

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ

ΛΙΝΑ ΜΟΥΣΙΩΝΗ

ΕΙΚΟΝΕΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΟΥΡΤΟΓΛΟΥ

Όταν κλαίω



ΜΕΤΟΙΧΜΙΟ

Η ΔΙΚΗ ΜΑΣ ΒΡΟΧΗ

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Μέσα από τη δραστηριότητα αυτή τα παιδιά εξερευνούν τον κόσμο των συναισθημάτων και ανακαλύπτουν τους διαφορετικούς λόγους που μπορεί να προκαλέσουν δάκρυα. Κάθε σταγόνα βροχής αντιπροσωπεύει μια ξεχωριστή εμπειρία ή ένα συναίσθημα που τα παιδιά αποτυπώνουν με λέξεις ή εικόνες.

ΣΤΟΧΟΙ

- **Συναισθηματική επίγνωση:** Τα παιδιά αναγνωρίζουν και εκφράζουν διαφορετικά συναισθήματα που σχετίζονται με το κλάμα.
- **Αποδοχή της ποικιλίας των συναισθημάτων:** Μαθαίνουν ότι τα δάκρυα δε συνδέονται πάντα με τη θλίψη – μπορεί να είναι αποτέλεσμα χαράς, συγκίνησης ή ακόμα και γέλιου.
- **Καλλιέργεια ενσυναίσθησης:** Αναγνωρίζουν ότι όλοι οι άνθρωποι κλαίνε για διαφορετικούς λόγους και μαθαίνουν να σέβονται τα συναισθήματα των άλλων.
- **Ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας:** Εκφράζουν τις εμπειρίες τους και συμμετέχουν σε ανοιχτό διάλογο.
- **Δημιουργική έκφραση:** Τα παιδιά αποτυπώνουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους με εικαστική μορφή και εκφράζονται με ελευθερία και αυθεντικότητα.

Υλικά

- Μεγάλο χαρτόνι ή χαρτί μέτρου
- Χρωματιστά μολύβια, μαρκαδόροι, λαδοπαστέλ
- Ψαλίδι και κόλλα
- Λευκά ή και χρωματιστά χαρτόνια ή εκτυπώσιμα πρότυπα σταγόνων (μπορούν να σχεδιαστούν και με το χέρι)
- Διακοσμητικά στοιχεία (προαιρετικά)



ΒΗΜΑΤΑ

1. Δημιουργία του σκηνικού

- Σε ένα μεγάλο χαρτόνι ή σε χαρτί του μέτρου σχεδιάστε έναν συννεφιασμένο ουρανό. Ιδέες μπορείτε να πάρετε και από την εικονογράφηση του βιβλίου.
- Εξηγήστε στα παιδιά πώς θα δημιουργήσουν τη δική τους «βροχή των συναισθημάτων».

2. Δημιουργία των σταγόνων

- Μοιράστε στα παιδιά κομμάτια από λεπτό χαρτόνι και καθοδηγήστε τα ώστε να κόψουν σταγόνες.
- Εάν προτιμάτε, μπορείτε να τους δώσετε έτοιμα εκτυπώσιμα πρότυπα σταγόνων για να τα χρωματίσουν και να τα διακοσμήσουν όπως επιθυμούν.

3. Καταγραφή συναισθημάτων

- Ζητήστε από κάθε παιδί να γράψει ή να ζωγραφίσει μέσα στη σταγόνα του έναν λόγο που το έκανε να κλάψει. Δώστε παραδείγματα, όπως:
«Γιατί χτύπησα»,
«Γιατί με μάλωσαν»,
«Γιατί μου λείπει κάποιος»,
«Γιατί είδα κάτι όμορφο».
- Όταν τα παιδιά ολοκληρώσουν τη διακόσμηση των σταγόνων, μπορούν να κολλήσουν τις σταγόνες τους στον συννεφιασμένο ουρανό.
- Ενθαρρύνετε τα παιδιά, αν νιώθουν άνετα, να μοιραστούν τις προσωπικές εμπειρίες τους.



ΟΤΑΝ ΚΛΑΙΩ...

