

# GHID DE BUNE PRACTICI



## Tehnici creative

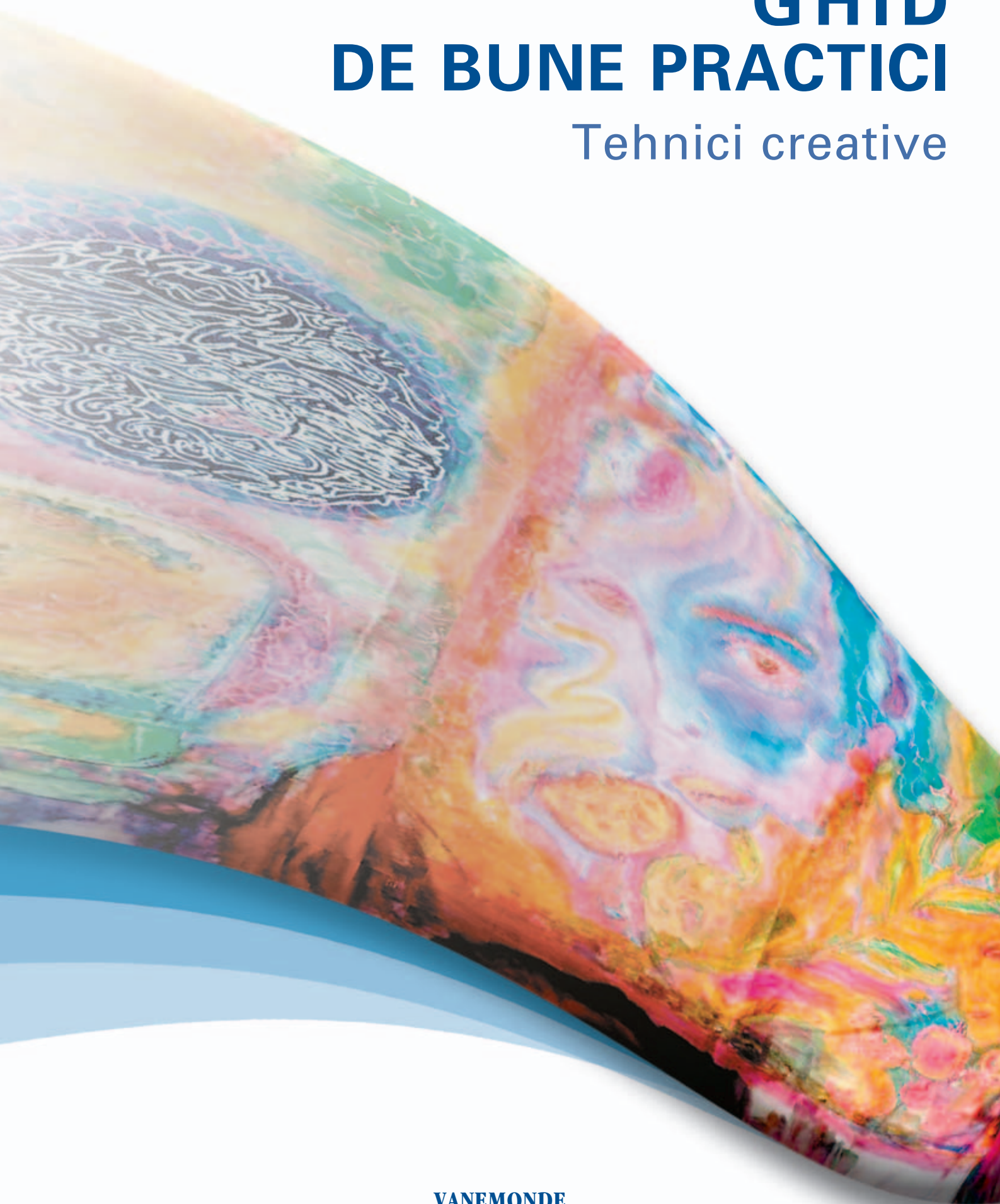


Fundația Internațională  
pentru Copil și Familie

unicef 

# GHID DE BUNE PRACTICI

Tehnici creative



VANEMONDE  
2005



**GHID DE BUNE PRACTICI**  
**Tehnici creative**

**Autori:**

Daniela Maria Gheorghe, psiholog, coordonator de proiect

Bruno Mastan, actor, co-terapeut

**Colaboratori:**

Dr. Gina Palicari, medic pediatru

Dr. psih. Corneliu Irimia, psihoterapeut

Lucia Gheorghe, învățător

Monica Fulea, psiholog

Dr. Mircea Gheorghe, medic

Acest ghid a fost realizat cu sprijinul financiar al Reprezentanței UNICEF în România, în cadrul proiectului de formare și informare a profesioniștilor din școli *“Educație pentru combaterea abuzului, neglijării copilului”*.

Opiniile exprimate în acest material aparțin autorilor și nu reflectă neapărat punctul de vedere al Reprezentanței UNICEF în România.

Editura **VANEMONDE**

tel/fax: 021 331 02 00

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**Ghid de bune practici, Tehnici creative** / Daniela Maria

Gheorghe, Bruno Mastan,... - București:

Vanemonde, 2005

Bibliogr.

ISBN 973-87252-7-5

I. Gheorghe, Daniela Maria

II. Mastan, Bruno

**Fundația Internațională pentru Copil și Familie mulțumește tuturor celor care au contribuit la realizarea acestui ghid.**

Copiii Centrului de Plasament "Sfântul Iosif", București  
Doamnei Rebeca Frăsineanu, director, Centrul de Plasament "Sfântul Iosif"

Profesor Iuliana Soare, director, Școala Nr.1 "Sfinții Voievozi"  
Profesor, Victoria Barbu, director, Școala Nr. 11 "Ion Heliade Rădulescu"  
Profesor, Ghiță Florian, director, Școala Nr. 3 "Nicolae Titulescu"

și doamnelor învățătoare Alina Șerban, Anca Ștefănică, Cristina Rîureanu, Dominica Troneci, Georgeta Dolcoș, Irina Buldovschi, Lucia Gheorghe, Marcela Râștei, Mariana Dincă, Mariana Ioniță, Mădălina Șerban, Mihaela Lidia Popa, Ramona Neacșu, Rodica Pană, Silvia Covaci, Tibiana Poiană, care au participat la cursurile de formare a profesioniștilor din școli în domeniul prevenirii maltratării și promovării bunelor practici, și care vor avea menirea să transmită mai departe copiilor și colegilor de breaslă experiența dobândită în utilizarea tehnicilor creative.

**FUNDAȚIA INTERNAȚIONALĂ PENTRU COPIL ȘI FAMILIE**

Telefon: 212 76 42, 212 76 41, 312 79 55  
Fax: 311 19 15, 311 23 05  
E-mail: familiy@mailbox.ro

Acest ghid a fost realizat cu sprijinul financiar al Reprezentanței UNICEF în România, în cadrul proiectului de formare și informare a profesioniștilor din școli "Educație pentru combaterea abuzului, neglijării copilului".

Opiniile exprimate în acest material aparțin autorilor și nu reflectă neapărat punctul de vedere al Reprezentanței UNICEF în România.



Fundația Internațională pentru  
Copil și Familie

# Cuprins

<b>Introducere</b>	5
<b>Istoric</b>	7
<b>PARTEA I: Caracteristicile școlarului mic</b>	8
Să fii copil e-un lucru greu	8
<b>PARTEA a II-a: Tehnicile creative</b>	11
2.1. Psihoterapia și tehnicile creative	11
2.2. Principalele tehnici creative utilizate în lucrul cu copilul	14
2.2.1. Desenul și pictura	14
2.2.2. Modelajul	15
2.2.3. Colajul	15
2.2.4. Teatrul	16
2.2.5. Basmele și povestirile terapeutice	16
2.2.6. Jocul	17
2.2.7. Marionetele	18
2.2.8. Dansul și mișcarea creativă	19
2.2.9. Muzica	19
<b>PARTEA a III-a: Exerciții practice</b>	21
3.1. "Ghemul și ploaia"	21
3.2. "Desenul grupului"	23
3.3. "Rotația desenelor"	26
3.4. "Cine sunt eu?"	29
3.5. "Desenul sentimentelor"	34
3.6. "Orașul nostru"	38
3.7. "Universul meu"	41
3.8. "Eu și monstrul"	43
3.9. "Omida Lida"	47
3.10. "Drumul printre planete"	52
<b>Bibliografie</b>	56

---



# Introducere

---

Acest "Ghid de bune practici" abordează aplicarea tehnicilor creative în activitățile școlare și extrașcolare ale copiilor.

Experiența pe care am avut-o în ultimii ani în practica directă cu copiii, ne-a condus spre finalizarea unui astfel de ghid. Obiectivele pe care ni le-am propus, în cadrul ședințelor de terapie creativă, au fost dezvoltarea creativității și a exprimării sentimentelor. Am constatat că pe lângă creativitate și comunicare, aproape toți beneficiarii noștri au avut salturi considerabile și în plan cognitiv și afectiv-emoțional.

Realizarea acestui ghid vine în întâmpinarea dorinței noastre de a împărtăși și altor profesioniști tehnicile creative folosite de echipa formată din psihologi, actori, medici, asistenți sociali, învățători, în scopul dezvoltării personalității copiilor.

Roseline Davido, spunea în cartea sa "Descoperiți-vă copilul prin desen": "Copilul este un creator pe care deseori școala îl înăbușă."

Dacă este așa, exercițiile creative prezentate în acest ghid vor interveni în favoarea copilului. Învățătorii cu care am colaborat la realizarea acestui ghid sunt dispuși să militeze împreună cu noi pentru dezvoltarea creativității și a comunicării copiilor, în cadrul școlilor în care profesază.

Tehnicile creative utilizate în terapie oferă o libertate mai mare în interacțiunea dintre terapeut și beneficiar, decât tehnicile clasice. Aceasta nu presupune deprecierea metodelor clasice, ele stau la baza acestuia, împreună cu arta.

În această situație putem fi întrebați "Prin ce se deosebesc aceste tehnici creative de arta propriuzisă?"

**Psihologia artei** (engl. psychology of arts, fr. psychologie de l'art) este un domeniu al psihologiei ce are în atenție problemele psihologiei implicate în perceperea și creația din toate domeniile celor șapte arte.

**Arta** e un mijloc de construire a personalității, permite o conectare cu sine însuși, dezvoltă capacitatea de expresie și comunicare în relațiile interumane.

**Tehnicile de terapie creative, de terapie prin artă**, îl ajută pe copil să se înțeleagă pe sine, să se elibereze de anxietățile acumulate, de tensiuni și să dezvolte abilități de comunicare și inserție socială, facilitând elaborarea unor strategii de rezolvare a conflictelor.

**Diferența între artă și terapie creativă, prin artă**, constă în faptul că: în artă beneficiarul este opera de artă, iar în terapia creativă beneficiarul este copilul, arta fiind un mijloc de dezvoltare pus la dispoziția acestuia.



Acest tip de terapie permite copilului un timp și un loc sigur pentru a constitui, reconstitui evenimentele și pentru a le analiza. Este un mijloc de comunicare și de evoluție pus în slujba copilului.

Acest ghid prezintă o serie de zece exerciții în care tehnicile creative sunt utilizate atât în scop terapeutic cât și în scopul dezvoltării personale, de cunoaștere și de susținere a copilului. Ne adresăm astfel nu numai psihologilor sau terapeuților, ci tuturor celor care lucrează cu copiii și care doresc să-i cunoască și să-i ajute să se descopere pe ei și mediul care îi înconjoară.

Este bine să subliniem faptul că aceste metode sunt extrem de flexibile, dar este imposibil pentru oricine să le aplice doar prin cunoașterea unui singur exercițiu.

Dacă selectăm o listă de calități ale persoanelor care ar putea utiliza aceste tehnici, riscăm să îndepărtăm anumite persoane dornice să aplice aceste tehnici. Credem că o experiență personală, aprofundată de cursuri de perfecționare în domeniul dezvoltării copilului și al consilierii acestuia sunt necesare. Nu trebuie neapărat ca cel care pune în practică aceste exerciții să învețe cu strictețe cum se aplică, vă puteți folosi de propria experiență și creativitate. Aceste metode reprezintă o cale simplă de a interacționa cu beneficiarul (copilul), de a-i folosi propria experiență în dezvoltarea emoțională și în cunoașterea sa și a lumii exterioare.

A fi creativ înseamnă uneori, a coborâ în propriile profunzimi, pentru a reveni apoi cu toată cunoașterea despre cum putem așeza în forme concrete imaginile întregului nostru suflet, a viselor noastre, a imaginației. Stimularea imaginației întărește personalitatea copilului, el putând astfel să înfrunte mai ușor tot ceea ce îl rănește, îi face rău.

Creația oferă posibilitatea achiziționării unei conștiințe de sine crescută și aduce cu aceasta putere și bucurie.

---



## *Istoric*

---

Primele ateliere de terapie creativă, de terapie prin artă, apar în 1950 în Anglia și în S.U.A. În jurul anului 1952, mai mulți profesioniști francezi se grupează și iau ființă atelierele de meditație artistică de la spitalul Saint Anne, Paris.

Către 1990, terapia creativă se îndreaptă către câmpul cultural, social, educativ, socio-educativ, ieșind din cantonarea în zona psihiatriei.

Referindu-se la creativitate D.W Winnicott, unul dintre cei mai mari psihoterapeuți de copii, afirmă că "procesul de creație este mai important decât produsul finit". Procesului de creație îi corespunde un proces mai mult personal, acela de a fi, de a exista, aptitudinea relativă de a crea legături cu celălalt, cu viața sa interioară. Referințele artistice permit de asemenea, "comunicarea" prin intermediul unei tehnici (suport), medierea devine deci limbaj care permite exprimarea, consultarea. În acest tip de muncă nu există o delimitare fixă între timpul pentru creație și timpul pentru vorbire; amândouă manifestările trebuie să fie prezente în același timp.

În terapia creativă, terapia prin artă, cadrul și atmosfera trebuie să asigure copilului o "stare de siguranță", pentru a putea crea ceva care să-i aparțină.



## ***Caracteristicile școlarului mic***

---

Întrucât acest ghid se adresează în mare parte profesioniștilor care lucrează cu copiii, în special școlari din clasele I-IV, am considerat necesare câteva informații legate de această perioadă de dezvoltare a copilului.

De-a lungul întregii sale dezvoltări, copilul va fi ghidat de dorința sa de a ajunge «MARE», de nevoia sa de autonomie, atât de importantă pentru el și de dorința sa de a descoperi și de a învăța.

Cadrul social în care copilul va crește și se va dezvolta este crucial pentru viitorul lui.

Prin cadru social nu se înțeleg numai condițiile materiale, ci și capacitatea celor din jur de a înțelege și a răspunde nevoilor copilului, de a-i asigura o securitate fizică, psihică și afectivă.

Dezvoltarea armonioasă a personalității copilului depinde de felul în care aceste nevoi sunt satisfăcute.

Nevoile copilului sunt de o complexitate deosebită și evoluează odată cu dezvoltarea copilului.

«Reprezentând și completând «Piramida trebuințelor» a lui Abraham Maslow, observăm că ar fi posibilă o mai bună delimitare a nevoilor, în așa fel încât acestea să nu fie confundate cu dorințe sau plăceri» (Jaques Salomé).

După acest autor am avea următoarele nevoi ale copilului:

- Nevoia de supraviețuire* (mâncarea, băutura, somnul, eliminarea reziduurilor, respirația);
- Nevoia de siguranță* (să fie protejat, recunoscut, iubit, să poată iubi, să poată fi înțeles, să se poată exprima și, mai ales, să fie ascultat cu adevărat);
- Nevoia de socializare* și de a aparține unei familii, unui mediu, unei etnii, unui ansamblu de credințe;
- Nevoia de recunoaștere* și de participare (să fie implicat, să coopereze, să facă singur ceva, creativitatea);
- Nevoia de diferențiere*: «Sunt unic și tot ceea ce simt îmi aparține»;
- Nevoia de a evolua*: «Ceea ce este bun pentru mine la un moment dat, poate să se dovedească mai apoi insuficient» Această nevoie este o completare a celei de diferențiere.
- Nevoia de actualizare, de individualizare*: «Trăiesc în plin prezent, chiar dacă sunt deșirat de trecutul meu și neliniștit de viitorul meu».
- Nevoia de armonizare, de reîntregire*: «Dincolo de conflictele mele, de rezistențele mele, de contradicțiile mele, trebuie să fiu în acord cu diferitele mele părți, trebuie să mă simt întreg. Simt nevoia unei axe centrale».

