

PROGRAM DE DEZVOLTARE PSIHOSOCIALĂ PENTRU VÂRSTA TIMPURIE



Program adaptat de **Liliana PAPINA**,
psiholog practicant, în cadrul proiectului:
„PRIN FOTBAL SĂ CREȘTEM SĂNĂTOȘI

Cuprins

Introducere	3
Copilaria – limea povestilor	4
Ariciul Cel Sfios	5
Oul roșu din cuiabar	7
O cămilă îngâmfată	9
Povestea unui strop de ploaie	11
Cui i-e frică de Bau-bau?	13
Clovnul cel trist	15
Povestea unui fluturaș	17
Prințul cel sfios	19
Se caută o greșeală	22
Mii de măzgălituri	25
Păpădia	27
Măgărușul Zuki	30
Cum a devenit cangurașul independent?	32
Într-o mică poieniță	34
Veverița-ștrengărița	36
O întâmplare în pădure	38
Povestea despre aricelul Victoraș	40
Micul ursuleț	42
Povestea lui raton	44
Rosia Alex	46
Povestea unei maimuțe neastamparete	48
Povestea despre doi frați și despre tăria de caracter	50
Tip și Top	53
Micul Motânaș	55
Fișa monitorizare	57

Introducere

O contribuție esențială în educația și dezvoltarea psiho-socială a copilului o are instituția de învățământ, în care demersul educațional este orientat spre formarea de competențe. Astfel, întreaga comunitate educațională este asemenea unui cor imens, în care fiecare îi revine un rol special și important. Procesul educațional poate oferi șanse egale fiecărui copil doar în cazul în care cadrul didactic, prin strategiile minuțios selectate, tinde spre o abordare individualizată, valorificând în acest sens orice resursă existentă la nivel de grupă/clasă, instituție, familie, comunitate. Totodată, o instituție prietenoasă copilului asigură un mediu educațional incluziv, care favorizează dezvoltarea echilibrată a copiilor, promovând respectul pentru diversitate și toleranță. Modalitatea de învățare/formare a abilităților copiilor bazate pe jocuri educative, povești/povestiri, activități psiho-sociale etc. vine să îndeplinească obiectivul major al grădiniței, care constă în dezvoltarea liberă, armonioasă a copilului și formarea personalității creative, aptă de a se adapta la condițiile în continuă schimbare ale vieții.

Astfel, poveștile au o importanță majoră în dezvoltarea și evoluția copiilor. Poveștile îmbogățesc viața afectivă a copilului, prin intermediul acestora copilul ajungând să trăiască alături de personaje, din punct de vedere afectiv, experiențele la care acestea sunt supuse și să învețe să își exprime propriile emoții în funcție de contextul și desfășurarea povestirii. Totodată, poveștile se traduc prin momente de liniște, relaxare, stabilitate, dar și prin ele se formează la copil diverse abilități: *de cunoaștere și comunicare; relaționare, imaginație și creativitate; încrederea în forțele proprii; exprimarea propriilor sentimente și emoții; îi ajută să-și depășească temerile și fricile; îi ajută să învețe diferențele dintre bine și rău; dar și sporesc performanțele școlare etc.* În copilărie se fixează principalele valori și modele de viață, iar copilul se identifică cu personajul care corespunde cu modelului educațional existent.

De aceea, crearea unui spațiu accesibil pentru fiecare copil în realizarea acestui obiectiv poate fi covorășul, ca un loc ideal pentru cele mai frumoase momente în care putem fi aproape de sufletul copilului, putem gândi mai profund, putem zâmbi și aprecia colegii și mediul care ne înconjoară.

Programul propus se desfășoară în baza unui număr de 24 de activități. Activitățile conțin elemente de dezvoltare psiho-socială prin intermediul povestioarelor propuse și activități sport. Componenta dezvoltare psiho-socială se va realiza pe parcursul a circa 15 minute și trebuie întrunite cumulativ următoarele condiții: grupul circa de 15 copii, un facilitator, spațiu adecvat petrecerii activității. Completarea Fișei de monitorizare a desfășurării activităților de către facilitator va permite evaluarea atingerii obiectivelor propuse, identificarea necesităților specifice grupului, dar și ale unor copii în parte, ajustarea activităților în dependență de necesități.

Tatiana Lungu, psiholog,
Centrul Republican de Asistență Psihopedagogică

Copilaria – lumea poveștilor

Poveștile sunt parte integrantă din universul copiilor și sunt necesare dezvoltării lor psihice. Nu mai trebuie demonstrat că ele sunt instrumente prețioase pentru achiziții la nivelul gestionării emoțiilor și a relațiilor sociale, precum și la nivelul pur recreativ.

Condițiile pentru desfășurarea optimă a programului sunt:

- grupul lucrează săptămînal, în aceeași zi la aceeași oră
- întîlnirea de lucru săptămînală a grupului durează 30 de minute, ce, va avea loc într-o sală cu lumină și aerisire directe
- are suficiente scaune, podeaua este o suprafață curată pe care participanții se pot așeza dacă este nevoie

Obiectivele programului : dezvoltarea competentelor psihosociale ale copilului.

Scopul: este de-al ajuta pe copil să depășească situațiile dificile cu care se confruntă la un moment dat...

Programul poate fi aplicat de catre psiholog, educator, profesor, cadru didactic.

COMPETENȚE PSIHOSOCIALE ȘI PEDAGOGICE ale moderatorului

- De a avea abilități de povestitor, de a fi comunicativ și stimulator, oferindu-le copiii feedback-uri constructive.
- De a menține o legătură afectivă cu copiii, impunând reguli și limite clare, pentru a li se permite să integreze norme sociale indispensabile vieții în grup.
- De a avea empatie și de a ști să recunoască, răspunzând tuturor nevoilor copiilor.

... sugestie pentru moderatorii grupului

Nu comentați de față cu copilul mesajul poveștii terapeutice, și nu-l comparați pe copil în mod direct cu eroul poveștii.



Ariciul cel Sfios

Destinația: Relații sociale, relații de grup, *acceptare necondiționată de sine*

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Mă recunoașteți imediat după acele mele pe care le car toată ziua în spinare. Țepii mă ajută să mă apăr de dușmani. Sunt și eu deci un arici, ca oricare altul. Atunci poate vă întrebați de ce toți cei ce ajung să mă cunoască îmi spun Ariciul Cel Sfios?

Asta pentru că mă fac ghemotoc la orice mișcare din jurul meu. Da, e adevărat... nu apuc, de cele mai multe ori, nici să salut.

Vă întrebați atunci, poate, câți prieteni am? Nu am avut nici măcar unul, deși îmi doream tare mult lucrul acesta. Cred că țepii sunt de vină... dacă e așa așa vrea să scap de ei ca să pot deveni bun prieten al celorlalte animale.

Așa ziceam până mai ieri când, preocupat să adun cât mai multe mere pădurețe pentru iarnă, nici nu am observat o mică veveriță stând lângă mine. Pentru că unul din mere s-a rostogolit la vale, a sărit imediat după el și mi l-a înapoiat. Credeți-mă, nici nu am știut ce trebuie să fac. Aveam nevoie de cuvinte magice. Să fie acestea chiar salutul, sau un simplu „Mulțumesc”? Dar nu îmi mai aduc aminte când le-am folosit ultima dată și, cum ce știu eu să fac cel mai bine e să mă fac ghemotoc, am făcut așa și de data asta. De acolo i-am spus încet un „mulțumesc”, dar probabil nu m-a auzit pentru că nu mi-a dat nici răspuns. După o vreme, când mi-am scos căpșorul, veverița era încă lângă mine așteptând parcă să îi mulțumesc așa cum se cuvine.

- Mă bucur mult să te cunosc!, mi-a spus veselă veverița.

Trebuie să recunosc că m-a surprins. Dar, fără să-mi mai ascund căpșorul, am răspuns imediat:

- Mă bucur și eu că te văd! Și i-am zâmbit la rându-mi binevoitor.

Nu-i așa că era șansa mea să îmi fac un prieten? Și tocmai când era să reușesc, de undeva de la rădăcina mărului pădureț, se auzeau foșnete și suspine. Nici nu știți ce tare îmi bătea inima, iar prima mea reacție era să mă fac ghem din nou. „O să îi dovedesc veveriței că sunt un prieten adevărat” mi-am spus, și am prins-o de mână ca să o îmbărbătez.

- Off! Striga un iepuraș plâpând în timp ce își scotea capul de printre frunze.

- Ești în siguranță! Nimeni nu te mai urmărește. Am văzut de ceva vreme câinii

vânătorului alergând spre vale. Dacă pe tine te urmăreau, cred că deja ți-au pierdut urma, i-am spus iepurașului.

- Sunt IepurașulPicioareLungi, s-a prezentat el.

- Iar eu sunt AriciulCelSfios, am adăugat.

- Mai degrabă ești un arici prietenos, a continuat veverița. După cum vă și dați seama, mi-am făcut nu numai un prieten în acea zi, ci chiar doi. Eram tare bucuros. Nu erau țepii de vină, așa cum am crezut... Ei mă ajutau în continuare să mă apăr de dușmani, dar nu m-au împiedicat să îmi fac prieteni de nădejde. Vă dați seama că viața mea s-a schimbat mult, iar azi am o mulțime de prieteni.

- Acum că știi că sunt AriciulCelPrietenos, nu ai vrea și tu să devii prietenul meu?

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Care este personajul principal din poveste?
- Cum de a primit numele „AriciulCelSfios”?
- Era el oare mulțumit cu ce are (cu țepii lui)? De ce?
- Când a reușit ariciul să își facă prieteni?
- Ție când ți-a fost cel mai ușor să îți faci prieteni? Dar cel mai dificil?

Identificarea soluțiilor

- Cum a reușit să devină dintr-un arici sfios un arici prietenos?
- Tu ce știi despre „cuvintele magice”? În ce situații poți spune „Mulțumesc” sau „Bună-ziuă”?
- Când încerci să intri în discuție cu alt copil, ce spui și ce faci? Dar când trebuie să ceri ajutorul unui adult în diferite probleme?

Identificarea obstacolelor

- Pe tine cine sau ce te împiedică să îți faci mai mulți prieteni?
- Crezi că poți deveni prieten cu oricine? De ce?
- Ce faci dacă cei pe care i-ai considerat prieteni te-au dezamăgit?

Evaluare

- Când poți spune despre cineva că este sfios?
- Ce ai putea face pentru ca un copil timid să fie prieten cu tine?





Oul roșu din cuibar

Destinația: Relații sociale, relații de grup, acceptare necondiționată de sine;

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

„- Locul tău nu e aici cu noi!” au strigat cât le ținea gura ouăle albe dintr-un cuibar înspre un ou neobișnuit prin culoare.

„Precum știți, orice ou are coaja foarte apropiată de culoarea alb, iar oul ăsta roșu sigur nu este de-al nostru! De altfel, se număra și el printre cele 10 ouă pe care o bună gospodină le-a așezat cu mare grijă laolaltă. Unde le-a pus? Păi în cuibarul construit de singura găinușă cu pene gri din curte, care era pregătită să devină mamă.

Dar cum o fi ajuns și oul acesta cu noi chiar nu știu. Pur și simplu ne-am trezit cu el la noi în cuibar.

- Poate din astfel de ouă ies puișorii moțați, au zis într-un glas vreo două ouă din cuibar, iar restul au izbucnit într-un râs batjocoritor.

- Poate o fi un ou al unui cuc, a zis altcineva din cuibar. Doar se știe că această pasăre își lasă oul în cuibul altora.

Oul nostru buclucașera mut, sau cel puțin așa părea, din moment ce nu a scos niciun cuvânt. Eram totuși hotărâtă să aflu mai multe despre el. Din moment ce au început să şușotească și să râdă în timp ce se uitau cu coada ochiului înspre el, niciun alt ou din cuibar nu s-a gândit să-l întrebe direct cum a ajuns acolo.

Ce l-am întrebat prima dată sau care a fost ordinea întrebărilor, chiar nu îmi mai amintesc. Știu însă că mi-a spus că a fost pus de un iepuraș în cuibarul nostru, dar nu va rămâne mult aici. “De un iepuraș?”, mă gândeam în sinea mea; asta nu poate fi adevărat...

- Asta pentru că până în zori iepurașul mă va așeza sub perna Oanei, fetița cu-minte a gospodinei, a continuat oul cel roșu.

Mi-am amintit imediat: e vorba de un obicei.

- Sosesc Sfintele Paști!, am exclamat către celelalte ouă din cuibar. Faptul că la coajă e de altă culoare, nu însemna că nu e de al nostru, rostul lui e însă altul...

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Care sunt personajele din poveste?
- Cum a ajuns oul roșu în cuibar?
- Ce au gândit ouăle albe despre el?
- Cum credeți că s-a simțit oul roșu când ceilalți vorbeau răutăcios despre el?
- Dacă ai vorbit vreodată răutăcios despre cineva, când ai făcut-o?
- Au fost situații în care tu te-ai simțit altfel decât ceilalți? Descrie o astfel de situație.

Identificarea soluțiilor

- Când au știut toate ouăle albe cine este oul roșu?
- Tu ce ai fi făcut dacă ai fi fost din rândul ouălor albe? Dar dacă ai fi fost oul roșu?
- Care crezi că a fost dialogul dintre oul roșu și singurul ou alb care a vrut cu adevărat să îl cunoască?

Identificarea obstacolelor

- Cum ar trebui să te porți când un alt copil vorbește lucruri neadevărate despre tine?
- Ce faci dacă în timpul unui joc la care participi și tu cu mai mulți copii, la un moment dat aceștia nu mai vor să se joace cu tine?
- Ce poți face când mai mulți copii râd de un prieten de al tău?

Evaluare

- Tu ce ai face dacă la tine în clasă ar veni un coleg nou?
- Tu ce faci când un copil pe care încă nu îl cunoști vrea să se joace cu tine?



O cămilă îngâmfată

Destinația: Relații sociale, relații de grup, coeziunea grupului, trăsături de caracter: egoismul, aroganța

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog



În mijlocul deșertului Gobi trăia în sălbăticie un grup de patru cămile cu o cocoasă, numite dromaderi. Acestea trăiau împreună în pace și armonie de mulți ani.

Într-o toamnă, una din cămile s-a împrietenit cu o alta dintr-un alt grup de cămile cu două cocoase și în scurt timp aceasta s-a alăturat cămилелor cu o cocoasă. Noua venită a fost primită cu căldură și cu dragă inimă de către celelalte. Dar oricine putea observa că noua venită umbla agale, cu fruntea sus și nu prea era ușor de abordat.

Odată, după o drumeție de câteva ore prin deșertul întins, cămilele au găsit în sfârșit o oază unde au și poposit. Ca de obicei, grupul s-a apropiat de sursa de apă, făcând un cerc în jurul acesteia cu intenția de a sorbi fiecare apă după bunul plac. Cămila cu două cocoase a început să rădă batjocoritor:

- Vă lipsesc bunele maniere dragelor! Ar fi trebuit să știți că din apă se bea pe rând, și pentru că eu sunt nouă în grupul vostru, se cuvine să primesc din partea voastră tot respectul. Așa că voi bea prima, iar ce va rămâne va bea fiecare pe rând!

