

fonctionner sous de multiples systèmes d'exploitation, qui est distribué gratuitement et qui, de plus, est disponible en version française. Ce logiciel est XMIND, téléchargeable à l'adresse suivante : <http://www.xmind.net/download/win/>

Mais on peut aussi, s'orienter vers une autre application qui fonctionne fort bien : Freemind, téléchargeable à l'adresse <http://lewebpedagogique.com/litterae/tag/freemind/>

Les conclusions sont assez évidentes parmi tant d'avantages, d'utilisations et d'intérêts que manifestent les cartes heuristiques:

- un outil de structuration de la connaissance,
- un outil pour apprendre à apprendre.
- un outil pour garder trace et mémoriser une organisation en systèmes des apports langagiers, en lien avec les contenus d'enseignements, les projets et études de thèmes effectués en classe.
- c'est une approche socio-constructiviste de l'apprentissage
- la démarche a pour origine l'art de découvrir:elle consiste à faire découvrir à l'élève ce que l'on veut lui enseigner.

BIBLIOGRAPHIE:

1. BUZAN, T. ; BUZAN, B. *Mind map - Dessine-moi l'intelligence*. Paris : Eyrolles, 2013. 228 p.
2. CARLIER, L. Cartes mentales : outil pédagogique.
http://www.ac-limoges.fr/ia87/IMG/pdf/La_carte_mentale_outil_pedagogique-2.pdf (visité le 29.04.2020)
3. CECCO Jean-Michel. *Cartes heuristiques ou cartes mentales. Outils au service des apprentissages*. Paris, 2014. 54 p.
4. CHABRIAC, K. ; FONT, S. ; MANABERA, M. *Cartes mentales et documentation*. Toulouse : CRDP, 2010. 145 p.
5. DELMEE P. *La carte heuristique rend plus autonome*. Revue PROF, nr. 30, 2016. pp. 30-31.
6. FEDERATION Wallonie-Bruxelles <http://www.enseignement.be> visité le 26.04.2020.
7. GHID de implimentare a Curriculumului Chisinau 2019. Aria curriculara Limba si comunicare Limba straina X-XII https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_straina_liceu_bun.pdf (visité le 25.04.2020)
8. La carte heuristique –un outil pédagogique : site des ressources pédagogique TICE <http://www.ac-grenoble.fr/tice74/spip.php?article841> (visité le 25.04.2020)
9. LASCOMBE, V. L'utilisation des cartes heuristiques pour l'enseignement des collocations en FLE. 2013. 82 p.
10. MONGIN, P. L'école Numérique, nr. 14, 2012. p.52.
11. OPREA C.-L. *Pedagogie. Alternative metodologice interactive*. București: Editura Universității din București, 2003. 352 p.
12. REGNARD, D. Apports pédagogiques de l'utilisation de la carteheuristique en classe. Études de Linguistique Appliquée, 2010. Pp. 215-222

POVEȘTILE TERAPEUTICE ȘI ROLUL LOR ÎN DEZVOLTAREA COPILULUI

*Greco Jana, dr., conf. univ.,
UPS „Ion Creangă” din Chișinău,*

*Greco Mircea, psiholog,
președinte al Federației Internaționale Antidrog*

CZU: 82-343:37.015.3

Abstract

This article presents the role that the therapeutic fairytales play in the cognitive and emotional development of a child. The authors speak of the importance of therapeutic fairytales in the development and maintaining of the values system – foundation for the child's moral immunity. The authors consider that, nowadays, when there are more and more cases of pre-school age children suffering from panic attacks, who, from a tender age to adolescence find solace in computers or smartphones or who find false consolation in alcohol and drugs, or in using violence as a means for leasing their inner tension, the therapeutic fairytales may prove wholly useful in dealing with these issues.

Keywords: therapeutic fairytales, child's development, moral immunity, narrative therapy.