Alte nevoi permanente ale copilului sunt:

- joaca,
- aerul curat, spațiul,
- hrana sănătoasă și echilibrată,
- somnul,
- igiena,
- afecțiunea.

Adulților le revine sarcina de a veghea la satisfacerea acestor nevoi, și nu la împlinirea unor dorințe care adesea le maschează și le deformează nevoile. Dorințele se diferențiază de nevoi prin aceea că pot fi exprimate și pot fi împlinite în registrul imaginarului. Dorinței îi este specifică necesitatea de a fi înțeleasă, împărtășită, de a fi legată de ansamblul întrebărilor unui copil.

*Perioada școlarității mici (6/7 - 10/11 ani), de la intrarea copilului în școală și până la terminarea ciclului elementar, este apreciată de unii autori, ca fiind un fel de sfârșit al copilăriei.*

În această etapă se dezvoltă caracteristici importante și se realizează progrese în activitatea psihică, datorită conștientizării ca atare a procesului învățării. Învățarea devine tipul fundamental de activitate al acestei vârste. Activitatea școlară va solicita intens intelectul, având astfel loc un proces gradat de achiziții de cunoștințe. În consecință, copilului i se vor organiza și dezvolta strategii de învățare, i se va conștientiza rolul atenției și repetiției, își va forma deprinderi de scris-citit și calcul.

Tot în această perioadă se dezvoltă noi tipuri de relații ce au la bază școala ca instituție socială. Aceste relații grupale sunt supuse unor reguli la care copilul trebuie să se adapteze.

În mica școlaritate se modifică substanțial regimul de viață al copilului. Adaptarea școlară devine fundamentală în prezența unor dificultăți ce trebuie depășite, adeseori cu renunțări la unele activități plăcute (cum este de pildă joaca) și implicarea în acțiuni mai complexe, care pot să nu îi aducă satisfacții imediate. Pentru aceasta micul școlar trebuie să se organizeze, să se disciplineze și să investească un efort continuu în finalizarea conduitelor sale. Aceasta înseamnă să aibă o imagine adecvată despre sine și despre ceilalți, să respecte rigorile disciplinei, să-și stăpânească emoțiile, să aibă efortul susținut și să interacționeze cu colegii de școală. Din această perspectivă apar diferențele vizibile între copii, în ceea ce privește adaptarea școlară și succesele sau eșecurile la învățatură. Astfel, unii copii parcurg traseul adaptării fără seisme majore, alții cunosc eșecuri și dificultăți temporare, cu frământări și conflicte, cu stagnări și reveniri. Există și situații în care copiii care rămân neadaptati, nu reușesc să intre în ritmul alert al programului școlar, și ca urmare a condițiilor familiale deficitare, nestimulative și dezorganizate sau a maturității psihice insuficiente.

În ceea ce privește preocupările copilului, se poate semnala faptul că, deși jocul își pierde din importanță, acesta este încă activ. Regula devine fenomen central al jocului contribuind la organizarea conduitei în colectiv a copilului. Prin aceasta se dezvoltă spiritul de echipă și se conștientizează ideea de cinste și obligativitate. Copiii trec în această perioadă și printr-o fază de excesivă sensibilitate față de noi reguli. De multe ori nu tolerează încălcarea unor reguli și adoptă atitudini față de colegii care încalcă aceste reguli. Spiritul de competiție adeseori creat la nivelul școlii, face ca orice nerespectare a regulilor de către un coleg, să fie însoțită de dorința ca acesta să fie pedepsit sau sancționat.

Astfel, adaptarea se realizează prin adoptarea unor forme noi de echilibru. Când învățătorul insistă exagerat pe disciplină, copilul prezintă o adaptare mai dificilă, ce se manifestă prin creșterea nervozității și a oboselii.

Explorările pe care le face copilul pentru cunoașterea mediului înconjurător sunt facilitate și de dezvoltarea motricității și a rapidității reacțiilor. El dă impresia că este tot timpul grăbit, manifestă o relativă instabilitate motrică, fapt reflectat și în aranjarea neglijentă a lucrurilor. Mulți părinți cred, de multe ori, că aceștia sunt hiperactivi și au nevoie de tratament.

După 8 ani, copilul este mai sensibil la educația socială, ceea ce înseamnă că adaptarea a pășit într-o altă etapă, în care domină echilibrul și o mai pregnantă stăpânire de sine.

După 9 ani, copilul devine mai meditativ. Crește, de asemenea, dorința de a cunoaște mai mult, de a fi ordonat și de a realiza produse (lucrări scrise, desene) de performanță.

Spre sfârșitul micii școlarități, dezvoltarea intelectuală este evidentă și autoevaluarea capacităților sale este tot mai realistă, deoarece spiritul critic realizează un progres continuu.

La nivelul *gândirii*, construcțiile logice joacă un rol din ce în ce mai important, iar prin intermediul judecăților și raționamentelor, copilul are posibilitatea să opereze cu elemente desprinse de contextul dat, intuitive, să depășească realitatea nemijlocită și apoi să se apropie de abstract și general. În gândire intervine tot mai mult spiritul logic și operarea cu seturi de reguli, ca afirmații despre concepte.

Prin antrenarea *verbalizării* sunt solicitate diferitele funcții ale atenției, ceea ce imprimă o activitate intelectuală susținută în timpul lecției. Ca urmare a deselor exerciții, păstrarea devine mai performantă, de lungă durată și facilitează clasificarea și organizarea informațiilor stocate de *memorie*. Recunoașterea capacității și ea tot mai multă importanță, deoarece permite dese raportări la asemănări și deosebiri între obiecte și fenomene. Și reproducerea devine din ce în ce mai activă. Prin repetiție, învățarea și memorarea se ajustează la scheme bazate pe înțelegerea și organizarea lecției, fapt semnificativ pentru constituirea răspunsului. *Înțelegerea* face posibilă nu numai achiziția unui volum mai mare de cunoștințe, dar și organizarea lor coerentă. În acest context, nu trebuie neglijată nici *motivația*, care dă consistență învățării. În primul an de școală, copilul învață sub influența adulților (motivație extrinsecă). Ulterior, învățarea este impulsionată și de elemente de rezonanță din relaționarea copilului cu colegii, percepute ca ambiție, cooperare și competiție (motivație intrinsecă). Aceasta stimulează interesele copilului și dezvoltarea unor trăsături de voință, de perseverență, hărnicie, dorință de confort.

În ceea ce privește *limbajul*, se poate preciza că acesta constituie unul dintre cele mai accentuate fenomene ce îi diferențiază pe copii la intrarea în școală. Mediul din care provine copilul și capacitățile sale intelective imprimă un anumit nivel al dezvoltării limbajului. Diferențele apar mai evident pe latura exprimării, a foneticii, a structurii lexicale. La acestea se adaugă și eventualele deficiențe de limbaj. Conduitele verbale încep din ce în ce mai mult să subordoneze toate celelalte comportamente, să le organizeze și să le dinamizeze. Conduitele de ascultare, care se integrează în limbajul oral, contribuie nu numai la însușirea celor comunicate, dar și la o disciplinare mintală a copilului.

*Curiozitatea* este mare la această vârstă și ea stă la baza formării unor trebuințe de cunoaștere. Alcătuirea de povești, de desene, perfecționarea scrisului, devin activități de bază ale copilului.

Acum, micul școlar este capabil de un efort susținut, dozat și previzibil în care se impune tot mai extins voința sa. În toate activitățile școlare, cât și în cele legate de igienă, de autoservire, în comportamentele generale, se formează o serie de *deprinderi* și *abilități* ce facilitează desfășurarea acestora cu un efort redus. Multe din aceste deprinderi, în care sunt implicate componente motrice și psihomotrice sunt destinate desfășurării scris - cititului, a calculului matematic, a utilizării corecte a regulilor gramaticale, a folosirii diferitelor instrumente de măsurat, de rezolvare a problemelor.

Așadar, unele din aceste deprinderi stau la baza constituirii *priceperilor intelectuale* ce contribuie la succesul învățării.

O latură importantă a deprinderilor și priceperilor constă în transformarea lor în obișnuințe sociale, prin intermediul cărora copilul se raportează tot mai corect la comportamentul civilizată, devine mai sensibil și mai controlat în relațiile cu cei din jur. Devine capabil să adopte conduite înțelese și previzibile.

În contactul cu diferite discipline școlare și cu diversele cunoștințele, micul școlar manifestă preferințe și înclinații pentru unele domenii și treptat își formează aptitudini pentru activitățile respective. Astfel, din aptitudinea generală pentru învățare se constituie aptitudini specializate pentru literatură, matematică, muzică, desen etc. Ele se concretizează în obținerea unor rezultate mai deosebite, uneori chiar performanțe ce aduc copilului bucurii și satisfacții.

## ***Tehnicile creative***

### **2.1. PSIHOTERAPIA ȘI TEHNICILE CREATIVE**

Psihoterapia copilului s-a dezvoltat inițial din psihoterapia adultului, dar de-a lungul timpului a cunoscut o serie de delimitări datorate cunoașterii aprofundate a dinamicii dezvoltării personalității copilului.

Psihoterapia îi ajută pe copii într-o varietate de moduri: primesc suport emoțional, își înțeleg sentimentele și problemele, își rezolvă conflictele, încearcă noi soluții la problemele mai vechi.

Scopul fundamental al terapeutului este de a-i ajuta pe copii să vadă lumea din jurul lor așa cum este ea în realitate, să se descopere pe ei și lumea înconjurătoare.

Psihoterapia nu este pedagogie, ci mai curând o artă în care sunt îmbinate tehnicile și cunoștințele teoretice, cu experiența, creativitatea, flexibilitatea terapeutului.

Pentru buna desfășurare a ședințelor de consiliere psihologică sau terapie, este bine ca terapeutul să creeze un mediu securizant, cald, primitor în care copilul poate să-și exprime sentimentele, nevoile, emoțiile, fricile, anxietățile. Relația pe care psihologul, psihoterapeutul trebuie să o construiască este una caldă, bazată pe încredere între el și copil.

Pentru asigurarea succesului terapiei, este necesar ca terapeutul să fie atașat de copil, să-l respecte, să dezvolte o atitudine empatică, onestă și deschisă în relație cu copilul. Să fie direct, fără a fi deranjant, amabil și permisiv; trebuie să dea dovadă de flexibilitate.

De asemenea, terapeutul trebuie să cunoască modul cum se dezvoltă și învață copiii, și să înțeleagă momentele importante care corespund fiecărui nivel particular de vârstă și nevoile copilului.

A stabili o *comunicare* este *obiectivul* fundamental al ședințelor de consiliere și terapie.

*Scopul* tehnicilor creative în terapie este de a aduce o *schimbare*, alături de creația unui lucru/obiect concret (obiect, idee, vis, poveste etc.).

Tehnicile creative sunt utile atât pentru copiii mai mici cât și pentru cei mari, inclusiv adolescenți. Ele constituie un teren privilegiat al cunoașterii umane. Formele de terapie creative constituie una din căile principale de interacțiune cu copilul.

Desenul, pictura, modelajul, colajul, teatrul, basmele și povestirile terapeutice, jocul, marionetele, dansul și mișcarea creativă, muzica sunt câteva din metodele care dezvoltă creativitatea și implicit personalitatea copilului. Acestea oferă copilului acea siguranță de care are atâtă nevoie, și acea libertate de exprimare și manifestare a dorințelor, trebuințelor, nevoilor, opiniilor, atitudinilor sale.

Înainte de a descrie aceste tehnici am dori să răspundem la câteva din întrebările care ni s-au pus pe parcursul activităților desfășurate în cadrul programelor de terapie creativă, terapie prin artă.

## CUM SE DESFĂȘOARĂ ȘEDINȚELE DE TERAPIE CREATIVĂ?

- Se pot desfășura *în grupuri* mici de câte 5-7 persoane, grupuri mai mari 8-10 persoane, grupuri mari 20-30 persoane sau *individual*;
- Ședințele de terapie creativă, se desfășoară într-un mediu creat special pentru copii, un spațiu în care se vor simți în siguranță și în care se pot exprima liber;
- Aceste ședințe sunt conduse de către un animator (psiholog, un actor, educator, învățător, profesor, medic, asistent social etc.), o persoană care are abilități de lucru cu copiii și care este capabil să-i asculte, să-i înțeleagă, să le identifice nevoile și să caute o cale de a răspunde acestor nevoi, să aibă cunoștințe legate de principalele etape de dezvoltare a copilului, să aibă abilități de a empatiza cu beneficiarii și de a-i consilia la nevoie;
- Durata unei ședințe este de 60-100 de minute în funcție de scopul, obiectivele, activitățile propuse și în special de mărimea grupului și gradul de implicare al beneficiarilor;
- Aceste tehnici satisfac nevoile participanților de apartenență și identificare cu un grup, îi ajută pe copii să se autodescoapere, de aceea activitățile se întind pe o perioadă destul de lungă de timp, uneori chiar un an sau doi.

## CUM SE FORMEAZĂ UN GRUP DE TERAPIE CREATIVĂ?

Grupul în care se utilizează terapia creativă, ca și oricare alt grup, trece printr-o serie de etape de dezvoltare, înainte de a atinge «maturitatea».

Tuckman a descris patru stadii de dezvoltarea, în evoluția grupurilor:

### Formarea

Este stadiul în care persoanele din grup află despre sarcini, reguli, metode de lucru, persoanele se bazează pe lider și pe comportamente cunoscute. Grupul trebuie să le dea impresia de siguranță. În această etapă se strâng informații, date, care vor folosi apoi la crearea de subgrupuri. Se evită confruntările și subiectele delicate sau foarte grave, discutându-se mult despre definirea sarcinii și modul de abordare a acesteia. Trecerea la etapa următoare are loc atunci când se renunță la evitarea conflictului.

### Furtuna

Acest stadiu se caracterizează prin conflict și competiție. Apare când membrii grupului trebuie să-și modeleze comportamentul, ideile, convingerile, pentru a le face compatibile cu cele ale grupului, spre rezolvarea sarcinilor și atingerea obiectivelor propuse. Datorită acestor probleme, unii membri ai grupului manifestă un comportament de retragere în timp ce alții manifestă tendință de dominare.

### Normarea

În aceste momente dispar grupulețele, apare conștiința de apartenență la grup, crește coeziunea între membrii grupului. Problemele pot fi rezolvate în grup, cu participarea tuturor membrilor. Există un real și eficient schimb de informații între toți membrii grupului. Creativitatea este mare, dar există riscul rezistenței la orice tip de schimbări, datorită relațiilor intra-grup.

### Funcționarea

Nu toate grupurile ajung în această etapă. Este etapa în care apare o interdependență reală între membrii grupului, putându-se lucra la fel de bine individual, în subgrupe sau cu întreg grupul. Loialitatea și eficiența grupului sunt maxime. Identitatea grupului este completă, membrii sunt foarte siguri de ei, teama de schimbare dispărând.

Acestor patru etape li se mai poate adauga încă o etapă, care adeseori este trecută cu vederea: **etapa de încheiere a grupului**. În această etapă membrii grupului se concentrează pe terminarea sarcinii, comportamentele de menținere a grupului ocupând un loc secundar. Neluarea în considerație a acestei etape



poate duce la crize majore. Alteori grupul și-a dus la bun sfârșit activitățile, și-a atins scopul și prin urmare activitățile grupului trebuie să se încheie. Ca și orice despărțire și aceasta poate provoca durere, frustrări, păreri de rău. Această etapă trebuie gestionată cu mare grijă.