Auzind acestea, cămilele s-au dat trei pași înapoi și i-au dat prioritate noii venite. După ce aceasta a băut apa și și-a spălat corpul, a făcut loc și pentru celelalte. Însotite, n-au mai ținut cont de „manierele” cămилei cu două cocoase, așa că s-au adunat toate în jurul apei de și-au potolit setea.

- Se vede că nu sunteți în rând cu lumea, dragelor! Nu degeaba aveți numai o cocoasă. Măcar dacă ați încerca să învățați de la mine cum trebuie să vă purtați. Până acum nici nu mi-am dat seama de ce eu trebuie să port două cocoase și alții numai una. Iar dacă așa stau lucrurile, tare mă bucur că am crescut între cămilele cu principii!

Auzindu-o ce cuvinte alese folosește, cămilele cu o cocoasă s-au hotărât ca din acea zi să intre și ele în rândul cămилелor cu principii și să facă întocmai ce făcea cămila cu două

cocoașe. Le puteai vedea cum umblă toate agale prin deșert și cu fruntea sus.

Înspre seară, în timp ce încă mai înaintau să-și găsească un loc bun pentru dormit, un țânțar ostenit și el de atâta zbor s-a așezat pe cămila cu două cocoașe.

- Ia pleacă de aici țânțărel pricăjit! Nu am de gând să îți fac niciun serviciu gratuit!

Țânțarul, speriat, și-a luat zborul fără prea multă gâlceavă. Nu au mai mers mult și s-au așezat pe nisipul întins să doarmă. Aici cămila cu două cocoașe a și început cu sfaturi prețioase pentru celelalte:

- Nu se mai poartă în ziua de azi să ajuți pe fiecare. Cum ajungeam înainte să se lase întunericul la cel mai bun loc pentru dormit cu ditamai țânțarul în spinare?

Cămilele au rămas de-a dreptul năucite, în grupul lor nimeni nu a gândit vreodată așa, dar dacă asta înseamnă să fii o cămilă cu principii nu aveau de gând să se schimbe prea mult. Doar că una din cămile, nemaisuportând atâta aroganță s-a ridicat zicând:

- Ce-i drept, e important să știi bunele maniere, dar nu mi-a fost niciodată greu să ajut pe cineva, în caz de nevoie. Dacă crezi că mi-a fost greu să car pe cocoașă un țânțar te înșeli amarnic. Nu puteam să întorc spatele cuiva care avea nevoie de ajutor. Așa că I-am adus cu cea mai mare plăcere, și fără să rămân în urmă! Iar dacă a face un lucru bun e prea dificil pentru o cămilă cu principii, atunci noi nu vom fi ca ele!

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Despre cine este vorba în povestea noastră?
- Ce le deosebea pe cele două cămile?
- Cum se comporta cămila cu două cocoașe, față de noile ei prietene?
- Ce poți să spui despre tine și colegii tăi de clasă? Dar despre tine și prietenii tăi?

Identificarea soluțiilor

- Cum crezi că a reacționat cămila cu două cocoașe, în momentul în care prietenele nu mai erau de acord cu ea?
- La ce crezi că s-a gândit în acel moment?
- Tu ce ar trebui să schimbi în comportamentul tău, pentru a fi prieten/ă cu colegii de clasă?
- Cine te-ar putea ajuta să-ți îndeplinești această dorință? Identificarea obstacolelor
Ce ai face dacă:
 - colegii tăi nu ar răspunde prietenos, imediat după ce tu ți-ai schimbat comportamentul?
 - nu ar crede că tu te-ai schimbat?
 - ar începe să se comporte ca și tine (înainte de a-ți schimba comportamentul)?

Evaluare

- Cum crezi că vor reacționa colegii tăi, când vor vedea că într-adevăr ți-ai schimbat comportamentul?
- Cum crezi că te vei simți după ce îți vei schimba comportamentul?

Povestea unui strop de ploaieț

Destintia: Relații sociale, relații cu persoanele cu dizabilități, acceptare de sine

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog



A fost o vreme când toți eram unul și același... nor. Nu m-aș fi gândit niciodată că la un moment dat o

să ne desprindem și o să ne despărțim. Nu eram pregătit pentru așa ceva pentru că totul s-a întâmplat atât de repede... Dar hai mai bine să vă povestesc pe îndelete totul.

Sus, în norul nostru, că așa ne plăcea să îi spunem, era grozav de bine! Și zic asta cu atât mai mult cu cât acolo toți eram la fel. Împreună formam un nor alb, pufos și moale. Eram în continuă mișcare și era așa plăcut să te lași mânat de curenții de aer. S-a întâmplat însă ca într-o zi să ni se alătore un alt nor care nu era deloc prietenos, iar în spatele nostru goneau și alții. Nu știam ce urma să se întâmple și fără să îndrăznesc să întreb pe cineva ceva, am auzit în urma noastră zgomote asurzitoare. Erau de fapt tunetele.

- Norii din urmă ne vor ajunge! striga cineva speriat din norul nostru. Ne vom transforma în stropi de ploaie, vom ajunge pe pământ și cine știe ce se va întâmpla cu noi!

Și așa s-a și întâmplat, norul nostru atât de alb, s-a transformat, împreună cu alți nori, în unul negru, iar noi, stropii de ploaie, ne-am desprins unul câte unul.

- Până aici ne-a fost! Cu bine prieteni dragi! se auzeau peste tot glasuri. Poate o să ne revedem pe pământ! și îi vedeam cum coboară cu repeziciune. Numai eu dintre toți rămâneam în urmă, mă împiedicam, mă rostogoleam, mă ridicam din nou, iar zborul meu pe pământ era mult îngreunat...Dar oare de ce? M-am uitat cu atenție la cei din jurul meu. Erau stropi mari și grei, numai eu eram mai mititel. Să fie din cauza asta?

Ceilalți au început să strige batjocoritor în urma mea:

- Hei, ciudatule, tu de unde vii? Îi vedeam cum șușoteau și zâmbeau, uitându-se la mine. Am înțeles imediat că sunt mai altfel decât ceilalți. Dar cu ce sunt eu de vină? Chiar așa, de ce trebuie să îndur toate astea? M-aș fi ascuns să nu mă vadă nimeni, dar unde aș fi putut face una ca asta? Între toți ceilalți nu era nimeni lângă mine ca să mă înțeleagă și mă simțeam atât de singur și trist. Cine m-ar putea înțelege?

Drumul până la pământ mi s-a părut o veșnicie și cu cât coboram mai mult, cu atât tremuram mai mult. Nu mi-a spus nimeni ce o să se întâmple cu mine aici și eram deja atât de aproape de pământ. Vedeam stropi care se rostogoleau pe acoperișurile caselor, alții printre ramurile copacilor. Eu unde o să cad? Uitându-mă în jur, am văzut o viorea care îmi făcea semne să ajung primul la ea. Dintre toți tocmai eu? Nu mi-a fost ușor să ajung la ea printre ceilalți stropi, dar am reușit.

- Îți mulțumesc! Te așteptam demult, mi-a spus viorea. Am nevoie de stropi să cresc, a continuat ea.

- A fost atât de plăcut să aud una ca asta! Nu cred să mă fi simțit vreodată mai bine.

În jurul meu cădeau sute de stropi așa încât împreună, lângă viorea, am format o mică baltă de apă. Fiecare strop care cădea începea să povestească despre drumul lui până la pământ. Le-am spus și eu povestea mea și au ascultat-o cu multă răbdare. Și uite așa mi-am făcut o mulțime de prieteni printre ceilalți stropi. Iar împreună o să facem ca viorea să fie cea mai frumoasă floare de pe pământ.

Acum că ai aflat totul, sunt curios însă să știi: "Care este povestea ta?"

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Care sunt personajele din poveste?
- Cum și-a dat seama stropul de ploaie că el este diferit de ceilalți?
- Au fost situații în care tu te-ai simțit altfel decât ceilalți? Descrie o astfel de situație.

Identificarea soluțiilor

- Ce a făcut stropul de ploaie în drumul său până la pământ?
- Tu ce ai fi făcut în locul lui?
- Dacă ai putea schimba ceva în poveste, ce ai schimba?
- Dacă ai fi fost un strop de ploaie, alături de cel din poveste, ce i-ai fi spus?

Identificarea obstacolelor

- Ce a simțit stropul nostru de ploaie atunci când ceilalți vorbeau răutăcios despre el?
- Ce faci când ceilalți vorbesc în șoaptă despre tine?
- Cum ai vrea să fii tu?
- Cum ar trebui să se comporte ceilalți cu tine?

Evaluare

- La ce te ajută să știi că fiecare din noi avem calități și defecte?
- De ce crezi că fiecare din noi este unic?

Cui i-e frică de Bau-bau?

Destinatia: Dezvoltarea emoțională, tulburare de anxietate generalizată -teama de necunoscut, abilități sociale, relații în cadrul familiei

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog



Mergând prin ploaie, pe ulițele întortocheate ale orașului, un trecător cu o mantie lungă și întunecată s-a aplecat, auzind scâncetul meu de bebeluș ascuns într-o cutie de carton care mă apăra de frigul și ploaia de afară.

- Cine te-a lăsat aici copile? m-a întrebat trecătorul și făcându-i-se milă de o așa mică făptură, m-a luat în brațe, ducându-mă în coliba lui de la marginea orașului. "Trăiesc și eu din mila altora, muncind pe ici, pe colo pe la alți oameni, știu ce înseamnă suferința, așa că nu te voi lăsa singur, micuțule!" îmi spunea trecătorul. Iar eu, în semn că i-am înțeles bunăvoința, am scos un surâs scurt. Apoi trecătorul a continuat: "Nu am multe să îți ofer, dar voi împărți absolut totul cu tine, orice s-ar întâmpla".

Peste zi, rămâneam singur, deoarece tatăl meu adoptiv mergea să lucreze. La apusul soarelui își primea răsplata din care îmi cumpăra laptele trebuincios pentru a crește mare. Iată că, într-o seară, am rostit și primul meu cuvânt: "Bau". Tatăl meu adoptiv aștepta de ceva timp să încep să vorbesc, pentru că nu aveam încă un nume, iar el nu găsisese unul potrivit pentru mine. În plus se gândea că îmi voi alege singur numele care îmi place.

- "Bau" nu e un nume de băiat, nu știu pe nimeni care să poarte acest nume, mi-a spus tatăl adoptiv. Voi aștepta până vei rosti și alte cuvinte.

Atunci am făcut ochii mari, zicând: „Bau-bau!”. Și așa mi-a și rămas numele.

Ca să mă ferească de toate pericolele și greutatea din lume, tatăl meu adoptiv nu m-a lăsat multă vreme să mă joc cu copiii de afară. De la geam, le priveam cu coada ochiului jocurile gălăgioase și, Doamne, cât aș fi vrut să fiu și eu părtaș la jocurile lor! Dar tatăl meu îmi repeta în fiecare zi că nu e posibil, spunându-mi ba că nu am

hăinuțe potrivite, ba că sunt prea mic și subțirel și nu o să mă pot apăra singur, ba că plouă, ba că-i prea cald..., iar mie îmi era greu să ies din vorba lui.

Aveam 5 ani împliniți, când, într-o zi, am găsit într- un cufar mantia lui lungă și întunecoasă. M-am hotărât să o îmbrac și să ies să-i cunosc pe copiii de afară, să-mi fac prieteni și să scap de singurătate. Mă apropiam greoi de grupul de copii care se jucau cu mingea. Așteptam cu sufletul la gură să mă prezint, pentru că, deși eu știam câteva lucruri despre fiecare, ei nu știau nimic despre mine. Trebuia să fiu atent să nu cad din cauza mantiei care ajungea până la pământ. La un moment dat mi-am dat seama că nu le mai aud glasurile, așa că m-am oprit, mi-am ridicat privirea din pământ și, spre surprinderea mea, nu am mai văzut pe ni- Unde ați plecat cu toții? am început să strig cu putere. Dar nimic... copiii erau ca intrați în pământ.

- Sunt Bau-bau, veniți înapoi! Dar, spre deznădejdea mea, am văzut cum, ieșind din ascunzișuri, copiii au zbughit-o pe deal în jos. Era clar: fugeau de mine. În plus, strigau ca din gură de șarpe: „Fugiți! Vine Bau-bau!”

Am izbucnit în hohote de plâns. Îmi revenea mereu și mereu în minte „De ce au fugit? Nici măcar nu mă cunosc!”. Mânele lungi ale pelerinei mă împiedicau să îmi duc la ochi mâinile să îmi șterg lacrimile. Mi-am dat jos mantia, m-am ghemuit și mi-am continuat plânsul. M-am oprit când am simțit o mână pe umărul meu și o voce îmi spunea: „Mă bucur să te cunosc, Bau-bau. Eu sunt Victor”.

Cu Victor m-am împrietenit imediat. Ce prieten minunat! Dar ceilalți copii vor și vreodată cine sunt eu?

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Despre cine este vorba în povestea noastră?
- Cine era Bau-bau?
- De ce au fugit copiii de Bau-bau?
- Ție îți este frică de Bau-bau?

Identificarea soluțiilor

- L-a cunoscut cineva pe băiețelul numit Bau-bau?
- Tu ce ai fi făcut în locul copiilor care au fugit când I-au văzut pe Bau-bau că vine înspre ei?
- Ce a făcut Victor ca să-l cunoască pe Bau-bau?
- Tu ce ai putea să faci să nu îți mai fie frică de ceva necunoscut?

Identificarea obstacolelor

- Ce ai face dacă:
 - cineva te-ar amenința că vine Bau-bau?
 - ceilalți copii îți vor spune că le este frică de Bau- bau?

Evaluare

- Ce vei mai putea face să nu îți fie frică de orice amenințare?

Clovnul cel trist

Destinația: Dezvoltarea identității: acceptare necondiționată de sine, exprimarea adecvată a emoțiilor, adaptarea adecvată la situații de viață

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Voi ați auzit vreodată de clovnul cel trist? Probabil nu, și asta pentru că nimeni n-a știut niciodată că, glumețul, năzdrăvanul clovn de la circ era cel mai trist om din lume. Și asta nu pentru că, Doamne ferește, toată tristețea pământului ar fi încăput pe mâinile sale. Și totuși! El, Marele Clovn, era cel mai trist om de pe pământ! El, care în fiecare seară la circ făcea pe toată lumea să râdă? Cânta, dansa, făcea jonglerii, tumbe și acrobații pline de haz, scotea din joben flori, iepurași sau baloane! Spunea tuturor câte o vorbă bună, o glumă sau o povestioară nostimă. Copiii din oraș veneau în fiecare seară să îl vadă. Îi iubeau nespun și îl copleșeau cu aplauze! Nu, eu chiar nu mi-am dat seama că era trist.