Poveștile joacă un rol foarte important în viața copiilor: ele stimulează imaginația și creativitatea, dezvoltă gândirea, limbajul și contribuie esențial la formarea principiilor morale și valorilor comportamentale. Mai mult ca atât, lumea poveștilor e o lume, în care binele întotdeauna învinge răul, iar copiii se identifică mereu cu personajele pozitive. Acestea îi însoțesc în anii copilăriei și le oferă modele, pe care le vor urma în viață adultă.

Cercetările arată că, până la 10 ani, copiii sunt guvernați de emisfera dreaptă a creierului, care este sediul funcțiilor creative și imaginative, de aceea orice informație necesară pentru dezvoltarea și socializarea copiilor trebuie transformată și prezentată în forma unei povești. Poveștile, în acest caz, capătă o putere terapeutică incontestabilă în viața copiilor. Ele pot influența profund și pozitiv, deoarece li se adresează într-un limbaj simbolic și accesibil lor, vorbindu-le la nivelul imaginilor și sentimentelor. În povești copilul poate întâlni cele mai dificile situații și, de asemenea, poate găsi o multitudine de posibilități de rezolvare a acestora. Iată motivul pentru care povestea este considerată sursa cea mai sigură și mai accesibilă de descoperire și cunoaștere a lumii. Una dintre personalitățile notorii în domeniul terapiei narative din Rusia, Tatiana Zinchevici-Evstigneeva, consideră că, ascultând povești, copilul acumulează în inconștient un fel de "bancă simbolică a situațiilor de viață" [4, p. 23], la care, în caz de necesitate, poate apela. Dacă adulții îi ajută pe copii nu doar să citească, dar să și mediteze asupra mesajului poveștilor, atunci cunoștințele, codificate în ele, se vor depozita într-o formă activă în conștient. Astfel, poveștile ajung să-l pregătească pe copil, treptat, pentru viață.

Doris Brett, un psiholog pentru copii din Australia, consideră că „copiii au tendința de a se identifica cu personajul pozitiv din poveste, încercând să-i imite comportamentul în lupta cu propriile temeri și probleme. În afară de aceasta, poveștile sunt extrem de benefice pentru dezvoltarea psihologică a copiilor, dându-le speranță, curaj și încredere în ei înșiși. Copilul, care și-a pierdut speranța sau e lipsit de încredere, renunță la luptă și riscă să nu aibă succes niciodată” [1, p. 34]. De aceea, când copilul se identifică cu un personaj, comparând întâmplările miraculoase cu propria-i viață, povestea devine terapeutică, dar, însăși metoda de lucru cu povestea a fost denumită **terapie narativă**. Puterea poveștilor terapeutice constă în faptul că sensul lor este perceput de copii la două niveluri simultan. La nivelul conștient, copilul, deși se identifică cu eroul pozitiv, el înțelege totuși că povestea este o ficțiune. La nivelul subconștient însă el absoarbe tot ce aude, își reexaminează comportamentul, sistemul de valori și viziuni.

Terapia narativă este cea mai veche metodă a psihologiei practice și, totodată, cea mai tânără metodă în practica științifică contemporană. Este o sinteză a mai multor realizări în psihologie, pedagogie, psihoterapie și a diferitor culturi filozofice. Povestea, ca reflectare a psihicului uman, a fost cercetată de mulți psihologi și psihiatri celebri, printre aceștia fiind: Erich Fromm, Eric Berne, Bruno Bettelheim și Carl Gustav Jung. De la o generație la alta se transmit diferite povești, în care oamenii găsesc răspunsuri la problemele și necesitățile lor. Acestei experiențe multisekulare Carl Gustav Jung i-a dat denumirea de **inconștient colectiv**.

Terapia narativă este un sistem de dezvoltare și educare a omului prin intermediul limbajului metaforic. Grație acestui limbaj persoana poate *întreține* un dialog delicat cu lumea sa interioară, cu inconștientul, chiar și cu spiritul său.