## CARE SUNT CRITERIILE DE SELECȚIE A GRUPURILOR DE TERAPIE CREATIVĂ?

Este bine ca membrii grupului să aibă:

- Un scop comun;
- Vârstă apropiată;
- Aproximativ același nivel de dezvoltare;
- Aceleași tipuri de probleme și preocupări.

## CÂT DE MARE POATE FI UN ASTFEL DE GRUP?

Mărimea unui grup de terapie creativă trebuie să fie un compromis acceptabil între avantaje și dezavantaje. Cercetările au dus la concluzia că cel mai eficient grup din punct de vedere al participării este acela format din 5 – 7 oameni. Din perspectiva atingerii unui nivel înalt de cunoștințe și priceperi, grupul trebuie să fie mai mare.

Grupurile se diferențiază între ele din punct de vedere calitativ și cantitativ în două categorii:

### *Grupuri mici*

Au un număr relativ mic de membri. Un grup mic începe de la două persoane și se termină cu câteva zeci de persoane. Mărimea lui este reglată de diverși factori. Un grup mic poate fi reprezentat de familie, clasă, sat etc.

### *Grupuri mari*

Cu cât un grup este mai mare, cu atât este mai mare și diversitatea cunoștințelor și aptitudinilor. Cuprinde un număr relativ mare de membri.

Cu cât numărul membrilor este mai mare, apare mai pregnant riscul divizării lui în subgrupuri.

## CÂT DE MARE ESTE INFLUENȚA GRUPULUI ASUPRA MEMBRILOR SĂI?

Uneori dorința de a rămâne membru al unui grup este mai puternică decât satisfacerea necesității individuale. Astfel, membrii unui grup își pot limita productivitatea pentru a se supune normelor grupului. Nu numai grupul exercită acțiuni modelatoare asupra membrilor săi, ci și invers. Uneori este suficientă schimbarea unui membru al grupului sau chiar doar a atribuțiilor acestuia, pentru ca întreg grupul să sufere modificări foarte importante. Oamenii se pricep foarte bine să vorbească despre cooperare și lucrul în echipă, însă adeseori lucrurile stau mai puțin bine atunci când este vorba de a pune toate acestea în practică. Este bine ca în cadrul programului școlar să punem mai mult accent pe lucrul în grupuri.

Există o multitudine de stări în interiorul grupului, acestea depind de stadiul în care se află acesta, dar și de alți factori, interni sau externi. Entuziasmul, consensul, solidaritatea pot alterna cu furia, dezbinarea, desolidarizarea, destrămarea.

## CARE SUNT PROBLEMELE CE POT FI AMELIORATE CU AJUTORUL TEHNICILOR CREATIVE?

- Timiditatea;
- Labilitatea emoțională;
- Problemele de integrare în grădinițe sau școli;

- Stima de sine și respectul față de sine reduse: "Nu sunt bun de nimic", "Nu știu nimic";
- Negativismul: "NU vreau...", "NU fac...";
- Nervozitatea accentuată;
- Hiperactivitatea;
- Tulburările de limbaj;
- Randamentul școlar slab;
- Depresia.

## CE REZULTATE AU ACESTE TEHNICI APLICATE COPILOR DE DIFERITE VÂRSTE?

Rezultatele se referă în general la întreaga personalitate a copilului și în particular la următoarele aspecte:

- Dezvoltarea capacităților de exprimare verbală și nonverbală a dorințelor, sentimentelor, trăirilor;
- Respectul față de sine și încrederea în sine;
- Strategii personale de rezolvare a problemelor și a conflictelor intra- și inter-personale;
- Spargerea blocajelor emoționale;
- Perfecționarea capacității de autocunoaștere și autoacceptare;
- Dezvoltarea valorilor morale și spirituale;
- Dezvoltarea capacităților cognitive (memorie, atenție, limbaj, gândire etc.) și a creativității;
- Eliberarea de tensiuni, anxietăți acumulate, stres, frustrări și sentimente negative;
- Capacitatea de integrare în grupuri.

## 2.2. PRINCIPALELE TEHNICI CREATIVE UTILIZATE ÎN LUCRUL CU COPILUL

### 2.2.1. DESENUL ȘI PICTURA

*"... de fapt copilul în desenul său "povestește" grafic, fără ca aceasta să includă în mod necesar și cuvinte. Desenul copilului este un veritabil limbaj" (Roseline Davido).*

Primul studiu despre desenele copiilor datează de acum 60 de ani și îi este asociat numele de Luquet. De atunci interesul pentru desenele copiilor este din ce în ce mai mare.

Scopul în lucrul cu desenul este de a ajuta copilul să devină conștient de sine și de existența sa în lume. Desenele și picturile pot fi utilizate în multiple moduri și cu multiple obiective. Prin desen și pictură copilul își exprimă sentimentele, trăirile, nevoile, se exprimă pe sine însăși și își descoperă astfel identitatea. Pictura, ca și desenul, este un joc, un dialog între copil și adult, este un mijloc de comunicare.

Desenul rămâne întotdeauna un mod de a descrie povestea care nu poate fi spusă în cuvinte. Culorile, hârtia, creta îl pot stimula pe copil să povestească cele întâmplate, să scoată la iveală scene din viața sa, pe care nu le poate exprima în cuvinte. Povestea desenată de copil relevă foarte clar trăirile, sentimentele copilului.

Desenul poate fi utilizat în diferite scopuri:

- ca test al nivelului mental, evaluarea inteligenței cu ajutorul desenelor;
- ca mijloc de comunicare, testându-se astfel nivelul de dezvoltare al limbajului și al comunicării în general;

- ca mijloc de explorare al afectivității copilului;
- ca mijloc de cunoaștere al propriului corp și al orientării în spațiu.

Un desen, de unul singur, nu poate revela totul. Nu trebuie să ne încredem în concluziile pripite trase dintr-un singur desen pe al cărui autor nu-l cunoaștem destul de bine. Interpretarea desenelor trebuie făcută de către specialiști, deoarece această muncă necesită cunoștințe aprofundate. Un singur desen nu este suficient pentru a pune un diagnostic, el trebuie situat în contextul socio-cultural al copilului și corelat cu o mulțime de alți factori.

Dacă prin desen și pictură în cele mai multe cazuri școala încearcă să dezvolte abilitățile de reproducere și reprezentare a obiectelor, în cadrul atelierelor de tehnici creative încercăm să formăm un limbaj simbolic care nu se concretizează numai prin limbajul verbal ci prin formularea unor senzații. Imaginația și creativitatea copilului se vor dezvolta fără constrângeri exterioare. Dacă la început copilul desenează sau pictează imagini din lumea exterioară, cu timpul se va îndrepta treptat, treptat spre lumea sa interioară.

“Cine vrea să înțeleagă pe deplin arta copilului trebuie să o considere pe două planuri: suita tablourilor fiecărui copil (evoluția lui), și ansamblul tablourilor diferiților copii de la aceeași ședință” (Arno Stern). Un tablou singur, este o stare, pentru a-l putea înțelege pe copil este bine să-l urmărim în timp.

Prin desen și pictură copilul se eliberează, își exprimă atât senzațiile vechi cât și pe cele noi, se înțelege și se transformă. Odată ce stăpânește acest limbaj, copilul este capabil să formuleze orice, nimic nu mai rămâne ascuns în lăuntru și în exterior.

### 2.2.2. MODELAJUL

***“Sufletul conține toată știința umană. Noi putem doar să-l ajutăm să scoată această cunoaștere la lumină” (Maestrul Eckart).***

Modelajul în lut, plastilină, cocă de făină și apă, este o modalitate în care copilul își spune povestea atât prin figurinele modelate cât și prin cuvintele, expresiile verbale care acompaniază activitatea de modelaj a copilului. Exercițiul cu lut oferă copilului atât o experiență tactilă, cât și una kinestezică.

Adesea copiii care nu-și cunosc sentimentele nu-și exersează nici simțurile. Lutul le oferă astfel o punte între simțuri și sentimente. Figurinele tridimensionale create pot debloca și facilita comunicarea verbală a copilului despre cele petrecute și despre trăirile lui.

De exemplu, în prima fază a modelajului, lutul poate deveni un pretext și un suport al comunicării. La început, copilul ar putea refuza să pună mâna pe lut, deoarece acesta seamănă cu noroiul sau cu nămolul. Ne va privi la început cum ne place să ne murdărim, iar la invitația de a participa și el, e posibil să primim un refuz deoarece nu are voie sau nu vrea să se murdărească. Psihologii consideră că în aceste situații există o legătură între compulsia copilului de a se murdări și problemele lui emoționale. Este bine să nu-i obligăm și să utilizăm alte materiale înaintea lutului, lutul fiind introdus treptat în joc. În timp, curiozitatea îl va împinge să încerce și el senzațiile date de atingerea materialului maleabil. Abia atunci, vom putea începe să lucrăm împreună la transformarea materialului amorf.

### 2.2.3. COLAJUL

***“Adevărata cunoaștere nu poate fi comunicată altfel decât prin simboluri” (Gurdieff).***

Se realizează prin atașarea mai multor materiale: hârtie, materiale textile, piele, plastic, imagini din reviste, orice material ușor și cu o suprafață cât de cât plată. Aceste îmbinări se realizează cu un anumit scop, crearea unei imagini, a unui tablou etc. Este o metodă prin care se stimulează creativitatea copilului, dexteritatea manuală, orientarea spațială, atenția și nu în ultimul rând comunicarea.

## 2.2.4. TEATRUL

*“A fi tu însuși înseamnă a trece prin celălalt pentru a întâlni ceea ce posedai deja” (J. Caïn).*

Este o tehnică de eliberare a tensiunilor, dar și de clarificare a propriei stări de confuzie și durere a copilului care joacă, dă viață unui anumit personaj, într-o anumită situație. Copilul își joacă de fapt propria experiență cu înțeleșurile și trăirile ei.

Cuvintele, limbajul verbal dau de multe ori ocazia unor neînțelegeri, au o valoare superficială, în timp ce simbolul este înțeles și asimilat în esența sa. O simbolizare are un efect mult mai mare asupra psihicului, iar în lucrul cu copilul impactul și rezultatele ce decurg din simbolizare sunt considerabile. Putem observa un fenomen foarte interesant: în cazul bălbâielii, atunci când copilul vorbește prin păpușă sau marionetă, păpușă vorbește adesea fără nici un fel de blocaj.

Psihanalista franceză, Anne Caïn, descrie în cartea sa “Psihodrama – Balint”, experiențele acumulate de-a lungul anilor de ea și alți mari terapeuți în psihodrama de grup. “Oricine povestește o întâmplare, petrecută cu adevărat sau imaginară, face deja schița unei puneri în scenă. În orice poveste există o schiță a acțiunii, un decor, o listă a personajelor, o intrigă cu diferite peripeții, un deznodământ și, adesea o “morală”. Înainte de a fi scrisă și jucată pe scenă, orice piesă de teatru există în capul dramaturgului, având deja atribute dramatice.”

Punerea în scenă a unui rol atrage atenția atât asupra limbajului verbal cât și asupra tuturor gesturilor și comportamentelor care sugerau o intenție sau o mișcare internă. Ceea ce nu se poate verbaliza se poate transmite prin gesturi, mimică.

Această tehnică presupune rejucarea unor scene din viața participanților la joc sau alte scenarii inventate, piese de teatru sau povestiri.

Unele evenimente din viața copilului pot fi traumatizante, și retrăirea lor să implice mobilizarea unor afecte pe cale de atenuare. Este bine ca în aceste situații jocul să fie condus de un terapeut.

## 2.2.5. BASMELE ȘI POVESTIRILE TERAPEUTICE

*“Îl învață pe pacient să se autoînțeleagă, să se aprecieze pozitiv, să-și descopere propria putere de a se “autovindeca” (Sempronia Filipoi).*

Basmele fac parte din viața noastră. Sunt reprezentări ale vieții în forme fantastice, unde, de obicei, binele învinge răul. Basmele sunt deseori utilizate în terapia copilului și nu numai. Ele sunt unice ca formă artistică și literară și perfect înțelese de copil. Fiecare copil va extrage înțeleșuri diferite din basm, în funcție de nevoile lui, de interesele, dorințele, așteptările din acel moment. Basmul este o istorisire în care ființe sau obiecte înzestrate cu forțe supranaturale, reprezentând binele și răul, luptă pentru sau împotriva fericirii unor personaje.

Basmele ating emoții universale de bază: dragoste, ură, teamă, furie, singurătate, izolare, lipsă de valoare și de privire. În terapie trebuie privit ca un instrument de comunicare, deoarece el crează beneficiarului o bază de identificare, protejându-l. Mesajele pozitive prezentate în basm sunt utile tuturor celor care-l ascultă, mai ales, mesajele de deschidere, de încurajare, de iubire, de dreptate.

Basmele populare conțin, pe lângă modelul cultural al locului de baștină și referințele comportamentale caracteristice locului. Vorbim despre basmul popular, tradițional, care vine din negura timpurilor, impregnat cu experiența de viață a numeroaselor generații prin care ni s-au transmis aceste eșantioane de înțelepciune. În aceste basme descoperim toată gama de dificultăți pe care o ființă umană le întâlnește și toate referințele legate de condiția umană. Găsim totul într-o formă încărcată de imagini și simboluri pe care copilul le înțelege în toată profunzimea lor, fără a fi însă conștient de aceasta.

Fiecare înțelege lumea după sine însuși, pentru că există diferite niveluri de cunoaștere. Prin poveste, copilul se confruntă cu probleme prezentate într-o nouă viziune și cu ajutorul soluțiilor prezentate în poveste, se poate găsi o soluție pentru ieșirea din blocajul apărut în viața personală. Povestea nu e niciodată o soluție impusă, ci arată o evoluție posibilă.

Pe de altă parte, povestea depășește realitatea, nu se limitează niciodată doar la lumea reală, încadrată în limitele percepute de simțurile noastre, ci există un balans continuu între ficțiune și realitate.

Povestea sau basmele nu pun sub semnul întrebării viața, nu există sinucideri, cale de fugă din fața responsabilităților vieții. Există doar noțiune de drum al vieții pe care fiecare din noi îl are de găsit și de urmat, cu toate bucuriile sau obstacolele, urcușuri sau coborâșuri, alegeri care nouă ni se par corecte, fără de care ne-am pierde într-o "pădure de monștri" sau am fi "transformați în stană de piatră (blocați)".

În cartea "Basme terapeutice pentru copii și părinți", psihologul Sempronia Filipoi prezintă câteva recomandări pentru cei care doresc să folosească basmul cu mesaj terapeutic:

- înainte de a prezenta unui copil un astfel de basm este bine să alegeți mesajul cel mai potrivit al basmului;
- selecția basmului se face în funcție de mesajul pe care doriți să-l transmitem copilului, potrivit cu problema emoțională a copilului (creșterea încrederii în sine, autoevaluarea pozitivă), adică alegeți basmul de al cărui mesaj vindecător copilul să aibă nevoie;
- este bine să transformați titlul, conținutul basmului, personajele, anturajul personajelor, vârsta, sexul să fie cât mai asemănătoare cu cea a copilului pe care doriți să-l ajutați;
- este bine atunci când utilizați un basm cu mesaj terapeutic să aveți o notă explicativă a aceluia basm, dată de către un specialist; astfel veți putea confrunța concluziile dumneavoastră cu cele ale unui specialist;
- profitați de momentele în care copilul vă ascultă, este atent la dumneavoastră, pentru a-i spune basme;
- urmăriți reacția imediată a copilului (fața, gesturile, tresăririle, comentariile, atenția, tăcerile), astfel veți observa care basm i s-a părut mai semnificativ (între felul de a gândi al adulților și cel al copilului este o diferență importantă);
- observați ce efecte a avut în timp basmul terapeutic;
- reluați basmele care i-au făcut plăcere copilului, după un interval de timp, printre alte povestiri;
- nu comentați de față cu copilul mesajul basmului terapeutic, și nu-l comparați pe copil în mod direct cu eroul basmului.