Și toate astea, până într-o zi ploioasă când, privind pe fereastră la trecătorii grăbiți, am văzut un bătrânel cam gârbovit, ud până la piele, ce mergea fără să se grăbească prin ploaia rece. Cu greu l-am recunoscut atunci pe glumețul, năzdrăvanul clovn de la circ! S-a uitat o clipă în sus, către fereastra mea și am văzut cum pe obrajii lui picăturile de ploaie se împleteau cu stropi de lacrimi! Am înțeles atunci, într-o clipă, tristețea lui. Era singur! Când toate luminile circului se stingeau, când toate ecurile râsetelor copiilor erau doar o amintire, el rămânea singur și fără emoții. Își petrecuse întreaga viață în arena circului, făcându-i pe alții să râdă. Nici dacă a fost bolnav nu i s-a îngăduit să lipsească. Iluzionistul îl lua mereu în răs. Tigrii și animalele circului îi provocau spaimă. O dată era să-muște unul. Nu avea nici familie. În ultima vreme, de când îmbătrânise, nici scamatoriile nu-i mai ieșeau atât de bine. Directorul circului l-a certat și era cu ochii pe el acum. Prin câte trecuse! Dar el, fiind clovnul cel glumeț și năzdrăvan, nu avea voie să lase să se vadă nimic din durerile sau bucuriile sale. Purta mereu masca celui vesel, pus pe glume. Poate îi era frică, poate era fericit, poate era furios, poate rușinat! Nici măcar surprins nu avea voie să se arate!

Și de aceea era clovnul cel mai trist de pe pământ! Obosise să poarte mereu aceeași mască. Nici nu mai știa ce e în sufletul lui! Și câte emoții sunt pe lume!?

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Cine era bătrânul cel gârbovit care mergea prin ploaie?
- De ce lăcrima el?
- Cum putem ști cu adevărat ce simte un clown de la circ?
- Ce emoții a ascuns clownul din poveste?
- Au fost situații în care și tu ai ținut pentru tine ceea ce simți cu adevărat? Povestește despre asta.

Identificarea soluțiilor

- Cine a aflat despre ceea ce simte cu adevărat clownul?
- Când și-a dat seama povestitorul despre emoțiile clownului?
- Tu cum arăți celorlalți ceea ce simți? Povestește când ai fost cel mai bucuros, cel mai trist, furios sau mirat.

Identificarea obstacolelor

- Care a fost motivul pentru care clownul nu putea să arate exact ceea ce simte?
- Tu ai trecut prin situații asemănătoare? Când?
- Pe tine ce te-a împiedicat să arăți exact ceea ce simți?
- Ce faci dacă te găsești într-un grup de copii care sunt veseli, dar tu nu ești de fapt foarte bine dispus?

Evaluare

- Cum vă dați seama de emoțiile unor simpli trecători?
- Cum crezi că se simt cei din jur (părinții) când află de la tine exact ceea ce simți în diferite situații?
- Cât de important este pentru tine să arăți exact ceea ce simți?
- Ce efect plăcut ai obținut atunci când ai arătat celorlalți ceea ce simți?
- În ce situații e mai bine să nu arătăm ceea ce simțim?





Povestea unui fluturaș

Destinația: Dezvoltarea identității, acceptare de sine necondiționată, relații de grup

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

S-a trezit într-o dimineață de primăvară tare schimbat. Parcă mai ieri se târa printr-un frunze, azi avea aripi. Aripi adevărate cu care să poată zbura. Omida cea urâtă se transformase în fluture, în sfârșit!

Primul lucru pe care l-a făcut? Și-a încercat aripioarele. Întâi o fâlfăire, apoi încă una. Ce simplu era! Putea acum să privească de sus iarba verde și florile multicolore. Ce frumos era! Și alți fluturași își începuseră deja colinda. În lumina suavă a dimineții vedea cum grădina se trezește încet la viață. Verdele ierbii devenea din ce în ce mai sclipitor, iar roua scânteia încă pe flori în mii de culori. Întreaga natură se umplea de culoare. Eii! Nici nu se gândise până atunci. Oare el ce culoare avea? Văzuse mulți fluturi până atunci și tare le-a mai admirat aripioarele roșii sau galbene, împetrișate sau dungate! Se privi atent. Oooo, nu! Era doar alb. Dintre atâtea culori minunate care sunt pe lume, el era alb. Cum s-a putut întâmpla așa ceva? Cine oare a fost atât de egoist încât să nu îl înfrumusețeze și pe el măcar cu o pată mică de culoare!

Dintr-o dată, ziua nu i se mai păru atât de veselă. Nici să zboare nu mai avea chef. Își strânse aripile și se apropiu de pământ. ”Bună dimineața, fluturaș alb!” auzi un glas deasupra lui. Privi mirat către cer. O porumbiță mică albă îi făcu un semn cu capul și zbură mai departe. „Da! Și eu doream să te salut! Te invit să te odihnești printre petalele mele!” îi spuse o margareta. „Po-po-poțim? Cu mine vorbești?” a îngăimat el speriat. Parcă nu îi venea să creadă. Dintre atâția fluturi frumoși colorați, l-au salutat pe el? Chiar pe el.

Abia atunci a înțeles. Era și el frumos în felul lui. Și el sclipea sub razele călduțe ale soarelui de primăvară, la fel ca toți ceilalți. Era și va rămâne cu bucurie un fluturaș alb într-o grădină colorată.

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- În ce s-a transformat omida într-o dimineață de primăvară?
- Cum s-a simțit fluturașul în primele momente de viață?
- Ce l-a făcut pe fluturaș să se întristeze?
- Tu ai trecut printr-o situație asemănătoare cu a fluturașului? Povestește despre asta.

Identificarea soluțiilor

- Era el singura ființă albă din natura colorată? Atunci trăirile lui negative erau justificate?
- Ce a înțeles fluturașul din această întâmplare?
- Ce lucruri bune poți să spui despre tine?

Identificarea obstacolelor

- Există lucruri la tine care nu te mulțumesc și pe care nu le poți schimba? Care ar fi acelea?
- Cum reușești să treci peste aceste aspecte?

Evaluare

- La ce te ajută pe tine să îți cunoști propriile puncte tari/ slabe?
- Cum te simți când ești într-un grup de copii care au aceleași calități ca tine?
- Cum te simți când ești într-un grup în care tu ești mai diferit?
- Ce simți când urmează să intri într-un grup nou?



Prințul cel sfios

Destinația: Dezvoltarea identității, acceptarea necondiționată de sine, stima de sine scăzută, suferința din cauza unei boli

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Demult, într-o țară îndepărtată, trăiau într-un palat un rege cu regina lui și un prințisor. De fiecare dată, de ziua prințului, regele și regina dădeau o petrecere mare la care erau invitați cei mai de seamă oameni. La curtea regelui se adunau împărați și împărătese, regi și regine care ofereau micului prinț, Armin, că așa îi era numele, daruri care mai de care mai alese și mai prețioase. Nimic din toate acestea nu-l făceau fericit pe prinț. După ce îi întâmpina pe toți, politicos, că așa-i șade bine unui prinț, se retrăgea în odaia lui și nu mai ieșea până ce toți invitații plecau. Regele și regina sufereau pentru fiul lor care era tot mai retras, izolat și mereu nefericit. Au angajat cei mai buni profesori care să se ocupe de educația lui, iar prințul îi uimea de cât de repede putea să priceapă lucrurile și cât de ușor îi era să învețe lucruri noi. Știa mai multe limbi străine și se dovedea un adevărat gentleman chiar când era vorba de slujitori.

În acest an, la petrecere, regele și regina au invitat, alături de regi și regine, împărați și împărătese și pe copiii acestora. Astfel, la curtea regelui au sosit de două ori mai mulți invitați, între care și prințșorii și prințese. Ca de obicei, Armin i-a întâmpinat politicos și a făcut cunoștință cu toți, dar atunci când nu l-a observat nimeni, s-a retras în odaia lui. Mama regină a știut imediat unde poate fi găsit micul prinț.

- Aș face orice numai să rămâi împreună cu noi la petrecere. Cere-mi orice și voi face tot ce îmi stă în puteri să îți îndeplinesc dorința, i-a spus mama regină de îndată ce a ajuns la ușa prințului.

- Îmi pare nespus de rău că te îngrijorezi pentru mine, mamă, dar cum aș putea să rămân cu acei invitați? Cum ar trebui să mă comport cu ei? Ce aș putea să le spun? Eu nu sunt bun la nimic...

- Dar dacă le-aș cere să se deghizeze cu toții? Ai putea să cobori și tu deghizat.

- Mă voi gândi la asta, mamă, dar nu promit că voi și cobori!

Nu a trecut nicio jumătate de oră și toți invitații purtau măști care mai de care mai interesante ce le acopereau ochii sau chiar întreaga față, astfel încât cu greu puteau fi

recunoscuți. Un invitat îmbrăcat în straie de băiat, strecurat printre ei, plâpând și mai distant îi studia pe regi și urmărea jocurile copiilor.

Afară, între prinți, s-a pornit un concurs de spadă. Doi prințișori își încercau talentul și unul, mai neîndemânic, a rămas fără spadă, fiindu-i aruncată cât colo și pierzând astfel lupta. Spada învinsului a ajuns lângă un mascat care, parcă simțind ce urma să se întâmple, a încercat să se îndepărteze. Lumea striga „La luptă! La luptă!”, și pentru că nu voia să fie laș, mascatul a luat spada și și-a demonstrat îndemânarea. L-a învins, ce-i drept cu dificultate, pe adversar, „dar până la urmă nu a fost mare lucru”, își zicea în sinea lui în timp ce lumea îl aplauda.

Înspre seară, s-au așezat cu toții la masa plină de bucate, iar o mică prințesă, care l-a recunoscut pe curajosul de la spadă, i-a întins porția ei de prăjitură. Mascatul a refuzat-o politicos, spunându-i că nu are voie să mănânce dulciuri.

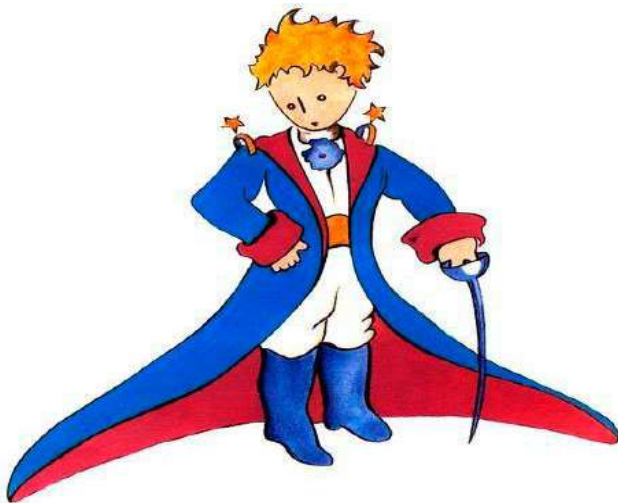
Fetița, neînțelegând lucrul acesta, își căuta părinții și striga în gura mare:

- Cum se poate ca un copil să nu poată mânca dulciuri?

Slujitorii, care se ocupau de servitul mesei, la fel și regele și regina au înțeles imediat despre ce este vorba. Au luat câte un pahar de șampanie, au mers la mascat și au ciocnit cu acesta, spre mirarea tuturor.

- E un copil ca oricare altul, chiar dacă nu are voie să mănânce orice și oricât. Este la fel de talentat și priceput ca toți ceilalți copii, și sperăm ca el să fi învățat azi lucrul acesta. Noi îi urăm „La mulți și fericiți ani!” a exclamat regele.

Nu mai era neapărat nevoie ca prințul să-și mai scoată masca. Era deja recunoscut de toți ca prințul Armin, iar petrecerea a continuat până la miezul nopții.



ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Despre cine este vorba în povestea noastră?
- Ce îl deosebea pe prințul Armin de ceilalți copii?
- Care crezi că a fost motivul pentru care Armin nu a vrut să petreacă împreună cu musafirii de ziua lui?
- Tu cum te-ai simți dacă ai fi în locul lui Armin și nu ai putea să mănânci dulciuri?

Identificarea soluțiilor

- A participat prințul Armin la petrecere?
- Ce l-a determinat să participe la petrecere?
- De ce crezi că masca l-a ajutat pe Armin să-și arate calitățile (îndemânarea în concursul de spadă)?
- Tu ce calități consideri că ai și colegii tăi nu le cunosc încă?
- Cum crezi că poți să le arăți celorlalți că tu ești la fel ca ei, chiar dacă trebuie să respecti anumite reguli în alimentație/program etc.?

Identificarea obstacolelor

- Ce ai face în cazul în care:
 - unii dintre colegi te-ar considera ca fiind mai special?
 - unii colegi ar refuza să se joace cu tine?
 - doar un coleg sau doi te-ar înțelege?

Evaluare

- Ce a făcut Armin în finalul povești?
- Cum crezi că te vei simți când le vei demonstra colegilor tăi că ești la fel ca ei?

Se caută o greșeală

Destinația: Dezvoltarea identității, acceptare necondiționată de sine, diferența între asumții și realitate

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Se caută o greșeală? Păi, să n-o mai căutați! Este aici cu mine. Ba aş putea chiar să spun că „Greșeală” e numele meu. Și asta pentru că am greșit foarte tare... Vreți să vă povestesc? Păi... să încep cu începutul.

Am deschis și eu ochii într-o dimineață de primăvară, printre fire subțiri de iarbă alături de alte surioare ale mele. Erau mămăruțe roșii cu buline negre ca mine, dar asemănarea dintre noi se oprește aici. În vreme ce ele se bucurau de căldura soarelui și se înzdrăveneau în primele ore de viață, eu doream deja să explorez lumea în care mă născusem. Și ce dacă eram atât de mică, iar grădina așa de mare? Așa se face că, fără a ține seama de sfatul unui cărăbuș bătrân, am început colinda. Și trebuie să vă spun că tare mândră eram de mine. Chiar dacă încă nu învățasem bine să-mi folosesc piciorușele subțiri ca acele, cu pași înceți și tremurători am traversat un strat de lalele și altul de trandafiri în căutarea aventurii.

Poate vă întrebați unde e greșeala? Păi, după o vreme m-am plictisit să văd doar fire de iarbă și tulpinițe de flori și m- am încumetat să urc pe o narcisă. Voiam să-i simt parfumul mai de aproape, că tare bine mirosea. Zis și făcut! Din frunză în frunză, iacătă-mă și pe mine în vârful florii, ce-i drept cam obosită după un așa urcuș. Dar credeți că m-am putut bucura? Ei bine, nu! O rândunică ce tocmai zbura pe deasupra grădinii m-a văzut și s-a gândit că tare gustoasă aş fi. S-a repezit drept spre mine cu ciocul să mă înghită. Degeaba am încercat să alerg să mă ascund în spatele unei frunzulițe! Cu siguranță azi nu mai avea cine să vă povestească această întâmplare, dacă o pală de vânt nu m-ar fi luat pe sus, scăpându-mă de rândunica flămândă.

- Mulțumesc că m-ai salvat, vântule! i-am zis eu încă speriată de teribila primejdie prin care trecusem.

