



PROIECT COFINANȚAT DIN FONDUL SOCIAL EUROPEAN PRIN PROGRAMUL OPERAȚIONAL CAPITAL UMAN 2014-2020

A 4.1. Dezvoltare abilități emoționale, consiliere socială, suport emoțional/ psihologic, consiliere vocațională

INSTRUMENTE/ TEHNICI DE LUCRU SPECIFICE PENTRU DEZVOLTAREA DE ABILITĂȚI EMOȚIONALE, CONSILIEREA SOCIALĂ ȘI VOCAȚIONALĂ ADAPTATE NEVOILOR DE SERVICII PSIHO-SOCIALE DE SPRIJIN ALE PREȘCOLARILOR/ ELEVILOR DIN GRUPUL ȚINTĂ

TEHNICI SPECIALE DE CONSILIERE ADAPTATE NEVOILOR DE DEZVOLTARE PERSONALE ȘI EMOȚIONALE

**POVEȘTI TERAPEUTICE
-IULIE 2022-**



SOCIETATEA NAȚIONALĂ SPIRU HARET
PENTRU EDUCAȚIE, ȘTIINȚĂ ȘI CULTURĂ



INSPECTORATUL ȘCOLAR
AL JUDEȚULUI GIURGIU



Poveștile terapeutice (biblioterapie) funcționează foarte bine la copii, pentru că ei au darul de a intra ușor în lumea imaginărilor.

Multe dintre lucrurile pe care ne-am dori ca un copil să le dezvolte și le putem transmite prin intermediul unei povești, el reușind astfel să integreze mult mai ușor valori, soluții și modele de comportament. De asemenea, citindu-i povești, îi stimulam dorința de a citi și inteligența verbal-lingvistică.

Poveștile terapeutice sunt construite într-un fel aparte. Acestea se axează foarte mult pe empatie și pe a-l ajuta pe erou să-și descopere propriile resurse, fie prin intervenția unui personaj magic, fie învățând singur din propriile experiențe.

În continuare, prezentăm câteva dintre poveștile terapeutice care vor fi folosite în consilierea copiilor din grupul țintă

I. COPILUL ȘI EMOȚIILE

A fost odată un copil care voia să fie tot timpul fericit. Cu toate acestea, lui îi se întâmplau lucruri care ba îl întristau, ba îl speriau sau mâniiau.

Cum lui nu îi plăceau aceste emoții, a rugat o zână să îl scape de simțirile neplăcute. Zâna binevoitoare i-a răspuns chemării, dar în loc să-l scape de ele, l-a uimit spunându-i că



fără acelea ar fi mult mai sărac.

Așa că, atunci când el era în fața unei ape adânci în care scăpase mingea, zâna i-a apărut din umbră și i-a spus:

-Frica te ajută să știi să te aperi de ceea ce este periculos!

De asemenea, atunci când era trist pentru că nu obținuse nota maximă la o evaluare, zâna și-a făcut din nou apariția pentru a-i explica:

– Acum ești trist. Tristețea te ajută să înțelegi mai bine viața și să cauți fericirea și lucrurile bune, să înveți mai mult pentru a obține rezultatul dorit. Cum altfel ai putea să prețuiești ceva pe lume dacă nu știi ce înseamnă pierderea?

Altădată, când copilul era furios pentru că părinții nu îl lăsau să se joace la calculator, zâna i s-a arătat din nou:

-Vezi câtă putere și energie ai? Să nu uiți că energia și puterea trebuie folosite cu mare înțelepciune, astfel încât ele să te ajute, ci nu ca să rănești sau să distrugi.

A trecut mult timp de la întâlnirea copilului cu zâna și pe parcursul anilor el și-a dat seama cât de folositoare erau acele emoții – pentru că ele îi arătau calea schimbării. Astfel, copilul putea deveni cu fiecare zi mai puternic, mai viguros, mai pregătit pentru viață.

Și, odată împrietenit cu emoțiile mai puțin plăcute, de care nu îi mai era frică, el le privea ca pe niște prieteni sinceri care îți spun adevărul. El știa că nu or să dureze mult, așa cum nici norii negri nu pot ascunde soarele prea mult timp. Iar fericirea lui, asemenea soarelui, strălucea tot timpul pe cerul cu sau fără nori. De-abia acum el putea să fie cu adevărat împlinit, să se bucure de viață pe de-a-ntregul, să prețuiască fiecare clipă.

II. POVESTEA BĂIEȚELULUI ȘI A DRAGONULUI

Indicații terapeutice: abandon în fața unei greutăți.

Efecte dorite: stimularea încrederii în sine; conștientizarea potențialului propriu;

Ion era un băiețel care nu avea suficientă încredere în el și care în fiecare seară obișnuia să se joace cu dragonul său de pluș, pe care-l botezase „Foc”.

Într-o seară, după ce băiatul pronunță o formulă magică dintr-o carte, dragonul de pluș prinse viață. Foc îi povesti băiatului stupefiat că, dacă vrea să rămână un dragon cu viață, trebuie să treacă prin mai multe încercări.

Imediat Ion spuse că el nu este capabil să rezolve situații dificile, dar după multe discuții din care înțelese că nu există altă posibilitate ca să-ți salveze iubitul dragon, se hotărâ să încerce.

Ion porni la drum alături de dragon care-i dăruie un arc cu săgeți fermecate. După o oră de mers, nu întâmpină nici o dificultate, ceea ce-l făcu pe Ion să aibă mai multă încredere în el.

Dar, ceea ce Ion nu observase, era o ceată de lupi flămânzi ce-i urmăreau de ceva vreme.