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

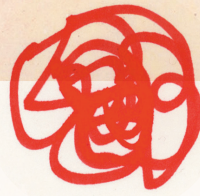
Μέσα από ένα διαδραστικό παιχνίδι ρόλων, τα παιδιά εξερευνούν τα συναισθήματά τους όταν κλαίνει και τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους μπορούν να προσφέρουν στήριξη σε κάποιον/α που νιώθει λυπημένος/η. Με οδηγό την ενσυναίσθηση, αναγνωρίζουν ότι το κλάμα αποτελεί φυσιολογική αντίδραση και ανακαλύπτουν πρακτικούς τρόπους για να δείξουν κατανόηση, φροντίδα και συμπαράσταση στους φίλους τους.

ΣΤΟΧΟΙ

- **Ανάπτυξη ενσυναίσθησης:** Τα παιδιά μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τη λύπη των άλλων και να προσφέρουν υποστήριξη.
- **Βελτίωση κοινωνικών δεξιοτήτων:** Καλλιεργούν δεξιότητες επικοινωνίας και συνεργασίας.
- **Αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων:** Κατανοούν ότι το κλάμα μπορεί να προκληθεί από διαφορετικές καταστάσεις και ότι η έκφραση των συναισθημάτων είναι θετική και αποδεκτή.
- **Ενίσχυση της ομαδικότητας:** Μαθαίνουν να λειτουργούν ως υποστηρικτική κοινότητα, προσφέροντας στήριξη και αλληλεγγύη.

Θα χρειαστείτε

- Κάρτες με σενάρια που περιγράφουν καταστάσεις οι οποίες μπορεί να προκαλέσουν δάκρυα.
- Ένα «αντικείμενο παρηγοριάς», όπως ένα μαλακό κουβερτάκι, ένα χνουδωτό παιχνίδι ή ένα μικρό μαξιλάρι.
- «Ο Κύκλος Κατανόησης»: ένας χώρος όπου τα παιδιά κάθονται μαζί για να συμμετάσχουν στη δραστηριότητα.
- «Το Κουτί της Χαράς» (προαιρετικά): περιλαμβάνει αντικείμενα που μπορούν να προσφέρουν ανακούφιση, όπως ένα λούτρινο παιχνίδι, μια καρδιά από χαρτόνι ή ένα μικρό βιβλίο.



ΒΗΜΑΤΑ

1. Προετοιμασία

- Δημιουργήστε έναν ασφαλή και ήρεμο χώρο («Ο Κύκλος Κατανόησης»).
- Τονίστε ότι δεν υπάρχει «σωστό» ή «λάθος» συναίσθημα και ότι όλοι έχουν το δικαίωμα να εκφράζουν τα συναισθήματά τους.

2. Εξοικείωση με τα σενάρια

- Προετοιμάστε κάρτες με διάφορα σενάρια, όπως:
«Έπεσες και χτύπησες»,
«Έχασες το αγαπημένο σου παιχνίδι»,
«Δε σε παίζουν οι φίλοι σου στο διάλειμμα»,
«Φοβάσαι το σκοτάδι», «Σε μάλωσαν»,
«Χάρηκες τόσο πολύ, που δάκρυσες».
- Κάθε παιδί διαλέγει μια κάρτα και είτε τη διαβάζει μόνο του είτε του τη διαβάζει ο/η εκπαιδευτικός.



3. Παιχνίδι ρόλων

- Το παιδί που διάλεξε την κάρτα υποδύεται το πρόσωπο που κλαίει, εκφράζοντας με λέξεις ή κινήσεις το συναίσθημά του.
- Τα υπόλοιπα παιδιά σκέφτονται πώς μπορούν να το βοηθήσουν και προτείνουν λύσεις, όπως για παράδειγμα να προσφέρουν μια αγκαλιά, να του πουν λόγια υποστηρικτικά (π.χ. «Είμαι εδώ για σένα», «Θέλεις να παίξουμε μαζί;», «Καταλαβαίνω πώς νιώθεις») ή να του προτείνουν μια λύση (π.χ. «Θέλεις να βρούμε μαζί το παιχνίδι σου;»).
- Όταν το παιδί αποδεχτεί όλες τις προσπάθειες υποστήριξης, τότε μπορούν να κάνουν όλα μαζί μια «ομαδική» αγκαλιά ή να απλώσουν τα χέρια τους σε μια συμβολική αγκαλιά.