- Cu plăcere, micuțo, dar mă întreb de ce nu ai zburat chiar tu, să te ferești din calea rândunicii? mi-a șoptit vântul la ureche, după care a suflat mai departe.

Cuvintele vântului m-au mirat peste măsură. Nici nu știam că o mămăruță poate zbura. Am deschis aripioarele și, cu puțină străduință, după câtăva vreme am învățat

să zbor. Bineînțeles că mi-am dat seama și de greșeala ce o făcusem. Din dorința mea de a urca în vârful florii fără a fi îndeajuns de pregătită, mi-am pus viața în pericol.

- Dar n-o să se mai întâmple! mi-am zis. Acum știi să zbor!

După o vreme, mai zburând, mai sărind de ici colo, mai plimbându-mă, explorasem toată grădina și mă odihneam liniștită la soare. Era tare plăcut și eu eram din nou încrezătoare în puterile mele! În timp ce razele călduțe îmi mângâiau aripioarele, iată că un alt gând îmi trece prin minte:

- Ce-ar fi să zbor până la soare? Aș putea împrumuta de la el puțină căldură și aș împărți-o cu drag tuturor!

Și, fără să mai stau o clipă, mi-am deschis aripile și am pornit-o voinicește în sus. M-am odihnit o clipă pe un trandafir și... mai departe! Am mai găsit apoi un copăcel unde mi-am tras sufletul și... mai departe! Însă, pe măsură ce mă apropiam de soare, acesta se îndepărta din ce în ce mai mult de mine. Și asta n-ar fi fost nimic încă, dacă micul meu trupușor nu ar fi dat semne de oboseală. Abia mai puteam să-mi mișc aripioarele. M-am uitat speriată în jur să găsesc ceva unde să mă pot odihni, dar... nimic. Cerul albastru mă înconjură din toate părțile, iar grădina era undeva jos, mult prea departe. Greșisem din nou. Lacrimi fierbinți începură să-mi curgă pe obraji, iar tristețea și deznădejdea îmi umpleau sufletul. Nu mai aveam putere să lupt nici cu oboseala, nici cu această nouă nereușită, așa că mi-am strâns aripioarele și m-am lăsat să cad. Aș fi putut, bineînțeles, să sfârșesc tare trist, dacă vântul nu m-ar fi salvat pentru a doua oară.

- Am greșit iar, vântule, și îmi pare tare rău! i-am șoptit în timp ce mă aducea lin către pământ.

Cerul fusese prea înalt pentru mine, iar năzuința mea de a-l atinge prea mare pentru puterile mele firave. Înțelesesem, în sfârșit, că eu eram doar o mică mămăruță, născută într-o dimineață de primăvară, într-o grădină înfloritoare. Am învățat ca de azi înainte să mă bucur de fiecare mică reușită și să numi mai doresc lucruri mai presus de mine.

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Ce și-a dorit mămăruța încă din primele clipe de viață?
- Cine a ajutat-o să scape de rândunică?
- Ce a înțeles mămăruța din această întâmplare?
- Care era dorința arzătoare a mămăruței?
- Care au fost greșelile mămăruței?
- Tu ți-ai dorit vreodată ceva mai presus de puterile tale? Povestește!

Identificarea soluțiilor

- Cine i-a sărit mămăruței în ajutor când s-a lovit de o problemă?
- Ce a învățat mămăruța din aventurile ei?

Identificarea obstacolelor

- Cât a reușit să parcurgă mămăruța în drumul ei către soare? De ce?
- Care sunt scopurile cele mai importante pentru tine?
- Vorbește despre ele.
- Cât ai putea face în acest moment pentru a putea fi mai aproape de îndeplinirea scopului tău?
- Ce te împiedică să îți atingi scopul acum?

Evaluare

- Ce calități și ce defecte avea mămăruța?
- La ce te ajută pe tine să îți cunoști propriile puncte tari/ slabe?
- Cum va influența părerea unui grup de copii propria ta părere despre tine?
- Cum te va ajuta pe tine să rezolvi alte situații critice, știind despre tine că ești o persoană bună?





Mii de măzgălituri

Destinația: Dezvoltarea identității: acceptarea necondiționată de sine , relații de grup

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Povestea asta nu începe cu „A fost o dată a fost ca niciodată, că de n-ar fi nu s-ar povesti...” și asta pentru că a fost, dar mai poate fi oricând și oriunde, iar eroii principali nu sunt nici prinți, nici prințese, ci copii simpli ca voi, ca noi sau ca oricare om ce a luat în mână măcar o dată un creion. Și cine n-a făcut asta? Și nu o dată, ci de mii de ori. Și cât de simplu era!

Am să vă spun acum povestea unui copilaș pe care colegii de clasă I-au botezat nici mai mult nici mai puțin decât Măzgălici. Și asta nu pentru că ar fi fost cumva murdar, ci pentru că nu prea știa el, bietul, să deseneze frumos. Copiii din clasă aveau impresia că sunt doar niște măzgăleli toate încercările lui de a desena și... oricât de mult s-ar fi străduit, desenele lui nu ieșeau și pace! Acum, ar trebui să recunoaștem că și colegii erau cam răutăcioși și nici măcar nu mai luau seama la ce desena el. Îl strigau Măzgălici și așa i-a rămas numele. Din această cauză era cam necăjit băiatul și nici orele, nici măcar pauzele nu-i mai plăceau. Rezultatele la învățătură nu erau nici ele prea grozave... și toate astea din pricina unor desene cam nereușite. Măzgăleli... de fapt! Da, ajunsese și el să creadă că nu e în stare să facă mai mult decât niște simple măzgăleli. Groaznic! Până și desenele frățiorului erau mai bune! Mai bine nici să nu se mai gândească la asta! Era cel mai bun lu „Măzgălici! Hei, Măzgălici!” auzi o voce subțirică. La început a crezut că erau colegii care îl necăjeau din nou. Dar nu, pentru că auzi din nou: „Măzgălici! Sunt eu, ultima ta măzgăleală! Nu vrei să vorbești cu mine?” După ce își reveni puțin din uluire, s-a uitat în bancă și a descoperit că, într-adevăr, ultima lui pată de pe foaia de desen se desprinsese de acolo, și, deși mărunțică și fără formă, chiar vorbea. ”Știi, a continuat ea, nu înțeleg de ce nu crezi că și încercările tale de a desena sunt foarte prețioase, în primul rând pentru că le-ai făcut tu!” Băiatului nu prea îi venea să creadă că o pată de culoare vorbește, în schimb, i-ar fi plăcut ca cele zise să fie chiar adevărate. „Și nici măcar nu lipsesc prea multe pentru ca ele să semene cu ceva!” a mai adăugat noua lui prietenă. ”Poți doar să mai adaugi aici o codiță și niște mustăți și pata asta va deveni un șoricel pe cinste!” Deși i se părea cam ciudat, băiatul încercă să facă ce i s-a zis și... minune! Din banca lui a apărut speriat un șoricel adevărat! Era grozav! Colegii lui vor fi impresionați. „Poți transforma

mâzgălele tale în lucruri care îți plac, lucruri la care tu visezi sau lucruri pe care le-ai avut sau îți sunt foarte dragi!” a mai spus micuța pată. Băiatul, însă, parcă nici nu o mai auzea. Din mâna lui au început să iasă adevărate minuni. Erau fluturi, flori, nori și căsuțe de vis, și chipuri dragi și jucării... Și toate erau cu adevărat importante pentru că erau rodul imaginației lui. Și fie că erau lucruri cunoscute deja sau doar visate, toate îl făceau fericit, pentru că le putea în acest fel aduce iar și iar aproape de sufletul său ori de câte ori va avea nevoie.

Și chiar dacă mica lui prietenă a plecat să încurajeze și alți copii, el știa că nu va mai fi singur niciodată, atâta vreme cât din mâna lui vor ieși desene de neuitat.

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Cum I-au botezat colegii de clasă pe copilașul care nu știa să deseneze frumos?
- Cum au numit ei încercările pe care acesta le făcea?
- De ce era trist Mâzgălici?
- Ți s-a întâmplat vreodată să rătăcești de tine? Povestește!



Identificarea soluțiilor

- Cine I-a ajutat să aibă încredere în el și în creațiile lui?
- Care „minuni” desenate de băiat I-au făcut fericit?
- Ce altceva crezi că ar mai fi putut face?
- Ce efect a avut asupra băiatului faptul că vechile lui „mâzgăleli” se puteau transforma?
- Tu la cine ai apela în situația ta?
- Tu ce crezi că ai putea face să rezolvi singur problema? Identificarea obstacolelor
- Cu cine se compara băiatul?
- Ce părere avea copilul față de propriile încercări artistice?
- Dar față de propria persoană?
- Cum reacționa băiatul la porecla dată de colegi?
- Ce te-ar împiedica pe tine să ceri ajutor?
- Dacă ar trebui să rezolvi singur o asemenea situație, cum crezi că vei reuși?
- În cât timp crezi că vei reuși să scapi de această problemă? Evaluare
- Cum crezi că s-a schimbat viața băiatului după ce a reușit să își rezolve problema?
- Cum crezi că se va schimba viața ta, după ce vei scăpa de probleme?
- Ce crezi că vor spune ceilalți despre tine, după ce vei reuși să treci peste situație?



Păpădia

Destinația: Dezvoltarea identității, autoeficacitate, trăsături de caracter, perseverența (în învățare), optimismul, relații de grup

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Era încă primăvară timpurie când, din pământul dezghețat, au început să încolțească iarba și plantele. Din rădăcinile din anul care a trecut a ieșit la iveală un firicel plăpând care se înclina chiar și la cea mai mică adiere de vânt. Nu mai departe de o jumătate de metru de acesta, dădea din coate să răsară o tulpiniță mică și ascuțită ca un vârf de sabie. De cum și-a deschis ochii a și început să întrebe:

- Unde este soarele? Suratele mele mi-au povestit că sunt o plantă privilegiată, că atunci când voi înflori, voi purta numele soarelui. Am de gând să îl cunosc chiar de azi!
- Cum? Tu ești floarea-soarelui? A întrebat-o firicelul plăpând. Eu când voi fi mare, voi fi o păpădie, a mai adăugat.
- Eu când voi fi mare, voi fi ocupată toată ziua. Am de gând să urmăresc soarele de la răsărit, până la apus, a zis floarea-soarelui.
- Eu am de gând să ajung la soare, spunea încrezătoare păpădia.

Încălzite de razele din ce în ce mai calde ale soarelui, care traversa cerul în fiecare zi, plantele creșteau una lângă cealaltă. Dar, raportat la păpădie, floarea-soarelui creștea de zeci de ori mai repede și devenise mult, mult mai înaltă.

Prima care și-a desfăcut petalele ascuțite ca niște ace aurii a fost însă păpădia. Era gingașă și grațioasă.

- Cum vei ajunge la soare, dacă vei rămâne atât de mică? a întrebat-o răspicat floarea-soarelui.
- Voi face tot ce îmi stă în putință! a răspuns mai hotărâtă ca niciodată păpădia.

Soarele devenise un fel de magnet pentru floarea-soarelei, care odată ce și-a deschis petalele se întorcea după soare, oriunde s-ar fi aflat pe cer. La asfințit, frântă de oboseală, își strângea căpșorul și adormea pe loc ca să poată începe odihnită din nou activitatea din dimineața următoare.

Nici păpădia nu se lăsa mai prejos, deși nimeni nu bănuia asta. Parcă toți uitaseră de visul ei sau nimeni nu mai avea încredere în ea că va reuși. Peste zi, păpădia își

deschidea din ce în ce mai mult petalele subțiri și ascuțite, iar floarea, asemenea unui bulgăre auriu, putea fi comparată oricând cu un mic soare pe pământ. Dar asta nu era și suficient pentru a ajunge la soare. Timpul trecea și păpădia nu avea încă o soluție pentru a-și îndeplini visul, dar nu deznădăjduia.

Într-o dimineață, datorită unor nori negricioși de pe cer, soarele a întârziat să se arate.

- Azi nu are să mai ajungă soarele pe la noi. Dar, poate așa cum te laudai, vei pleca tu la el. Nu ai vrea să mă duci cu tine? a întrebat-o ironic floarea-soarelui pe păpădie.

- Chiar dacă nimeni nu mă mai crede, am să ajung într-o zi la soare. Sunt convinsă că pot.

Soarele nu s-a mai arătat, decât foarte slab, două zile la rând. În lipsa lui, păpădia și-a transformat petalele galbene într-un puf alb-transparent. Asta înseamnă că îmbătrânise? Nu pot să vă răspund...

Dar, adierea unui vânt răcoros a desprins primul puf ducându-l departe, departe în văzduh... Cine poate ști unde a ajuns?...


În zilele următoare, puful de păpădie s-a desprins pe rând și, în timp ce se înălța tot mai sus, striga în gura mare:

- *Plec către soare!!!*

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei



- 
- Despre cine este vorba în poveste?
 - Ce dorește păpădia?
 - Tu ce dorință ai vrea să ți se împlinească?

Identificarea soluțiilor

- Ce a răspuns păpădia în momentul în care floarea soarelui a întrebat-o cum va ajunge la soare?
- Ce a făcut păpădia pentru a-și îndeplini visul (de a ajunge la soare)?
- Tu ce ai putea să faci ca să îți îndeplinești dorința?
- Ce te-ar putea ajuta să îți îndeplinești dorința? Identificarea obstacolelor
- Ce ai face dacă:
 - cineva nu ar crede că tu vei reuși?
 - cineva te va susține/ajuta să reușești?
 - celorlalți nu le pasă de dorința ta?

Evaluare

- Și-a atins păpădia visul (de a ajunge la soare)? Când?
- Tu îți vei îndeplini dorința? Dacă da, când crezi că se va întâmpla acest lucru?
- Cum s-a simțit păpădia în momentul în care și-a îndeplinit visul?
- Tu cum crezi că te vei simți în momentul în care îți vei îndeplini dorința?



Măgărușul Zuki

Destinația: Dificultati de autocontrol, incapacitatea de a-si controla comportamentul, relația cu familia, depistarea calităților fiecărui copil

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Trăiesc împreună cu părinții la marginea unui sat și sunt măgărușul Zuki. Cel mai mult îmi place să mă joc. Când vremea e frumoasă, îmi place să alerg. M-aș putea juca toată ziua, cât e ea de lungă! Apoi, îmi place să descopăr singur lucruri noi. Am o groază de idei, dar nu toți le cred grozave. Asta adesea mă deranjează. Nu îmi place ca cineva să nu ia în considerare ce fac eu.

Mamei nu îi convine să îmi pierd toată ziua pe afară, mai ales acum de când am mai crescut. Îmi spune adesea: „De acum ești mare și ai alte responsabilități!”. De ceva vreme am învățat să cânt la contrabas, bineînțeles la insistențele mamei. Dânsi îi place să cânte, iar pe mine mă vede în viitor într-o orchestră. Și Doamne, cât de greu îmi este să am grijă de contrabas... E un instrument mare, are coarde și arcuș și nici el nu mă ascultă defel. Foarte frecvent rămân fără una din corzi; se rup așa de ușori!! Odată am rămas fără nicio coardă. Mamei nu i-a venit să creadă. Nu am vrut eu să se întâmple asta, cu atât mai mult cu cât voiam să îi fac o surpriză de ziua ei: să-i cânt ceva drăguț. Se pare că instrumentul muzical nu a prea vrut să mă ajute, s-a rupt coardă cu coardă în timp ce încercam să le acordez singur.

