

**CÎMPEAN LUCIA**  
**PROFESOR CONSILIER-LOGOPED - CJRAE ALBA**  
**DIRECTOR LA GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT**  
**„LUMEA COPILOR”- BLAJ, JUD. ALBA**

**I - Povestea Mariei** – componentă a modulului de intervenție pe anxietate - frica de a spune poezii în fața copiilor/publicului

Se apropie Sărbătorile de iarnă. Mai sunt câteva zile până la vacanță, dar..., până atunci, așteptăm cu nerăbdare și bucurie venirea lui Moș Crăciun, la grădiniță. Vrem să-l primim cum se cuvine. De aceea ne pregătim zi de zi. Am învățat cântece și jocuri de iarnă, am pregătit o scenetă cu Nașterea lui Iisus, un dans al fulgilor și multe Colinde. Am facut globuri și podoabe pentru brad și pentru sala de grupă, felicitări și invitații la serbare pentru părinți și bunici, i-am scris și o scrisoare lui Moș Crăciun, sub forma unui desen, din care moșul va înțelege ce-și dorește fiecare copil. D-na educatoare ne-a spus și o poveste foarte interesantă despre Moș Crăciun și sania trasă de cei 9 reni, avându-l în frunte pe Rudolf, cel cu nasul roșu:



Dar, momentul cu adevărat emoționant pentru noi, copiii grupei mari, va fi acela când, fiecare copil se va apropia de Moș Crăciun și va recita poezia învățată, iar Moșul îl va răsplăti cu daruri. Suntem siguri că moșul va citi scrisorile noastre și-i va aduce fiecăruia ce-și dorește și ceea ce merită. Știm asta din poezia *Crăciunul copiilor*, de O.Goga, pe care, o va recita Maria, la serbare:

Dragi copii din țara asta,  
Vă mirați voi cum se poate,  
Moș Crăciun, din cer de-acolo,  
Să le știe toate, toate.  
Uite cum: Vă spune Badea...  
Iarna'n noapte, pe zăpadă,  
El trimite câte-un înger  
La fereastră, ca să vadă...  
Îngeri se uită-n casă,  
Văd și spun, iar Moșul are,  
Colo'n cer, la el în tindă,  
Pe genunchi, o carte mare.

Cu condei de-argint el scrie  
Ce copil și ce purtare...  
Și de-acolo știe Moșul,  
CĂ-I ȘIRET EL, LUCRU MARE.



Azi este ziua cea mare. Mai sunt câteva ore până la venirea Moșului. De dimineață ninge cu fulgi mari și pufoși care se aștern din abundență pe pomi, pe case, pe străzi și dealuri. E o atmosferă de poveste, care te îmbie să fii parte din ea.

- Vrem afară! Vrem afară! - spun câțiva băieți mai curajoși, din grupa mare, cu năsurile lipite de fereastră. Să ieșim în curte, să prindem fulgi, să facem bulgări și un Om mare de zăpadă!

- Și repetițiile? - spun câteva fetițe - doar azi, spre seară, vine Moș Crăciun și trebuie să-l primim cum se cuvine.

- Dar, vom face un Om de zăpadă pentru Moș Crăciun, să-l întâmpine la venire. Sigur o să se bucure Moșul!

D-na educatoare este de acord cu ideea băieților, așa că, în câteva minute, curtea grădiniței se umple de copii și de veselie. În curând se înalță Omul de zăpadă, cel care-l va primi pe Moș Crăciun.



- Și totuși... repetițiile? – spune d-na educatoare?

Bucuria copiilor este însă din ce în ce mai mare; sunt greu de oprit din jocul lor. Radu, cel care de obicei are inițiativă, vine cu o propunere greu de respins:

- Putem să facem repetițiile afară, pe scena albă, lângă Omul de zăpadă.

Aplaudând propunerea lui Radu, copiii fac cerc în jurul Omului de zăpadă și repetițiile merg ca pe roate: au cântat, au colindat, au plutit la dans, luându-se la concurs cu fulgii cei adevărați, chiar și sceneta a mers strună.

- Bravo, bravo, copii! – Acum e vremea ca fiecare să recite poezia pregătită pentru serbare și apoi mergeți acasă, vă odihniți și după-masă, ne întâlnim în sala de spectacol, să-l așteptăm pe Moș Crăciun. Sigur va veni, pentru că Zâna Iarnă i-a așternut pături pentru sănioară, renii, în frunte cu Rudolf, sunt pregătiți, și..., cel mai important, voi toți sunteți pregătiți.

Rând pe rând, bucuroși, făcând compliment în fața Omului de Zăpadă, de parcă acesta ar fi fost Moș Crăciun, copiii recită entuziasmați poeziile învățate, aplaudându-se unii pe alții.

- Repetiția a mers foarte bine, apreciază d-na educatoare. Sunt foarte mulțumită de voi!!!

Maria se apropie de d-na educatoare, sfioasă și tristă:

- Eu nu am spus poezia.