Obosit, Ion hotărâ să se oprească puțin să-și mai tragă sufletul. Dintr-o singură săritură, șeful lupilor îl trânti pe băiat la pământ. Ion țipă puternic și după mai multe încercări reuși să dea lupul la o parte. Un urs care trecea pe acolo, văzu toată scena și puse haita pe fugă. Băiețelul îi mulțumi din suflet ursului care se oferise să-l însoțească în această misiune, dar Ion refuză, spunând că se întoarce acasă pentru că nu mai este în stare să continue.

„Poftim, ține aceste gheare din labele mele și ele te vor ajuta să-ți îndeplinești dorința, iar dacă vei fi în pericol ele te vor salva.” Ion acceptă și porni repede mai departe pentru că odată cu

răsăritul soarelui, magia dispărea. Porni deci, tot mai decis să-și atingă scopul. Zgomotele nopții îl speriară teribil, dar strânse ghearele ursului între degete și-și văzu de drum. Un râu tumultuos îi blocă drumul. Curajos, Ion se aruncă în apă, dar un rechin se apropie furios de el. Fără să stea pe gânduri, Ion scoase arcul și trase în rechin. Săgeata magică îl nimeri și rechinul se transformă într-o țestoasă uriașă care îl transportă pe malul celălalt.

După o bucată de vreme, băiatul se trezi la poalele unui munte urias. Se uită în jurul său și văzu că se afla în țara dragonilor. În jurul său se aflau o mulțime de arbori viguroși, cu excepția unuia pipernicit.

Instinctiv băiatul se simți atras de acest arbore. Deodată văzu în vârful său o frunză neobișnuit de strălucitoare. Se cățără și o rupse și instantaneu aceasta se transformă într-o pudră magică, iar dintr-un nor de fum coborî dragonul său. Imediat dragonul îl îmbrățișă și-l felicită pentru curajul și tenacitatea sa, care i-au salvat viața.

Ion a învățat de la prietenul său că, dacă vrei cu adevărat un lucru, îl vei obține, deși uneori acest lucru nu e ușor. Din acel moment, Ion nu a mai spus niciodată că nu este capabil

III. POVESTEA LEULUI RIBI

Indicații terapeutice: dificultăți școlare

Efecte dorite: înțelegerea importanței școlii; prevenirea abandonului școlar

Ribi era un pui de leu foarte drăgălaș. Pe el nu-l interesau sfaturile tatălui său, care voia să-l învețe tactica vânătorii, pescuitului și a apărării de alte animale, pentru că jungla era periculoasă, fie și numai dacă te rătăceai în ea. În timp ce frații săi învățau aceste lecții de viață, Ribi stătea toată ziua la soare, se bronza sau înota, se strâmba cu maimuțele și se întrecea la înot cu broaștele.

Într-o zi, Ribî a fost atacat de un tigru și cum el lipsise în ziua când tatăl său îi învățase cum să facă față acestui pericol, nu a știut ce să facă. Speriat de moarte, și-a strigat din toată puterea frații și surorile care l-au salvat în ultima clipă. Ribî s-a hotărât atunci să-și viziteze tatăl și să-l roage să-l învețe tot ce considera că i-ar fi necesar. El a promis că va munci de două ori mai mult pentru a recupera timpul pierdut. Tatăl a acceptat și Ribî a făcut progrese foarte rapid.

După mai mulți ani, i-a succedat tatălui său la tron. În calitate de rege al animalelor, le-a explicat copiilor importanța cunoașterii pentru învingerea greutăților vieții.

IV. POVEȘTEA VÂNĂTORII DE COMORI

Indicații terapeutice: dezinteres față de lecții

Efecte dorite: suscitarea unui interes crescut pentru lectură; stimularea curiozității pentru cunoaștere

Jojo era o veveriță foarte jucăușă și sprintenă. Într-o frumoasă zi de toamnă, verișorii săi, care locuiau în Pădurea Fermecată, au invitat-o să participe la o vânătoare de comori, cu ocazia Sărbătorii Frunzelor.

Foarte bucuroasă că-și va reîntâlni rudele dragi, Jojo se gândea că nu i-ar strica să cucerească marele premiu, adică să găsească prima comoara.

Ziua întrecerii a sosit. Conducătorul veverițelor dădu ultimele instrucțiuni și, după ce alinie toți concurenții la linia de plecare, dădu startul. Din păcate, după nici o sută de metri, Jojo se retrase din cursă pentru că nu era în stare să citească panourile indicatoare, întrucât până acum nu i se păruse important cititul.

„Nu-i nimic, voi găsi comoara și fără să mă orientez după aceste Panouri idioate” zise Jojo. Apoi, porni din nou la drum, dar într-o direcție greșită. Când ajunse în fața unei mlaștini de netrecut, o cuprinse disperarea și începu să plângă.

Deodată, îi apărură în fața ochilor un spiriduș îmbrăcat în haine multicolore. Spiridușul, care știa tot, înțelese disperarea amicei noastre și-i zise: „ Eu cunosc un secret care te va ajuta să găsești comoara, dar mai întâi va trebui să treci de câteva probe.

Pentru început trebuie să înveți să recunoști literele fermecate pe care ți le voi arăta. Apoi, te vei reîntoarce la linia de plecare și dacă vei plasa corect câte una din literele mele magice sub fiecare panou, vei găsi indicații care te vor apropia de comoară.”

Jojo urmă instrucțiunile primite, astfel încât ajunse să știe alfabetul magic și în final să intre în posesia comorii. Jojo a fost tare mândră de ea, dar cea mai mare comoară pe care a descoperit-o, a fost să realizeze importanța cunoașterii cititului.