Asta ca asta, dar să vezi ce se întâmplă la orele de instrument... Nu ai nici cea mai mică idee! Joia improvizăm mai mulți o mini-orchestră. Uneori refuz categoric să particip cu instrumentul meu, asta pentru că profesorul nu e mulțumit niciodată cu ceea ce cânt. Îmi reproșează că rămân în urmă, că greșesc notele, că nu sunt atent... Ceilalți îmi spun adesea că mă mișc prea mult și că-i lovesc cu picioarele fără să mă gândesc la asta. Cred că îmi place mai mult să mă mișc decât să stau lângă instrumentul meu și să cânt. Așa că, mereu mi se reproșează ba că sunt neastâmpărat și îi deranjez pe alții, ba că sunt încăpățânat. Chiar ieri mi s-a spus că nu degeaba se zice în popor „ești încăpățânat ca un catâr” celui care nu duce lucrurile la bun sfârșit, deși ar putea să facă acel lucru. Nu mi-a picat deloc bine remarcă asta, data viitoare cine știe ce va urma... cred că cei din jurul meu chiar nu mă înțeleg. M-am săturat să am

probleme cu alții! Chiar și atunci când mă străduiesc nu pot fi la fel de atent și nu pot cânta la fel de bine ca alții. Uneori reușesc și eu, dar îmi este mult mai greu decât celorlalți.

De cele mai multe ori profesorul sună acasă și „raportează” părinților cum a decurs ora. Mă rog de fiecare dată să răspundă tata. El e mai înțelegător și nu mă ia la răspundere așa tare ca mama. Dacă află mama, e chinul de pe lume. De la ea primesc cele mai multe pedepse, ce-i drept, trebuie să recunosc, unele pe merit. O iubesc mult și chiar nu mai vreau să îi fac probleme. Nici nu știu de care să scap prima dată: de neatenție? de agitație? de încăpățănare? Și cum ar trebui să fac oare? Cum să pot să ascult și de mama și de tata și de profesor și de alte animăluțe care îmi dau sfaturi? Nu-i așa că e foarte greu? Mă înțelege cineva?

ÎNTREBĂRI

Identificarea problemei

- Despre cine este vorba în povestea noastră?
- Ce dorește măgărușul Zuki?
- Care e relația ta cu colegii/învățătoarea?
- Ce responsabilități spun părinții tăi că ai?

Identificarea soluțiilor

- Ce surpriză a dorit măgărușul Zuki să-i facă mamei sale (de ziua ei)?
- Îi plăcea să cânte la instrument?
- Cum crezi că Zuki ar reuși să învețe să cânte la contrabas?
- Tu ai reușit să duci la bun sfârșit o sarcină? Cum? (exemple de răspunsuri: „mi-a plăcut activitatea”; „m-am străduit să fiu atent”; „mi-a promis mama că îmi cumpără o bicicletă”; „m-a ajutat colegul/învățătoarea/mama” etc.)
- Ce te-ar putea ajuta să fii mai atent la ceea ce spune învățătoarea?

Identificarea obstacolelor

- De ce nu reușea măgărușul Zuki să cânte la contrabas?
- Tu ai de îndeplinit sarcini pe care nu le poți duce până la capăt?
- Ce faci când ceilalți îți spun că ești încăpățânat/neliniștit/agitat?

Evaluare

- Ce crezi că vor spune părinții când vor vedea că ai reușit să finalizezi sarcina?
- Tu cum te vei simți când vei vedea că părinții sunt mândri de tine?





Cum a devenit cangurașul independent?

Destinație: Frica despărțirii de mamă. Retrăiri, îngrijorare, legate de singurătate

Fraza-cheie: „Nu pleca. Mi-e teamă să rămân singur”.

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Trăia odată o mamă-Cangur. Și într-o zi, ea a devenit cea mai fericită Canguriță pe lume, pentru că a născut un pui de cangur. Inițial, puiul de cangur era foarte slăbuț, și mama îl purta în gentuța de pe burta ei. Acolo, în geanta mamei, puiul de cangur se simțea foarte bine, comod și nu îi era frică deloc. Când puiul de cangur era însetat, mama îl alăpta cu lăptișor gustos, iar când cangurul cel micuț vroia să mănânce, mama-Cangur îi dădea terci cu lingurița. Apoi puiul de cangur adormea, iar mama reușea să facă ordine prin casă sau să gătească bucate.

Dar, uneori, puiul de cangur se trezea și n-o găsea pe mama lângă el. Apoi el începea să plângă foarte tare și să strige până când mama venea și îl lua din nou în geanta sa. Într-o zi însă, când puiul de cangur din nou începu să plângă, mama a încercat să-l pună în geanta de pe burtica sa; dar geanta s-a dovedit a fi foarte strânsă și picioarele cangurașului nu mai încăpeau. Cangurașul s-a speriat și a început să plângă și mai tare: îi era frică, pentru că acum mama va pleca și îl va lăsa singur. Atunci, puiul de cangur s-a cocoșat din toate puterile, a strâns genunchii și a urcat în geantă.

Seara, el și mama plecaseră în ospetie unde erau și alți copilași. Copiii se jucau, se distrau și îl chemau și pe canguraș să vină să se joace cu ei, dar cangurașului îi era frică să-și părăsească mama și, deși își dorea mult să se joace cu ceilalți copilași, el a stat toată seara în geanta mamei. În acea seară, unchii și mătușile cangurașului se apropiau de mama lui și îl întrebau de ce un canguraș atât de mare se teme să-și lase

mama și să se joace cu alți copilași. Atunci, puiul de cangur s-a speriat și mai mult și s-a ascuns în geanta mamei atât de adânc, încât nu-i puteai zări nici capul.

Pe zi ce trecea, geanta mamei se făcea tot mai mică și mai incomodă. Puiul de cangur își dorea foarte mult să se joace în nisip, să alerge în poienița verde din apropierea casei sale, să se joace cu băieții și fetițele din vecinătate, dar îi era frică să plece de la mama, de aceea mama-Cangur nu putea să-și lase copilul de unul singur și stătea cu el tot timpul. Într-o dimineață, mama-Cangur a plecat la magazin. Cangurașul s-a trezit, a văzut că este singur, și a început să plângă. El plângea și plângea continuu, iar mama tot nu venea.

Dintr-o dată, cangurașul se uită pe fereastră și văzu băieții vecini, care se jucau în jocul de-a leapșa. Ei alergau, se prindeau unii pe alții și râdeau. Copilașii erau foarte veseli. Cangurașul a încetat să plângă și a hotărât că și el o să poată să se spele, să se îmbrace și să meargă la copii fără mama sa. Așa a și făcut. Băieții l-au primit cu bucurie în joc și el alerga și sărea cu toții. Și, în curând, a venit mama sa și l-a lăudat, căci era atât de curajos și independent.

Acum mama poate să meargă la lucru și la magazin în fiecare zi – pentru că cangurașul nu se mai teme să rămână de unul singur, fără mama. El știe, că ziua mama trebuie să lucreze, iar seara ea va veni neapărat la copilașul ei iubit.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce se temea puiului de cangur?
- Îți era și ție teamă de asta?
- De ce acum, cangurașului nu îi mai este frică să rămână de unul singur, fără mama?





Într-o mică poieniță

Destinație: Propria subapreciere. Sentimentul de inferioritate. Copilul se simte ca „oaia neagră”. Închis în sine. Stingherit.

Fraza cheie: „Nu sunt ca toți ceilalți”.

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

La marginea unei păduri mari se așternea o mică poieniță. Ziua - soarele strălucea peste poieniță și încălzea locuitorii ei, iar noaptea - lumina lunii cădea peste ea, iar ceața puhavă o învelea, salvând-o de frig. Toți locuitorii acestei poienițe iubeau mult insula lor verde, care se pierdea în pădurea întunecată. Alături de această poieniță locuiau o mulțime de fiare și păsări. Iar la marginea pădurii trăia o familie de șoricei. În această familie era și un șoricel foarte mic, care încă niciodată nu ieșiseră din casă singur, fără mama lui.

Și iată că, în cele din urmă, a venit ziua, când mama l-a lăsat să meargă să se plimbe de unul singur. Părăsind casa, șoricelul a alergat, în primul rând, până la malul unei bălți uriașe, unde, de obicei, se adunau animalele din toată poiana. Șoricelul își dorea foarte mult să cunoască toată lumea și, cel mai important, să-și găsească prieteni.

Ajungând în poieniță, șoricelul a văzut că toți copilașii erau ocupați cu ceva: unii se jucau, alții construiau casteluri, iar alții se jucau de-a leapșa. Șoricelul, a vrut și el să se joace, să construiască și să alerge cu toți ceilalți. El s-a apropiat de puii de animale și i-a întrebat: „Se poate să mă joc cu voi?” Toți se opriseră, se întorsese spre el și începu să-l măsoare din cap până în picioare. Atunci, unul din animale, un vulpușor, netezindu-și blana sa roșcată, ce strălucea la lumina soarelui, i-a spus: „Ești atât de surișor, de-ai fi avut și tu așa o blană frumoasă și bogată ca a mea, ai fi putut să te joci cu noi”. Spunând acestea, vulpușorul s-a întors continuându-și jocul. Șoricelul s-a apropiat de un alt grup de animaluțe, care se jucau de-a leapșa. Și, din nou, a întrebat: „Se poate să mă joc cu voi?” De aceasta dată, ursulețul, uitându-se la el i-a spus: „Ești atât de mic, încât noi nu te vom vedea!”

Mă veți vedea – răspundea șoricelul, sărind pe cât putea el de sus. Dar puii de animale continuau să se joace, fără ca să-l observe. Șoricelul s-a amărât și s-a întristat mult. Ajungând la malul băltoacei și uitându-se la imaginea lui, ce se oglindea

în apă s-a gândit: „nu am nici blană frumoasă și sunt foarte mic – deci, nu sunt bun de nimic. Voi rămâne pentru totdeauna un șoricel mic, bun de nimic. Și gândindu-se astfel, el începu să plîngă amar. Dintr-o dată, șoricelul a auzit că cineva cerea ajutor. Se uită în jur și văzu că un iepuraș se bălăcea în mijlocul bălții. Șoricelul s-a uitat în jur. Celelalte animale stăteau alături și priveau cum iepurașul se scufunda.

Într-aceiași clipă, șoricelul a alergat spre arinul, care creștea în apropiere, a ros o crenguță și i-a întins-o iepurașului. Iepurașul s-a agățat de ea și a ieșit la mal. Între timp, majoritatea viețuitoarelor acelei poienițe s-au adunat acolo, înconjurându-l pe iepuraș. Șoricelul, însă, stătea singur, urmărindu-i; dintr-odată bătrâna și înțeleapta bufniță s-a apropiat de șoricel și l-a întrebat: „De ce ești trist?”. Șoricelul i-a răspuns: „Deoarece sunt mic și sur și nimeni nu vrea să prietenească cu mine”. Apoi bufnița se uită serios la el și îi spuse: „Șoricelule, nu te întrista, pentru că nu contează dacă ești mare, și ce fel de blană ai. Important este că ai o inimă marinimoasă și ești foarte curajos. Și îți mai dau un sfat: niciodată nu încerca să devii așa cum vor să te vadă alții, fii tu însuși.

Șoricelul a ascultat sfatul bufniței și a încetat să sară ca să fie observat. El nu se mai rușina de culoarea blănii sale. El a devenit un șoricel mic suriu, foarte vesel și isteț. Joaca cu el era veselă și interesantă. Șoricelul și-a făcut mulți prieteni, care îl iubeau așa cum era.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce animalele nu vroiau să se joace cu șoricelul?
- Ce a simțit șoricelul, când a salvat iepurașul?
- Ce povață i-a dat bufnița șoricelului?
- Povestește, cum tu însuși înțelegei aceasta?





Veverița-ștengărița

Destinație: copiii dependenți.

Fraza-cheie: «Ajută-mă, nu pot de unul singur!»

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Într-o pădurice obișnuită, pe unul dintre brazi locuia o familie obișnuită de veverițe: mama, tata și fiica – veverița-ștengărița. Pe brazii din apropiere de asemenea locuiau veverițe. Noaptea toți dormeau, iar ziua – adunau alune, pentru că le iubeau. Mama și tata învățau veverița-ștengărița cum să scoată alunele din conurile de brad. Dar de fiecare dată, veverița cerea ajutor: “Mămică, nicidecum nu mă pot descurca cu acest con. Ajută-mă, te rog”. Mama-veveriță scotea alunele, veverița-ștengărița le mânca, îi mulțumea mamei, și sărea mai departe. “Tăticule, nicidecum nu reușesc să scot aluna din acest con!”. “Fiico, îi spunea tatăl, ești mare deja și trebuie să te descurci singură”. “Dar nu-mi reușește!” – plângea veverița. Și tatăl o ajuta. Astfel, veverița-ștengărița sărea, se veselea, iar când vroia să mănânce alune, cerea ajutorul mamei, tatălui, a mătușei, unchiului, bunicilor sau a altora.

Timpul trecea. Veverița creștea. Toți prietenii ei puteau aduna alune și chiar făceau rezerve pentru iarnă. Iar veverița mereu avea nevoie de ajutor. Îi era frică să facă ceva de una singură, îi părea că nu îi va reuși nimic. Părinții nu mai aveau destul timp să ajute veverița. Prietenii au poreclit-o nedibace. Toate veverițele se veseleau și se jucau, iar veverița-ștengărița a devenit tristă și îngândurată. «Nu sunt bună de nimic și nu pot face absolut nimic singură», — se gândea eÎntr-o bună zi, tăietorii de lemne au venit și au tăiat brădișul. Toate veverițele cu puii lor au fost nevoite să-și caute o nouă casă. Ei s-au împrăștiat în toate părțile, înțelegându-se că se vor aduna seara ca să-și povestească despre ce le-a reușit să găsească. Veverița-ștengărița s-a pornit și ea în căutarea unei noi căsuțe. La început îi era frică să sară de pe o creangă pe alta în singurătate. Apoi veverița se înveseliseră, se distra și era foarte mulțumită, până când ajunsese sleită de puteri și înfometată. Dar cum oare să facă rost de alune? Nimeni nu este în jur, și nu are de la cine să aștepte ajutor.

Veverița sărea, căuta alune, dar nu le putea găsi. Ziua deja se apropia de sfârșit, soarele apunea. Veverița se așezaseră pe o ramură și începu să plângă amarnic. Dintr-o dată, veverița zăriseră un con pe o crenguță. Veverița l-a ajuns și și-a amintit cum o



învătau părinții să scoată alunele. A încercat, dar nu i-a reușit nimic. A mai încercat o dată – din nou nu i-a reușit. Dar veverița nu ceda. Ea a încetat să plângă. S-a gândit puțin: „Voi încerca să găsec propriul mod să ajung alunele!”