4. Χρήση του «Κουτιού της χαράς» (προαιρετικά)

- Αν υπάρχει το κουτί, τα παιδιά μπορούν να διαλέξουν ένα «αντικείμενο παρηγοριάς» και να το προσφέρουν στο παιδί που νιώθει στενοχωρημένο, δείχνοντας με τον τρόπο αυτό φροντίδα, ενδιαφέρον και τρυφερότητα.

5. Ανατροφοδότηση και συζήτηση

- Έπειτα από κάθε σενάριο, γίνεται μια σύντομη συζήτηση με ερωτήσεις όπως:
Πώς ένιωσε το παιδί που υποδύθηκε το άτομο που κλαίει;
Τι συναισθήματα ένιωσαν τα υπόλοιπα παιδιά όταν το βοήθησαν;
Πώς μπορούμε να δείχνουμε ενσυναίσθηση και κατανόηση σε πραγματικές καταστάσεις;
Νιώθουμε καλύτερα μετά το κλάμα;
- Ενθαρρύνετε τα παιδιά να μοιραστούν ιδέες και εμπειρίες.



ΣΕΝΑΡΙΑ

- * Σκόνταψες στο πλακόστρωτο και χτύπησες στο γόνατό σου.
- * Έχασες το αγαπημένο σου παιχνίδι.
- * Δε σε παίζουν οι φίλοι σου στο διάλειμμα.
- * Δεν έγραψες καλά σε ένα διαγώνισμα, ενώ είχες διαβάσει πολύ.
- * Νιώθεις απογοητευμένος/η γιατί δεν πήρες το πρώτο βραβείο σε έναν διαγωνισμό.
- * Μάλωσες με τον/την καλύτερό/ή σου φίλο/η και δε σου μιλάει.
- * Σε έσπρωξε ένας συμμαθητής σου, έπεσες και χτύπησες στο χέρι σου. Πονάς πολύ!
- * Έβαλες γκολ. Ο διαιτητής είπε πως ήταν οφσάιτ. Αδικία!
- * Χάλασε το αγαπημένο σου παιχνίδι που ήταν δώρο του Αϊ-Βασίλη.
- * Δεν πρόλαβες να φας παγωτό γιατί τέλειωσε όταν ήρθε η δική σου σειρά.
- * Τρόμαξες από ένα κακό όνειρο!
- * Ένας συμμαθητής ή μια συμμαθήτριά σου σου μίλησε άσχημα και στενοχωρήθηκες πολύ.
- * Πάτησες αχινό και έχεις πολλά αγκάθια στο πόδι σου. Τρόμαξες και πονάς!
- * Γλίστρησες και έπεσες πάνω σε τσουκνίδες. Τσούζει το πρόσωπό σου!
- * Έπινες πορτοκαλάδα και μια μέλισσα σε τσίμπησε!
- * Είδες μια συγκινητική ταινία στην τηλεόραση.
- * Ο/η καλύτερός/ή σου φίλος/η μετακομίζει σε άλλη πόλη και τον/την αποχαιρετάς. Είσαι πολύ λυπημένος/η και κλαίς.

