

ISSN 3119-8724

ISSN-L 3119-8724

REVISTĂ ÎN FORMAT ELECTRONIC



ECOLI

CSEI ROMAN



NR 5/ OCTOMBRIE 2025

COLECTIVUL DE REDACȚIE:

Director profesor
Grumezescu Roxana

Redactor :
prof.logoped **Vătămanelu Ionela**

Tehnoredactare:
bibliotecar **Erimescu Olivia**

Colaboratori:
prof.psihopedagog
Dudău Simona Magdalena
prof.educator **Dumitrașc Iuliana**
prof.psiholog **Botez Cristina**

prof.**Chiriac Alina**
prof.kinetoterapeut **Liță Ramona**

logopezi CSEI Roman:

Cepreaga Ana Maria
Dancău Cleopatra
Mardare Cristina
Vătămanelu Ionela
Botez Cristina

Revista Centrului Școlar
pentru Educație
Incluzivă, Roman
publicație creată pentru a reflecta
diversitatea, talentul și perspectivele
unice ale tuturor membrilor comunității
școlare. Este un spațiu deschis de
exprimare, care valorifică atât
creativitatea elevilor și profesorilor, cât
și eforturile pentru incluziune,
acceptare și respect reciproc.

REVISTA ECOU CSEI
ROMAN APARE
BIMESTRIAL

Articolele colaboratorilor vor
fi trimise pe adresa

biblioteca.csei.ro@gmail.com

CUPRINS

DESPRE NOI

director prof. Grumezescu Roxana 3

**CREȘTEREA CALITĂȚII VIEȚII
ELEVILOR CU C.E.S. ȘI A
PĂRINȚILOR ACESTORA**

prof. psihopedagog Dudău Simona 4

**“HOȚUL” FERICIRII ȘI...
RECUNOȘȚINȚA**

prof. psiholog Botez Cristina 10

**DESPRE VOCAȚIA DE
LOGOPED – DIALOG CU
DNA VALERIA BALABAN**

prof.psihopedagog Vătămanelu Ionela 13

**LUDOTERAPIA- PUTEREA
JOCULUI**

prof. educator Dumitrașc Iuliana 24

**DE LA DEZNĂDEJDE LA PUTERE
...PRIN DESCĂTUȘARE**

prof.psihopedagog Vătămanelu Ionela
..... 27

**IMPORTANȚA EXERCIȚIILOR
FONOARTICULATORII ÎN
DEZVOLTAREA LIMBAJULUI COPILULUI**

logopezi ai C.S.E.I Roman 30

EXERCIȚIU DE REFLEȚIE...

prof.psihopedagog Chiriac Alina 35

**KINETOTERAPIA – PUNTE ÎNTRE
CORP, MINTE ȘI SUFLET, ÎN
SPRIJINUL ELEVILOR CU CES**

prof.kinetoterapeut Liță Ramona 37

DESPRE NOI



GRUMEZESCU ROXANA- PROFESOR, DIRECTOR CENTRUL ȘCOLAR PENTRU EDUCAȚIE INCLUZIVĂ, ROMAN

ȘCOALA SPECIALĂ – O OPORTUNITATE, NU O ETICHETĂ

Un Centru Școlar pentru Educație Incluzivă nu este o școală separată de lume. Este un loc al înțelegerii, al răbdării și al speranței.

Aici, fiecare copil primește sprijinul de care are nevoie pentru a-și descoperi potențialul, indiferent de dificultăți.

La CSEI, educația înseamnă mai mult decât lecții. Înseamnă încredere, terapie, acceptare și pași mici spre reușită.

Fiecare program este adaptat, fiecare activitate este personalizată, iar în spatele fiecărui progres stă o echipă de profesori dedicați, psihologi, logopezi și kinezoterapeuți care lucrează împreună, cu sufletul, pentru binele copiilor.

Toate serviciile – de la logopedie la consiliere, de la terapie ocupațională la sprijin educațional – sunt gratuite, oferite cu aceeași grijă cu care un părinte își ține copilul de mână.

Pentru că aici, copilul este văzut, ascultat și încurajat.