Zis și făcut. Conul a cedat. Veverița a ajuns alunele. A mâncat, s-a înveselit, se uită în jur, iar acolo un brădiș mare. Iar pe crengile brazilor atâtea conuri, câte stelute erau pe cer. Veverița săriseră pe alt brad, luă un con, care fu plin de alune. A mai rupt unul - și el plin. Veverița s-a bucurat, a adunat câteva alune în punguță, a reținut locul pe care l-a găsit, și s-a grăbit la adunarea despre care s-au înțeles veverițele, sărind vioi de pe o creangă pe alta. Ajungând la adunare, văzu că rudele și prietenii ei sunt întristați. Nu au găsit alune și erau obosiți și înfometăți. Veverița le-a povestit despre brădiș. Apoi a scos alunele din punguță și i-a hrănit. Mama și tata veveriței-ștrengăriței s-au bucurat, prietenii zâmbeau și laudau veverița, spunând: „Cum oare te numeam veverița nedibace? Pe toți i-ai întrecut, tuturor le-ai dat puteri, și ne-ai găsit o casă nouă! Ce veveriță, ce ștrengăriță!”

În dimineața următoare veverițele au ajuns la locul despre care le-a povestit ștrengărița. Și, într-adevăr acolo erau o mulțime de alune. Și au sărbătorit veverițele noua lor locuință. Veverițele mâncau alune și laudau veverița-ștrengărița, cântau, dansau și se veseleau.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- Cum s-a primit că veverița a fost poreclită nedibace?
- Ce i-a ajutat veveriței să ajungă alunele din con?





O întâmplare în pădure

Destinație: Neîncrederea în sine. Anxietate. Teama de acțiune independentă.

Fraza cheie: „Nu-mi va reuși!”

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Trăia odată un iepuraș mic într-o pădurice. Își dorea cel mai mult să fie puternic, curajos și să facă ceva bun și util pentru cei din jur. Dar când se apuca de ceva, niciodată nu-i reușea nimic. Se temea de toate și nu avea încredere în el. De aceea, cei din pădure l-au poriclit „iepurilă-fricoșilă”. Din acest motiv se simțea trist, jignit și deseori plângea când rămânea singur. Avea un singur prieten – bursucul. Și iată că, odată, cei doi s-au pornit la râu să se joace. Cel mai mult le plăcea să alerge unul după altul peste un mic pod de lemn. Primul alerga iepurașul după bursuc. Dar când bursucul alerga peste pod, o scândură s-a rupt brusc, și bursucul a căzut în râu. Bursucul nu putea înota și a început să se bălăcească în apă, cerând ajutor. Dar iepurașul, deși știa puțin să înoate, s-a speriat grozav. Iepurașul alerga pe malul râului, cerea ajutor sperând că cineva îl va auzi, și îi va veni bursucului în ajutor și îl va salva. Dar nimeni nu era în apropiere. Și atunci, iepurașul a înțeles că doar el își poate salva prietenul. El și-a spus: „Nu mi-e frică de nimic, pot înota și-l voi salva pe bursuc!”. Negândindu-se la pericol, iepurașul a sărit în apă, a înotat până la prietenul său, și l-a scos din apă. Bursucul a fost salvat!

Când prietenii s-au întors acasă și au povestit despre cele întâmplate la râu, la început nimeni nu putea să creadă că iepurașul și-a salvat prietenul. Dar când prietenii s-au convins de acest fapt, au început să laude iepurașul, îi spuneau cât este de bun și curajos, iar apoi au organizat o sărbătoare mare în cinstea lui. Această zi a devenit cea mai fericită din viața iepurașului. Toți erau mândri de el, și el era mândru pentru că a devenit încrezut în puterile sale, în ceea ce poate face lucruri bune și



utile. Iepurașul a însușit o lecție importantă de viață: “Ai încredere în tine, și în orice situație bazează-te numai pe forțele proprii!”. Și din acel moment, nimeni niciodată nu l-a mai numit fricoșilă.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce iepurașul se simțea trist?
- Ce regulă a însușit iepurașul?
- Ești de acord cu aceasta?



Povestea despre aricelul Victoraș

Destinație: Dificultăți în comunicarea cu cei de o vârstă. Sentimentul de inferioritate.

Expresia cheie: „Sunt rău. Nimeni nu va prieteni cu mine! „

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Într-o pădurice, sub un copac de pin, într-o vizuină mică trăia aricelul Victoraș. Victoraș era un arici mic suriu, cu lăbuțe strâmbe și o mulțime de ace pe spate. Aricelului îi era foarte greu să locuiască în această pădure. Nimeni nu vroia să prietenească cu el.

- Privește ce coadă frumoasă și pufoasă am. Oare pot prieteni cu așa o bobină sură de ace? – îi spunea vulpea aricelului.
- Ești prea mic, pot să te calc întâmplător fără ca să observ – mornăia ursul.
- Ești atât de stângaci, nici să sari cu tine, nici să alergi nu e posibil – țipa iepurașul.
- Nu ai nici voce nici auz muzical. Broaștele din baltă - și ele cântă mai bine decât tine, - îi șoptea privighetoarea la ureche.

Sărmanului aricel îi era foarte trist și amar să audă aceste cuvinte. Victoraș stătea timp îndelungat pe malul unui lac vechi din pădure și privea la imaginea lui, care se oglindea în apa lacului. “De ce sunt atât de mic, ghimpos și neîndamanatic? De ce nu am auz muzical?” – plângea el. Lacrimile mici ale aricelului se vărsau în lac, dar nu era nimeni să-l jelească. Aricelul era atât de trist și înspăimântat că nimeni nu vrea să prietenească cu el, că era cât pe ce să se îmbolnăvească.

Într-o dimineață, Victoraș a mers, ca de obicei, într-o poieniță din pădure să caute ciuperci și fructe de pădure pentru micul dejun. Aricelul pășea încet pe cărărușă, pierdut în gândurile sale triste, când brusc, pe lângă el, în goană a trecut vulpea, care avea cât pe ce să-l doboare la pământ. Aricelul se uită în jur și văzu că un vânător cu armă se gonia după vulpe. Aricelului îi era foarte frică. “Vânătorul este atât de mare, iar eu atât de mic”, s-a gândit el. Dar, necătând la frică, Victoraș, fără să se gândească mult, s-a făcut ghem și s-a aruncat vânătorului sub picioare. Vânătorul s-a împiedicat de acele ascuțite ale aricelului și a căzut. În timp ce vânătorul se ridica, vulpea a

reușit să fugă, iar aricelul s-a ascuns sub un tufiș. Acolo, tremurând de frică, aricelul a așteptat ca vânătorul să plece. Abia spre seară, șchipătând rău, aricelul a pășit agale spre vizuina sa. Salvând vulpea, Victoraș și-a rănit laba, și îi era foarte greu să pășească, pentru că laba îl durea rău de tot. Când aricelul, în sfârșit, a ajuns la pinul vechi, acolo îl aștepta vulpea.

- Mulțumesc aricele! Ești atât de curajos! Toți cei din pădure s-au speriat de vânător și s-au ascuns în vizuinile sale. Nimeni nu s-a decis să mă ajute, doar tu nu te-ai speriat și m-ai salvat! Ești un prieten adevărat, – a spus vulpea.

De atunci, ariciul și vulpea au devenit cei mai buni prieteni. Vulpea avea grijă de aricel și îi aducea ierburi medicinale, ciuperci și fructe de pădure, în timp ce laba îi era rănită și îi era greu să meargă. Aricelul se însănătoșea rapid, pentru că acum nu era singur, acum avea un prieten adevărat.

Prietenul adevărat – nu este acela cu coadă pufoasă, voce splendidă și laba rapide. Un prieten adevărat – este acel prieten, care nu te va părăsi la greu, și te va susține atunci când ai nevoie de ajutor.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce aricelul plângea și era trist?
- Ce i-a schimbat viața ariciului?
- Cine este un prieten adevărat în opinia ariciului?
- Iar tu ce crezi ?





Micul ursule

Destinație: Neputința comunicării cu cei de o vârstă. Agresivitatea crescută.

Fraza cheie: „Îl voi lovi, ca să nu mă jignească”

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

S-a întâmplat într-o grădiniță de copii, unde veneau diferite animale miciuțe. În fiecare dimineață pădurea sa trezea de la razele calde ale soarelui ce încălzeau pământul, cântecele păsărilor trezeau puii de animale, iar părinții lor îi duceau la grădinița din pădure.

În apropierea acestei grădinițe trăia un ursuleț. Nimeni din animale nu prietenea cu el, pentru că ursulețul era bătaș. „Toți vor să mă jignească, să-mi facă rău. Trebuie să mă apăr, pentru că dacă nu mă voi bate, alte animale mă vor ofensa”,— așa credea Ursulețul.

Ursulețul suferea mereu, deoarece era întotdeauna singur. Și iată că într-o zi, a plecat la plimbare. Tot plimbându-se, a ajuns el lângă grădinița, unde se jucau toți copiii de animale.

- Uitați-vă, a venit ursulețul la noi, poate el va fi noul nostru prieten, - a spus verița.

- Uitați-vă, - a strigat iepurașul, - ursulețul a strâns pumnii și vrea să se bată cu noi! Ursulețul nu auzea dialogul animalelor, și strângând tot mai mult pumnii, se gândea: „Ei s-au înțeles să mă jignească, - trebuie să mă apăr!”

- Noi ne dorim să prietenim cu el, iar el vrea să ne bată, - strigau animalele. - Ne vom apăra!

Și, spunând acestea, s-au îndreptat spre ursuleț. Ursulețul, văzând animalele ce se apropiau, s-a speriat grozav. Atunci, ursulețul a strâns pumnii și mai tare, și s-a pregătit să se bată.

- Ehhhh, ursulețe! Noi am vrut să prietenim cu tine, iar tu vrei să te bați cu noi! - au spus animalele. - Credeam că vei fi noul nostru prieten, iar tu!...au strigat animalele.

- Noi nu vom prieteni cu tine!

Și au plecat, lăsând ursulețul singur. Ursulețului îi era foarte rușine, pentru că vroia să se bată cu acești pui de animale. Tristețea i-a cuprins sufletul de durere, și

ursulețul a început să plângă. Ursulețul era foarte amărât pentru că toată lumea se temea de el și el nu avea prieteni. “Oare ce să fac, cum să mă împrietenesc cu animalele?” – se gândea ursulețul. Și, dintr-odată a observat că pumnii îi erau încă strânși, și lacrimile cădeau peste ei.

“Am înțeles, cred că trebuie să-mi desfac pumnii, pentru că animalele au văzut pumnii mei strânși, și s-au gândit că eu vreau să mă bat cu ei!” – a hotărât ursulețul.

În ziua următoare ursulețul, din nou a venit la animalele de la grădiniță, dar, de data asta, nu a mai strâns pumnii. Animalele au văzut că ursulețul nu vrea să se bată cu ei, și au hotărât să se împrietenească cu ursulețul. Ursulețul, împreună cu alte animale a început să se joace în diferite jocuri vesele, să cânte și să danseze. Ei râdeau și povesteau diferite istorii hazlii. Iar ursulețul, jucându-se cu animalele se gândea: „Mai mult niciodată nu-mi voi strânge pumnii și nu mă voi bate fără motiv, pentru că animalele nici nu aveau de gând să mă bată! Cît e de bine, că mi-am desfăcut pumnii, și am înțeles cât de rău este să fii bătaș!” . Și acest gând l-a bucurat, și ursulețul s-a simțit atât de bine!

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce ursulețul credea că toți vor să-l jighească?
- Oare într-adevăr așa era?
- De ce copiii de la grădiniță i-au spus ursulețului că nu vor prieteni cu dânsul?
- De ce s-au gândit așa?
- Ce l-a ajutat pe ursuleț să se împrietenească cu alți pui de animale?
- Ce sfat i-ai da tu ursulețului?





Povestea lui Raton

Destinație: Dificultăți în comunicarea cu colegii. Teama de comunicare. Incapacitatea de a stabili contacte. Închis în sine. Stingherit.

Fraza cheie: „Nu știi cum să-mi fac prieteni”

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Trăia odată un raton mic, cu blănița colorată în dungi. Se teamea de toate, și de aceasta nu avea prieteni. Îi era foarte greu să facă cunoștință cu cineva. În fiecare dimineață, ratonul trecea peste un pârâiaș în căutarea bețișoarelor de lemn. Acesta era lucrul lui. Însă el nu putea să vorbească cu lemnul, așa că era foarte singuratic.

Într-o dimineață, trecând el peste pârâu, a văzut o veveriță, care spăla ciupercuțele, și le aranja în coș. Ratonul s-a speriat, și a trecut încetișor pârâul, așa ca veverița să nu-l observe. Ratonul mergea prin pădure, și se gândea că veverița i-a plăcut mult. Dar el nu știa, cum să facă cunoștință cu ea.

În fiecare dimineață, în drum spre pădure, ratonul vedea veverița, dar nu avea curajul să se apropie și să vorbească. Ratonul a pierdut pofta de mâncare și aproape că nu mai putea să doarmă, pentru că mereu se gândea la veveriță. El a slăbit, era sleit de puteri, și cu greu mai putea lucra.

Odată, trecând pârâul în locul unde nu era adânc, ratonul s-a oprit și a început să urmărească veverița din depărtare. Și, în acel moment, veverița a scăpat întâmplător coșul cu ciuperci în pârâu, și coșul începu să plutească lin spre locul unde se afla ratonul. Veverița a încercat să prindă coșul cu o crenguță, dar coșul era deja prea departe de mal. Veverița a adunat aceste ciuperci un an întreg, ea s-a așezat pe malul pârâiașului, și a început să plângă, pentru că îi era foarte trist și amar că le-a pierdut. Ratonul stătea neclintit și nu putea să facă nimic cu el însuși. Aceasta era unica lui șansă, când putea să-i sară în ajutor veveriței. Dar se teamea grozav să facă asta, fără ca să înțeleagă de ce. Coșul deja a ajuns să plutească lângă raton, și deja plutea mai departe, îndepărtându-se de raton, iar el stătea neclintit și nu putea face nimic. Genunchii îi tremurau, greața i-a înghițit gâtul, fruntea i s-a umplut de sudoare iar el tremura de frig. Dar când coșul se îndepărta tot mai mult de raton, el s-a decis totuși. Călcând în apă, și scufundându-se în ea până la brâu, ratonul a înșfăcat coșul și l-a scos la mal.

După apa rece, toată frică i-a dispărut. Ratonul s-a apropiat curajos de veverița, i-a dat coșul și i-a spus: “Iată coșul tău, nu te întrista!”. Veverița s-a bucurat mult, s-a uitat mulțumitor la raton și i-a spus: “Îți mulțumesc mult. Ești un prieten adevărat!”. Micul raton radia de bucurie. Nimeni niciodată nu i-a spus cuvinte frumoase. “Dar ești ud, - a spus veverița, - să mergem la mine, trebuie să te usuci!”. Ei au mers la veverița, au băut ceai cu dulceață gustoasă și au vorbit mult timp.