## 2.2.6. JOCUL

*"... veți vedea de îndată că multe adevăruri se spun în timpul jocului!" (Roseline Davido).*

Adesea este mai ușor pentru un copil să vorbească prin intermediul unei păpuși, unui soldățel sau a unei mașinuțe, decât să spună direct ceea ce simte, ceea ce i se pare greu de exprimat.

Jocul continuă să fie una din căile principale de comunicare cu copilul.

Jocul ocupă un loc important în abordarea terapeutică a copilului, fiind considerat un instrument privilegiat de studiu al diverselor stadii cognitive, al comportamentelor sociale, al dezvoltării afective a copilului.

Unii autori consideră jocul ca pe un surplus de energie ce trebuie evacuată, alții ca pe o trăsătură filogenetică a dezvoltării ontogenetice, iar alții ca pe o modalitate de a exersa viitoare competențe.

Raportul dintre joc și jucărie nu este unul foarte simplu. Unul dintre cei mai mari psihoterapeuți de copii, D.W. Winnicott spune că o jucărie "suficient de bună" trebuie să lase să se exprime creativitatea copilului. Jucăriile prea tehnice, prea sofisticate, excesul de jucării pot afecta și limita capacitatea copilului de a se juca, de a inventa, de a crea și pot distruge jocul. Excesul de jocuri și jucării îl izolează pe copil de lumea exterioară.

Din punct de vedere al activității predominante și specifice, vârsta copilăriei este vârsta jocului, cu tot ceea ce are ea caracteristic. Faptul că un copil de 2-4 anișori preferă să se joace mai mult cu adultul, că un copil de 4-6 anișori caută copii de vârsta sa, îmbogățindu-și jocul cu obiecte a căror întrebuintare este o continuă surpriză, indiferent dacă este joc individual, în diadă sau în grup, dincolo de caracteristica sa





(jocuri cu roluri sau cu jucării sofisticate, jocuri cu reguli), jocul este pentru copil sursă și resursă energetică.

Copilul care nu se joacă generează îngrijorare indiferent de vârsta pe care o are.

Daniel Marcelli, profesor de psihiatria copilului și a adolescentului, clasifică copilul care nu se joacă în trei categorii: copilul cuminte, copilul hiper matur și copilul deprimat.

*Copilul cuminte* se joacă puțin și atunci când se joacă este serios, se implică în joc și preferă un joc competitiv. Părinții sunt satisfăcuți, deoarece copilul este serios, competitiv. Riscul este ca acest copil să fie dependent de competiție, reguli și să se epuizeze la un moment dat, să se prăbușească.

*Copilul hiper matur* se comportă ca un adult. Aceste comportamente apar în general la copiii ai căror părinți sunt bolnavi, alcoolici, consumatori de droguri sau ai căror părinți sunt separați. Acești copii nu se joacă, nu au timp de joacă, ei preiau treburile și îndatoririle părinților. Iar dacă se joacă jocul lor este marcat de agresivitate, dominare, control.

*Copilul deprimat* are o figură puțin expresivă, un aer absent, privirea goală.

În timpul jocului putem observa multe lucruri despre maturitatea, inteligența, imaginația și creativitatea copilului, organizarea cognitivă, orientarea în spațiu, volumul atenției, abilitățile de rezolvare a problemelor, modalitățile de a intra în contact etc.

Se consideră că jocul poate fi chiar o formă de auto-terapie, prin care copilul lucrează adesea asupra confuziilor, anxietăților și conflictelor sale.

Violet Oaklander împărtășește în cartea sa "Gestaltterapia la copil și adolescent" manierele în care utilizează jocul în cadrul terapiei. "Observ procesul copilului. Cum se joacă el, cum se apropie de materiale, pe care le alege, pe care le respinge? Care este stilul său general de joacă? Este organizat sau dezorganizat? Care este pattern-ul (stilul) său de joacă? Observ conținutul jocului în sine. Se joacă el după anumite teme? Agresiunea? Îngrijorarea? Există o seamă de accidente de mașini, de avioane etc? Observ modurile de contact ale copilului. Realizează el un bun contact cu sine și cu jocul când se joacă? Realizează contact cu obiectele? "

Există după Eric Berne șase tipuri de avantaje ale jocurilor psihologice:

- avantaje psihologice interne (se referă la menținerea și consolidarea setului de convingeri personale);
- avantaje psihologice externe (evitarea situațiilor neplăcute – anxiogene);
- avantaje sociale interne (oferă o pseudocivilizare);
- avantaje sociale externe (oferă teme de discuții într-un anumit grup);
- avantaje biologice (realizarea "întăririlor" comportamentale);
- avantaje existențiale (confirmă scenariul de viață).

Jocul este "oglanda" vieții interioare, psihice a copilului.

### 2.2.7 MARIONETELE

***"Păpușa sau marioneta ia ființă datorită vieții celui care o animă. Obiect de identificare proiectivă la origine, păpușa sau marioneta poate asimila valoarea de obiect tranzițional cu scopul de a crea o relație cu celălalt" (C.Duflot).***

Orice obiect pe care îl investim cu viață poate deveni o marionetă sau o păpușă. O bucată de cârpă, propria noastră mână sau o bucată de plastelină: iată un personaj care poate vorbi, reacționa, poate trăi.

Crearea unei marionete poate fi o adevărată construcție sau reconstrucție a sinelui interior. Am putea astfel păstra viu copilul interior al fiecăruia din noi, iar acest lucru nu e rezervat doar copiilor.

"Sunt prea multe suflete de lemn în jurul nostru, ca să nu iubim bucățile de lemn cu suflet" (Cocteau).

Rolul pe care îl ocupă marioneta față de copil poate fi examinat din două unghiuri:

- copilul este un spectator care percepe senzații, care, la rândul lor, vor implica emoții și reflecții;
- copilul este un creator și un animator care se exprimă prin intermediul teatrului de animație.

Când copilul este față în față cu marioneta putem vorbi despre un exercițiu de îmbogățire creativă, prin crearea și animarea propriilor marionete și prezentarea acestei realizări nu într-un spectacol, ci ca formă de recompensă și exprimare a lumii sale interioare într-un cadru familial sau între prieteni.

Alegerea tipului de marionetă/păpușă utilizată pentru final se va face în funcție de abilitățile descoperite de-a lungul întregii perioade de lucru. Important va fi drumul pe care îl parcurge copilul, iar scopul final nu e spectacolul, ci universul care se deschide pentru copil. Crearea unei marionete și relizarea unui spectacol îl va ajuta pe copil să se autoaprecieze și să își rafineze gusturile estetice.

Jocul și animarea marionetei stimulează creativitatea. Doar când copilul își va asuma apartenența păpușii create de el și care îl reprezintă în fața celorlalți, putem spune că există un personaj păpușă-copil.

### 2.2.8. DANSUL ȘI MIȘCAREA CREATIVĂ

***“Prin mișcare și dans lumea interioară a fiecărei persoane devine tangibilă... această tehnică crează un mediu securizant, în care sentimentele pot fi exprimate și comunicate în siguranță” (după Payne, H., 1988).***

Dansul este o modalitate de exprimare a trăirilor și, deci, de abordare terapeutică a copilului victimă. Dansul, ca și desenul sau modelajul, este o modalitate de comunicare care-l face pe copil să se simtă în siguranță, diminuându-i anxietatea. Este un procedeu prin care ajutăm copilul să-și recâștige propriul corp, să-și cunoască mai bine corpul și să se simtă confortabil în el. Absorbit de dans, copilul își poate expune toate sentimentele și își poate lăsa libere resentimentele. Terapia prin dans pleacă de la ideea în care corpul este reprezentarea sinelui, iar sentimentele pe care le are persoana respectivă față de propriul corp, și modul în care își utilizează corpul în repaus și în mișcare, sunt expresia lumii sale interioare.

### 2.2.9. MUZICA

***“Muzica ne relaxează, ne induce o anumită dispoziție (bună sau rea), dă un sens existenței noastre” (Ioan Bradu Iamandescu).***

Muzicoterapia devine în secolul XIX, mai ales în țări ca Anglia, USA și Argentina, o terapie ce tinde să realizeze mai multe obiective: scăderea anxietății, revenirea intereselor și gustului pentru viață, ameliorarea relațiilor afective, în special, cu cei din jur.

Cele mai cunoscute forme de muzicoterapie sunt:

- ✓ *audierea pasivă*: ascultarea anumitor bucăți muzicale constituite ca o terapie;
- ✓ *audierea activă*: ascultarea de bucăți muzicale și analizarea sentimentelor provocate de acestea asupra pacientului;
- ✓ *interpretarea*: pacientul interpretează melodii pentru a-și ameliora anumite stări, probleme de sănătate (în acest caz este nevoie ca beneficiarul să aibă cunoștințe muzicale de bază);
- ✓ *creația muzicală*: compoziția muzicală este o tehnică terapeutică foarte importantă și presupune, de asemenea cunoștințe muzicale.

Muzica și bătăile ritmice sunt forme vechi de comunicare și exprimare. Wagner afirmă că “acolo unde sfârșește puterea cuvântului, începe muzica”.

Ca și obiective urmărite putem enumera: realizarea unei stări de relaxare, destindere, provocarea unor reacții emoționale care pot fi exploatate terapeutic, stimularea tuturor elementelor pozitive ale individului, ameliorarea relațiilor de comunicare cu cei din jur, stimularea imaginației și a creativității, stimularea funcțiilor motorii și senzoriale diminuate din diferite motive, realizarea unei capacități de exprimare



verbală, construirea unor punți de legătură între indivizi, rezistența la stres.

Muzica poate fi utilizată în mai multe moduri. Poate fi ascultată de copil în timp ce desfășoară alte activități. Apoi putem cere copiilor să deseneze linii, umbre, simboluri, culori fiind inspirați de muzica pe care o ascultă. Pot fi antrenați în mișcare în ritmul muzicii.

Piese clasice sunt foarte indicate pentru conștientizarea sentimentelor și evocarea stărilor și imaginilor. Copiii le place foarte mult să se miște în ritmul muzicii, dar și să cânte la instrumente muzicale. A le oferi o paletă cât mai largă de instrumente înseamnă a le da posibilitatea de a-și exprima sentimentele, trăirile, dorințele. Puteți forma un grup de copii care să cânte la diverse instrumente, să-i înregistrați și apoi să se asculte. Se va dezvolta astfel capacitatea de lucru în echipă, de cooperare în grup.

A asculta o muzică adecvată stării emoționale din acel moment poate avea un rol autovindecător.

Automuzicoterapia are efecte atât asupra stării afectiv-emoționale cât și asupra spontaneității și creativității beneficiarului. De asemenea, muzica poate fi folosită ca și antidot pentru ieșirea din starea emoțională negativă, de tristețe. Important este ca cel care folosește aceste tehnici să cunoască starea pacientului și să coreleze nevoile lui cu muzica folosită. Prin muzică putem antrena în noi forțe latente, existente, dar care încă nu au fost descoperite.

Bruno Walter a descris în lucrarea sa "Forțele morale ale muzicii" valoarea morală pe care o întrupează muzica. De altfel, și numai ascultând muzică este posibil ca o ființă umană să poată fi creativă, ca ascultător.

Muzica stimulează memoria și poate avea un efect anti-durere. Principala valoare terapeutică a muzicoterapiei rezultă din influența sa asupra diferitelor emoții. De fapt, influențând anumite emoții, muzica are capacitatea de a stimula sau diminua anumite funcții ale organismului (metabolismul, tensiunea și pulsul, contracțiile musculare, ritmul respirator și secreția anumitor hormoni).

## Exerciții practice

Acest ghid prezintă o serie de zece exerciții în care tehnicile creative sunt utilizate atât în scop terapeutic cât și în scopul dezvoltării personale, de cunoaștere și de susținere a copilului. Ne adresăm astfel nu numai psihologilor sau terapeuților, ci tuturor celor care lucrează cu copiii și care doresc să-i cunoască și să-i ajute să se descopere pe ei și mediul care îi înconjoară.

Este bine să subliniem faptul că aceste metode sunt extrem de flexibile, dar este imposibil pentru oricine să le aplice doar prin cunoașterea unui singur exercițiu.

Dacă selectăm o listă de calități ale persoanelor care ar putea utiliza aceste tehnici, riscăm să îndepărțăm anumite persoane dornice să aplice aceste tehnici. Credem că o experiență personală, aprofundată de cursuri de perfecționare în domeniul dezvoltării copilului și al consilierii acestuia sunt necesare. Nu trebuie neapărat ca cel care pune în practică aceste exerciții să învețe cu strictețe cum se aplică, vă puteți folosi de propria experiență și creativitate. Aceste metode reprezintă o cale simplă de a interacționa cu beneficiarul (copilul), de a-i folosi propria experiență în dezvoltarea emoțională și în cunoașterea sa și a lumii exterioare.

### 3.1. "GHEMUL ȘI PLOAIA"

Această tehnică poate fi utilizată în momentul formării unui grup. Copiii unui astfel de grup, de obicei, nu se cunosc. Este un exercițiu de cunoaștere și de integrare în grup.

#### OBIECTIVELE URMĂRITE

- Dezvoltarea abilităților de comunicare și cooperare în grup;
- Cunoașterea interpersonală;
- Integrarea în grup;
- Cunoașterea numelui fiecărui coleg de grup;
- Spargerea blocajelor emoționale, de relaționare intra-grupală;
- Dezvoltarea atenției și a memoriei;
- Respectarea regulilor de grup;
- Colaborarea și susținerea reciprocă în echipa de lucru.



## UTILIZARE

- Realizarea unei prime cunoașteri a grupului;
- Eliminarea inhibițiilor și conflictelor datorate primului contact inter-relațional;
- Facilitarea libertății de manifestare, încurajare a exprimării;
- Reducerea anxietăților, eliminarea inhibițiilor, descărcarea tensiunilor;
- Realizarea unui contact verbal și nonverbal (prin atingere corporală) între membrii grupului;
- Integrarea fizică și emoțională în grup.

## DESCRIEREA EXERCITIULUI

### Momentul 1

Înainte de începerea jocului este bine să așezați copiii în cerc și să-i rugați să fie foarte atenți la joc.

După ce s-au așezat în cerc, luați un ghem destul de mare, apoi spuneți-vă numele și dați colegului de lângă dumneavoastră ghemul. Capătul sforii rămâne la dumneavoastră și fiecare copil care va primi ghemul îl va da mai departe după ce și-a spus propriul nume și al colegului care i-a dat ghemul. După ce ghemul a plecat la următorul membru, cel care i l-a dat rămâne cu firul de la ghem în mână pentru a putea crea o rețea, până la sfârșit. Ghemul ajunge astfel până la ultimul copil din grup.

Copiii se vor ridica în picioare și ținându-se de sfoară se vor învârti, în sensul acelor de ceasornic și invers, apoi se vor opri și se vor așeza pe scăunele sau pe salteluțe.

A doua fază a jocului este refacerea ghemului.

Ghemul este în mâna ultimului membru al grupului, apoi îl dă celui care a început jocul. Acesta va lua ghemul va spune numele celui de la care l-a primit, apoi va spune "Pe mine mă cheamă...". Ghemul va trece pe la fiecare copil și aceștia vor spune numele persoanelor pe la care a trecut ghemul, de la primul până la el, apoi își va spune numele, va înfășura în continuare sfoara, dând ghemul mai departe. Ultimul copil ajunge să spună numele întregului grup.

### Momentul 2

După ce au rulat ghemul, sunt puși să-și imagineze că a venit o ploaie mare și că sunt nevoiți să intre cu toții sub un "acoperiș", protejând foarte bine ghemul de ploaie. Cine rămâne afară este în mare pericol, așa că trebuie să se ajute unii pe alții și să-și facă loc sub acest "acoperiș".

### Momentul 3

Același exercițiu se repetă dar atunci când se înfășoară sfoara pe ghem copilul spune: "Am primit ghemul de la...", "Pe mine mă cheamă...", "Mie îmi place...".

## EXEMPLU

Într-un grup avem 5 copiii, așezați astfel: Ioana, Mihai, Raluca, Andrei, Elena, Laurențiu.