Copiii și educatoarea o îndeamnă:

- Hai spune-o! Spune-o mai repede! În curând vin părinții.

- Nu, nu știu bine poezia. Nu pot s-o recit frumos ca voi.
  - Te rugăm, spuse Mihai, un băiețel cu bujori în obrăjori.
  - Nu pot! Voi greși, iar voi veți râde de mine.
  - Nu râdem! Nu râdem!
  - Ba da! Veți râde! Și acesta e cel mai rău lucru care mi se poate întâmpla. Va fi groaznic dacă nu spun poezia frumos, fără greșală. Veți râde de mine, nimeni nu mă va mai iubi, n-o să vă mai jucați cu mine, am să rămân singură și nu vreau. Iar la serbare toată lumea va râde de mine, chiar și Moș Crăciun. Și voi fi singurul copil care nu va primi daruri.
  - Spune, spune poezia! – o rugau copiii și d-na educatoare.
  - Nu pot!... Nu știu!..., repeta Maria, cu ochii plini de lacrimi.
- Dar, fiindcă Maria nu voia să recite poezia, copiii, bucuroși că spre seară va veni Moș Crăciun cu daruri, au încins jocurile de iarnă: *Hai, călușeii să-i înhăăm și Săniuța fuge*, în timp ce d-na educatoare vorbea cu părinții lor, care au început să vină după ei, punând la punct ultimele detalii legate de costume, de ora începerii programului, etc.
- Dar Maria...? ...oare cu ea ce s-a întâmplat?...Copiii au uitat de ea. Plecau spre casă, cu gândul la toate bucuriile de care au avut parte în ziua aceea la grădiniță, la serbare, Moș Crăciun, daruri, costume, brăduțul împodobit, etc.
- În acest timp, tristă și singură, Maria plângea ascunsă după Omul de zăpadă, unde o găsește Adelina, sora mai mare, școlăriță în clasa a II-a, care a întârziat puțin, fiindcă avusese și ea repetiții la școală.
- Vai, ce frumos e Omul de Zăpadă! Și ce mare e? Cine l-a făcut?



- Noi, copiii din grupa mare, spuse Maria.
- Și pare atât de vesel? Nu ți se pare că-i vesel, Maria?
- E vesel, pentru că azi am făcut repetițiile pentru serbarea lui Moș Crăciun chiar aici lângă el.
- Dar tu parcă te-ai ascuns după Omul de Zăpadă!... Și...pari tristă. De ce ești tristă, Maria? Colegii tăi au plecat spre casă foarte veseli. I-am auzit povestind părinților ce zi frumoasă ați avut azi la grădiniță. Plângi, Maria? De ce plângi ?
- Pentru că nu am vrut să spun poezia. **M-am gândit** că eu nu știu să recit frumos și copiii vor râde de mine.
- **Cum așa? Dar cum de-ți trece așa ceva prin gând?**
- Dacă nu le place cum recit poezia, copiii vor crede lucruri urâte despre mine, nu mă mai iubesc, nu se mai joacă cu mine și atunci..., mai bine nu am spus poezia. **M-am gândit că**

la serbare toată lumea va râde de mine, chiar și Moș Crăciun. Și că eu voi fi singurul copil care nu va primi daruri de la Moș Crăciun.

- De ce să râdă?

- Pentru că greșesc unele cuvinte, nu știu să recit poezia frumos, fără nicio greșeală.

- Și dacă ar râde toată lumea..., să ne gândim puțin că ar râde toată lumea de tine, în hohote.... Ce ar fi?

- **Ar fi foarte rău**, a spus Maria, suspinând.

- Și ce s-ar întâmpla?

- Aș rămâne singură și tristă, fără ca cineva să fie alături de mine. Aș plânge. Nimeni nu m-ar mai iubi, nimeni nu s-ar mai juca cu mine. Aș fi foarte tristă și aș fi singurul copil care nu ar primi daruri de la Moș Crăciun. **Ar fi groaznic**. Aș fi cea mai neinteresantă fetiță din grupa mare.

- Și acum nu ai rămas singură, ascunsă după Omul de Zăpadă, până am ajuns eu?

- Ba da.

- Si nu ești tristă?

- Ba da.

- Ai văzut? Dacă stai singură și tristă, dacă plângi și te ascunzi, copiii pleacă de lângă tine, își văd de jocul lor. **Gândul că** vor râde toți de tine, că nimeni nu te iubește, dacă greșești puțin sau nu reciti destul de frumos, **îți face mult rău**. Pe de altă parte, dacă-ți faci puțin curaj și reciti poezia, **dacă te gândești că chiar dacă uiți un vers sau faci o mică greșeală, nu e o problemă așa de mare, te ajută să spui și tu poezia la serbare**, la fel ca ceilalți copii. Și ei pot să greșească puțin. **Dar asta nu e groaznic. Nu e o catastrofă.**

- Crezi? Chiar crezi asta?

- Cu siguranță. Nu ai nimic de pierdut. Dimpotrivă. Vei avea de câștigat.

- Crezi? Chiar crezi asta?