- * Έχεις πεταχτά αυτιά και σε κοροϊδεύουν για αυτό κάποια παιδιά στο σχολείο.
- * Έσπασες την αγαπημένη σου κούπα!
- * Δε σε έβαλαν στο παιχνίδι γιατί άργησες μόνο 1 λεπτό!
- * Δεν τα πήγες πολύ καλά στο τεστ των μαθηματικών.
- * Σε μάλωσαν στο σπίτι γιατί ξέχασες το μπουφάν σου στο σχολείο.
- * Δεν έβαλες το τελευταίο καλάθι στον αγώνα μπάσκετ κι έχασε η ομάδα σου.
- * Έγινε διακοπή ρεύματος, το δωμάτιό σου βυθίστηκε στο σκοτάδι και φοβήθηκες πολύ.
- * Λες την αλήθεια, αλλά κανείς δε σε πιστεύει.
- * Νιώθεις πως κανείς δε σε καταλαβαίνει και είσαι πολύ απογοητευμένος/η.
- * Είσαι σε ένα μεγάλο εμπορικό κέντρο κι έχασες τη μαμά σου.
- * Είσαι πολύ συγκινημένος/η γιατί ανακηρύχθηκες ο/η μαθητής/μαθήτρια της ΧΡΟΝΙΑΣ.
- * Έσπασε το μπαλόνι με τον αγαπημένο σου ήρωα.
- * Είναι Απόκριες και δεν υπάρχει στο νούμερό σου η στολή που θέλεις να φορέσεις στο πάρτι.
- * Έχασες σε ένα επιτραπέζιο παιχνίδι. Ήταν αδικία!

ΕΝΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΟΥΡΑΝΙΟ ΤΟΞΟ

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Η δραστηριότητα συνδέει τα δάκρυα με τη μαγεία του ουράνιου τόξου, δείχνοντας στα παιδιά ότι έπειτα από κάθε «βροχή» ακολουθούν η ομορφιά και η γαλήνη. Κατανοούν ότι τα συναισθήματα είναι πολύχρωμα και πολύπλοκα, και πως το κλάμα δεν είναι απλώς μια ένδειξη λύπης, αλλά μπορεί να προέρχεται από χαρά, θυμό, φόβο, τρυφερότητα και δυνατές συγκινήσεις.

ΣΤΟΧΟΙ

- **Αναγνώριση των συναισθημάτων:** Τα παιδιά κατανοούν ότι το κλάμα μπορεί να προκληθεί από διαφορετικά συναισθήματα και ότι όλα τα συναισθήματα είναι φυσιολογικά.
- **Συναισθηματική έκφραση:** Μαθαίνουν πώς να εκφράζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους μέσα από τη δημιουργικότητα.
- **Ενίσχυση της ενσυναίσθησης:** Συνειδητοποιούν πως όλοι βιώνουμε συναισθήματα και πως μπορούμε να στηρίξουμε ο ένας τον άλλο.
- **Δημιουργικότητα και κίνηση:** Μέσα από χρώματα, κατασκευές και κίνηση, τα παιδιά βιώνουν τη διαδικασία της μεταμόρφωσης των συναισθημάτων.

Υλικά

- Μεγάλο χαρτί ή πανί για να σχεδιάσετε ένα ουράνιο τόξο (μπορείτε να εμπνευστείτε από τις εικόνες του βιβλίου)
- Χρώματα για να γεμίσετε το ουράνιο τόξο (κόκκινο, πορτοκαλί, κίτρινο, πράσινο, μπλε, μοβ)
- Χαρτάκια ή αυτοκόλλητα σε σχήμα δακρύων
- Ένα κουτί ή σακουλάκι για τα δάκρυα
- Πηγή για μουσική



ΒΗΜΑΤΑ

1. Εισαγωγή στο θέμα

- Συζητήστε με τα παιδιά για τα συναισθήματα και το κλάμα. Διατυπώστε ερωτήσεις όπως: «Ποιοι λόγοι μπορούν να μας κάνουν να κλάψουμε;», «Πώς νιώθουμε μετά το κλάμα;».
- Εξηγήστε στα παιδιά ότι, όπως η βροχή βοηθάει να δημιουργηθεί ένα ουράνιο τόξο, έτσι και τα δάκρυά μας μπορεί να φέρουν κάτι όμορφο, όπως ανακούφιση, τρυφερότητα, χαρά.

2. Το Παιχνίδι των Δακρύων

- Σε έναν τοίχο κολλήστε το ουράνιο τόξο που σχεδιάσατε και σκορπίστε τα δάκρυα στον χώρο.
Βάλτε απαλή μουσική να παίζει και ζητήστε από τα παιδιά να κινηθούν ελεύθερα (περπατώντας, χορεύοντας ή πηδώντας σαν σταγόνες της βροχής).
Ενδεικτικές προτάσεις: «Raindrops Prelude (Op. 28, No 15)» του Φρεντερίκ Σοπέν, «Somewhere over the rainbow» από την ταινία Ο μάγος του Οζ, «Jardins sous la pluie» (ορχηστρική εκδοχή) του Κλοντ Ντεμπισί, *Massenet: Thaïs: Méditation* (μπορείτε να το αναζητήσετε στο YouTube).