Dacă ghemul este la Ioana, aceasta spune "Mă cheamă Ioana", apoi ia capătul sforii, îl ține în mână și dă ghemul mai departe lui Mihai, acesta spune "Ioana, iar pe mine mă cheamă Mihai", apoi dă ghemul mai departe ținându-se de fir. După ce firul ajunge din nou la Ioana, aceasta spune "Laurențiu și Ioana" și dă ghemul mai departe lui Mihai, înfășurând sfoara pe ghem. Mihai va spune "Ioana și Mihai", apoi va da ghemul Ralucăi, iar aceasta va spune "Laurențiu, Ioana, Mihai, Raluca". Și tot așa până ce Laurențiu va spune numele tuturor membrilor grupului și îi va da ghemul Ioanei.



## METODELE UTILIZATE

- Lucrul în grupul mare;
- Jocul de rol.

## MATERIALE NECESARE

- Ghem de sfoară;
- Saltele pentru fiecare copil sau scăunele;
- Pânză, un material, hârtie, carton pentru "acoperiș".

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Este important ca, în timpul prezentării, copiii să țină sfoara în mână pentru a forma o rețea care să-i cuprindă pe toți. Cine lasă sfoara jos este rugat să ia sfoara pentru a putea fi în joc. A părăsi rețeaua înseamnă a părăsi jocul, grupul. Animatorul participă activ la joc, este o modalitate de apropiere și de câștigare a încrederii. Astfel copiii se vor simți în siguranță în grupul care se formează.

Este un exercițiu în care copiii își vor învăța numele și mai ales vor fi capabili să se integreze în grup. Este bine să observați dacă se ajută între ei atunci când sunt invitați să se adăpostească de ploaie și mai ales dacă exclud astfel pe cineva din grup. Aceste observații sunt utile pentru a putea forma un grup și, mai ales, pentru a stabili rolurile în interiorul grupului, precum și pentru a evita posibilele conflicte.

## 3.2. "DESENUL GRUPULUI"

Este un exercițiu care se poate aplica în etapa de început, de formare a grupului sau în etapa funcționării acestuia. Copiii care participă la un astfel de exercițiu se pot cunoaște în prealabil foarte bine sau pot să se cunoască în timpul acestei activități.

## OBIECTIVELE URMĂRITE

- Dezvoltarea comunicării în grup;
- Respectarea cerințelor, nevoilor, opiniilor membrilor grupului;
- Creșterea toleranței la frustrări și creșterea autocontrolului;
- Colaborarea cu colegii de grup;
- Adaptarea și respectarea regulilor stabilite în grup;
- Respectarea limitelor stabilite în cadrul grupului;
- Dezvoltarea creativității și a spontaneității.

## UTILIZARE

- Facilitarea libertății de manifestare;
- Reducerea anxietăților, eliminarea inhibițiilor, descărcarea tensiunilor;
- Realizarea unui contact verbal și nonverbal între membrii grupului;

- Respectul pentru colegii de grup;
- Antrenarea răbdării și acceptarea regulilor de grup;
- Cunoașterea copilului și a abilităților de interacțiune în grup;
- Încurajarea exprimării sentimentelor atât prin desen cât și prin povestirea desenului.

## DESCRIEREA EXERCITIULUI

Instrucțiunile pe care le dăm grupului sunt următoarele: "Aveți în fața voastră o coală mare de hârtie. Fiecare dintre voi își poate alege un loc pe această coală. Este bine să vă alegeți locul în așa fel încât să-i lăsați și colegului de lângă voi un loc la fel de mare ca și al vostru. Fiecare poate desena ce dorește. Important este să aveți răbdare și să utilizați spațiul pe care l-ați ales. Aveți alături culorile, trei cutii de creioane colorate, le puteți folosi. Dacă aveți nevoie mai mulți de aceeași culoare, o veți folosi pe rând în ordinea pe care o veți stabili împreună."

După ce fiecare copil și-a terminat desenul este bine să povestească, pe rând ce a desenat. Ceilalți îl vor asculta și îl vor ajuta dacă va fi nevoie. În final, toți copiii, în grup, vor da un nume acestui desen. Își pot denumi separat propriul desen, scriindu-și numele în dreptul lui, iar în final vor ajunge la un acord privind denumirea întregului desen.



Figura 3.2.1



Figura 3.2.2

## METODELE UTILIZATE

Desenul sau pictura

Povestirea liberă

Dialogul

Lucrul individual și în grupul mare

## MATERIALE NECESARE

Coli mari de hârtie

Cartoane

Creioane colorate sau creioane carioca

Acuarele și pensule

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Dacă vor exista câțiva copii care vor dori un spațiu mai mare, puteți să-i lăsați și, în felul acesta, să observați reacțiile grupului și comportamentul acestor copii în cadrul grupului. Dacă vă propuneți ca obiectiv respectarea regulilor de grup, atunci este bine să îi ajutați să împartă egal spațiul colii, de la început.

În timpul aplicării acestui exercițiu observăm care sunt relațiile în cadrul grupului. Dacă se ajută între ei, dacă-și respectă colegii, dacă au răbdare până le vine rândul la o anumită culoare și, mai ales, dacă încearcă să deseneze în spațiul colegilor de grup.



Este de preferat ca numărul de participanți la grup să nu fie mai mare de 8. Dacă grupul este mai mare de 8, este bine să-i împărțiți în grupuri mai mici. Creioanele cu care vor colora vor fi limitate tocmai pentru a-i învăța să aibă răbdare cu ceilalți, să-și aștepte rândul și să colaboreze cu colegii de grup.

Povestirea desenelor este un moment important. Aceste povestiri vă pot ajuta să-i cunoașteți mai bine pe copii și să observați ce simte fiecare în acel moment. Dacă nu vor să spună nimic despre desenele lor nu este bine să-i obligați. Povestirile pot fi înregistrate cu ajutorul unui reportofon sau a unei camere video sau puteți să vă notați pe un carnețel aceste povestiri. După câteva săptămâni, este bine să recitiți aceste povestiri și să le confrunțați cu informațiile pe care le-ați strâns despre acel copil.

Este bine de menționat faptul că unii copii pot avea un desen tematic, alții pot desena linii sau figuri geometrice, alții doar pete de diferite culori.

### 3.3 "ROTAȚIA DESENELOR"

Este un exercițiu care poate declanșa etapa de "furtună" a unui grup deoarece copiii pot fi nemulțumiți de prestația colegilor de grup. Fiecare grup trece printr-o astfel de etapă așa încât manifestările sunt normale și le puteți gestiona în așa fel încât să treceți la următoarea etapă, "normarea și funcționarea".

#### OBIECTIVELE URMĂRITE

- Creșterea capacității de cooperare în cadrul unui grup;
- Rezistența la frustrări și dezvoltarea autocontrolului;
- Respectul față de colegii de grup;
- Formarea abilităților de relaționare intra-grup;
- Dezvoltarea abilităților de rezolvare a problemelor, conflictelor;
- Dezvoltarea creativității.

#### UTILIZARE

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele, nevoile, părerile;
- Antrenează toleranța la frustrări;
- Ajută participanții să învețe unul de la altul, să se respecte unii pe alții;
- Îi ajută pe copii să învețe să lucreze în echipă;
- Le dezvoltă strategii de gestionare și rezolvare a conflictelor și problemelor în cadrul grupului;
- Le dezvoltă capacitatea de adaptare la nevoile și dorințele colegilor de grup;
- Promovează valorile și solidaritatea în interiorul grupului.

#### DESCRIEREA EXERCITIULUI

Copiii stau pe scăunele în jurul unei mese. I se dă fiecărui copil o coală de hârtie și o cutie de creioane colorate sau pensule și acuarele. Fiecare copil poate desena/picta pe foaia lui ce dorește până când conducătorul grupului/animatorul spune "STOP JOC!". După aceea fiecare copil îi va da desenul său, colegului din dreapta. Timp de 5 minute vor desena pe foaia colegului lor ce doresc, apoi când conducătorul de grup/animatorul spune "STOP! SCHIMBĂ!", vor da foia pe care o au în față, colegului din dreapta.



Desenele merg doar în aceeași direcție dreapta sau stânga, cum decideți, astfel încât un desen să ajungă pe la toți cei prezenți în grup.



Figura 3.3.1



Figura 3.3.2



## EXEMPLU

Adelina, Marius, Elena, Bogdan sunt într-un grup în care efectuăm acest desen. În prima fază, fiecare desenează ce dorește, apoi la semnalul "STOP! SCHIMBĂ!" Adelina dă desenul ei, lui Marius, iar acesta își dă desenul Elenei și tot așa. După 5 minute, la același semnal, Marius dă desenul (cel pe care Adelina l-a început, iar el l-a continuat) Elenei, iar ceilalți fac la fel cu desenele pe care le au. Desenul Adelinei va trece pe la fiecare copil, iar la sfârșit va ajunge din nou la ea. Vom obține astfel patru tablouri la sfârșitul exercițiului.

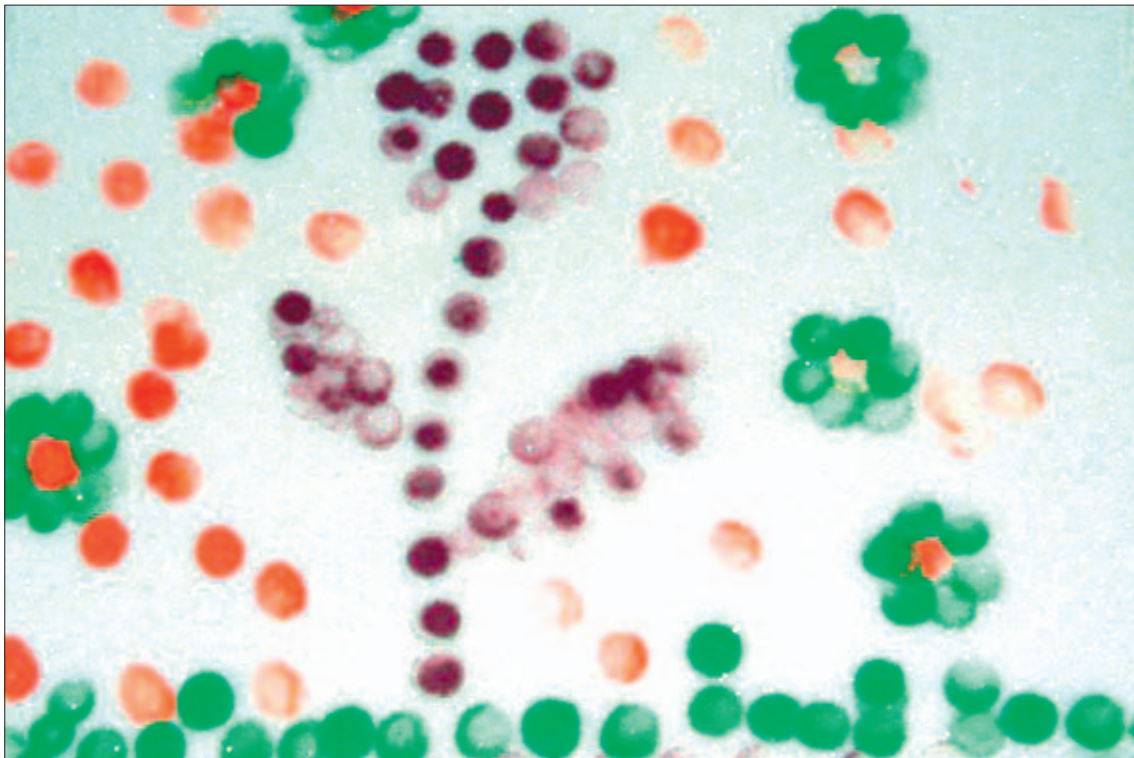


Figura 3.3.3

## METODELE UTILIZATE

Desenul sau pictura

Dialogul

Lucrul individual și în grupul mare

## MATERIALE NECESARE

Coli mari de hârtie

Cartoane

Creioane colorate sau creioane carioca

Acuarele și pensule

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Este un exercițiu care poate aduce copilul și implicit grupul într-o situație delicată. După acest exercițiu grupul poate trece în etapa "furtunii".

Dacă la început, copiii sunt încântați de ideea schimbului de desene, pe parcurs pot să apară conflicte între ei. Unii doresc să-și facă desenul într-un anumit mod, iar ceilalți îi pot strica planurile. Este o situație frustrantă și este bine să-i învățăm să facă față acestor situații, explicându-le că este un desen comun, un tablou și că nu există bine sau rău, frumos sau urât, ci pur și simplu un desen. În timpul acestui desen comun putem observa dacă există conflicte între membrii grupului (răzbunări, pedepsiri, invidii).

Acceptarea desenului, așa cum este el, înseamnă o acceptare a grupului și o integrare în grup.

Este bine să observați comportamentul fiecărui copil în timpul acestui exercițiu și să vă notați ceea ce vi se pare semnificativ. Dacă aveți posibilități puteți utiliza un reportofon sau o cameră video pentru înregistrarea reacțiilor la grup.

Este un exercițiu în care copilul va încerca să influențeze desenele colegilor săi, imprimându-și pe aceste desene propriile idei, sentimente. Veți putea observa că puțini copii vor încerca să continue ceea ce a început colegul lor. Tocmai deoarece se cunosc destul de puțin și se adaptează destul de lent la grup.

## 3.4. "CINE SUNT EU?"

Este un exercițiu de autocunoaștere, de dezvoltare a creativității și a capacității de exprimare verbală și nonverbală a sentimentelor, trăirilor.

### OBIECTIVELE URMĂRITE

- Autocunoașterea și dezvoltarea autocontrolului;
- Exprimarea valorilor interne și externe;
- Conștientizarea și exprimarea sentimentelor și a trăirilor;
- Stabilirea limitelor între spațiul personal și cel social;
- Respectul față de colegii de grup și formarea abilităților de relaționare intra-grup;
- Conștientizarea nevoii de apărare și autoapărare;
- Dezvoltarea imaginației și a creativității.

### UTILIZARE

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele, nevoile, părerile;
- Îi ajută pe copii să se cunoască pe ei și mediul în care trăiesc;
- Ajută copiii să se prezinte și să se descopere în fața colegilor, numai atunci când sunt pregătiți;
- Îi ajută să stabilească limite între spațiul personal și cel social;
- Antrenează funcționarea armonioasă a mecanismelor de apărare a Eului;
- Antrenează toleranța la frustrări;
- Ajută participanții să învețe unul de la altul, să-și respecte colegii;
- Îi ajută pe copii să învețe să lucreze în echipă;

- Le dezvoltă creativitatea și spontaneitatea;
- Le formează o imagine de sine realistă și pozitivă.

## DESCRIEREA EXERCITIULUI

### Momentul 1:

#### "Tufa de trandafiri"

Pentru buna desfășurare acestui exercițiu, este bine să aveți un spațiu bine aerisit, muzică de relaxare. Apoi, îi rugați pe copii să închidă ochii, să se proiecteze în propriul spațiu (univers) și să-și imagineze că sunt tufe de trandafiri.

Pe fondul unei muzici de relaxare, le oferim copiilor mai multe situații, ei alegând ceea ce li se potrivește mai bine. De exemplu: "Ce fel de tufă de trandafiri ești tu? Ești una foarte mică? Ești una mare? Ești înflorită? Sau poate doar îmbobocită? Ai frunze? Ce fel de frunze? Cum arată rădăcinile tale? Sau poate nu ai rădăcini? Dacă ai rădăcini, acestea sunt lungi, drepte? Sunt foarte adânc înfipite? Ai spini? Unde te afli? Într-o curte? Într-un parc? Într-un oraș? În mijlocul oceanului? Ești într-un ghiveci sau crești în pământ? Ce este în jurul tău? Mai sunt alte flori sau ești singură? Cum este să fii o tufă de trandafiri? Cum supraviețuiești? Are grijă cineva de tine?"

Copiii nu vor verbaliza răspunsul la aceste întrebări. Apoi, le cerem copiilor să deschidă ochii când sunt gata. Le oferim câte o foaie de hârtie și creioane colorate și îi rugăm să-și deseneze tufa de trandafiri.