De atunci, ratonul și veverița s-au împrietenit, și mereu se ajutau unul pe celalalt. Acea zi, a devenit cea mai fericită din viața ratonului, deoarece el și-a făcut un prieten.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce ratonul era trist?
- Ai fost și tu vreodată trist din același motiv?
- Ce îl încurca pe raton să-și facă prieteni?
- Cum ai fi procedat tu, atunci când pe alături plutea coșul cu ciuperci?
- Ce l-a ajutat pe raton să se împrietenească cu veverița?





Roșia Alex

Destinație: Dificultăți în comunicarea cu cei de o vârstă, încadrarea într-un colectiv nou. Frica și sentimentele depresive asociate cu grădinița și școala.

Fraza cheie: „Sunt trist și singuratic aici!”

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Pe o stradă largă, de-a lungul căreia mergeau cu zgomot mașini, tramvaie și autobuze, era un magazin imens de jucării pentru copii. Vitrinele lui de oglindă străluceau, având un luciu deosebit, pentru că oglindeau razele vesele ale soarelui. La etajul trei era cel mai mare departament, unde se vindeau jucăriile de pluș. În acest departament trăia și o roșie mare moale, care se numea Alex. Roșia iubea mult să râdă și să se alinte, ca toți copiii. Acest departament era cel mai distractiv și zgomotos, deoarece toate jucăriile care se vindeau acolo erau cei mai buni prieteni între ei. Deja de mult timp ei toți locuiau într-un departament și nu se certau niciodată. Alex avea o vânzătoare preferată, care se numea Irina. Și ea îl iubea mult pe Alex și avea grijă de el, ca cea mai gingașă mamă.

Dar într-o dimineață totul s-a sfârșit. La magazin a venit o doamnă și l-a cumpărat pe Alex. Ea l-a luat și l-a adus acasă. Sărmanul Alex a rămas singur, fără prietenii vechi, într-o cameră pustie și groaznică. Alex se simțea singur, trist și deprimat. În acel apartament mai erau jucării, dar Alex nu le cunoștea și avea frică de ele. L-au așezat pe un raft pustiu. Alex stătea acolo de unul singur, și tot timpul privea pe geam. Aceasta era singura ocupație, pe care Alex a putut să o găsească. Pe stradă mereu circulau mașini, treceau oameni. Ploua urât, cu stropi mărunți. Și sufletul lui Alex era atât de amărât. Își aducea aminte de magazinul mare și îi era atât de trist și insuportabil că a ajuns aici singur. De la aceste gânduri, de la frica grozavă și de la singurătate, Alex s-a îmbolnăvit. I s-a ridicat febra, și se gândea că n-o să se mai însănătoșească niciodată. Nici nu vroia. Pentru ce? La ce bun? Aici nu are prieteni, și cred că nici iubita lui vânzătoare Irina nu-și mai amintește de el. Iar el îi ducea lipsa mai mult decât oricărui altui. Seara, Alex a adormit și a văzut un vis uimitor. A visat-o pe Irina, îmbrăcată într-o rochiță de un galben strălucitor, ca și razele solare, care străbăteau vitrinele magazinului, umplând departamentul lor drag cu lumină. Ira i-a zâmbit dulce, l-a cuprins strâns pe Alex și l-a întrebat de ce este atât de trist? Iar Alex,

oftând din greu, a început să-i povestească: “Mă simt atât de prost, mi-i trist, nu am prieteni, nu am cu cine să mă joc!”

“- Nu plânge, - i-a spus Irina, - numeni nu se apropie de tine, pentru că ești mereu trist, nu zâmbești. Dacă vei fi binevoitor, și nu-ți va fi frică, vei avea o sumedenie de prieteni. Trebuie doar să-ți dorești asta din tot sufletul, și atunci îți va reuși!”. “Adevărat?” – s-a mirat Alex. “Desigur, - a răspuns Irina, - îți promit!” – a spus ea și a dispărut după un nor magic alb.

Brusc, Alex s-a trezit. Visul îi părea atât de real. S-a făcut dimineață, și soarele strălucea bland în geam. “Voi avea aici prieteni - și-a spus Alex, sunt sigur de aceasta, sunt convins”. De îndată ce și-a spus acestea, în cameră a intrat doamna și a trezit băiatul, care dormea. “La mulți ani, feciorașule, - i-a spus mama, și, împreună cu celelalte jucării, i l-a adus în dar și pe Alex.” Alex zâmbea larg și radia de bucurie. Băiatul s-a bucurat și a zâmbit și el. Iar ziua a avut loc o sărbătoare veselă: era zgomot, gălăgie și toate camerele s-au umplut de zâmbetele copilașilor veseli. Alex a simțit că este cel mai fericit de pe Pământ, pentru că avea putere să se bucure, să glumească, să alerge și să se joace cu alte jucării, cu care s-a împrietenit în acea zi, și să se veselească cu copiii, care au venit să sărbătorească cea mai veselă sărbătoare a copiilor – ziua de naștere.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- Cum se simțea Alex în noua casă?
- De ce era trist?
- Ce sfat i-a dat Irina lui Alex?
- Cum încă putea fi Alex ajutat?





Povestea unei mămuțe neastampărete

Destinație: Lipsa de perseverență/Neliniște/Agitație. Dificultăți de concentrare a atenției. Hiperactivitate.

Expresia cheie: «Nu pot sta locului»

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Într-o țară caldă și îndepărtată, unde cresc copaci cu frunziș bogat și palmieri înalți, trăia o mămuță mică, care se numea Zburdalnica. Ea era foarte activă, mereu sărea de pe o creangă pe alta și nu putea ședea locului nici măcar pentru o clipă. Caracterul ei neastâmpărat îi aducea multe necazuri: alte mămuțe nu se jucau cu ea, pentru că n-o puteau ajunge; era nevoită să mănânce fructe necoapte, pentru că nu avea răbdare să-și aleagă atent și fără grabă bananele sau ananașii copti. Dar cel mai trist îi era că nu putea savura frumusețea lumii înconjurătoare și nu se putea bucura de cântecele păsărilor, despre care îi povesteau alte animale. Din această cauză îi era atât de trist.

Într-o zi caldă de vară, toate animalele s-au ascuns în vizuinele sale, ca să se apere de căldură, iar Zburdalnica a rămas cu totul singură. Mămuța se simțea foarte tristă și singuratică, și nu vroia să zburde ca de obicei. Razele fierbinți ale soarelui au doborât-o de căldură, și atunci, ea s-a așezat mai comod pe creanga unui copac, a închis ochii, s-a relaxat, și a ațipit.

Și, dintr-odată a auzit niște sunete miraculoase, ce se asemănau cu o melodie superbă, - acesta era cântecul păsărilor.

Zburdalnica nu auzise nimic asemănător până atunci, și aceasta o fermecase. După care, deschizând ochii, mămuța a zărit o florică roșie, nemaipomenit de frumoasă. Era ceva minunat. Admirând din plin florica, mămuța s-a mutat pe palmierul vecin și și-a ales cea mai coaptă banană. “Vai, cât de gustoasă este!” Zburdalnica

era foarte mulțumită. Altfel nici nu putea fi! A descoperit atâtea lucruri noi, pe care nu le observaseră până atunci din cauza neastâmpărării sale.

Apoi, mămuța a coborât încet pe pământ, la prietenii săi, care se odihneau sub copac. Ea le-a povestit despre ce s-a întâmplat cu ea, și cum s-a învățat să fie atentă și înceată. “Este atât de minunat, - a spus ea”. Acum eu pot să savurez frumusețea florilor, să ascult trilurile păsărilor, și să mă joc cu toții. Și prietenii s-au bucurat de Zburdalnica, căci acum ei puteau să se veselească și să descopere multe lucruri noi și interesante.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- Prin ce se deosebea Zburdalnica de celelalte mămuțe?
- Cum îi încurca caracterul neastâmpărat maimuței?
- Cum a învățat Zburdalnica să fie atentă și să nu se grăbească?
- Ce sfat ai putea să-i dai?





Despre doi frați și despre tăria de caracter

Destinație: Dificultăți de autocontrol, spontanietate. Incapacitatea de a controla comportamentul.

Fraza cheie: „Nu pot să mă impun”

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

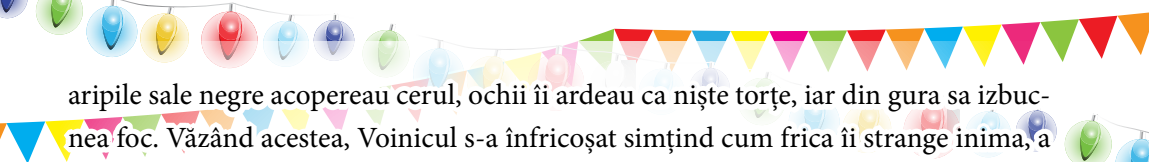
Aplicată de: psiholog

Odată demult, într-o țară îndepărtată locuiau doi frați. Ei se împăcau foarte bine și făceau totul împreună. Ambii frați visau să devină eroi.

Unul dintre frați a spus: „Eroul trebuie să fie puternic și curajos” și a început să-și antreneze puterea și dibăcia. El ridica pietre grele, urca munți și înota în riul furtunos. Iar cel de-al doilea frate spunea, că eroul trebuie să fie persistent și perseverent, și a început să-și antreneze tăria de caracter. El vroia să renunțe la lucru, dar îl făcea până la capăt, vroia să mănânce plăcinta pentru micul dejun, dar o lăsa la cină; el învăța să spună „nu” dorințelor sale.

Trecea timpul. Frații au crescut. Unul dintre ei a devenit cel mai puternic om din țară, iar celălalt - cel mai persistent, a devenit un om cu o voință puternică. Dar într-o zi s-a întâmplat o nenorocire: un dragon negru teribil a atacat țara. El lua bovine, ardea case și răpea oameni.

Frații au decis să-și salveze poporul. „Mă voi duce și voi ucide dragonul” – a spus primul frate. „Mai întâi trebuie să aflui care este slăbiciunea lui!” – a răspuns cel de-al doilea frate. „Eu nu am nevoie să aflui care este slăbiciunea lui, - a spus voinicul, - principalul este că eu sunt puternic!”. Și, spunând acestea, s-a îndreptat spre castelul dragonului negru. - „Hei, Dragon! Am venit să te înving! Ieși la luptă! „ - a strigat Voinicul. Porțile castelului se deschiseră și înaintea lui a ieșit teribilul Dragon Negru,



aripile sale negre acopereau cerul, ochii îi ardeau ca niște torțe, iar din gura sa izbucnea foc. Văzând acestea, Voinicul s-a înfricoșat simțind cum frica îi strange inima, a început să se retragă de la dragon, iar Dragonul începu să crească tot mai mult și mai mult, și, brusc a lovit din coadă, și Voinicul s-a transformat în piatră.

Aflând despre cele ce i s-au întâmplat Voinicului, fratele lui a decis că a venit timpul lui să lupte cu Dragonul. Dar cum să-l învingă? Și atunci s-a gândit să-i ceară sfatul unei broaște țestoase înțelepte, care locuia la alt capăt al lumii. Călea spre această broască țestoasă se așternea prin trei împărății foarte periculoase. Prima împărăție a fost cea a dorințelor. Omul, care intra în această împărăție deodată avea o mulțime de dorințe: el visa să obțină haine frumoase, bijuterii scumpe, jucării și dulciuri, dar de îndată ce spunea „vreau”, el devenea imediat un rob al dorințelor și rămânea pentru totdeauna în acest regat. Eroul nostru avea și el multe dorințe, dar și-a adunat toată voința și a spus „nu”. Prin urmare, el a reușit să părăsească această țară.

Cea de-a doua împărăție în călea sa era cea a agățării, ai căror locuitori se împingeau și își distrăgeau atenția între ei tot timpul, așa că în această împărăție nimeni nu putea face nimic: nici să lucreze, nici să se odihnească, nici să se joace. Eroul nostru, de asemenea, a vrut să înceapă să tragă de mâini și să se agațe de trecători, dar el din nou și-a amintit de voința sa și nu a făcut-o. Și bine a făcut, pentru că de altfel avea să devină și el agățător și să rămână pentru totdeauna în acest regat.

Și, în sfârșit, cea de-a treia împărăție în călea sa, cea mai groaznică – era împărăția eului. De îndată ce a intrat în acest regat, eroul a vrut imediat să strige: „Eu sunt cel mai deștept”, „Eu sunt cel mai curajos”, „Eu sunt cel mai frumos”, „Eu sunt cel mai cel mai ...”. Și aici avea nevoie de toată voința pe care o antrenase de mulți ani. El a trecut în tăcere și această împărăție și a ajuns la casa broaștei țestoase înțelepte.

Bună, înțeleapta Broască Țestoasă, - a spus el. - Am venit la tine să-ți cer un sfat. Învață-mă te rog cum să înving Dragonul Negru.

Dragonul poate fi învins doar de un om cu tărie de caracter și cu o voință puternică, - i-a răspuns broasca țestoasă. Ai putut să treci prin trei împărății groaznice, deci vei putea face asta. Cu cât voința omului este mai puternică, cu atât este mai puțin groaznic dragonul. Mergi și-l învinge.

Broasca Țestoasă a închis ochii, iar eroul, închinându-i-se s-a pornit înapoi în țara sa. El s-a apropiat de castelul unde locuia Dragonul Negru, și l-a chemat la lup-

tă. Dragonul ieși din castel, își întinse aripile negre și se îndreptă spre curajos. Eroul s-a înspăimântat când a văzut balaurul, dar, strângându-și toată voința și învingându-și frica, el stătea pe loc neclintit. Și dintr-odată...dragonul uriaș începu să se micșoreze, el devenea tot mai mic și mai mic, până nu a dispărut cu totul! Broasca Țestoasă a avut dreptate: cu cât mai mare e voința omului, cu atât mai slab este Dragonul groaznic.

De îndată ce a dispărut Dragonul, s-a spulberat și castelul său negru, iar în întîmpinarea Eroului au ieșit locuitorii vii și nevătămați ai țării, printre care era și fratele său. De atunci ei au trăit fericiți. Așa, voința puternică l-a ajutat pe erou să învingă răul.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚII

- De ce primul frate a fost învins?
- Ce înseamnă voința puternică și cum o antrena cel de-al doilea frate?
- Prin ce încercări a trecut al doilea frate?
- Ce legetură au ele cu voința puternică?
- Cu ce te poate ajuta voința puternică?
- Cum ai putea să o antrenezi?



Tip și Top

Destinație: sentimente negative (gelozie, ofensă, etc.) asociate cu un frate (soră) mai mic(ă). Conflictele dintre frați (surori). Emoții negative asociate cu dificultatea de a accepta rolul de „frate/soră mai mare”.

Fraza cheie: „Părinții mei îl iubesc pe fratele meu mai mult decât pe mine”.

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Într-o pădure, trăia odată o familie de veverițe: tata, mama și doi pui ai săi. Cel mai mare se numea Tip, iar mezinul – Top.