- Όταν σταματήσει η μουσική, τα παιδιά πρέπει να μαζέψουν ένα δάκρυ. Ζητήστε από κάθε παιδί να κλείσει τα μάτια του και να σκεφτεί τι σημαίνει για εκείνο το δάκρυ που κρατάει. Δώστε χρόνο περίπου ένα λεπτό και συνεχίστε το μουσικό κομμάτι.

- Διακόψτε ή χαμηλώστε τη μουσική. Κάθε παιδί, με τη σειρά, τοποθετεί το δάκρυ του στη λωρίδα του ουράνιου τόξου που αντιστοιχεί στο συναίσθημα που νιώθει ή ένιωσε όταν έκλαψε. Ενδεικτικές προτάσεις:

Κόκκινο → Θυμός

Πορτοκαλί → Έκπληξη / Συγκίνηση

Κίτρινο → Χαρά

Πράσινο → Μοναξιά

Μπλε → Λύπη

Μοβ → Φόβος

- Βάλτε να παίζει μια χαρούμενη μουσική. Ενδεικτικές προτάσεις: «Here comes the sun» των Beatles, «You are my sunshine» των Jimmy Davis και Charles Mitchell (ορχηστρική εκδοχή).



- Ζητήστε από κάθε παιδί να κατευθυνθεί στο ουράνιο τόξο και να κολλήσει το δάκρυ του στο χρώμα που ταιριάζει. Αν τα παιδιά είναι μικρά, μπορείτε να τα βοηθήσετε να αναγνωρίσουν το σωστό χρώμα λέγοντας: «Το δάκρυ σου είναι από λύπη; Τότε θα το βάλουμε στην μπλε λωρίδα!», «Έκλαψες από φόβο; Αυτό πάει στη μοβ!».
- Όταν το ουράνιο τόξο γεμίσει με δάκρυα, τονίστε πόσο όμορφο έχει γίνει!
- Βάλτε χαρούμενη μουσική και προσκαλέστε τα παιδιά να χορέψουν γύρω από το ουράνιο τόξο. Ενδεικτικές προτάσεις: «Ουράνιο Τόξο» από την Παιδική Χορωδία του Σπύρου Λάμπρου ή οποιοσδήποτε μουσικός ρυθμός ή τραγούδι αγαπάει να χορεύει η ομάδα σας.



ΜΕΤΑΝΑΓΝΩΣΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΑ



Μετά την ανάγνωση
του βιβλίου, συζητήστε
με τα παιδιά για τα
διαφορετικά συναισθήματα
που ανακινούν τα δάκρυα.
Στη συνέχεια μπορείτε να
δημιουργήσετε μαζί τους!



ΕΝΑ ΟΥΡΑΝΙΟ ΤΟΞΟ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙΚΟ ΔΩΜΑΤΙΟ

* Υλικά

- Χαρτόνια και χαρτιά
- Λαδοπαστέλ, τέμπερες ή άλλα υλικά ζωγραφικής
- Κορδέλες στα χρώματα του ουράνιου τόξου
- Ψαλίδι και σκοινάκι
- Ένα κλαδί ή ένα πηχάκι

* Οδηγίες

Σχεδιάστε ένα ουράνιο τόξο.

Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά, μπορείτε να τα βοηθήσετε στην αναπαραγωγή του σχεδίου.

Χρωματίστε το με λαδοπαστέλ, τέμπερες ή με όποιο άλλο υλικό ζωγραφικής επιθυμείτε.

Εάν θέλετε να δημιουργήσετε ένα μόντιπλε, χρησιμοποιήστε το κλαδί ή το πηχάκι ως βάση για να μπορεί να κρεμαστεί.