După terminarea desenelor, copiii sunt rugați să-și prezinte tufa de trandafiri și să povestească despre ea. Puteți utiliza din nou întrebările de mai sus pentru a ajuta copilul în expunerea sa.



Figura 3.4.1



Figura 3.4.2

## Momentul 2

### “Scutul de apărare”

Pe tablă sau pe flip-chart veți desena un scut (asemănător cu cel folosit în lupte de soldați). Acest scut este desenat apoi de către fiecare copil pe câte o coală de hârtie A4. Se explică grupului că acest scut îi apăra pe soldați de dușmani și le salva viața. Ca să-l poată utiliza, erau bine antrenați și în special își cunoșteau foarte bine acest scut. De aceea, ce vor face acum, este important. A te cunoaște cât mai bine este important pentru a putea depăși greutățile și obstacolele vieții.

Acest scut este împărțit în patru, iar în mijloc are un cerc, “ținta”. Ei trebuie să completeze aceste părți și mijlocul. Iată ce puteți scrie în cele 4 părți:

Ce-mi place.

Cine sunt prietenii mei.

O amintire plăcută.

Care sunt calitățile mele.

În centru este “Talentul meu ascuns”.

După ce fiecare copil și-a construit scutul, îl poate prezenta în fața grupului. Dacă unul dintre copii nu poate desena scutul este bine să-l ajutați. Puteți chiar să le oferiți tuturor scutul gata desenat.



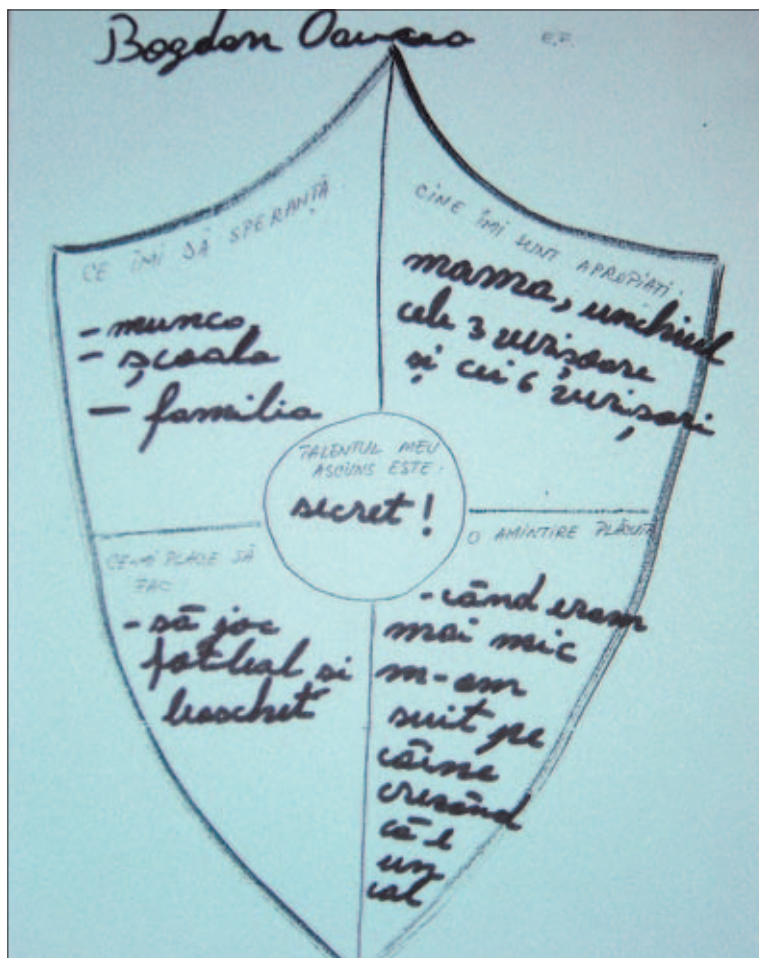


Figura 3.4.3

### Momentul 3

#### “Cine sunt eu?”

După ce și-a desenat “Tufa de trandafiri” și “Scutul de apărare” copilul este rugat să facă un desen și, apoi, o compunere cu tema “Cine sunt eu”.

Această compunere va fi alcătuită conform următorului plan:

#### Ciorna 1

Copiii sunt rugați să scrie pe o foaie A4 sau pe un caiet de clasă, cât mai multe cuvinte, care le vin în minte în acel moment și care se referă la propria persoană. Acestea pot fi scrise cu litere mari sau mici, fără a respecta o anumită așezare în pagină și fără a avea o legătură unele cu altele. Timpul de lucru îl puteți stabili în funcție de programul copiilor și de vârsta lor. De obicei 20-25 de minute sunt suficiente pentru a scrie aleator câteva cuvinte.

#### Ciorna 2

După ce au terminat de scris cuvintele pe Ciorna 1, sunt rugați să scrie pe o altă coală A4 sau pe caiet, câteva propoziții utilizând aceste cuvinte. Nu sunt foarte importante: așezarea în pagină, ortografia sau semnele de punctuație. Vor alcătui propoziții simple, care nu trebuie să aibă o legătură între ele.

### **Ciorna 3**

Pe o altă coală A4 sau pe caietul de clasă, copiii vor utiliza propozițiile în alcătuirea unei compuneri. Abia acum este important să-și aranjeze în pagină textul, să facă legături între aceste propoziții, să respecte semnele de punctuație. În această etapă puteți să corecțați împreună cu el textul, pentru a deveni conștient de propriile greșeli și a le corecta. Astfel va utiliza constructiv ajutorul dumneavoastră și îl veți motiva.

### **Compunerea propriu zisă**

După ce compunerea este gata, este corectată, copilul o poate transcrie pe caiet sau pe o coală A4. Aceasta va fi compunerea pe care o poate prezenta în clasă sau o poate duce acasă. Cu siguranță părinții vor fi foarte mândri de reușita lui și vor vedea numai rezultatele pozitive nu și pe cele negative (greșelile). Uneori este bine și pentru copil și pentru părinți să primească doar informații pozitive.

Fiecare copil își citește compunerea iar ceilalți îl ascultă cu mare atenție. Nu sunt permise criticile la adresa colegilor sau a lucrărilor.

### **Momentul 4**

Fiecare copil are lipit sau prins pe spate, un carton sau o coală de hârtie. Se cere grupului să se organizeze, astfel încât fiecare copil să treacă pe la fiecare membru al grupului și să-i scrie pe foaia sau cartonul de pe spate câte o calitate, pe care acesta o posedă. Exercițiile anterioare i-au ajutat pe copii să se cunoască mai bine unii pe alții, iar acum își fixează aceste cunoștințe și le utilizează.

## **METODELE UTILIZATE**

Desenul sau pictura  
Dialogul  
Lucrul în grupul mare  
Muzica  
Povestirea  
Visul dirijat

## **MATERIALE NECESARE**

Coli de hârtie  
Tablă sau flip-chart  
Creioane colorate sau creioane carioca  
Acuarele și pensule  
Casetofon sau Cd-player

## **OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI**

În cadrul acestui exercițiu, copilul se descoperă pe el și universul în care trăiește. Unii copii nu vor fi dispuși să comunice ceea ce simt sau să se dezvăluie așa cum sunt în fața grupului; de aceea nu este bine să-i forțăm. Dacă nu doresc să-și arate «tufa de trandafiri», compunerea sau «scutul» este bine să nu-i





obligați. Îi puteți ruga să vi le arate doar dumneavoastră în pauză sau în altă zi. Unii copii vor spune că nu știu să deseneze trandafiri, este bine să-i lăsați să deseneze orice floare și să-i încurajați. Nu contează cum desenează, important este să deseneze. Cele patru exerciții merg pe elemente pozitive pe care copilul este bine să și le descopere. Calitățile descoperite sunt cele care îl vor ajuta să-și depășească defectele și problemele. O imagine de sine realistă și pozitivă stă la baza dezvoltării unei personalități armonioase. Un reportofon sau o cameră video pentru înregistrarea exercițiilor ar fi foarte utile.

### 3.5. "DESENUL SENTIMENTELOR"

Este un exercițiu prin care copiii își pot exprima liber sentimentele. Este bine să fie utilizat atunci când copiii se cunosc și colaborează bine în grup.

#### OBIECTIVELE URMĂRITE

- Dezvoltarea capacității de exprimare a sentimentelor, trăirilor;
- Diminuarea stresului și anxietăților;
- Dezvoltarea abilităților de comunicare;
- Orientarea spațio-temporală;
- Dezvoltarea creativității;
- Promovarea respectului și a valorilor morale;
- Creșterea stimei de sine, autocunoașterea și autocontrolul.

#### UTILIZARE

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele, nevoile, trăirile;
- Permite descărcarea stresului și a anxietăților acumulate;
- Se realizează o conexiune cu sine însuși;
- Antrenează grupul să lucreze împreună;
- Ajută participanții să se cunoască pe ei și colegii de grup;
- Antrenează imaginația și atenția distributivă.

#### DESCRIEREA EXERCITIULUI

##### Momentul 1

Copiii sunt așezați la masă. Fiecare dintre ei primește câte o coală de hârtie sau o bucată de burete special pentru pictură și câte o trusă de acuarele. Se alege patru melodii care exprimă sentimente ca: bucuria, tristețea, furia și frica. Înainte de a asculta muzica copiii sunt rugați să fie atenți și în timp ce ascultă muzica să picteze pe coală sau burete cu degetul ceea ce simt în acel moment. Puteți să folosiți pentru exprimarea sentimentelor linii și puncte. Apoi puneți muzica și invitați copiii să picteze. Fiecare melodie poate dura 5-10 minute. La sfârșitul exercițiului fiecare copil își va descrie desenul.

Dacă unii copii ezită în a-și prezenta lucrarea, este bine să nu insistați.



Figura 3.5.1

### Momentul 2

Utilizând aceeași muzică copiii vor dansa exprimându-și astfel sentimentele. Dansul lor va fi însoțit de mimică. La început puteți da exemple de sentimente, iar ei vor mima și vor exprima prin mișcare ceea ce simt, apoi puneți melodiile de la momentul anterior și lăsați copiii să danseze așa cum simt. Acest exercițiu îi va relaxa și îi va ajuta să se regăsească prin dans. Prin mișcare și dans copilul va avea acces la lumea sa interioară, se va descărca de stresul și anxietățile acumulate și, va avea mai multă încredere în el.

### Momentul 3

În partea a doua a exercițiului puteți utiliza jocul „Fețele mele”. Pe o foaie de hârtie sunt desenate conturul celor patru fețe: cea veselă, cea tristă, cea speriată și cea furioasă. Fiecare dintre ei sunt rugați să completeze fețele ca și cum acestea ar fi ale lor în cele patru situații. La sfârșit își pot descrie desenele și pot denumi fiecare față cu un nume sau cu un alt sentiment. De asemenea, pot modela, din lut cele patru fețe.



Figura 3.5.2

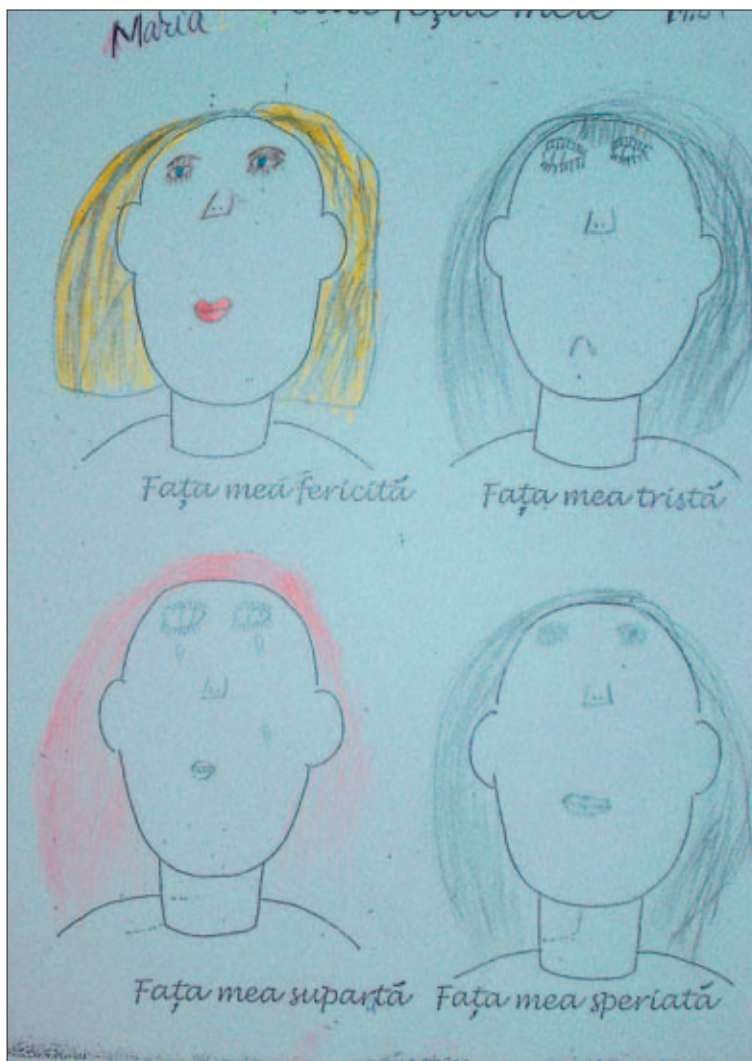


Figura 3.5.3

#### Momentul 4

##### "Cutia comorilor"

Copiii construiesc împreună cu conducătorul grupului o cutie a comorilor cu sertare pentru fiecare dintre ei. În acele sertare ei își vor pune anumite lucruri prețioase și bilețele pe care vor scrie ceea ce-și doresc, ce le place, ce nu le place etc. Cutia va fi realizată din carton, iar fiecare latură a sa va fi desenată sau pictată. Nu se impune o anumită temă a desenului. În final se prezintă impresiile referitoare la modul în care au lucrat în cadrul acestui exercițiu și ce vor ascunde în ea. Această cutie va reprezenta întreg grupul și pe fiecare copil în parte.

#### METODELE UTILIZATE

Desenul sau pictura

Dialogul

Muzica



Colajul  
Modelajul  
Simularea  
Lucrul în grupul mare

## **MATERIALE NECESARE**

Coli de hârtie sau bucăți de burete  
Creioane colorate sau creioane carioca  
Acuarele  
Lut sau plastilină  
Foi cu cele patru fețe  
Carton pentru cutie  
Scotch sau capse  
Sfoară pentru cutie

## **OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI**

Exprimarea nonverbală a sentimentelor este de multe ori preferată de copii. Este recomandabil să-i lăsați să picteze și să deseneze așa cum consideră ei și să nu le influențați desenele și picturile. Dacă doresc să-și prezinte în grup lucrările, este bine să-i încurajați, iar dacă nu, notați-vă impresiile despre lucrările lor sau rugați-i să vi le lase câteva zile. Una dintre regulile acestui joc este aceea de a nu comenta alegerea făcută de colegul de grup și de a nu critica.

## **3.6. "ORAȘUL NOSTRU"**

Este un exercițiu în care imaginația și dexteritatea manuală se îmbină cu exprimarea sentimentelor, a trăirilor și creativitatea.

### **OBIECTIVELE URMĂRITE**

- Dezvoltarea capacității de comunicare;
- Formarea și perfecționarea abilităților și dexterității manuale;
- Dezvoltarea creativității;
- Creșterea stimei de sine și a respectului de sine;
- Autocunoașterea și cunoașterea mediului înconjurător;
- Facilitarea spontaneității.

## UTILIZARE

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele, nevoile, trăirile, părerile, curiozitățile, opiniile;
- Antrenează munca în grup;
- Ajută participanții să se cunoască pe ei și colegii de grup;
- Îi relaxează pe copii și îi ajută să-și creeze un spațiu propriu;
- Facilitează lucrul în echipă;
- Le dezvoltă abilitățile motrice și creative;
- Le dezvoltă strategii de rezolvare a conflictelor și problemelor în cadrul grupului;
- Antrenează imaginația și atenția distributivă.

