

Τα παραμύθια δεν είναι ποτέ αρκετά. Τα παιδιά τα έχουν ανάγκη. Καλλιεργούν ενσυναίσθηση, θάρρος και την αίσθηση ότι, ακόμη και στο σκοτάδι, δεν είμαστε μόνοι.

Ξέρω, τρέχεις. Πρωί δουλειά, μεσημέρι σούπερ μάρκετ, απόγευμα φροντιστήρια, βράδυ μαγειρέματα, πλυντήρια, λίγη σιωπή. Και κάπου εκεί, ένα μικρό χεράκι σε τραβάει απ' το μανίκι: «Μαμά, θα μου πεις ένα παραμύθι;»

Μη βιαστείς να πεις «δεν προλαβαίνω». Γιατί το παραμύθι δεν είναι υποχρέωση. Είναι στάση. **Είναι μια ανάσα «μαζί», πριν σβήσει το φως.** Είναι το «μαζί σας» που θα μένει, όταν όλα τα άλλα θα ξεχαστούν.

Η μαμά μου δεν είχε σπουδάσει. Ούτε το δημοτικό δεν πρόλαβε να τελειώσει. Τέσσερα παιδιά, μία κατσαρόλα που δεν άδειαζε ποτέ, κι όμως, κάτι καλοκαιρινά μεσημέρια, εκεί πίσω στο δωμάτιο, **έπλαθε ιστορίες με το μυαλό της.** Φορούσε την ποδιά και... μαγείρευε παραμύθια.

Κι εγώ τότε δεν το ήξερα, μα αυτό με έκανε συγγραφέα και ψυχολόγο. Να αγαπώ τις **ανθρώπινες ιστορίες**, να νοιάζομαι τον άγνωστο απέναντί μου. Γιατί κάπως έτσι μαθαίνεις να αγαπάς τον άλλον. Με τις ιστορίες του.

Τι προσφέρει ένα παραμύθι στα παιδιά;

Λες πως δεν έχεις χρόνο. Κι όμως, σε 5 λεπτά φτιάχνεις ολόκληρο κόσμο. Τι προσφέρει ένα παραμύθι σε ένα μικρό παιδί;

- **Το μαθαίνει πως η ζωή είναι δύσκολη, μα και ωραία.** Και στο τέλος, κάτι καλό θα βγει. Καλλιεργεί έτσι την περιβόητη **ψυχική ανθεκτικότητα**.
- **Βλέπει τον ήρωα να κάνει λάθη, να λέει ψέματα, να φοβάται. Και παίρνει θάρρος.** «Α, δεν είμαι μόνο εγώ έτσι». Ταυτίζεται. Και η ταύτιση γιατρεύει. Οι ήρωες κάνουν ό,τι δεν τολμάμε και παίρνουμε θάρρος· ή νιώθουν όπως εμείς και δεν φοβόμαστε το ίδιο. Λένε ψέματα και φοβούνται μην μεγαλώσει η μύτη τους· κάνουν αταξίες σαν την Κοκκινισκουφίτσα, αλλά στο τέλος η μητέρα θα τους συγχωρέσει. Έρχονται αντιμέτωποι με δράκους και φόβους σαν κι εμάς, μα έχουν και επιθυμίες που γίνονται πραγματικότητα από νεράιδες ή τζίνι.
- **Τα παιδιά ακούνε για ξυλοκόπους, βασιλιάδες και αγνώστους, και καλλιεργούν την περιέργειά τους για το διαφορετικό.** Μαθαίνουν να αποδέχονται, να μπαίνουν στη θέση του άλλου και να συμπονούν. **Ενσυναίσθηση** το λένε οι μεγάλοι – και το παραμύθι το πετυχαίνει στο άψε-σβήσε!
- **Μέσα από το παραμύθι, το παιδί «ρωτάει» για τον θάνατο.** Και το παραμύθι του απαντά: μπορεί το παλικάρι να μη βρήκε το θάνατο νερό, μα βρήκε την αγάπη. Βρήκε το νόημα της ζωής. Και κάπως έτσι δεν νικάμε τον φόβο;
- **Βλέπει το ασχημόπαπο να γίνεται κύκνος.** Και μαθαίνει πως όλοι αξίζουν. Όλοι κάτι κρύβουμε μέσα μας που ανθίζει.
- **Ακούει «και ζήσαν αυτοί καλά κι εμείς καλύτερα».** Και καταλαβαίνει πως κι εκείνο μπορεί και αξίζει να ζήσει καλύτερα. Γιατί είναι αληθινό.

Τα παραμύθια δίνουν μια αγκαλιά με λόγια

Παλιά, όλοι κάθονταν γύρω από μια ιστορία. Μικροί και μεγάλοι. Και δεν ήταν μόνο το στόμα που μιλούσε. Ήταν το βλέμμα, το άγγιγμα, η ανάσα.

ΤΟ ΠΑΙΔΙ, ΒΛΕΠΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΗΡΩΑ ΝΑ ΦΟΒΑΤΑΙ, ΠΑΙΡΝΕΙ

ΘΑΡΡΟΣ, ΤΑΥΤΙΖΕΤΑΙ. ΚΑΙ Η ΤΑΥΤΙΣΗ ΓΙΑΤΡΕΥΕΙ.

Σήμερα υπάρχουν και πολύ ρεαλιστικά παραμύθια, όμως κι εκείνα τα πιο... φανταστικά χρειάζονται. Γιατί **η ψυχή μας έχει ανάγκη να ξεκουραστεί.**

Έτσι, όταν ακούς από το παιδί σου «Θα μου πεις ένα παραμύθι;», να ξέρεις ότι είναι ένα που σημαίνει πολλά. Μην σκεφτείς «δεν προλαβαίνω». **Το παραμύθι είναι μοίρασμα, σύνδεση, σχέση.**

Κι όταν σταματάς το τρέξιμο και λες ένα παραμύθι, είναι σαν να λες στο παιδί: **«Έχω πολλές ασχολίες, αλλά μπορώ να μοιραστώ μαζί σου πράγματα και θαύματα,** και πιστεύω κι εγώ σε όνειρα και ευχές που πραγματοποιούνται· κι έχω ανάγκη κι εγώ –όσο μεγάλος/η κι αν είμαι– να ταξιδεύω μαζί σου στη φαντασία, σαν καταφύγιο».

Τελικά, τα παραμύθια κάνουν καλό όχι μόνο στα παιδιά, αλλά και στους γονείς.

Η [Μαρία Καμπάντα](#) είναι κλινική ψυχολόγος και συγγραφέας. Το κείμενο αυτό βασίζεται σε απόσπασμα από βίντεο που προβλήθηκε στην εκπομπή «Μαμάδες» της ΕΡΤ1, στο πλαίσιο της επιστημονικής συνεργασίας της με την εκπομπή.