

Ανδρουτσοπούλου, Α. (1994). Εμείς και τα προβλήματά μας. Εμείς και οι συμμαθητές μας: Αναζητώντας μικρούς θησαυρούς. *Συνεργασία*, 19, 10-11.

Εμείς και οι συμμαθητές μας: Αναζητώντας μικρούς θησαυρούς

Οι φιλίες με τις συμμαθήτριες και τους συμμαθητές μας είναι από τα πιο σημαντικά κομμάτια της ζωής μας. Στην περίπτωση που χρειαστεί να αλλάξουμε σχολείο ή τμήμα, στενοχωριόμαστε γιατί αυτό μας αναγκάζει να απομακρυνθούμε ή να αποχωριστούμε τους παλιούς μας φίλους και να αρχίσουμε πάλι από την αρχή την προσπάθεια να βρούμε καινούριους. Μερικά παιδιά τα καταφέρνουν πιο εύκολα να δημιουργούν φιλίες όπου κι αν βρεθούν, ενώ άλλα δυσκολεύονται να αναπτύξουν σχέσεις με τους συμμαθητές ή τις συμμαθήτριές του, ακόμα και στο γνωστό περιβάλλον του παλιού τους σχολείου. Έτσι, ενώ κάποιοι από μας γίνονται συνήθως δεχτοί σε μια από τις παρέες της τάξης ή και αναγνωρίζονται σιγά σιγά ως «αρχηγοί», άλλοι δεν ανοιγόμαστε εύκολα στην παρέα κι οι συμμαθητές μας μπορεί να μας θεωρούν ντροπαλούς, μοναχικούς ή και ακατάδεχτους.

Στην πραγματικότητα όλοι έχουμε την ανάγκη φίλων, την ανάγκη να ανήκουμε σε μια παρέα, όπως έχουμε και την ανάγκη να ανήκουμε σε μια οικογένεια. Ενώ όμως την οικογένειά μας δε χρειάζεται να τη δημιουργήσουμε εμείς (ούτε κι έχουμε βέβαια τη δυνατότητα εμείς να την αλλάξουμε), τις φιλίες τις δημιουργούμε οι ίδιοι και τις διατηρούμε ή της αλλάζουμε ανάλογα με τις προτιμήσεις μας (π.χ. κοινά ενδιαφέροντα ή ανάλογα με τις συνθήκες της ζωής μας (π.χ. μετακόμιση σε άλλη γειτονιά). Γιατί όμως μερικά παιδιά να μπορούν να κάνουν εύκολα φίλους κι άλλα όχι; Και τι μπορούμε να κάνουμε για να χαιρόμαστε όλοι τη συντροφιά φίλων και να περνάμε καλύτερα; Αυτά που θα πούμε παρακάτω είναι χρήσιμα για όλους μας, είτε πιστεύουμε πως τα καταφέρνουμε κιόλας αρκετά καλά είτε όχι.

Όλα τα παιδιά (και οι μεγάλοι) κρύβουμε μέσα μας ένα μικρό «θησαυρό». Άλλοι έχουν μεγαλύτερη ευκολία στο να αφήνουν τους άλλους να βλέπουν το «θησαυρό» αυτόν κι άλλοι έχουν μεγαλύτερη δυσκολία, ίσως γιατί οι ίδιοι δεν είναι σίγουροι για το τι ακριβώς είναι αυτός ο «θησαυρός». Πρώτα πρώτα λοιπόν πρέπει εμείς οι ίδιοι να τον ανακαλύψουμε. Για να το καταφέρουμε αυτό αρκεί να σκεφτούμε ποια είναι τα στοιχεία του εαυτού μας που τα βρίσκουμε αξιόλογα και να τα σημειώσουμε κάπου ώστε να τα βλέπουμε και να τα θυμόμαστε. Μπορούμε να ρωτήσουμε και κάποιον μεγαλύτερο (μαμά, μπαμπά, παππού, γιαγιά, θείο, αδερφό), όποιον αγαπούμε

πολύ και ξέρουμε πως κι εκείνος ή εκείνη μας αγαπά. Μπορούμε να τον ρωτήσουμε τι του αρέσει, τι εκτιμάει ή τι θαυμάζει σε μας. Τα στοιχεία αυτά μπορεί να είναι πολλά και διάφορα. Ας πούμε για παράδειγμα, ταλέντο στο σχολείο, όμορφο χαμόγελο, έξυπνο χιούμορ, καλή καρδιά, ικανοποιητική επίδοση σε ένα ή περισσότερα μαθήματα κ.λπ.

Είναι πολύ σημαντικό να ξέρουμε ποια είναι τα χαρακτηριστικά μας εκείνα που εμείς ή οι άλλοι βρίσκουν πως είναι θετικά κι αξιοθαύμαστα. Αυτό θα μας βοηθήσει να αξιοποιήσουμε τα προτερήματά μας και να πιστέψουμε στις δυνατότητές μας. Θα μας δώσει με άλλα λόγια, περισσότερη αυτοπεποίθηση, που μαζί της φέρνει και μια λάμψη! Μια λάμψη που είναι απαραίτητη για να φανεί πιο ξεκάθαρα και στους άλλους αυτός ο μικρός «θησαυρός» που κρύβουμε μέσα μας.