Scopul nostru nu este izolarea, ci integrarea – pas cu pas, în ritmul fiecăruia, în școală, în comunitate și în viață.

Educația incluzivă înseamnă a vedea valoarea în fiecare copil, indiferent de ritmul sau abilitățile sale.

Un Centru Școlar pentru Educație Incluzivă nu este un loc al diferențelor, ci al șanselor.

Pentru unii copii, este diferența dintre a renunța și a reuși.

Pentru noi, este dovada că binele se învață, se trăiește și se transmite mai departe.

★ **CSEI Roman – instituția faptelor bune.**

Aici, în locul competiției, copiii găsesc acceptare, iar în locul etichetelor – ajutor și speranță.

CREȘTEREA CALITĂȚII VIETII ELEVILOR CU C.E.S. ȘI A PĂRINȚILOR ACESTORA

SIMONA MAGDALENA DUDĂU-ROFESOR PSIHOPEDAGOG

Caracteristici ale copilului cu dizabilitate mentală gravă și accentuată:



Deficiența mintală se referă la fenomenul lezării sistemului nervos central, cu consecințe negative asupra procesului maturizării, al dezvoltării individului în cauză.

- Deficiența mintală = stare de subnormalitate mintală, ca urmare a unei opriri în dezvoltare, având un caracter incurabil, concretizându-se într-o stare de incapacitate socială ce se constată la maturitate (Doll).
- Principalele caracteristici ale personalității: nu se pot orienta în acțiuni care cuprind mai multe operații succesive, deficiențe de coordonare și orientare în joc, tendința de a imita, deficiențe de înțelegere a obiectelor din afara spațiului imediat, tulburări de atenție și capacitate de concentrare, dezvoltare lentă în toate domeniile, imposibilitatea de a învăța fără sprijin concret, comportament infantil, abilitate de a învăța foarte scăzută, lipsă de curiozitate, inadaptare socială, probleme de comportament – accese de furie.
- Dezvoltarea se realizează pe patru domenii majore: psihomotric, comportament adaptativ, comunicare, social/personal

Dizabilitatea mentală gravă:

- Mișcări lipsite de precizie, coordonare redusă
- Slabă dezvoltare a mirosului și gustului – de aceea, unii copii cu deficiență gravă sunt lacomi, mănâncă tot ce le este la îndemână.
- Se lovesc, zgârie, fără să simtă durerea la fel ca un copil cu intelect intact.
- Atenție involuntară, pe un interval scurt de timp.
- Posibilități de comunicare reduse la minim, sunete nearticulate jucând rol de comunicare (indică starea afectivă sau trebuințele fundamentale).
- În cel mai bun caz, ajung să folosescă cuvinte izolate, articulare extrem de defectuoasă
- Reacționează la comenzi simple, mult exersate.
- Gândire elementară: stabilește relații într obiecte uzuale și trebuințele de bază.

- Emoțiile: manifestări elementare de bucurie față de persoanele cunoscute și manifestări de nemulțumire și agresivitate atunci când condițiile de viață se modifică.
- Persoana nu depășește la maturitate vârsta mentală de 2 – 3 ani.
- Sunt persoane ce vor necesita asistență pe tot parcursul vieții.
- Sarcini educative recomandate: formarea unor deprinderi elementare de autoservire.

Dizabilitatea mintală accentuată:

- Mișcări lipsite de precizie, coordonare redusă.
- Slabă dezvoltare a mirosului și gustului – de aceea, unii copii cu deficiență gravă sunt lacomi, mănâncă tot ce le este la îndemână.
- Se lovesc, zgârie, fără să simtă durerea la fel ca un copil cu intelect intact.
- Atenție involuntară, pe un interval scurt de timp.
- Posibilități de comunicare reduse la minim, sunete nearticulate jucând rol de comunicare (indică starea afectivă sau trebuințele fundamentale).
- În cel mai bun caz, ajung să folosească cuvinte izolate, articulare extrem de defectuoasă.
- Reacționează la comenzi simple, mult exersate.
- Gândire elementară: stabilește relații într obiecte uzuale și trebuințele de bază.
- Emoțiile: manifestări elementare de bucurie față de persoanele cunoscute și manifestări de nemulțumire și agresivitate atunci când condițiile de viață se modifică.
- Persoana nu depășește la maturitate vârsta mentală de 2 – 3 ani.
- Sunt persoane ce vor necesita asistență pe tot parcursul vieții.
- Sarcini educative recomandate: formarea unor deprinderi elementare de autoservire.

