

# ΙΟΛΙΝΑ




## &

# ΚΟΡΟΝΑΚΟΣ



Επεισόδιο 17<sup>ο</sup>

Η Μεγάλη Μέρα



Δευτέρα πρωί! Το ξυπνητήρι χτύπησε στις 7:15. Τα παιδιά ένιωθαν κουρασμένα όμως πετάχτηκαν πάνω. Είχαν τόση αγωνία, όπως μετά από κάθε καλοκαίρι και μάλλον κάτι παραπάνω... Είχε περάσει καιρός από την τελευταία φορά που πέρασαν την αυλή του σχολείου και μπήκαν στην τάξη τους.



Τα αδελφάκια ήθελαν να βάλουν τα «καλά» τους! Η Ιολίνα άλλαξε τρεις φορές ρούχα. Ο Κορονάκος εκνευρίστηκε γιατί τους καθυστερούσε. Τελικά ετοιμάστηκαν και περίμεναν το μπαμπά τους να τελειώσει. «Άντε μπαμπά! Θα αργήσουμε!» του φώναξαν όλο νεύρα. Εκείνη τη στιγμή ο Κορονάκος έσπρωξε την Ιολίνα κατά λάθος, καθώς άρπαζε την τσάντα του

νευρικά. Έκείνη πάτησε τη δική της τσάντα της και τη λέρωσε. Η Ιολίνα θύμωσε ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ και άρχισε ΜΕΓΑΛΟΣ καβγάς...

«Μα τι μας συμβαίνει; Αφού είμαστε χαρούμενοι που θα πάμε στο σχολείο!» αναρωτήθηκε η Ιολίνα. «Ακόμα φταίει ο ύπουλος εχθρός; Αφού τελείωσε. Δεν καταλαβαίνω μπαμπά. Θα μας εξηγήσεις;» συνέχισε ο





Κορονάκος. Ο μπαμπάς τους είπε: «Εντάξει, ας ξεκινήσουμε για το σχολείο. Θα το συζητήσουμε στο δρόμο». Άρχισαν να περπατούν σιωπηλά μέχρι που κάποια στιγμή ο μπαμπάς τους τους είπε: «Ας παίξουμε το παιχνίδι των 10 ερωτήσεων! Ξεκινάμε: Τι σας ενθουσιάζει περισσότερο τη σημερινή μέρα;» «Θα δω τη δασκάλα και τους φίλους μου!» είπαν τα παιδιά.

«Ποιον δεν θέλετε να δείτε καθόλου;»...

«Πφφφ... άσε αυτό δεν το απαντώ». «Δεν είναι ευγενικό μπαμπά!», απάντησαν μαζί γελώντας τα δύο αδέλφια.

«Καλά... Τι φοβάστε περισσότερο σήμερα;», συνέχισε ο μπαμπάς.

«Αν κάποια φίλη μου βήχει κοντά μου...»είπε η Ιολίνα, «Μήπως μας βάλει πολλά διαβάσματα η κυρία!!» είπε ο Κορονάκος.

«Ποιο μάθημα ανυπομονείτε να κάνετε;»

«Μελέτη περιβάλλοντος!» απάντησε ο Κόρονακος, ενώ η Ιολίνα είπε «Εικαστικά!»

«Τι πιστεύετε ότι θα είναι πολύ δύσκολο σήμερα;»

«Ντρέπομαι να μιλήσω μπροστά σε όλα τα παιδιά της τάξης!» είπε η Ιολίνα, «Αν μας ζητήσει τα τετράδια των εργασιών!» συμπλήρωσε ο Κορονάκος.

«Τι πιστεύετε ότι θα είναι το πιο όμορφο πράγμα που θα σας συμβεί σήμερα;». «Να παίξουμε στο διάλειμμα!» είπαν με μία φωνή και οι δύο.

«Λοιπόν, μπορείτε τώρα να μετρήσετε πόσα διαφορετικά συναισθήματα νιώθετε μέσα σε ένα πρωινό;»



Τα παιδιά άρχισαν να απαριθμούν: «ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟ, ΑΓΩΝΙΑ, ΦΟΒΟ, ΑΝΥΠΟΜΟΝΗΣΙΑ, ΑΝΗΣΥΧΙΑ,...» «Θυμάστε το σχέδιο δράσης σας; Μήπως να το βάλετε σε εφαρμογή και τώρα;». «Ναι! Νιώθουμε διάφορα συναισθήματα και αυτό μας μπερδεύει! Όμως μπορούμε να φανταστούμε τις σκέψεις μας σαν συννεφάκια που περνάνε στον ουρανό και θα προσπαθήσουμε να αναπνεύσουμε αργά και να τα παράτηρησουμε!» είπε η Ιολίνα.

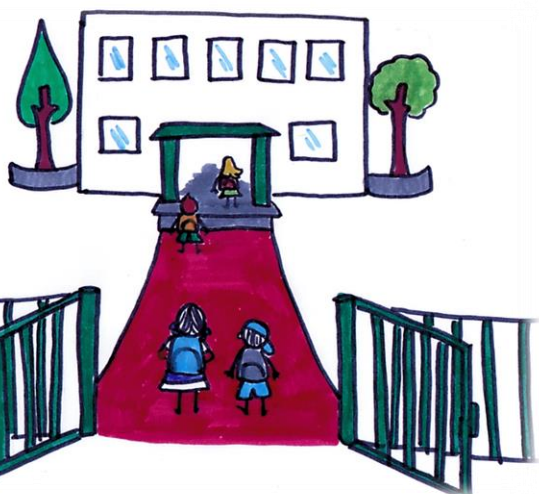
«Θα κάνω το ίδιο όπως όταν τρομάζω από κάποιο κακό όνειρο! Και θα κάνουμε υπομονή για να δούμε πως θα πάει η πρώτη μέρα! Καλά που είχαμε φτιάξει το σχέδιο! Είσαι σούπερ βοηθός μπαμπά! συμπλήρωσε ο Κορονάκος!».

«Σωστά! Προτελευταία ερώτηση: Μπορείτε να εφαρμόσετε και στο σχολείο όσα είχατε σχεδιάσει στο σπίτι μας;» ρώτησε ο μπαμπάς. «Ναι!» φώναξαν και οι δύο.

«Και τέλος...Είστε έτοιμοι;» Τους ρώτησε ο μπαμπάς καθώς στέκονταν στην εξώπορτα του σχολείου. «Ναι!»έγνεψαν τα παιδιά. Τότε ο μπαμπάς τα αποχαιρέτησε στην είσοδο της αυλής με ένα φιλή, και έφυγε. Εκείνα πέρασαν διστακτικά το κατώφλι της εισόδου και

καθώς έβλεπαν τους συμμαθητές τους να έρχονται, το βήμα τους έγινε όλο και πιο χαρούμενο και πεταχτό...

Ζωγράφισε και εσύ πως ένιωσες την πρώτη μέρα στο σχολείο και στείλε τη ζωγραφιά στους φίλους σου στο email: [iolinakoronakos@gmail.com](mailto:iolinakoronakos@gmail.com)



Τμήμα Θεραπείας  
Παιδιών και Εφήβων

Α. Καλαντζή-Αζίζι, Α. Παναγιωτοπούλου, Κ. Σοφianoπούλου,  
Μ. Ελευθεριάδου, Κ. Πουλάκη-Ευταξιοπούλου

© 2020 Ινστιτούτο Έρευνας & Θεραπείας της Συμπεριφοράς  
[www.ibrt.gr](http://www.ibrt.gr)