Ας δούμε τώρα πιο συγκεκριμένα τι μπορούμε να κάνουμε όταν θα έχουμε πια σημειώσει τα θετικά μας στοιχεία ή χαρίσματα:

- Να σκεφτούμε ξανά ποιες είναι οι δυνατότητές μας, να τις υπενθυμίζουμε στον εαυτό μας συχνά και να τις χρησιμοποιούμε. Να αισθανόμαστε τυχεροί για τα χαρίσματά μας (χωρίς να καβαλήσουμε και το καλάμι!).
- Να χρησιμοποιούμε τις δυνατότητες μας όχι μόνο για το δικό μας καλό, αλλά και για το καλό των συμμαθητών μας. Να βοηθάμε δηλαδή τους άλλους όπου κι όποτε μπορούμε.
- Να οργανώνουμε ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες της τάξης. Αυτό θα μας δώσει την ευκαιρία να δείξουμε και στους συμμαθητές μας την αξία μας, αλλά πάνω από όλα θα μας φτιάχνει το κέφι! Εκείνο που μετράει είναι η προσπάθεια και η συμμετοχή, όχι το αν θα είμαστε οι καλύτεροι.
- Να χαμογελάμε! Σε κανένα δεν αρέσει να έχει μωτρωμένους ανθρώπους γύρω του. Εκτός βέβαια κι αν κάτι συγκεκριμένο μας στενοχωρεί. Αν ένας ή δύο συμμαθητές μας νομίζουμε πως μπορούν να μας βοηθήσουν ή να μας συμπαρασταθούν, ίσως να αξίζει τον κόπο να τους πούμε τι μας απασχολεί.
- Να είμαστε ο εαυτός μας! Αυτό σημαίνει ότι δε χρειάζεται η συμπεριφορά μας να είναι «φτιαχτή». Δε χρειάζεται να κολακεύουμε επίτηδες τους άλλους, δε χρειάζεται να κάνουμε αστεία αν δεν έχουμε όρεξη ή δεν ταιριάζει να αστευόμαστε στη συγκεκριμένη εκείνη στιγμή.
- Να εκφράσουμε τη γνώμη μας ελεύθερα, χωρίς φόβο, αρκεί να μην προσβάλλουμε τους άλλους.
- Να μην αφήνουμε τους άλλους να μιλάνε άσχημα ή να μας υποτιμούν. Μπορούμε να τους πούμε ήρεμα ότι δεν έχουν δικαίωμα να μας κρίνουν. Ίσως αυτοί οι συγκεκριμένοι να μην αξίζουν την παρέα μας. Ή ίσως να έχουν λάθος πληροφορίες για μας.
- Να προσπαθούμε να διακρίνουμε το μικρό «θησαυρό» που κρύβουν μέσα τους οι συμμαθητές κι οι συμμαθήτριές μας. Σίγουρα κάτι θα

ανακαλύψουμε. Ένας τρόπος είναι να ακούμε προσεκτικά αυτό που έχουν να πουν και να σεβόμαστε ην άποψή τους, ακόμα κι αν εμείς διαφωνούμε με αυτήν. Ένας άλλος τρόπος είναι να τους ενθαρρύνουμε να συμμετέχουν στην παρέα και να τους φερόμαστε φιλικά, όπως θα θέλαμε να φέρονται και οι άλλοι σε μας.

Και βέβαια να θυμόμαστε πως καθένας από μας έχει ξεχωριστή προσωπικότητα και έχει δικαίωμα να συμπεριφέρεται με το δικό του ξεχωριστό τρόπο, χωρίς να μιμείται τους άλλους. Γι' αυτό άλλωστε και όσα είπαμε παραπάνω δεν είναι «συνταγές». Είναι όμως πράγματα που μπορεί να καλυτερεύσουν τις σχέσεις μας με τους συμμαθητές και τις συμμαθήτριές μας και να μας βοηθήσουν να κάνουμε ή να διατηρήσουμε φίλους.

Μεγαλώνοντας θα γνωρίσουμε πολλούς ανθρώπους και θα κάνουμε πολλούς καινούριους φίλους και φίλες, τόσους που τώρα ούτε καν φανταζόμαστε. Κάποιες από τις φιλίες του σχολείου θα διατηρηθούν και κάποιες, οι περισσότερες ίσως, θα σβήσουν. Στη μνήμη μας όμως οι συμμαθητές και οι συμμαθήτριες μας, οι πρώτοι μας φίλοι, θα είναι πάντα ζωντανοί και το δέσιμο που έχουμε μαζί τους - είτε θα τους βλέπουμε είτε όχι - θα κρατήσει μια ολόκληρη ζωή!