Aceasta era o familie foarte prietenoasă. În fiecare dimineață părinții plecau la lucru să caute de mâncare, iar copiii rămâneau acasă în doi. Înainte de plecare mama îi spunea lui Tip:

- Ai grijă de Top. El este încă micuț, nu se descurcă de unul singur, și se supără repede.

“- Iar se îngrijorează numai de Top! – se gândea Tip. – Mama îl iubește pe fratele meu, dar nu mă iubește pe mine. Aș vrea să aibă grijă și de mine, să mă iubească și să se joace și cu mine. Iar mama petrece mai mult timp cu Top. Eu vreau să mă joc cu prietenii, dar sunt nevoit să am grijă tot timpul de fratele meu. Dacă Top nu ar exista, atunci mama s-ar fi plimbat și s-ar fi jucat doar cu mine, mi-ar fi adus alune gustoase numai mie, și mi-ar fi povestit numai mie povești interesante înainte de somn.” Într-o zi, părinții se porneau să caute hrană, și mama îi spuse lui Tip:

- Fii cuminte și ai grijă de fratele tău, el e încă micuț. Tip își dorea atât de mult să meargă la joacă cu prietenii, iar el era nevoit să aibă grijă de fratele său Top.

Atunci Tip s-a gândit “- ajunge, eu nu sunt vinovat că sunt mai mare!” Și Tip a decis să scape de fratele mai mic. El i-a propus fratelui să plece la plimbare; frații mergeau mult și cu fiecare pas dispăreau tot mai mult în adâncul pădurii;

“- Voi găsi drumul acasă de aici, - se gândea fratele mai mare, - dar Top nu îl va găsi. Asta înseamnă că noi iar o să trăim fericiți: mama, tata și eu” Tip l-a dus pe Top în adâncul pădurii, atât de adânc, încât chiar lui i se făcu frică, iar apoi, când micuțul s-a distras, Top repede a alergat spre casă.

Și dintr-o dată, el a auzit, undeva deasupra capului, un scâncet, care îi părea foarte cunoscut. Tip ridică capul și îl văzuseră pe Top sus, în ciocul unei păsări teribile. Pa-

sărea ducea puiul de veveriță tot mai departe de casă, și era atât de mic și neajutorat.

Și în acest moment Tip a înțeles că mama avea dreptate. Top e încă atât de mic încât nu se poate apăra. Nimeni nu-l va putea salva pe Top în afară de fratele său mai mare. Și atunci Tip se porniseră repede după pasărea teribilă, el nu avea frică de pădure. Crengile îl loveau dur, dar el nu se oprea, el înțelegea că trebuie să-și salveze frățiorul. Dintr-odată el iar a auzit țipătul fratelui și a văzut pasărea în ghiarele căruia era fratele său. Pasărea se ajezaseră pe ă creangă să se odihnească. Atunci Tip a sărit curajos în luptă, și-a salvat fratele, și cei doi au plecat acasă. Ajungând acasă, Tip l-a hrănit pe frățiorul său mai mic, și apoi s-a așezat să se joace cu el. Când au venit, părinții și-au găsit acasă copilașii veseli și fericiți.

- Mulțumesc, feciorașule, - i-a spus mama lui Tip, - îți sunt recunoscătoare că ai avut grijă de frățiorul mai mic.

Atunci Tip nu a rezistat și i-a povestit mamei tot ce s-a întâmplat cu frații în această zi. Iar mama i-a spus:

- Îți mulțumesc, că nu m-ai dezamăgit. Nu în zădar am avut încredere în tine. Cred că înțelegi că vă iubesc mult pe ambii, dar trebuie să-i acord mai multă atenție lui Top, fiindcă el e încă micuț. La fel aveam grijă și de tine când erai de vârsta lui, dar acum ești mare deja, și poți să ai grijă tu singur de tine și de frățiorul tău. Sunt mândră de tine. Te iubesc mult și vreau să organizăm o sărbătoare și să invităm toți prietenii. Vom așeza o masă mare și vom așterne fața ta preferată de masă și-i vom servi pe toți cu o cină delicioasă. Iar după cină, ne vom juca în jocuri interesante și vom dansa.

În acea seara Tip se simțea foarte fericit. S-au adunat toți prietenii lui și s-au distrat din plin: s-au jucat, au glumit, au râs, au cântat și au dansat. Mult timp după această sărbătoare Tip își amintea acele momente frumoase și se simțea cel mai fericit pui de veveriță din lume.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚIE

- Ce sentimente avea Tip față de fratele său?
- Din ce cauză?
- De ce Tip s-a avântat să-și salveze fratele?
- De ce Tip se simțea acum cel mai fericit pui de veveriță din întreaga lume?



Micul Motănaș

Destinație: Dificultăți în comunicarea cu colegii. Sentimentul de inferioritate. Singurătatea. Senzația de „oaie neagră“.

Fraza cheie: „Nu sunt ca ei”.

Vârsta: preșcolară

Aplicare: individual / grupa de copii

Aplicată de: psiholog

Trăia odată un motănaș micuț de tot. Motănașul trăia în căsuța sa micuță, alături de mama-pisică, de tata-pisoi și de frățiorii și surioarele sale – motănași. Motănașul era cel mai micuț și era roșcat. Da, da, cu totul roșcat. Când mergea pe stradă, deodată se observa că merge EL, într-atât de roșcat era. Dar cel mai uimitor era, că toți ceilalți din jurul lui erau de culoare gri: gri închis, gri deschis, gri în dungi negre și albe - dar nici unul, absolut nimeni nu era roșcat. Toți cei din familia lui, mama-pisică, tata-pisoiul, frățiorii și surioarele sale - toți aveau blănițele de nuanțe frumoasă gri, și toate rudele și cunoscuții lui erau de culoare gri. Într-un cuvânt, din toți cei, pe care îi cunoștea motănașul, doar el era roșcat.

Și iată că într-o zi, i s-a întâmplat un caz foarte trist. Când motănașul cel micuț se plimba în curte, a întâlnit doi motănași siamezi, care se jucau vioi cu mingea, săreau și se veseleau.

- Buna, - a spus motănașul cel roșcat, - vă jucați atât de frumos. Se poate să mă joc și eu cu voi?

- Nu știm..., - i-au răspuns motănașii siamezi, uite cât de frumoși suntem, cu blănițele albastre-gri, iar tu ești atât de straniu, aproape roșu, niciodată nu am mai văzut ceva asemănător, mai bine ne vom juca în doi!

În acest timp, la ei s-a apropiat un motănaș mare neascultător, din curtea vecină; el era gri-închis cu dungi subțiri negre. Chicotând răutăcios el spuse: - “Ești atât de mic și portocaliu....poate tu nu ești un mic motănaș roșcat, dar un ȘOARECE MARE roșcat?!!!”

Motănașul s-a întristat atât de mult, încât și-a pierdut pofta de mâncare, aproape că nu mai dormea noaptea, și sucindu-se în pătucul său se tot gândea: “sunt atât de mic, atât de roșcat! Alți motănași nici nu vor să se joace cu mine, și cred că niciodată nu vor prieteni cu mine!”

Motănașul roșcat suferea mult. Și a devenit atât de trist, a încetat să se mai plimbe în curte, tot mai mult timp petrecea acasă privind în geam. Mamei îi spunea că nu vrea să se plimbe, dar, într-adevăr, se temea mult că se va plimba acolo de unul singur, și nimeni n-o să se joace cu el! Așa petrecea zile în șir, privind în geam și suferind. Dar într-o zi posomorâtă, când totul era sur, cețos și lipsit de lumină și toți se simțeau tristi, iată că, după un noraș s-a ivit soarele. Totul a devenit luminos și strălucitor, și toți se bucurau și se veseleau. “Cât de mult toți iubesc soarele, cât este de frumos. Dar, soarele este la fel de roșcat ca mine, s-a gândit motănașul. – Eu voi fi la fel de bun, și toți se vor simți cald și bine alături de mine!” Și atunci motănașul a decis să meargă în curte să se plimbe puțin.

Afară era o agitație groaznică: toți s-au îngrămădit în jurul celui mai mare copac din curte, unde un motănaș alb plângea tare. El se temea grozav și nu putea să coboare. Toți se temeau că motănașul poate să cadă. Dar motănașul cel roșcat a urcat curajos în pom și l-a salvat. Toți cei din jur se bucurau și-i spuneau: “Priviți, ce motănaș curajos și blând!”. “Da, se mirau alții....motănașul e foarte curajos, e un erou adevărat!”. Și toți îl felicitau pe motănaș, care se bucura mult de atenția lor. Apoi motănașul se îndreptă și își întinse coada. «Uitați-vă cât de frumos, de blând și de strălucitor este, ca un soare micuț!» - a spus cineva. Și micul motănaș mergea acasă foarte, foarte fericit, zâmbindu-le tuturor.

ÎNTREBĂRI PENTRU DISCUȚIE

- De ce motănașul era trist?
- De ce alți motănași nu doreau să se joace cu el?
- Ce a înțeles motănașul când a văzut soarele?
- Ți s-a întâmplat și ție ceva asemănător vreodată?
- Ce ai putea să înveți de la motănaș și ce ai putea să-l înveți pe motănaș?



**Fișă de monitorizare a implementării activităților psihosociale
desfășurate în instituțiile de educație timpurie, în cadrul
proiectului „Prin fotbal să creștem sănătoși”
(fișa se va completa cumulativ)**

Informații generale	
Raionul/municipiul:	
Localitatea:	
Instituția de învățământ:	
Număr total de copii în instituție:	
Număr de copii participanți la program:	
Număr total de copii cu CES în instituție:	
Număr de copii cu CES participanți:	
Programul planificat (se specifică, nr. activități, titlul, obiectivul propus, echipament necesar)	Activitatea 1: Activitatea 2.
Orarul de realizare a activităților:	Activitatea 1: Activitatea 2.

Nr. d/o	Indicatori	Bifați/comențați răspunsul
I. Desfășurarea programului		
1.	În incinta instituție de educație timpurie (de ex. activitatea 1- în sala de muzică, activitatea 3 - în sala de sport, etc.)	Activitatea 1: Activitatea 2.
2.	Pe teritoriul instituție de educație timpurie (de ex. activitatea 2 - pe terenul de joacă, etc.)	Activitatea 1: Activitatea 2.
3.	Bloc separat (de ex. activitatea 4 - pe terenul de sport al școlii, etc.)	Activitatea 1: Activitatea 2.
4.	Altceva, de specificat	
II. Moderatorul programului (se specifică pentru fiecare activitate în parte)		
1.	Psihologul	Activitatea 1: Activitatea 2.

2.	Cadrul didactic	Activitatea 1: Activitatea 2.
3.	Altcineva, <i>de specificat</i>	

III. Durata desfășurării programului

1.	Număr de activități sport realizate (<i>se specifică pentru fiecare activitate în parte durata de timp</i>)	Activitatea 1: Activitatea 2.
2.	Număr de activități de dezvoltare psiho-socială realizate (<i>se specifică pentru fiecare activitate în parte durata de timp</i>)	Activitatea 1: Activitatea 2.
3.	Altceva, <i>de specificat</i>	

IV. Dificultăți/obstacole/bariere cu care se confruntat grupul de copii sau un copilul individual (*se specifică per fiecare activitate la nivel de grup și la nivel de copil individual, necesitățile identificate*)

1.	domeniul cognitiv	Activitatea 1: Activitatea 2.
2.	domeniul fizic/motor	Activitatea 1: Activitatea 2.
3.	domeniul limbaj și comunicare	Activitatea 1: Activitatea 2.
4.	domeniul socio-emoțional	Activitatea 1: Activitatea 2.
5.	domeniul comportament adaptativ	Activitatea 1: Activitatea 2.

V. Dotări, echipamente, utilaje

1.	Existența spațiilor pentru desfășurarea programului	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Nu (<i>de pecificat</i>)
2.	Echipament sportiv	<input type="checkbox"/> suficient <input type="checkbox"/> insuficient (<i>de specificat</i>)
3.	Necesități, <i>de specificat</i>	

VI. Implicare

1.	Implicarea părinților/reprezentanților legali	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Nu <input type="checkbox"/> Parțial
2.	Implicarea bunicilor	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Nu <input type="checkbox"/> Parțial
3.	Implicarea educatorilor	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Nu <input type="checkbox"/> Parțial
4.	Implicarea specialiștilor SAP	<input type="checkbox"/> Da <input type="checkbox"/> Nu <input type="checkbox"/> Parțial

5.	Alte persoane/structuri implicate, de specificat	
VII. Dificultăți/impedimente în organizarea și desfășurarea programului		
Activitatea 1. ... Activitatea 2 ... Activitatea 3.		
VIII. Comportamente dezvoltate/ameliorate la nivel de grup de copii/copil în urma realizării programului (se vor indica comportamente dezvoltate/ameliorate la copii per activitate la nivel de grup, dar și individual în cazuri speciale) Indicatori pentru observare: a) Relațiile copilului cu activitatea (manifestă activism/pasivism, este atent/ă, se concentrează asupra sarcinilor propuse, ia parte la discuții, înțelege și realizează sarcinile într-un tempou rapid/lent, răspunde la întrebările adresate, adresează întrebări de clarificare, ascultă și reacționează adecvat la povești, etc.); b) Relații cu colegii (este apreciat/ă și integrat/ă în grupul de semeni, este izolat/ă, respins/ă în grup, se simte confortabil cu colegii, ajută pe ceilalți, este solidar, își respectă colegii, relațiile sunt bazate pe prietenie, relații de ajutor și sprijin, relații de indiferență, relații conflictuale, etc.); c) Relații cu cadru didactic (atitudine prietenoasă, sprijin și respect, înțelegere și bunăvoință, supunere totală, indiferență, lipsa de contact, etc.); d) Comportamentul/conduita copilului pe parcursul activităților (absentează frecvent de la activități, acceptă și respectă regulile de grup, disciplinat/ă, stăpânire de sine, provoacă situații conflictuale, aruncă obiecte în alți copii, întrerupe sau vorbește fără să-i vină rândul, reacționează la observații, folosește limbaj vulgar/grosolan, etc.); e) Starea emoțională a copilului pe parcursul activităților/exprimarea și gestionarea emoțiilor (dispoziție bună, emotiv/ă, sensibil/ă la obide, ușor își exteriorizează emoțiile (își exprimă trăirile, dorințele, temerile), stabil emoțional/ă (își poate gestiona emoțiile puternice, știe să se calmeze), zâmbește fără motive, plânge fără motive, etc.); f) Motivația față de implicarea în activități (manifestă interes, curiozitate, mobilizare, răbdare, inițiativă, indiferență, etc.).		
Activitatea 1. ... Activitatea 2 ... Activitatea 3.		
IX: Rezultate obținute (se indica per activitate rezultatele obținute la nivel de grup, dar și individual în cazuri speciale, în raport cu obiectivele propuse)		
Activitatea 1. ... Activitatea 2 ... Activitatea 3.		

Data prezentării: _____

Completat de către: _____ Semnătura: _____



Centrul Republican de
Asistență Psihopedagogică