- Da. Vei primi aplauzele și prietenia colegilor, bucuria mea, a părinților și a bunicilor, care vom veni ca spectatori la serbare și vei primi darurile lui Moș Crăciun, care-i darnic și e bun și el te răsplătește, chiar dacă mai și greșești. Oricine poate să greșească, să uite un vers-două. Asta nu e o catastrofă.

- Ai dreptate, Adelina! Voi încerca!

- Mă bucur! Dacă vrei, după ce mergem acasă și te odihnești, vom repeta împreună poezia, apoi îi invităm ca spectatori pe prietenii tăi, jucăriile de pluș: ursulețul **Martinel**, motănelul **Pufi**, cățelușul **Rex**, păpușica **Maia**, purcelușul **Lușu**, vrăbiuța **Uța**, elefanțelul **Cici**, Veverița **Rița**, papagalul **Richi** și broscuța **Cuța** și vei recita poezia pentru ei, iar la serbare o să reciti fără teamă. Vrei?

- Vreau! Hai să mergem repede acasă! Dar oare o să reușesc?

- Sigur că o să reușești! Ești o fetiță din grupa mare, la fel ca toate colegele tale.

- Oare colegii mei – Radu, Mihai, Ioana, Dana, Roxana, Mădălina, etc., se vor juca cu mine și vor fi prietenii mei, dacă voi fi curajoasă și spun poezia la fel ca ei, la serbare?

**Chiar dacă fac și greșeli?**

- Poți fi convinsă că vor fi prietenii tăi! Nu uita! Nu-ți fie teamă de copii! Încearcă să fii prietenă cu ei! Nu ai nimic de pierdut.

- Nu uit., nu uit! Mulțumesc mult pentru sfaturi și pentru ajutor, Adelina! Ești surioara și prietena mea cea mai bună!

- Ce vei face de acum înainte?

- De acum înainte o să mă gândesc că nu am nimic de pierdut dacă încerc să recit poezii, că mă vor iubi copiii chiar și atunci când fac mici greșeli. Da, de acum înainte voi spune poezii. Voi încerca în această seară, la serbare. Poate o să primesc în dar chiar o carte cu poezii de la Moș Crăciun, pentru că i-am scris în scrisoarea cu desene că îmi doresc o astfel de carte. **Și chiar dacă o să fac greșeli, nu e o catastrofă.**

**II - Activitate practică** - componentă a modulului de intervenție pe anxietate - frica de a spune poezii în fața copiilor/publicului:

**a) - Confecție: Brățara magică a prieteniei – activitate individuală**

**Materiale necesare** – elastic, ipsos, o ceșcuță, forme de animale/jucărioare mici, acuarele, lac și pensulă.

Adelina, împreună cu Maria pregătesc o pastă din ipsos și apă, pe care apoi o toarnă în formele din plastic, udate în prealabil; după câteva minute scot figurinele din forme și le pun la uscat, timp în care, cu o andrea, fac orificii, pregătindu-le pentru înșirare.

Apoi, ursulețul **Martinel**, motănelul **Pufi**, cățelușul **Rex**, păpușica **Maia**, purcelușul **Lușu**, vrăbiuța **Uța**, elefăntelul **Cici**, Veverița **Rița**, papagalul **Richi** și broscuța **Cuța** vor fi înșirați pe elastic, obținând *Brățara magică*, care va fi purtată de Maria la serbare și ori de câte ori simte că are nevoie de încurajare pentru a-și depăși frica.

**b) - Confecție: Brățara magică a prieteniei - activitate colectivă**

Educatorea propune copiilor să confecționeze împreună *Brățara magică a prieteniei*, care îi poate ajuta la nevoie, dacă o poartă pe mână: pe unii să devină mai harnici, pe alții să-și alunge anumite temeri, pe cei prea neastâmpărați să se tempereze etc.

**Materiale necesare:**

Pentru a putea să facă astfel de brățări, fiecare copil aduce la grădiniță o punguță cu 20 de obiecte mici, (în grupă fiind 20 de copii), de același fel, prevăzute cu orificii. Pot fi năsturei, pietricele, scoici, melci, mărgeluțe, sâmburi, ghinzi, boabe de fasole, etc.

După câteva zile, în *Cutiuța prieteniei* sunt colectate 20 de punguțe cu astfel de obiecte.

Educatorea pregătește 20 de elastice potrivite pentru mânuțele copiilor și-i invită pe copii să-și ia punguța cu obiectele aduse de acasă, din *Cutiuța prieteniei* și, pe rând, să treacă fiecare pe la măsuțele colegilor și să pună în tăvița fiecăruia câte un obiect din punguță. În final, fiecare copil are în tăviță câte 20 de obiecte mici, diferite, pe care le va înșira pe elastic, în ce ordine preferă fiecare, confecționându-și *Brățara magică a prieteniei*.

Apoi urmează aprecieri și discuții legate de felul în care pot fi ajutați de *Brățara magică a prieteniei* să-și schimbe gândurile, emoțiile și comportamentele.