

Ένα γράμμα για εσένα – χωρίς likes, χωρίς emojis, μόνο σκέψεις!

Από την συνάδελφο του ΓΕΛ Σύρου Καλλιρόη Σομπόνη, Χημικό και μέλος της ΕΛ.Ε.ΣΥ.Π. «Ελληνική Εταιρεία Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού»

Δημοσιεύτηκε πρόσφατα στην ιστοσελίδα της ΔΔΕ Κυκλάδων και αξίζει να διαβαστεί ξανά και ξανά από Γονείς και Εφήβους.

Παρατίθεται η εισαγωγή:

“Αγαπητή μαθήτριά, αγαπητέ μαθητή,

ίσως είναι η πρώτη φορά που παίρνεις ένα γράμμα. Όχι ένα μήνυμα στο Messenger ή στο Snachat, ούτε μια ειδοποίηση στο Viber, ένα βίντεο στο TikTok ή στο Instagram Reels. Ένα πραγματικό γράμμα, με λέξεις που δεν εξαφανίζονται σε δευτερόλεπτα, χωρίς GIFs, stickers ή emojis.

Ζούμε σε μια εποχή όπου τα πάντα συμβαίνουν γρήγορα—εικόνες, πληροφορίες, ειδήσεις. Ακόμη και οι σκέψεις μας μοιάζουν να τρέχουν διαρκώς. Οι συνομιλίες μας γίνονται με likes, καρδούλες και αντιδράσεις, με ηχητικά μηνύματα και memes. Και όμως, κάποιες φορές, αξίζει να σταματάμε για λίγο. Να διαβάζουμε κάτι χωρίς βιασύνη. Να δίνουμε χώρο στις σκέψεις μας να πάρουν μορφή.

Γι’ αυτό σήμερα σου γράφω. Όχι για να σου δώσω απαντήσεις, αλλά για να σου προσφέρω τροφή για σκέψη. Για να μοιραστώ μαζί σου μερικές σκέψεις που ίσως σου φανούν χρήσιμες σε μια φάση της ζωής σου όπου πρέπει να πάρεις αποφάσεις—για το σχολείο, για τις σπουδές, για το μέλλον σου.

Πάρε λοιπόν μια ανάσα. Άφησε για λίγο στην άκρη το κινητό σου—ή τουλάχιστον μην scrollάρεις για λίγα λεπτά. Ας επικοινωνήσουμε μέσα από αυτό το γράμμα, όπως θα διάβαζες ένα μήνυμα από κάποιον που πραγματικά σε νοιάζεται.

Κι ας μην σου ήρθε με ήχο ειδοποίησης.

Κι ας ήρθες εσύ σε αυτό : ”

Επισκεφτείτε την ιστοσελίδα της ΔΔΕ Κυκλάδων <https://dide.kyk.sch.gr/> ή πατήστε πάνω στο παρακάτω σύνδεσμο. να το διαβάσετε ολόκληρο.

[Ένα γράμμα για Εσένα](#)