## DESCRIEREA EXERCITIULUI

### Momentul 1

Sarcina pe care o are întregul grup este aceea de a construi un oraș, din materialele pe care le au la dispoziție. De obicei, se folosesc orice tip de materiale (hârtii, cutii de filme foto, bucăți de burete, sfoară, bucăți de carton, cuburi, materiale textile, creioane, acuarele, lipici, aracet etc.). După ce au construit orașul, grupul de copii îi vor da un nume, apoi sunt invitați să spună câteva cuvinte despre acesta. De exemplu: cine locuiește în el, cum sunt personajele care locuiesc aici, ce fel de oraș este, ce fac, cu ce se ocupă personajele în acest oraș etc. Orașul poate fi construit din lut sau orice alt material.

### Momentul 2

Copiii vor scrie o poveste a acestui oraș, apoi o vor prezenta animatorului și părinților, care pot fi prezenți în sala de clasă. Este foarte important ca orașul construit anterior să aibă o istorie a sa.

### Momentul 3

Este un joc de rol. Tema acestui joc va fi tocmai orașul construit în ședința anterioară. Veți distribui împreună cu copiii rolurile în acest oraș și veți stabili, de asemenea, ce scene vor fi puse în joc. Copiii pot alcătui și o melodie care să fie imnul acestui oraș. Fiecare copil va avea un instrument și, împreună vor "compune" o melodie a acestui oraș. Simpla alăturare a sunetelor produse de instrumentele existente, poate constitui o melodie. Nu sunt necesare cunoștințe muzicale avansate.





Figura 3.6.1

## EXEMPLU

Copiii cu care am efectuat acest exercițiu și-au intitulat colajul „Orașul vesel”. În acest oraș oamenii erau foarte veseli, buni, iertători și iubitori. Am construit orașul din cutii de filme foto, sfori, apoi l-am colorat cu acuarelă și spray-uri. În scenă am pus o secvență în care un reporter de televiziune descoperă acest oraș și ia un interviu localnicilor. Fiecare copil și-a preluat un rol: primar, prefect, medic, muncitor, șofer și alte meserii, apoi au vorbit fiecare reporterului despre orașul lor. A doua secvență a fost a unei emisiuni în care reporterul povestește despre oraș, iar spectatorii pun întrebări locuitorilor despre „Orașul vesel”.

## METODELE UTILIZATE

Pictura  
Modelajul  
Dialogul  
Colajul  
Jocul de rol  
Muzica  
Povestirea  
Lucrul în grupul mare

## MATERIALE NECESARE

Lut  
Acuarele și pensule  
Cutii de filme foto  
Resturi de materiale  
Carton  
Scotch sau capse  
Sfoară  
Instrumente muzicale  
Coli de hârtie  
Cartoane

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Este un exercițiu în care puteți folosi toate resturile de materiale rămase de la activitățile anterioare. Orașul poate fi construit din orice. Este foarte important ca ei să găsească moduri cât mai originale de construire a orașului, să-i dea o denumire, o utilizare, să investească toate simbolurile prezente cu roluri. În jocul de rol își pot exprima clar propriile păreri despre acest oraș. Acest joc antrenează atât imaginația, cât și expresivitatea și, mai ales lucrul în echipă.

## 3.7. "UNIVERSUL MEU"

Imaginarea unui spațiu propriu, cunoașterea de sine și stima de sine sunt foarte importante pentru dezvoltarea copilului.

## OBIECTIVELE URMĂRITE

- Dezvoltarea capacității de exprimare verbală și nonverbală;
- Formarea și perfecționarea abilității și dexterității manuale;
- Dezvoltarea creativității;
- Creșterea stimei de sine și autocunoașterea;
- Facilitarea spontaneității.

## UTILIZARE

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele, nevoile, trăirile, părerile, curiozitățile, opiniile;
- Antrenează munca în grup;
- Ajută participanții să se cunoască pe ei și pe colegii de grup;
- Îi ajută pe copii să se proiecteze într-un spațiu și timp propriu;
- Le oferă o modalitate de exprimare a sinelui prin crearea unui univers propriu;



- Îi ajută să-și gestioneze propriile sentimente, opinii și să le exprime numai când sunt pregătiți;
- Le dezvoltă strategii de rezolvare a conflictelor și problemelor în cadrul grupului;
- Îi ajută să colaboreze în grup și să aștepte până le vine rândul;
- Antrenează imaginația și atenția distributivă.

## DESCRIEREA EXERCIȚIULUI

### Momentul 1

Pentru acest exercițiu aveți nevoie de reviste cât mai variate și numeroase. Fiecare copil va primi un carton cu suprafața de 1m<sup>2</sup>, lipici sau scotch, creioane colorate, markere sau creioane carioca. Copiii sunt rugați să decupeze din revistele puse la dispoziție, tot ce ceea le place și să lipească apoi pe carton în câteva rubrici. Pot să-și contureze mai întâi rubricile de preferințe sau pot lipi ceea ce au decupat pe diferite categorii de preferințe. De exemplu: mâncarea, hainele, mobilerul, actorii preferați, vedetele preferate, parfumuri - cosmetice preferate, cărți, scriitori, personaje preferate. Fiecare își va scrie numele pe carton și își va denumi propriul "Univers" creat, apoi va povesti câte ceva despre acesta. Fiecare rubrică cu preferințe va fi marcată și denumită. De exemplu: "Mâncarea mea preferată".

### Momentul 2

Acest "Univers" creat poate fi construit și din lut. După ce au construit pot să-l coloreze cu acuarele. Astfel îl vor personaliza și mai mult. De asemenea, pot să deseneze acest "Univers", respectând rubricile de la Momentul 1.

## METODELE UTILIZATE

Dialogul

Colajul

Modelajul

Povestirea

Desenul

Munca individuală și în grup

## MATERIALE NECESARE

Creioane colorate, creioane carioca

Reviste

Foarfece

Lipici sau scotch

Markere

Acuarele și pensule

Lut sau plastilină

Carton

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Vor fi situații în care vor dori mai mulți să decupeze din aceeași revistă și este bine să le spuneți de la început că trebuie să decidă împreună cine și, când decupează și, mai ales ce. Lucrările pot rămâne în clasă sau pot fi duse acasă și discutate împreună cu părinții. Fiecare lucrare reflectă personalitatea copilului. Este bine să observați felul în care și-au organizat spațiul, rubricile alese. Pentru a nu limita alegerile făcute este bine să aveți cât mai multe reviste. În funcție de vârsta copiilor puteți găsi o multitudine de reviste sau puteți să-i rugați pe ei să le aducă. Fiecare copil va aduce una sau două reviste.

## 3.8. "EU ȘI MONSTRUL"

Este un exercițiu de autocunoaștere. Este bine ca toți copiii care participă la această aplicație să se cunoască, să aibă încredere unii în alții și mai ales în persoana care conduce grupul. Se pornește de la premisa că fiecare dintre noi are o parte frumoasă dar și una urâtă, adică un "monstru" care uneori apare și ne face o mulțime de probleme.

### OBIECTIVELE URMĂRITE

- Dezvoltarea abilităților de comunicare;
- Dezvoltarea creativității;
- Creșterea stimei de sine și autocunoașterea;
- Comunicarea, colaborarea și integrarea în grup;
- Reducerea anxietăților, frustrărilor, stresului, descărcarea tensiunilor;
- Acceptarea regulilor de grup;
- Facilitarea spontaneității.

### UTILIZARE

- Antrenează munca în grup;
- Dezvoltă strategii de rezolvare a conflictelor și problemelor în cadrul grupului;
- Respectul pentru colegii de grup;
- Facilitarea libertății de manifestare, încurajare a exprimării;
- Reducerea anxietăților, eliminarea inhibițiilor, descărcarea tensiunilor;
- Integrarea fizică și emoțională în grup;
- Antrenarea răbdării și acceptarea regulilor de grup;
- Cunoașterea copilului și a abilităților de interacțiune în grup;
- Antrenează imaginația și atenția distributivă.

## DESCRIEREA EXERCITIULUI

### Momentul 1

Fiecare copil va primi câte o foaie de hârtie, fie una A4, fie una de desen, apoi sunt rugați să deseneze un cap. Acest cap va reprezenta pe o jumătate autoportretul iar cealaltă, „monstrul din noi”. După ce au desenat, fiecare membru al grupului își poate prezenta desenul. Își va descrie portretul apoi „monstrul”. Iată câteva întrebări pe care le puteți folosi: „Când apare acest monstru? Cum arată el? Ce face? Te sperie? Este prietenos sau nu? Cum este el? Îl văd și ceilalți sau numai tu? Ce vrea monstrul de la tine? Cum faci ca să-l alungi?”



Figura 3.8.1

### Momentul 2

După ce și-au desenat „monstrul”, copiii sunt rugați să modeleze din lut sau plastilină mai întâi monstrul apoi autoportretul. După ce au terminat de modelat sunt rugați să găsească sau să construiască un loc pentru „monstru” și unul pentru autoportret.

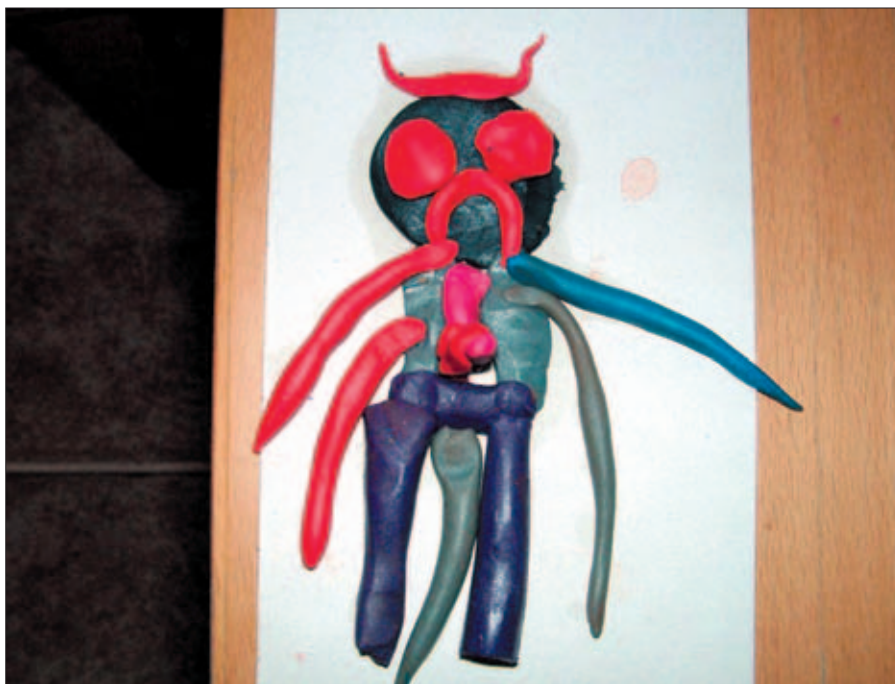


Figura 3.8.2

### Momentul 3

Este un joc de rol, în care copilul este rugat să vorbească cu "monstrul". "Monstrul" poate fi cel modelat sau unul imaginar.

Punerea în scenă a acestui exercițiu poate fi foarte dificilă pentru copil, așa că este bine să facă acest dialog doar copiii care sunt pregătiți să facă acest lucru. Este bine să ajutați copilul în dialogul său cu "monstrul" astfel încât la sfârșitul exercițiului copilul să fie cel care îl transformă pe "monstrul". Această transformare poate fi în bine sau în rău, depinde de dorințele copilului. Unii copii simt nevoia de fi "rău", de a face ceva "rău", astfel încât acest joc de rol le va satisface într-o oarecare măsură această dorință. Transformarea pe care o va face copilul reflectă starea lui în acel moment și nu în general.

### Momentul 4

De asemenea, copiii pot să facă două măști. Una care să reprezinte autoportretul și una care să fie "monstrul". După ce și-au construit măștile pot interacționa folosind oricare mască, cu ceilalți copii din grup. Ca material pentru măști, poate fi folosită cu succes folia de aluminiu, utilizată de obicei pentru ambalarea alimentelor.





Figura 3.8.3

## METODELE UTILIZATE

Dialogul  
Desenul sau pictura  
Modelajul  
Colajul  
Metafora  
Jocul de rol  
Munca individuală și de grup

## MATERIALE NECESARE

Creioane carioca sau creioane colorate  
Coli A4 sau blocuri de desen  
Acuarele și pensule  
Lut sau plastilină  
Materiale pentru măști (carton, pene, lipici, folie de aluminiu)

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Unii copii s-ar putea să nu fie pregătiți să discute despre partea lor negativă sau despre anxietățile, temerile lor și, în acest caz nu este bine să-i forțați. Dacă vor spune „eu nu am nici un monstru” puteți să-l rugați să deseneze un monstru oarecare și apoi puteți utiliza întrebările din exercițiu. Modelajul îl ajută

pe copil să se exprime, să-și descarce anxietățile, frustrările, pe acea bucată de lut sau plastilină. Masca va oferi copilului un mijloc de interacțiune cu "monstrul" și o metodă de cucerire și transformare. Jocul de rol îi va da posibilitatea de exprimare verbală. Nonverbalul și verbalul sunt foarte bine utilizate în acest exercițiu.

### 3.9. "OMIDA LIDA"

Este un exercițiu care stimulează creativitatea și îmbogățește vocabularul copilului. Copiii care participă la acest exercițiu se cunosc și colaborează bine în grup.

#### OBIECTIVELE URMĂRITE

- Dezvoltarea abilităților de comunicare;
- Stimularea creativității;
- Îmbogățirea vocabularului;
- Facilitarea spontanității;
- Dezvoltarea valorilor morale;
- Facilitarea autocunoașterii și a autocontrolului.

#### UTILIZARE:

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele, trăirile, anxietățile, legate de evenimente din viața lor;
- Dezvoltă imaginația;
- Contribuie la îmbogățirea vocabularului;
- Le dezvoltă strategii de rezolvare a conflictelor și problemelor;
- Îi ajută să se exprime pe sine prin imaginile și povestirile create;
- Antrenează atenția distributivă.

#### DESCRIEREA EXERCITIULUI

##### Momentul 1

Fiecare copil este rugat să scrie o poveste despre animale, plante, oameni sau obiecte. După ce au scris aceste povestioare, sunt rugați să facă și un desen care să reprezinte secvențe din povestioara lor.

Povestirile lor vor ajunge la dumneavoastră pentru a lua din fiecare poveste câte ceva și a alcătui o poveste a grupului. Din unele povești veți lua personaje, din altele acțiuni, expresii, astfel încât nici o lucrare să nu rămână pe dinafară. Modelul după care este bine să alcătuiți povestea este: personajul principal, un drum de inițiere, o întâmplare care-l schimbă, întoarcerea și finalul fericit, pozitiv. După ce ați combinat poveștile în așa fel încât să faceți una singură este bine să o citiți în fața copiilor iar aceștia să-și recunoască personajele sau acțiunile din propriile povestiri.

În situațiile în care copiii nu știu să scrie îi puteți ruga să deseneze animale, plante, obiecte, apoi să vă descrie verbal ce au desenat. Dumneavoastră veți nota tot ce au spus ei și veți alcătui o poveste, pe care o veți citi întregului grup.

## EXEMPLU

I-am rugat pe copii să scrie o poveste despre animale, plante, oameni sau obiecte. Fiecare au făcut câte o poveste, apoi împreună cu colegul meu am combinat poveștile astfel încât l-a sfârșit să existe o singură poveste.

Poveștile copiilor au fost foarte frumoase și cu multe acțiuni și personaje. Le-am selectat cu mare grijă, dar și cu mare interes. Acțiunile pe care copiii le-au descris ne-au ajutat foarte mult.

Povestea grupului a fost o mare și plăcută surpriză și pentru noi și pentru copii. Sperăm să vă bucurați împreună cu noi de ea.

“Era odată ca niciodată, o omidă mică și verde.

Părinții ei spuneau „Omidă Lida” și-o alintau mereu deoarece era singurul “copil al familiei”.