Δέστε στη βάση κορδέλες ή χαρτόνια στα χρώματα του ουράνιου τόξου. Η κατασκευή σας είναι έτοιμη!

Υπάρχουν πολλές δημιουργικές ιδέες μέσα από τις οποίες μπορείτε να εκφραστείτε καλλιτεχνικά. Μη διστάσετε να αναζητήσετε νέες τεχνικές και να πειραματιστείτε ελεύθερα!

ΠΕΙΡΑΜΑΤΑ



Ουράνιο τόξο με πολύχρωμα κουφετάκια

* Υλικά

- Πολύχρωμα σοκολατένια κουφετάκια
- Ένα λευκό πιάτο
- Ζεστό νερό

* Οδηγίες

Τοποθετήστε τα σοκολατένια κουφετάκια κυκλικά γύρω από την άκρη του πιάτου, ακολουθώντας τη σειρά των χρωμάτων του ουράνιου τόξου (κόκκινο, πορτοκαλί, κίτρινο, πράσινο, μπλε, μοβ).

Ρίξτε προσεκτικά ζεστό νερό στο κέντρο του πιάτου, ώστε να καλύψει ελαφρώς τα κουφετάκια.

Περιμένετε λίγα δευτερόλεπτα και παρατηρήστε πώς τα χρώματα αρχίζουν να απλώνονται, σχηματίζοντας ένα όμορφο ουράνιο τόξο!

Ουράνιο τόξο με νερό και καθρέφτη

* Υλικά

- Ένα γυάλινο ποτήρι ή σκεύος
- Νερό
- Ένας μικρός καθρέφτης
- Ένας φακός (ή φυσικό ηλιακό φως)
- Ένα λευκό χαρτί

* Οδηγίες

Γεμίστε το ποτήρι ή το σκεύος με νερό περίπου μέχρι τη μέση.

Τοποθετήστε τον καθρέφτη μέσα στο ποτήρι ή το σκεύος με κάποια κλίση ώστε να είναι μισοβυθισμένος.

Στρέψτε το φως του φακού (ή αφήστε το φυσικό φως του ήλιου) να πέσει πάνω στον καθρέφτη.

Κρατήστε το λευκό χαρτί μπροστά από το ποτήρι.

Παρατηρήστε το ουράνιο τόξο που σχηματίζεται! Αν δε φαίνεται καθαρά, αλλάξτε λίγο τη γωνία του φωτός ή του καθρέφτη, μέχρι να εμφανιστούν τα χρώματα.

Γιατί συμβαίνει αυτό;

Το φως διαθλάται («σπάει») καθώς περνάει από το νερό και τον καθρέφτη, διαχωρίζοντας τα χρώματα που αποτελούν το λευκό φως. Αυτό δημιουργεί το οπτικό εφέ του ουράνιου τόξου, όπως συμβαίνει στη φύση όταν οι σταγόνες της βροχής διαθλούν το ηλιακό φως.

Ένα παιδί προσπαθεί να ερμηνεύσει τα δάκρυά του με εικόνες από τον κόσμο γύρω του. Παίρνει υλικά από φουρτουνιασμένες θάλασσες, ορμητικούς καταρράκτες και σκοτεινές σπηλιές, απομονώνεται σε μοναχικούς τόπους και τρυπώνει σε τρυφερές αγκαλιές. Φταίει το καλοκαίρι που τελείωσε, το μπαλόκι που έσκασε ή το πάτημα ενός αχινού; Μήπως πάλι είναι από τη χαρά της μεγάλης νίκης ή απ' το ξεφλούδισμα των κρεμμυδιών; Όλοι μπορούν να κλαίνε, μικροί και μεγάλοι, φανερά ή κρυφά. Ακόμα και η φύση με τα πλάσματά της. Κι αν τα δάκρυα είναι η ανθρώπινη βροχή, τότε δεν μπορεί παρά να βγει το ουράνιο τόξο. Ποιος δε θέλει να παίξει μαζί του;



ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΑ
ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

ΤΟ ΥΛΙΚΟ ΣΧΕΔΙΑΣΕ Η ΛΙΝΑ ΜΟΥΣΙΩΝΗ, ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ.