



Ο παπουτσωμένος γάτος

Το να δουλεύουμε με τον εαυτό μας μέσα από μια ιστορία είναι ένα συναρπαστικό εγχείρημα, αλλά δεν είναι καθόλου απλό. Σε ένα παραμύθι, η τάξη αποκαθίσταται μέχρι το τέλος, ο ήρωας του παραμυθιού ολοκληρώνει ένα ταξίδι και περνάει σε ένα επόμενο στάδιο αυτοανάπτυξης.

Αυτό είναι και το δικό μας καθήκον, να ερμηνεύσουμε τις τροπές και τους «κώδικες» του παραμυθιού για τη δική μας ζωή, να βρούμε τα βήματα που θα μας βοηθήσουν να γίνουμε καλύτεροι αφέντες και κυρίαρχοι της δικής μας ζωής.

Αυτό το πακέτο από 21 εικονογραφημένες κάρτες έχει σχεδιαστεί για να σας συνοδεύσει στο ταξίδι της αυτοανακάλυψης μέσα από το λαϊκό παραμύθι «Άμινμπεγκ».

YOUTHFOLKTALE.EU



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



To Youth Folktales © 2022 αδειοδοτείται κάτω από το Attribution-ShareAlike 4.0 International

Συγγραφέας: Έβα Virág Suhajda, Júlia Heltai
Επιστημονική Επιμέλεια: Ildikó Boldizsár
Εικονογραφήσεις: Réka Kluzsnik

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΚΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΚΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Αριθμός έργου: 2021-2-HU01-KA220-YOU-000048770



Η γονική κληρονομιά

Στην αρχή της ιστορίας, τα αγόρια λαμβάνουν την κληρονομιά των γονιών τους.

- Τι είδους «κληρονομιά» φέρνεις εσύ από τους γονείς σου (όχι απαραίτητα από υλιστική άποψη);
- Εάν έχεις αδέρφια, ποια είναι η κληρονομιά τους; Κατά πόσο μοιάζει, και κατά πόσο διαφέρει από τη δική σου; Πώς επηρεάζει τη σχέση σας;



Τα αδέλφια και η κληρονομιά τους

Τα αδέλφια μοιράζονται την κληρονομιά και ο μικρότερος γιος μένει μόνο με μια φαινομενικά άχρηστη γάτα.

- Μπορείς να συναισθανθείς τον εαυτό σου σε μια δύσκολη κατάσταση στη ζωή σου;
- Έχεις νιώσει ποτέ λύπηση για τον εαυτό σου, ενώ χρειαζόταν να αναλάβεις δράση; Ανακάλεσε την ιστορία! Πώς κατάφερες να ξεφύγεις από αυτήν;

Γράψτε στον εαυτό σου εκ των προτέρων έναν οδηγό που πρέπει να ακολουθήσεις σε μια τέτοια περίπτωση.



Συνεργασία με τον γάτο

Το μικρότερο αγόρι δίνει στον γάτο μια τσάντα και μπότες.

- Πόσο ριψοκίνδυνος/η είσαι; Έχεις ρισκάρει ποτέ στη ζωή σου για να πετύχεις έναν στόχο;
- Τι έχεις στην τσάντα σου; Σε ποιους πόρους μπορείς να βασιστείς για να πετύχεις τους στόχους σου; Ποιο είναι το μέγιστο που μπορείς να πάρεις από αυτό; Πώς μπορείς να αξιοποιήσεις αυτούς τους πόρους για το μέλλον σου;



Ο Παπουτσωμένος Γάτος

Ο Παπουτσωμένος Γάτος είναι ο κύριος βοηθός του μικρότερου αγοριού για να τα πάει καλά.

- Σε βοηθάει κάποιος να πετύχεις τους στόχους σου; Από ποιον μπορείς να ζητήσεις βοήθεια για να διαχειριστείς τη ζωή σου καλύτερα ή και για περισσότερα;
- Ποιες ικανότητες διαθέτει ο παπουτσωμένος γάτος που θα μπορούσες να χρησιμοποιήσεις κι εσύ; Πώς μπορείς να τις αποκτήσεις;



Το κυνήγι του κουνελιού

Το πρώτο πράγμα που κάνει ο Παπουτσωμένος Γάτος είναι να κυνηγήσει έναν εύκολοπιαστο λαγό και να τον πάει στον βασιλιά.

- Ποια είναι τα πιο εύκολα, μικρά βήματα που θα σε φέρουν πιο κοντά στην επίτευξη των στόχων σου;
- Που βρίσκεται ο ευκολότερος τρόπος για να προμηθευτείς πόρους;
- Εκτός από τα υλικά πράγματα, τι άλλο αποκτάς (π.χ. γνώσεις); Πώς τα χρησιμοποιείς; Το χρησιμοποιείς για κάτι;



Ο Βασιλιάς

Η βασιλεία και ο έλεγχος της ζωής μας είναι ο επιθυμητός μας στόχος.

- Τι ποιότητα ζωής επιθυμείς; Υλικά, διανοητικά ή ακόμα και συναισθηματικά και πνευματικά;
- Πότε αισθάνεσαι ότι έχεις τον έλεγχο της ζωής σου;
- Έχεις κάποιο πρότυπο; Σε τι θα ήθελες να μοιάσεις;



Επίσκεψη στο Παλάτι του Βασιλιά

Ο Παπουτσωμένος Γάτος δίνει το κουνέλι στον βασιλιά ως δώρο για να τραβήξει την προσοχή του.

- Τι κάνεις όταν χρειάζεσαι την υποστήριξη κάποιου;
- Πώς κερδίζεις την προσοχή;
- Εάν έχεις μια ιδέα, θα τολμούσες να την παρουσιάσεις σε ανθρώπους που είναι κατά κάποιο τρόπο πάνω από σένα;



Δώρα για τον βασιλιά

Ο Παπουτσωμένος Γάτος προσφέρει στον Βασιλιά όλο και περισσότερα λάφυρα.

- Φτιάξε ένα πλάνο με σαφή βήματα για το πώς θέλεις να πετύχεις τα επαγγελματικά σου σχέδια! Για κάθε βήμα, σκέψου τι χρειάζεσαι και πώς μπορείς να το αποκτήσεις!



Μπάνιο στο ποτάμι

Ο γιος του μυλωνά πηγαίνει στο ποτάμι για να κάνει μπάνιο μετά από συμβουλή της γάτας.

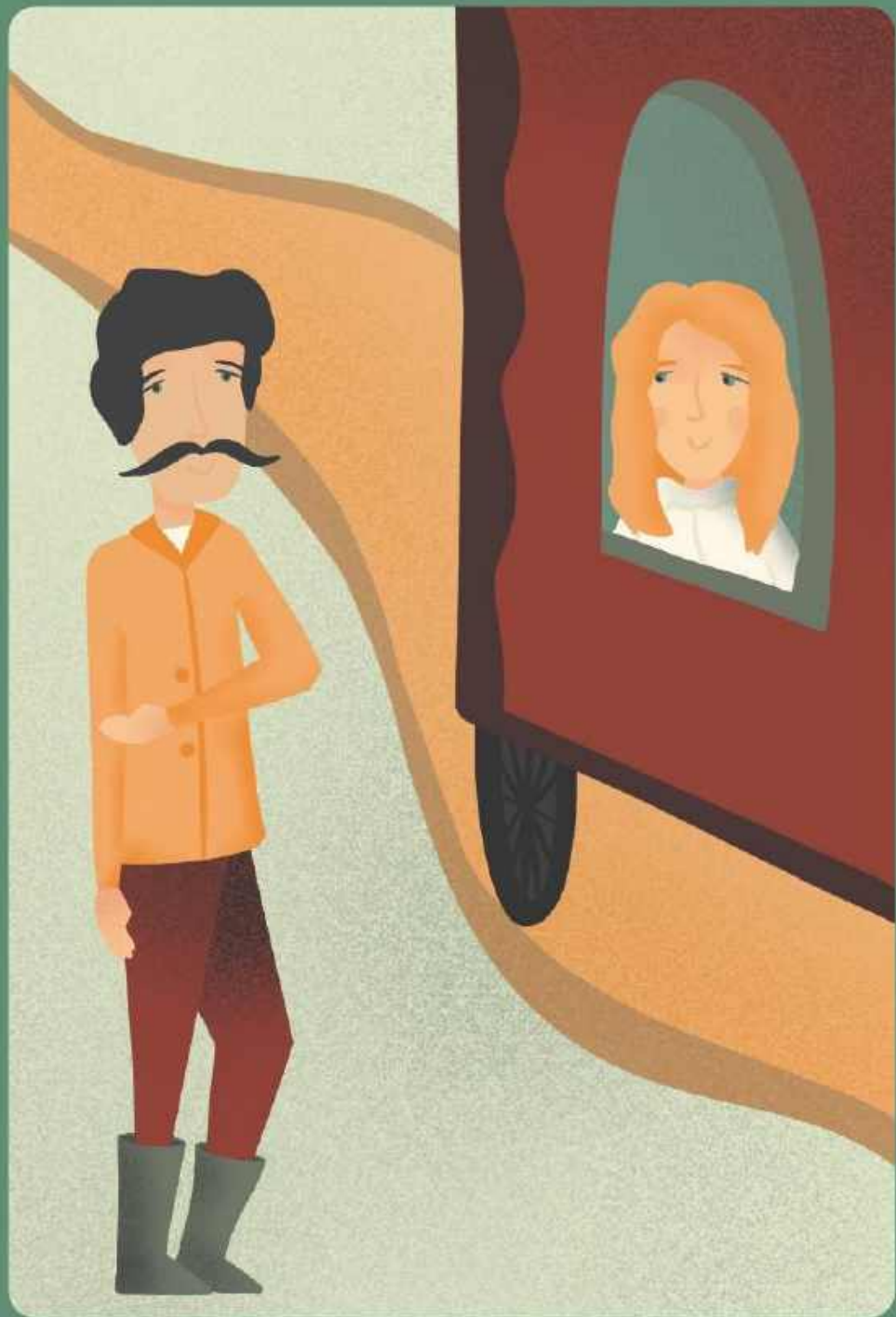
- Πώς αντιμετωπίζεις το θέμα της εμπιστοσύνης στη ζωή σου; Ποιον εμπιστεύεσαι στον κύκλο των γνωριμιών σου; Τι χρειάζεσαι για να οικοδομήσεις εμπιστοσύνη;
- Τι σημαίνει για σένα το να είσαι ευάλωτος/η;
- Πόσο ανοιχτός/η μπορείς να είσαι στους άλλους;
- Ποιος σ' εμπιστεύεται; Πώς σε επηρεάζει, τι κάνεις όταν κάποιος είναι εκτεθειμένος απέναντί σου;
- Έχεις βρεθεί ποτέ σε μια κατάσταση όπου έπρεπε να βασιστείς σε κάποιον χωρίς να προβλέψεις τι θα προέκυπτε από την κατάσταση;



Ο Μαρκήσιος του Καραμπά πνίγεται

Ο Παπουτσωμένος Γάτος ζητάει από τον Βασιλιά, ο οποίος περνάει από εκεί, βοήθεια για τον αφέντη του που πνίγεται.

- Τολμάς να ζητήσεις βοήθεια από τους άλλους;
- Έχεις βρεθεί ποτέ σε ευάλωτη θέση; Τι έκαναν οι άνθρωποι που συνάντησες εκείνες τις στιγμές;
- Είχες ποτέ λάβει βοήθεια από κάποιον που θα μπορούσε να έχει καταχραστεί την κατάσταση;



Το πριγκιπικό φόρεμα

Το πριγκιπικό ντύσιμο είναι ένα ακόμη βήμα προς μια υψηλότερη ποιότητα ζωής. Είναι η πρώτη συνάντηση μεταξύ του βασιλιά, της κόρης του και του μαρκήσιου του Καραμπά.

- Ο τρόπος που δείχνουμε στέλνει σημαντικά μηνύματα στους άλλους. Αξίζει να σκεφτείς τι φοράς και τι θέλεις να πεις.
- Πώς προετοιμάζεσαι για μια πρώτη συνάντηση; Τι εντύπωση θέλεις να κάνεις;
- Υπάρχει κάποιο μήνυμα που μπορείς να χρησιμοποιήσεις στη δική σου ζωή;



Συνεπιβίβαση

Το ταξίδι με τον Βασιλιά είναι η πρώτη ευκαιρία για τον γιο του μυλωνά να κάνει καλή εντύπωση. Είναι πραγματικά σαν μια συνέντευξη για δουλειά ή μια πρώτη συνάντηση με κάποιον.

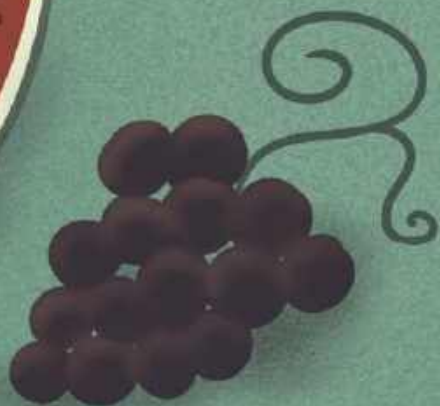
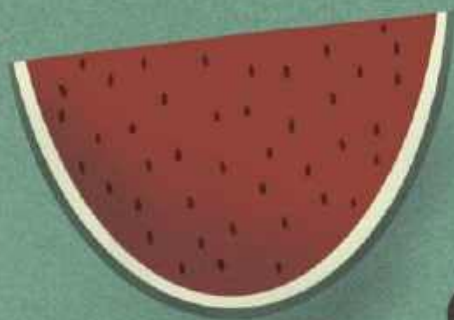
- Έχεις βρεθεί ποτέ σε μια κατάσταση όπου έπρεπε να αποδείξεις την ικανότητά σου ή τις γνώσεις σου; Ποια είναι η εμπειρία σου από αυτή την κατάσταση;
- Τι θα έλεγες σε κάποιον για τον εαυτό σου μόλις τον συναντούσες; Για τι θα προτιμούσες να μην μιλήσεις; Αξίζει να το σκεφτείς, ώστε να έρθεις προετοιμασμένος!



Εκφοβισμός των χωρικών

Ο Παπουτσωμένος Γάτος εκφοβίζει τους χωρικούς που εργάζονται στα χωράφια.

- Υπήρξαν περιπτώσεις που σε έχουν εκφοβίσει;
- Έχεις βρεθεί ποτέ σε μια κατάσταση όπου φοβήθηκες να πεις τη γνώμη σου, τις απόψεις σου, τα συναισθήματά σου κ.λπ. Τι συνέβη; Τι κοινό υπάρχει σε τέτοιες καταστάσεις;
- Έχεις βρεθεί ποτέ σε κατάσταση όπου έκανες αυτό που σου είπαν οι άλλοι να κάνεις και όχι αυτό που πραγματικά ήθελες να κάνεις;



Το εύφορο λιβάδι

Μέσα στον καθένα μας υπάρχει ένα πλούσιο λιβάδι με αξίες που αξίζει να αναδειχθούν.

- Κατάγραψε τουλάχιστον πέντε θετικές αξίες για τον εαυτό σου!
- Πώς μπορείς να δείξεις τις δυνατότητές σου;
- Πώς έχεις επωφεληθεί από αυτές τις αξίες και τις ικανότητες στη ζωή σου; Πώς αισθάνεσαι όταν έχεις πετύχει κάτι εξαιτίας τους;



Το κάστρο του γίγαντα

Αυτό είναι το όμορφο μεγάλο κάστρο που θέλει να αποκτήσει ο γιος του μυλωνά.

- Ανεξάρτητα από την κατάσταση της ζωής σου, ανεξάρτητα από τις τρέχουσες ευκαιρίες σου, αν αφήσεις τις φαντασιώσεις σου, ποια είναι τα πράγματα που θέλεις στη ζωή (υλικά ή άλλα);

Γράψε τα, ζωγράφισέ τα ή φτιάξε ένα κολλάζ!



Ο γίγαντας

Ο γίγαντας φοβόταν τους χωρικούς, ήταν άσχημος, μεγάλος και ισχυρός.

- Ποιες είναι οι ικανότητες του γίγαντα που θα ήθελες να έχεις;
- Έχεις ιδιότητες που υπερεκτιμάς και ιδιότητες που υποτιμάς; (Μπορείς ακόμη και να ρωτήσεις τους κοντινούς σου ανθρώπους σχετικά με αυτό).
- Ο γίγαντας ήταν ματαιόδοξος και αυτή ήταν η καταστροφή του. Πώς νιώθεις εσύ για τη ματαιοδοξία;



Ο γίγαντας μετατράπηκε σε λιοντάρι

Όταν ο γίγαντας έγινε λιοντάρι, ακόμη και ο Παπουτσωμένος Γάτος φοβήθηκε.

- Έχεις βρεθεί ποτέ σε μια επικίνδυνη κατάσταση; Τι έκανες; Πώς αντιδράς στις κρίσεις;
- Υπάρχει κάποιος στη ζωή σου που φοβάσαι; Τι φοβάσαι εσύ; Τι κάνεις όταν πρέπει να είσαι κοντά του;
- Όταν αντιμετωπίζεις ένα πρόβλημα που μοιάζει δυσεπίλυτο, τι κάνεις; Έχεις βρεθεί ποτέ σε παρόμοια κατάσταση όπου κατάφερες να βρεις μια καινούργια οπτική γωνία που σε βοήθησε να το λύσεις; Ποια ήταν αυτή;



Ο γίγαντας έγινε ποντίκι

Από τη μία στιγμή στην άλλη ο γίγαντας μετατράπηκε σε ποντίκι, κάνοντάς το εύκολο για τον γάτο να τον καταβροχθίσει .

- Έχεις ανασφάλειες, έλλειψη αυτοπεποίθησης; Πώς αντιμετωπίζεις αυτά τα συναισθήματα;
- Υπάρχουν χαρακτηριστικά που δεν σου αρέσουν ή που σε εμποδίζουν να προχωρήσεις μπροστά; Θα ήθελες να τα αλλάξεις; Πώς;



Η φιλοξενία

Η ήττα του γίγαντα και η κατάκτηση του κάστρου γιορτάστηκε με ένα πάρτι.

- Μπορείς να γιορτάσεις όταν έχεις πετύχει κάτι; Πώς επιβραβεύεις τον εαυτό σου, πώς γιορτάζεις;
- Πώς εκτονώνεσαι μετά από μια μεγάλη προσπάθεια;



Γάμος και βασιλεία

Ο βασιλιάς προσφέρει το χέρι της κόρης του στον νεότερο γιο. Έτσι του δίνεται η ευκαιρία του να γίνει βασιλιάς (αργότερα).

- Σκέψου τις καταστάσεις στις οποίες λες όχι και ναι σε μια ευκαιρία. Ποιοι είναι οι μη λογικοί λόγοι ή οι φόβοι που σε κάνουν να κάνεις πίσω, αν υπάρχουν;
- Μπροστά σε μεγάλες ευκαιρίες, συχνά δεν εμπιστευόμαστε τον εαυτό μας. Πιστεύεις ότι έχεις μια τέτοια ευκαιρία; Ρώτησε κάποιον που σε γνωρίζει, τι πιστεύει ως εξωτερικός παρατηρητής. Έχεις τις γνώσεις και τις ικανότητες;
- Πώς μπορείς να γίνεις εσύ ο ίδιος ένας τέτοιος εξωτερικός βοηθός, ο Παπουτσωμένος Γάτος;



Ο Παπουτσωμένος Γάτος ανέμελος

Ο Παπουτσωμένος Γάτος ξεκουράζεται ειρηνικά και ευγνώμων μετά από μια δύσκολη μέρα δουλειάς.

- Πώς χαλαρώνεις και ξεκουράζεσαι; Δίνεις στον εαυτό σου αρκετό χρόνο μετά από μια μεγάλη προσπάθεια;
- Είσαι σε θέση να αφήνεις ορισμένες δραστηριότητες όταν δεν σημειώνεις πλέον πρόοδο και να αφιερώνεις περισσότερο χρόνο στον εαυτό σου;