Casa lor, de varză roșie, era una dintre cele mai frumoase și mai îngrijite din sat. Erau toți trei tare fericiți și jucăuși.

Bucuria lor nu a durat însă foarte mult. Vara era pe terminate, toamna se apropia cu pași rapizi, ziua recoltei nu era prea departe.

Ca în fiecare an, la venirea toamnei, părinții omidei au fost nevoiți să meargă în căutarea hranei.

Pe când erau plecați după mâncare, o turmă de oi scăpată de sub controlul lui Dănuț, a intrat în grădina de varză și a distrus tot ce a mai rămas. Noroc cu o creangă căzută din prunul de vizavi, de care s-a agățat biata Lida, că altfel oile cele lacome o mâncau și pe ea.



Figura 3.9.1

Între timp, Chiț, șoricelul cel isteț tocmai și-a părăsit comoda-i cutie de conserve, aflată în casa Roxanei și porni în căutarea bilei de argint pe care aceasta o pierduse pe ulițele satului. Tot mergând, dădu peste biata Omida Lida, care plângea și-și căuta disperată părinții, agățată de o creangă căzută din prun. Chiț i-a propus să meargă împreună cu el în căutarea bilei de argint. Omida însă nu putea merge așa repede ca șoricelul, și a preferat să rămână acolo, rugându-l, dacă din întâmplare se întâlnește cu părinții ei, să le spună unde să o găsească.

Șoricelul își luă rămas bun de la omidă și, când să plece, văzu că se apropie de ei un căluț tare vesel. Au aflat că-l cheamă Fritz, și că se antrenează pentru un concurs. Fritz le-a propus să se urce pe el și să pornească împreună la drum în căutarea părinților și a bilei de argint. Așa au și făcut și au plecat toți trei încrezători.

Spre dimineață când soarele nu-și aruncase primele priviri peste câmp, șoricelul nu o mai zări pe omidă în coama lui Fritz. Au strigat-o, au căutat-o dar nu era de găsit. Scuturându-și capul nedumerit și îngrijorat, căluțul zări în iarbă o gogoasă de mătase în care se mișca ceva. Credeau că este un OZN venit de pe Marte care le-a răpit prietena. Erau să cadă pe spate când, din acel obiect ciudat, care tremura ieși un fluture foarte frumos. Îl întrebară imediat dacă a văzut-o acolo în OZN pe Omida Lida, iar acesta le-a spus că este chiar ea, că s-a transformat într-un fluture. Nu le venea să creadă ochilor și urechilor cele văzute și auzite "cum să fie omida Lida că acesta este un fluture iar ea era o omidă". Lida le-a explicat că fiecare omidă se transformă în fluture. Acest lucru înseamnă că omida a crescut.

Și-au continuat apoi drumul și tot mergând ei au întâlnit o găină care își clocea ouăle. Ea era tare separată cu unul din ouă era tot rece și nu era la fel de frumos ca celelalte. Cei trei au spus că o vor ajuta dar că trebuie să vadă cu ochii lor ouăle. Când găina le-a arătat cuibarul cu ouă, șoricelul a zărit imediat bila Roxanei. Le-a spus tuturor despre bila Roxanei și au liniștit-o pe găină. Au luat bila și au pornit spre casă.

Într-o poieniță un leu păzea o floare și era tare mirat că nimeni nu are nevoie de crinul fermecat care vindecă orice boală și că el va trebui să stea o veșnicie păzind floare. Căluțul i-a propus să ia crinul cu ei și să plece împreună la drum. Leul l-a ascultat și au pornit la drum.

După încă o zi de mers, spre seară, biata Lida nu mai spera să-și întâlnească părinții când, dintr-un lan de flori, au auzit un plânset și o jale mare. Alergară toți înspre acel loc și ce văzură: un fluture plângea deoarece soția lui era foarte bolnavă, el nu o putea ajuta și mai aveau câteva zile până la venirea Vântului Rece ca să-și găsească fica, pe Lida, pe care o pierduseră. Privind cu atenție leul observă că aripa dreaptă a soției fluture era zdrobită. Auzindu-le povestea Lida s-a mirat că părinții ei nu au recunoscut-o, dar acum toți erau fluturi. Chiț cel isteț i-a lămurit pe loc. Mare le-a fost bucuria când au aflat că Lida este chiar fiica lor. Bucuria era umbrită de boala mamei, dar leul găsi soluția: "Să o așezăm în crinul cel fermecat și se va vindeca". Fritz cu buzele lui moi, o luă și o așeză în crin. Nu mică le fu mirarea când mama fluturașului s-a ridicat din floare și a început să zboare cântând de bucurie.

Fericiți au pornit spre casă unde îi aștepta Roxana. Bila de argint era un cadou prețios pentru ea și pentru bunica ei. Ajunși acasă Căluțul Fritz a continuat antrenamentele iar ceilalți îl încurajau.

În primăvară a câștigat cupa de aur împreună cu micul său prieten Edi, făcând o cursă de vis.



Figura 3.9.2

### **Momentul 2**

În crearea unei povești puteți, de asemenea, da copiilor un început de poveste iar ei să o continue.

### **Momentul 3**

Copiii sunt rugați să deseneze pe o foaie secvențe din povestea lor sau chiar întreaga poveste. După ce și-au ilustrat propria poveste, sunt rugați să facă împreună un desen al poveștii create de întregul de grup.

De asemenea, pot modela din lut personajele acestei povestiri.





Figura 3.9.3

#### Momentul 4

Copiii pot construi o poveste din imagini. La acest exercițiu este bine să grupați copiii câte doi. Dați apoi, copiilor reviste din care pot decupa cât mai multe imagini. După ce au decupat, sunt invitați să contruiască o poveste. La sfârșit să-și scrie numele și titlul poveștii. După ce au terminat fiecare pereche își va prezenta povestea în fața întregului grup.

#### METODELE UTILIZATE

Dialogul

Desenul

Metafora și povestirea

Modelajul

Colajul

Munca individuală și de grup

#### MATERIALE NECESARE

Creioane carioca sau creioane colorate

Coli A4 sau blocuri de desen

Lut

Carton





Reviste  
Foarfece  
Scotch

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

În exemplul de mai sus se pot observa o multitudine de personaje și de acțiuni. Din povestioarele copiilor puteți lua personaje, acțiuni, expresii formulate de ei. Dumneavoastră puteți contribui cu propriile idei la alcătuirea poveștii finale. Povestea finală, împreună cu desenul și cu modelajul pot fi expuse în clasă sau într-o sală unde să o poată admira cu toții.

## 3.10. "DRUMUL PRINTRE PLANETE"

Este un exercițiu care este indicat pentru momentul în care grupul s-a format și urmează o perioadă de întrerupere a întâlnirilor sau încheierea unei terapii de grup. Tema abordată este "drumul de inițiere". Din această cauză este de preferat să aplicați acest exercițiu atunci când membrii grupului se despart sau se încheie o perioadă de terapie. De asemenea, poate fi utilizat cu succes când unul dintre copii trece printr-o perioadă de criză: divorțul părinților, pierderea unui membru al familiei, plecarea în adopție, apariția unui nou copil în familie.

Poate fi prezentat și aplicat ca o poveste sau joc de rol în episoade, urmând cadrul basmului „Micul Prinț” de Saint-Exupery, dar orice modificare de personaj e binevenită. Se poate desfășura de-a lungul unei singure întâlniri sau pe parcursul a cel mult trei întâlniri consecutive.

## OBIECTIVELE URMĂRITE

- Perfecționarea abilităților și dexterității manuale;
- Creșterea capacității de comunicare inter-personală;
- Căutarea de soluții individuale și/sau colective la o situație de criză;
- Dezvoltarea creativității;
- Găsirea unor soluții individuale și de grup la crizele scenariilor de viață individuale și de grup;
- Creșterea nivelului de integrare socială a beneficiarilor;
- Creșterea stimei de sine și autocunoașterea.

## UTILIZARE

- Permite copiilor să-și exprime sentimentele;
- Antrenează munca în grup și munca individuală;
- Ajută participanții să se cunoască pe ei și mediul din care provin;
- Antrenează imaginația;
- Oferă soluții la conflictele personale și de grup în situații de criză.

## DESCRIEREA EXERCITIULUI

### Momentul 1

Se citește povestea „Micul Prinț” de Saint-Exupery. O pot citi pe rând toți copiii sau o puteți citi dumneavoastră în fața lor.

Această poveste e utilă în lucrul cu copiii, deoarece oferă o cauză nobilă, ușor de înțeles de către copii: salvarea unei flori de pe planeta Prințului și drumul acestuia printre stele, cu o mulțime de întâlniri de-a lungul cărora se maturizează.

Un copil este rugat să-și deseneze o planetă ca o floare. Ceilalți copii vor desena la alegere:

- o vulpe
- Regele-Timp
- un șarpe
- un deșert
- un avion

La apariția fiecărui nou personaj în poveste, după citirea pasajului care relatează întâlnirea prințului cu acesta se alege copilul care va desena personajul respectiv. De exemplu, după întâlnirea cu vulpea, se alege copilul care va desena vulpea, etc. După terminarea citirii poveștii, se începe desenarea personajelor din poveste, se poate discuta despre toate personajele și se pot juca scenele întâlnirilor din povestea inițială.



Figura 3.10.1



## Momentul 2

Fiecare copil este rugat să-și confecționeze o planetă apoi să o deseneze sau să o picteze. Fiecare copil va vorbi despre planeta lui, îi va da un nume, va spune cine locuiește pe ea, ce fel de planetă este. Poate avea loc o discuție despre stele și faptul că fiecare din noi are o stea care îi aparține și îl protejează. După ce au construit planetele vor construi împreună o orbită pe care le vor putea lansa. De obicei lansarea planetelor coincide cu un drum pe care planetele (copiii) îl vor parcurge. Copiii vor descrie cum este acel drum și mai ales ce vor face planetele în această călătorie. E foarte important ca cei care au construit planetele să înțeleagă faptul că acestea vor deveni stele, iar ei le vor putea vedea în fiecare seară, iar steaua lor va fi cea care strălucește mai tare. Această formă de reper exterior îi va face pe copii să nu se mai simtă singuri și le va da speranță în momentele grele.

„Constelația” instalată pe cer poate fi botezată și se poate vorbi de faptul că, totuși, grupul va rămâne împreună prin stelele care sclipesc pe cer.

## METODELE UTILIZATE

Dialogul

Desenul sau pictura

Metafora și povestirea

Munca individuală și de grup

## MATERIALE NECESARE

Povestea „Micul Prinț”, de preferat într-o ediție ilustrată

Acuarele și pensule

Cartoane

Diverse materiale din care puteți construi planetele și orbita (bucăți de burete, sfoară, sârmă, nuiiele, mingi, polistiren)

## OBSERVAȚII ȘI RECOMANDĂRI

Atunci când aflați că unul din membrii grupului trebuie să facă o călătorie dificilă, lungă, importantă pentru el, puteți folosi acest exercițiu. La fel, poate fi utilizat ca o formă de ritual de despărțire sau încheiere a unei perioade de lucru cu un grup.

Boala florii din povestea inițială devine pretextul discutării problemei reale, care poate fi transferată asupra florii. Prințul din poveste caută o soluție, iar copiii vor fi stimulați prin intermediul acestui exercițiu să rupă barierele ridicate în poveste, unde nu se spune în mod clar dacă floarea a fost sau nu salvată. Aceste bariere vor fi rupte cu mai mare ușurință de către copii astfel:

- cu ocazia povestirii întâlnirii prințului cu Regele-Timp, se poate învăța noțiunea de timp măsurabil; ceasul ne spune cum trece timpul, noțiunea de noapte și zi, săptămâni, luni, ani, secole, milenii;
- cu ocazia povestirii întâlnirii cu vulpea, se poate asimila noțiunea de câștigare a încrederii prin comunicare eficientă, cunoașterea celorlalți prin apreciere reciprocă, noțiunea de răbdare și de predictibilitate;
- cu ocazia povestirii drumului prințului prin deșert, copiii pot pune în deșert tot felul de creaturi sau plante, care reprezintă una din fricile importante pentru ei în acel moment sau o dovadă de empatie cu suferința prințului din poveste;

- cu ocazia întâlnirii prințului cu șarpele, pot ieși la iveală în mod foarte pregnant frici sau angoase ale copiilor;
- la descoperirea avionului, se poate negocia cu copii sfârșitul poveștii; unii copii preferă să repare avionul sau să găsească altă soluție decât cea prezentată în povestea originală.

Transformarea – schimbarea în pozitiv de care e nevoie în finalul exercițiului va marca despărțirea de unul din copii sau va oferi o soluție metaforică la rezolvarea bolii florii de pe planeta prințului. Pentru ca o astfel de soluție să rămână în sufletul copiilor, putem aborda exercițiul cu sau fără povestea „Micul Prinț”. Importantă rămâne, însă, câștigarea încrederii copiilor în viitorul ce le stă în față.



Figura 3.10.2

## ***Bibliografie***

- ANEE CAÏN, "Psihodrama Balint. Metode, teorie, aplicații.", Editura Trei, 2003.
- BORIS LUBAN-PLOZZA, IOAN BRADU IAMANDESCU, "Dimensiunile psihologice ale muzicii. Introducere în muzicoterapie", Editura Romcartexim, București 1997.
- DANIEL MARCELLI, "Tratat de psihopatologia copilului", Editura Fundației Generația, 2003.
- DONALD W. WINNICOTT, "Consultația terapeutică a copilului", Editura Fundației Generația, 2002.
- EMIL VERZA, FLORIN EMIL VERZA, "Psihologia vârstelor", Editura PRO Humanitate, București 2000.
- GEANINA CUCU-CIUHAN, "Psihoterapia copilului hiperactiv – o abordare experiențială", Editura Sylvi, București 2001.
- IULIANA DOBRESU, "Psihiatria copilului și a adolescentului", Editura Medicală, București 2003.
- JACQUES SALOME, "Mami, tati, mă auziți?", Editura Curtea Veche, București 2003.
- JEAN FLORENCE, "Art et therapie. Liaison dangereuse?", Facultes Universitaires Saint-Louis, Bruxelles 1997
- KARI KILLEN, "Copilăria durează generații la rând", Editura First, Timișoara 2003.
- ROLAND SCHOHN, "La marionnette du théâtre a la thérapie", Mémoire de Psychiatrie, France 1979.
- ROSELINE DAVIDO, "Descoperiți-vă copilul prin desen", Editura IMAGE 1998.
- SEMPRONIA FILIPOI, "Basmе terapeutice pentru copii și părinți", Fundația Culturală Forum, Cluj-Napoca 1998.
- L. BONNAFE, "La leçon surréaliste in Desaliéner ? Folie(s) et Sociétés(s)", Presses Universitaires du Mirail , Toulouse, 1991.
- J. BROUSTRA, "Expression et Psychose", ESF, Paris, 1987 pag. 127, 153.
- J. BROUSTRA, "Avec qui habiter sa maison?" in l'Hébergement thérapeutique, ERES, Toulouse, 1990, pag. 181.184.
- J. BROUSTRA, "Les vitrines de l'Art-Thérapie, Information psychiatrique", Februarie 1991.
- J. BROUSTRA, "La création des malades mentaux au service de la Cité", revista "Psychologie Médicale", 1993, nr.25.
- J. BROUSTRA, "Art, Culture, Psychiatrie, Semblant ou Nécessité", revista "Psychologie Médicale", 1993, nr.25.
- "Les tréteaux du handicap, Rencontre théâtrale Cergy/Pontoise", in "Information Psychiatrique", 1996, nr. 2.
- J. BROUSTRA, "L'Expression, Psychothérapie et Création ESF", Paris, 1996.
- URSULA TAPPOLET, "La therapie par la marionnettes et le conte de fées. La thérapie par le jeu et par l'art", Atelier de Corsier, Geneva, 1987.





Lucrare realizată și tipărită în 1000 de exemplare  
cu sprijinul Reprezentanței UNICEF în România,  
cu fonduri oferite cu generozitate de  
Comitetul Național pentru UNICEF din Germania

