βιβλίο τα παιδιά αναγνωρίζουν τον εαυτό τους σε διάφορες καταστάσεις και γεννιέται η αφορμή για συζήτηση. Με τον τρόπο αυτό κατανοούν όλα εκείνα που μπορούν να κάνουν και τις κοινωνικές δεξιότητες που μπορούν να καλλιεργήσουν, όπως το να διεκδικούν, να βάζουν όρια, να υποχωρούν αλλά και να προσεγγίζουν τρίτους. Τέλος, τα παιδιά που έχουν αυτοπεποίθηση, έστω και λίγη, παρασύρονται πιο δύσκολα ενώ είναι πολύ πιο πιθανό να αποκτήσουν ισχυρή προσωπικότητα.

Χόλντε Κρόιλ

Θέλεις να μάθεις όλα αυτά που μπορού-
με να κάνουμε και να δοκιμάσουμε;



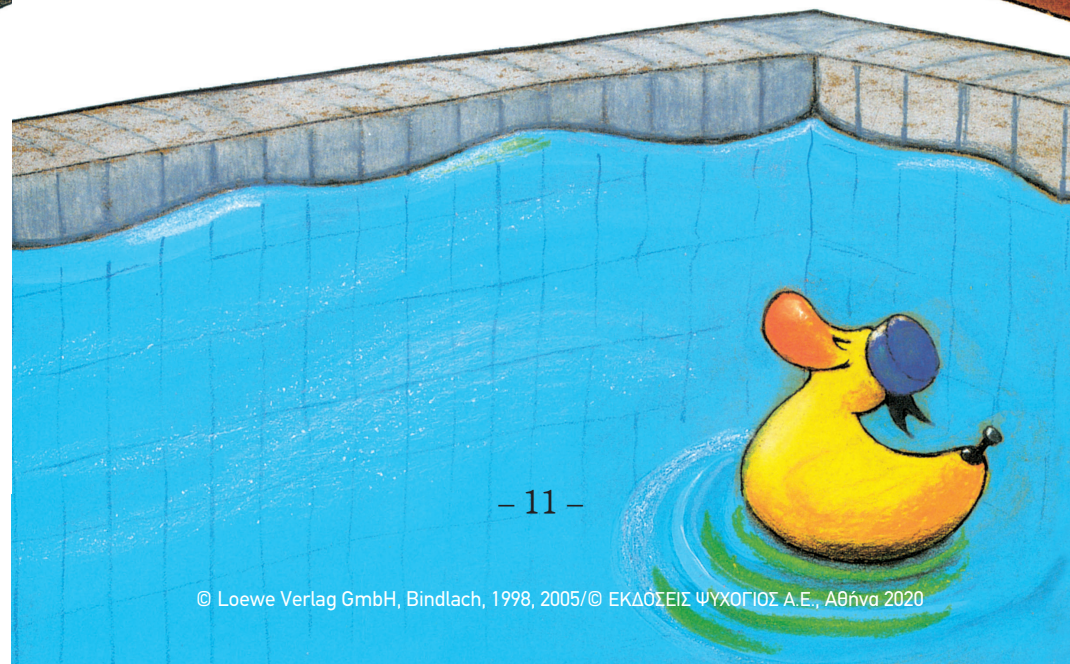


Στα γενέθλιά μου έστρωσα το τραπέζι σχεδόν μόνος μου, και η μαμά έμεινε έκπληκτη. Όταν μετά το πάρτι τη βοήθησα στο μάζεμα, έμεινε άφωνη.

- 10 -



Μπορώ να βουτήξω στην πισίνα από ένα μέτρο ύψος. Την πρώτη φορά φοβόμουν πολύ. Όμως, είπα στον εαυτό μου: «Μπορείς να το κάνεις!» Και τα κατάφερα.



- 11 -

Θέλεις να μάθεις όλα αυτά που μπορούμε να κάνουμε και να δοκιμάσουμε; Σίγουρα θα εκπλαγείς όταν καταλάβεις για πόσα πράγματα είμαστε ικανά εμείς τα παιδιά. Αρκεί να πιστεύουμε στον εαυτό μας, να ξεπερνάμε τους φόβους μας, να μην απογοητευόμαστε όταν δεν καταφέρνουμε κάτι και να έχουμε το θάρρος να υπερασπιζόμαστε την άποψή μας, ακόμα και όταν οι μεγάλοι πιστεύουν το αντίθετο.

Το βιβλίο προσφέρει παραδείγματα στα οποία τα παιδιά θα αναγνωρίσουν τον εαυτό τους, θα τον κατανοήσουν καλύτερα και θα εξασκήσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες.

ΣΕΙΡΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ Η ΦΡΟΥΤΟΠΑΡΕΑ



ΣΥΛΛΑΒΙΣΜΟ
ΛΕΞΕΙΣ,
ΑΚΟΥΩ ΙΣΤΟΡΙΕΣ

Μέχρι 600 λέξεις
Προσχολική ηλικία



ΚΑΤΑΝΟΩ
ΚΑΙ ΔΙΑΒΑΖΩ
ΜΙΚΡΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ

Μέχρι 1.500 λέξεις
Νηπιαγωγείο & Α' δημοτικού



ΔΙΑΒΑΖΩ
ΜΙΚΡΑ
ΚΕΙΜΕΝΑ

Από 2.000 λέξεις
Β' & Γ' δημοτικού



ΕΥΚΟΛΑ
ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑΤΑ
ΓΙΑ ΝΑ ΔΙΑΒΑΖΩ

Από 3.000 λέξεις
Δ' & Ε' δημοτικού



ΔΙΑΒΑΖΩ
ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑΤΑ

Από 10.000 λέξεις
Ε' & ΣΤ' δημοτικού



Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ

www.psichogios.gr

ISBN: 978-618-01-3411-7



ΚΩΔ. ΠΗΧΣΗΣ: 23739