Terapia narativă contribuie la formarea și menținerea sistemului de valori – temelie a imunității morale a copilului, îi dezvoltă inteligența emoțională, care este necesară pentru adaptare și pentru o mai bună autorealizare în societate.

La ora actuală, nu există o clasificare unică a poveștilor. Unii cercetători consideră toate poveștile ca fiind artistice, divizându-le în povești populare (aparținând autorilor anonimi) și povești culte (scrise de autori concreți). Alții plasează poveștile terapeutice într-un grup separat. Dacă prin terapie subînțelegem grija față de armonia interioară a omului, atunci toate poveștile le putem numi terapeutice, deși în ele pot fi prezente aspecte didactice, psihoterapeutice, psihocorective sau meditative [3, p. 4].

Terapia narativă a parcurs o cale lungă pentru a deveni parte a psihologiei practice. Unul dintre fondatorii metodei este psihoterapeutul american Milton Erickson, recunoscut ca fiind o autoritate mondială în hipnoterapie și în psihoterapia strategică de scurtă durată. În opinia sa, morala directă provoacă respingere, pe când povestea are o influență imediată asupra subconștientului, ocolind conștientul. Din punctual lui de vedere, capacitatea de schimbare pozitivă o are fiecare persoană, la unii însă aceasta fiind blocată. Anume istoriile metaforice contribuie la declanșarea mecanismului de schimbare. Fiind întrebat cum reușește să vindece spunând povești, Erickson a răspuns: „Oamenii vin și mă ascultă cum le istorisesc povești, apoi pleacă la ei acasă și-și schimbă comportamentul” [2, p. 55].

Terapia narativă este foarte eficientă și se bucură de o mare popularitate în corectarea comportamentelor nedorite la copiii de vârstă preșcolară și la cei din clasele primare, deoarece ajunge la miezul problemei mai repede decât orice alte tehnici terapeutice și atinge un nivel mai profund. Mai mult decât atât, terapia narativă este și cea mai eficientă metodă de comunicare cu acei copii, care refuză să discute despre problema care îi frământă. Această metodă poate fi aplicată în cazul copiilor agresivi, hiperactivi, hipersensibili, leneși, timizi și nesiguri, copiilor cu comportament adictiv și celor cu sentimentul de vinovăție, frică etc.

În situații problematice ușoare, terapia narativă poate fi utilizată inclusiv și de acei, care nu au o pregătire specială în domeniul psihologiei, adică de către educatori și părinți. Pentru aceasta însă e necesar să se respecte câteva principii:

- Dozarea informației în procesul de cunoaștere. Inițial, e suficient de a citi povestea, de a examina atent desenele și de a discuta despre faptele eroilor prin intermediul întrebărilor ajutătoare.
- Abia după aceasta povestea trebuie să fie interpretată, adică înscenată de maturi și copii.
- După citire și interpretare, copilul trebuie ajutat să analizeze comportamentele personajelor și să-și exprime atitudinea personală vizavi de poveste.
- De propus copilului să deseneze sau să modeleze din plastilină personajele îndrăgite din poveste.
- Conținutul poveștii trebuie să corespundă vârstei și particularităților psihofiziologice ale dezvoltării copilului.
- Adulții trebuie să se abțină de a comenta morala („ai văzut că...”), pentru că există riscul de a anula, de a trezi, prin sublinieri repetate, exact acele mecanisme de apărare și rezistență, pe care ei încearcă să le evite prin poveștile terapeutice.
- De avut încredere în puterea poveștilor și în capacitatea copiilor de a le utiliza mesajul!
- În terapia narativă pot fi folosite atât poveștile de autori bine cunoscuți, cât și poveștile născocite individual sau împreună cu copilul.

