



# ΤΑ ΦΡΕΣΚΑ

ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ ΤΩΝ 11<sup>ΟΥ</sup> & 63<sup>ΟΥ</sup>  
ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

**Θέμα : ΟΙ ΚΥΚΛΟΙ ΤΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ**

Τ. 15 01-2-2013

## Ας ρίξουμε μία ευρεία ματιά στις σχέσεις.

«Σε τούτο το μοντέλο, οι σχέσεις «βρίσκονται» σε τέσσερα διαφορετικά επίπεδα εγγύτητας με το (κάθε) άτομο δηλαδή το «εγώ» στο κέντρο τεσσάρων ομόκεντρων κύκλων (αυτή η θεώρηση βασίζεται στην ερευνητική εργασία των Jack Pearpoint, Marsha Forest και Judith Snow).

1. Ο κύκλος αυτός που είναι πιο κοντά μπορούμε να ζωή μας χωρίς οι **ΑΓΚΥΡΕΣ** μας. μέλη της οικογένειάς μας. Τα μικρά παιδιά μπορεί σε αυτόν τον κύκλο να συμπεριλαμβάνουν τα κατοικίδια ζώακια τους, ειδικά αν τους μιλάνε και τους λένε τα μυστικά τους...



φτιάχνεται από αυτούς σε εμάς και δεν φανταστούμε τη αυτούς. Αυτοί είναι «Κανονικά» είναι τα (αλλά όχι απαραίτητα).

2. Αυτός ο κύκλος **ΣΥΜΜΑΧΟΥΣ** που είναι φίλοι ή και που δεν στον πρώτο κύκλο. μπορούμε να εξομολογήσεις και είναι στο πλευρό μας και θα μας υπερασπίζονται στις δύσκολες στιγμές. Είναι «τα κλειδιά» στα συστήματα της ψυχολογικής στήριξης της ζωής μας. Αν αυτός ο κύκλος είναι «πληθυσμιακά» ανεπαρκής είμαστε επιρρεπείς σε συναισθήματα μοναξιάς, θυμού και κατάθλιψης.



αποτελείται από από ανθρώπους στενοί συγγενείς, «χώρεσαν» Σε αυτούς κάνουμε περιμένουμε ότι θα

3. Ο κύκλος αυτός **ΣΥΝΕΤΑΙΡΟΥΣ** άνθρωποι με βλέπουμε ομάδες, εκκλησίες ... άτομα είναι έρχονται και κοντά μας βλέπουμε και κύκλος συνήθως άτομα. Κάποιοι απ έχουμε στους κύκλους 1 και 2 συχνά έχουν περάσει πρώτα από τον 3<sup>ο</sup> κύκλο. - «Γνωριστήκαμε σε μία χορευτική ομάδα και σε έξι μήνες παντρευτήκαμε!» ... Αυτό είναι ένα κλασσικό παράδειγμα γρήγορης μετάβασης από τον 3<sup>ο</sup> κύκλο στους μικρότερους. Ο 3<sup>ος</sup> κύκλος είναι το «φυτώριο» για τις μελλοντικές μας φιλίες. Τα μέλη του 3<sup>ου</sup> κύκλου μας «προμηθεύουν» με τους ανθρώπους «κλειδιά» που συμμετέχουν στον 2<sup>ο</sup> Κύκλο, αυτόν της «Φιλίας μας».



φτιάχνεται από τους μας. Είναι οι τους οποίους τακτικά σε τάξεις, οργανισμούς, Όλα αυτά τα τριγύρω μας, φεύγουν από και ίσως να μην τα τόσο συχνά. Ο 3<sup>ος</sup> έχει τα πιο πολλά τους ανθρώπους που

4. Ο 4<sup>ος</sup> Κύκλος είναι της **ΑΝΤΑΛΛΑΓΗΣ** και αποτελείται από τους ανθρώπους που **ΠΛΗΡΩΝΟΝΤΑΙ** για να είναι κοντά μας, ή μέσα στις ζωές μας. Οι γιατροί, οι οδοντίατροι, οι δάσκαλοι, οι θεραπευτές, οι κομμωτές, οι μηχανικοί και λοιποί αμειβόμενοι είναι μέσα στον 4<sup>ο</sup> κύκλο.



Πληρώνονται τους τροφούς (κ.α) για να διάφορες Τα παιδιά Ανάγκες είναι σε πλαίσια έχουν έναν αριθμό στον 4<sup>ο</sup> κύκλο, συνήθως. Αυτές σχέσεις αποτελούν συμμετοχή τους στις συνηθισμένες κοινότητας.

από εμάς ή από μας (γονείς μας δίνουν υπηρεσίες. με Ειδικές και όσα διάφορα φροντίδας μεγαλύτερο ανθρώπων από ό,τι οι επί πληρωμή μεγάλο εμπόδιο στην δραστηριότητες μιας



Υπάρχει ένα ταμπού στις δυτικές κοινωνίες που αποθαρρύνει τα μέλη του 4<sup>ου</sup> κύκλου να κινούνται πιο κοντά στο κέντρο (στο άτομο) για πιο στενές σχέσεις. Αυτό αποκαλείται « Διατήρηση της Επαγγελματικής Απόστασης», το αποτέλεσμα είναι ότι αυτοί οι επαγγελματίες είναι απίθανο να γίνουν φίλοι με ή σύμμαχοι στο Άτομο στο κέντρο. Πολλές φορές οι άνθρωποι σε αυτόν τον κύκλο έχουν κάνει το δικό τους προγραμματισμό για το άτομο στο κέντρο των κύκλων αλλά αυτός ο προγραμματισμός ίσως δεν ταυτίζεται με τις επιλογές του ατόμου. Ραντεβού, πολιτικές, υλικά, χρονογράμματα, ωράρια και στρατηγικές είναι κάποιοι «όροι» που μπαίνουν έντονα σε αυτές τις σχέσεις...

... Οι κύκλοι της υποστήριξης αλλάζουν με τον καιρό. Σήμερα μπορεί να μοιάζουν πολύ γεμάτοι, ενώ αύριο μπορεί να νιώθουμε εξαιρετικά εκτεθειμένοι και μόνοι, με εμπειρίες απωλειών, απομόνωσης, αγωνίας ή κατάθλιψης. Αυτή η σπικτική αν και επικεντρώνεται κυρίως στα παιδιά, δίνει σε όλους εμάς μαθήματα. Όλοι χρειαζόμαστε φίλους, συνεταιίρους και συμμάχους γύρω μας σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας. Οι οικογένειές μας αν και είναι οι σημαντικότερες «άγκυρες» δε θα είναι πάντα επαρκείς για να αναπτύξουμε πλήρως τις ανθρώπινες δυνατότητές μας και να διευρύνουμε τις εμπειρίες μας. »

Πηγή: Βιβλίο «Circles of Friends» Newton C & Wilson D., Folens Publishers.1999 (σ. 8-10) μετάφραση: Κυριάκος Πεοβανάς

Το κείμενο αφιερώνεται στα παιδιά Α Β Γ τάξεων & στους δασκάλους τους.

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
				1
4	5	6	7	8 ΠΑΓΚ. ΗΜΕΡΑ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΧΟΝΤΕΣ ΑΥΤΙΣΜΟ
11	12	13	14 ♥♥	15 Π. ΗΜΕΡΑ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΚΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ
18	19	20 Π. ΗΜΕΡΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗΣ	21 Π. ΗΜΕΡΑ ΜΗΤΡΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ	22
25	26	27	28	1 <sup>Η</sup> ΜΑΡΤΗ