

ΚΑΤΡΙΝΑ ΤΣΑΝΤΑΛΗ



Τα χρώματα
της χλόης



εικονογράφηση
BY LITTLE MISS GRUMPY

διόντρα

Πρόλογος

Πόσα χρώματα κουβαλάμε οι άνθρωποι, πόσο υπέροχα μοναδικοί ερχόμαστε στον κόσμο, πόσο όμοιοι καταλήγουμε λόγω του φόβου να είμαστε ο εαυτός μας; Τα παιδιά γεννιούνται ελεύθερα και αυθεντικά, σε επαφή με τον αληθινό τους εαυτό, ξένοιαστα, ειλικρινή. Ωστόσο, η πίεση να είναι «όπως πρέπει», ή «όπως εξυπηρετεί», ή ακόμα «όπως απαιτούν οι σημαντικοί άλλοι» τα απομακρύνει σταδιακά από τον αληθινό τους εαυτό, καθώς χτίζουν έναν ψευδή, μια περσόνα, που ελπίζουν να ικανοποιεί τους άλλους.

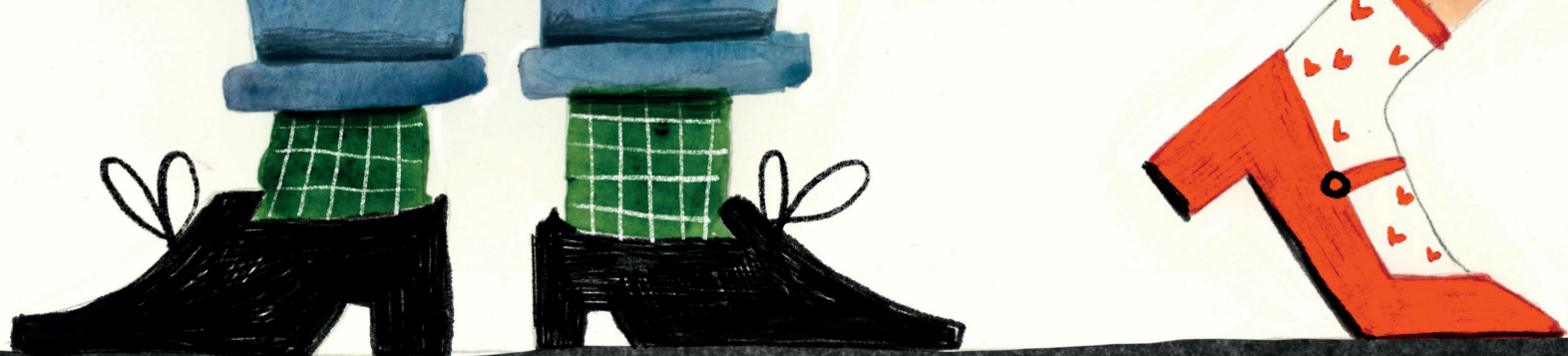
Βλέπετε, η αποδοχή και το αίσθημα του ανήκειν αποτελούν θεμελιώδεις ψυχικές μας ανάγκες.

Οι θεραπευτές λέμε πως οι ενήλικες που προσπαθούν να ικανοποιούν τους άλλους και φοβούνται να τους απογοητεύσουν μην τυχόν και τους χάσουν από τη ζωή τους (people pleasing) κάποτε –ως παιδιά– ένωσαν ακριβώς τα ίδια συναισθήματα για τους γονείς τους (parent pleasers). Η ικανοποίηση των άλλων υπήρξε ο μηχανισμός τους για να επιβιώσουν, όμως –όπως κάθε μηχανισμός επιβίωσης– τους δυσκολεύει να ζήσουν, να απολαύσουν!

Για τον λόγο αυτό βρίσκω το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας εξαιρετικά σημαντικό. Διότι είμαι βέβαιη πως θα αφυπνίσει τους ενήλικες, που άθελά τους εγκλωβίστηκαν σε τέτοιους μηχανισμούς, ενώ θα δώσει στα παιδιά την πιο σπουδαία πυξίδα: αυτή που οδηγεί στην αποδοχή, στον σεβασμό, στην αγάπη προς τον πολύτιμο εαυτό, αλλά και στην υψηλή αυτοεκτίμηση και στις υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις.

Ας μην ξεχνάμε πως το μεγαλύτερο δώρο που μπορούμε να προσφέρουμε σε ένα παιδί, αλλά και στο παιδί που ζει μέσα μας, είναι να του επιτρέψουμε να είναι ο υπέροχος, μοναδικός εαυτός του!

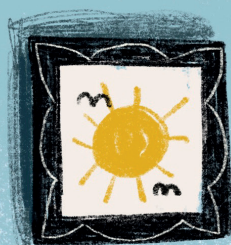
Φρόσω Φωτεινάκη
ψυχολόγος – ψυχοθεραπεύτρια
συγγραφέας



Εκεί που οι άνθρωποι δεν πήγαιναν ποτέ, κάτω από τα σπίτια, κάτω από τους δρόμους... υπήρχε το Μυστικό Λαγούμι. Μια πόλη όπου ζούσαν αρουραίοι και αρουρίνες, ποντικοί και ποντικίνες και κάποιες κατσαριδούλες.







ΦΑΝΤΑΖΟΥ
ΜΟΥΣΙΚΗ ΤΟΜΟΣ 1ος





Σ' αυτή την άγνωστη πόλη έμενε και η Χλόη. Η Χλόη δεν ήταν μια συνηθισμένη αρουρίνα. Δεν ήταν γκρι, ούτε καν λευκή. Ήταν καλυμμένη με όλα τα χρώματα του ουράνιου τόξου. Η γούνα της έλαμπε! Είχε το κόκκινο του κερασιού, το πορτοκαλί της φλούδας του πορτοκαλιού, το κίτρινο της μπανάνας, το πράσινο των φύλλων, ένα μπλε πιο έντονο από του ουρανού, το ροζ του ζαχαρωτού και τέλος ένα βιολετί όπως τα λουλούδια στους κήπους των μικρών σπιτιών.

Η Χλόη έκανε πολλά πράγματα που γέμιζαν τη μέρα της... Τραγουδούσε γλυκές μελωδίες, ζωγράφιζε όμορφες εικόνες και χόρευε σαν φύλλο που στροβιλίζεται στον άνεμο!



Ήταν μια ευγενική, γλυκιά και φωτεινή αρουρίνα! Μα οι άλλοι αρουραίοι δεν της έδιναν σημασία και δεν έπαιζαν μαζί της. Δεν άντεχαν τα τόσο ζωηρά χρώματα και την καλή της διάθεση, σχεδόν τους ενοχλούσαν όλα όσα έκανε η Χλόη.

Η Χλόη όμως ήθελε πάρα πολύ να κάνει φίλους. Είχε τόση αγάπη να δώσει. Σκέφτηκε πολύ τι θα μπορούσε να κάνει για να κερδίσει τη φιλία τους...

Για αρχή, θα έπλεκε από ξερά χόρτα μια μεγάλη καφέ κάπα για να μη φαίνονται τα χρώματά της. Τώρα ίσως έμοιαζε λίγο περισσότερο με εκείνους. Το κόλπο της φάνηκε να δουλεύει!



Σιγά σιγά, οι αρουραίοι ήρθαν κοντά της. Και η Χλόη χάρηκε πάρα πολύ. «Τι καλά που έκανα και έκρυψα τα χρώματά μου! Αυτά έφταιγαν που δεν με πλησίαζαν», σκέφτηκε.