Pentru a scrie o poveste terapeutică vă recomandăm să utilizați acest algoritm:

1. La început este necesar să inventați eroul principal al poveștii, care să posede *caracteristici asemănătoare* cu cele ale copilului Dumneavoastră (sexul, vârsta, caracterul etc.), după care să descrieți acest personaj în așa fel, ca micuțul să găsească asemănare cu propria-i viață.
2. După aceasta eroul principal va nimeri în situații asemănătoare cu cele prin care trece copilul, cu emoțiile și problemele acestuia, și va căuta ieșire din acel impas.
3. În continuare, împreună cu copilul, ajutați-i eroului principal să soluționeze dificultățile, totodată explicând copilului sensul fiecărei acțiuni din poveste.
4. Și, la final, eroul principal al poveștii își conștientizează faptele: ce făcea incorect, astfel pornind pe o cale a schimbărilor pozitive.

Poveștile terapeutice „În căutarea fericirii pierdute” (Povestea pentru prevenirea consumului de droguri), „Ghetuța și Papucel” (Poveste pentru prevenirea dependenței de jocurile pe calculator), „Ursulețul Marmi” (Poveste pentru cultivarea simțului măsurii), „Căpcăun cel Fioros” (Poveste pentru prevenirea apariției sentimentului de frică) și „Pe urmele infractorului” (Poveste pentru corectarea comportamentului agresiv) scrise de psihologul Mircea Grecu și pedagogul Jana Grecu au fost traduse în mai multe limbi și editate într-un tiraj total de peste 120 de mii de exemplare. Aceste povești se bucură de o popularitate deosebită printre cititorii din Republica Moldova, România, Ucraina și Federația Rusă.

În cadrul celei de-a XXII-a ediții a Salonului Internațional de Carte Pentru Copii și Tineret (International Board on Books for Young People) de la Chișinău, desfășurat în perioada 19-22 mai 2018 la Centrul Internațional de Expoziții „Moldexpo” din Chișinău, culegerea de povești terapeutice „În ospete la ursulețul Marmi”, de Micrea Grecu și Jana Grecu a obținut premiul special din partea Ministerului Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova.

În luna martie 2018, culegerea de povești terapeutice „În ospete la ursulețul Marmi”, de Micrea Grecu și Jana Grecu a fost inclusă în Programul de lectură Chișinăul citește, ediția a XV-a, derulat de Biblioteca Municipală „B. P. Hașdeu” din Chișinău.

În perioada 04 martie 2018 – 31 mai 2019, actorii Teatrului Republican „Luceafărul” au susținut 25 spectacole educative pentru 6250 de copii din 37 instituții de învățământ din mun. Chișinău, cu genericul „În căutarea fericirii” – adaptare după povestea terapeutică „În căutarea fericirii pierdute”, scrisă de Mircea Grecu și Jana Grecu.

Trăim într-o lume, în care frica și lăcomia sunt mai puternice decât compasiunea și empatia. Tocmai de aceea creem, susținem și promovăm povestirile terapeutice. Dincolo de ecranul, pe care copiii își proiectează propriile emoții, identificându-se cu personajul principal, ele ajută la schimbarea unei perspective necesare cunoașterii și autocunoașterii, iar ulterior, la vârsta de adolescență și maturitate – la continuarea cultivării unor repere interioare sănătoase.

Louis Aragon spunea: „Cuvintele m-au prins de mână”. Am dori să adaugăm: „Cuvintele de prind de mână pentru a ne călăuzi în viață și pentru a-și pune amprenta asupra devenirii noastre”.

BIBLIOGRAFIE

1. ERICKSON, M. *My Voice Will Go with You: The Teaching Tales of MILTON H. ERICKSON*. New York: W. W. Norton & Company, 1981. 256 p.
2. GRECU, M.; GRECU, J. *În ospete la Ursulețul Marmi*. Chișinău: ARC, 2018. 88 p.
3. БРЕТТ, Д. *Жила-была девочка, похожая на тебя. Психотерапевтические истории для детей*. Москва: Класс, 2014. 224 с.
4. ЗИНКЕВИЧ-ЕВСТИГНЕЕВА, Т. *Практикум по сказкотерапии*. Санкт-Петербург: Речь, 2000. 310 с.