Idee forță:

”Copiii sunt o categorie socială care, în ciuda aparențelor nu au timp să aștepte. Dacă sunt lăsați să crească fără ajutorul de care au nevoie, personalitatea viitorului adult are cu siguranță de suferit.”



Ce avantaje / dezavantaje are copilul cu C.E.S.???

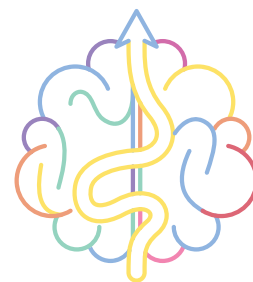
AVANTAJE

- Pot fi instruiți într-o unitate de învățământ specializată, fiecare elev fiind instruit potrivit capacităților lui.
- Materiile pe care le fac și numărul de ore sunt adaptate problemelor pe care le are fiecare.
- Elevii sunt instruiți pe baza unui P.I.P. – în care se spune ce poate face elevul, cum poate face, în cât timp, care sunt prioritățile lui, ce rol are fiecare specialist, ce metode se aplică.
- Elevii primesc gratuit masa de prânz în școală.
- Beneficiază de transport gratuit cu microbuzul școlii.
- Servicii de terapii specifice și de compensare.
- Elevii sunt ajutați să se integreze în colectiv, dar și să relaționeze cu elevi din alte școli.
- Elevii sunt ajutați să se integreze în colectiv, dar și să relaționeze cu elevi din alte școli.
- Creșterea încrederii în forțele proprii.

DEZAVANTAJE

- Birocrație în elaborarea certificatului de orientare școlară și profesională
- Etichetare, neacceptare socială.
- Prejudecăți, stigmatizare din partea societății
- Stimă de sine scăzută a elevilor.
- Marginalizare în școală: copilul poate fi izolat de restul clasei, neacceptat de colectiv.
- Elevul poate fi complexat din cauza ajutorului care i se acordă în fața colegilor de clasă.
- Reticența profesorilor și a celorlalți părinți
- Etichetare și prejudecăți din partea colegilor, profesorilor.

Dizabilitățile și capacitatea de remodelare a creierului uman



Dorim să identificăm răspunsuri la întrebările care vă frământă:

- Ce fel de probleme întâmpină un copil cu dizabilități?
- Un copil care se naște cu dizabilități mai poate dobândi anumite achiziții, se mai poate dezvolta?
- Cum poate fi ajutat să- se dezvolte un copil cu dizabilități?
- Ce fel de activități/exerciții pot face acasă cu copilul meu?
- Unde să caut sprijin pentru educarea/îngrijirea copilului meu?
- Cum pot învăța să înțeleg mai bine comportamentul și reacțiile copilului meu?

Să facem un exercițiu de imaginație:

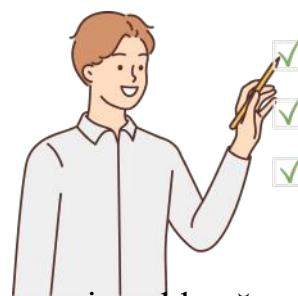
este iarnă și, copil fiind, doriți să faceți un om de zăpadă. Faceți primul bulgăre, ce-i drept e cam mititel. Mai este ceva de lucru până să devină un adevărat om de zăpadă. Așezați bulgărele jos pe nămeți și începeți să-l rostogoliți. Ce minune! Dintr-un bulgăraș s-a transformat într-un „munte” de zăpadă. Cu fiecare rostogolire a devenit din ce în ce mai mare pentru că zăpada de pe sol s-a lipit de bulgărele dumneavoastră.

Ce legătură are problema copilului dumneavoastră cu bulgărele de zăpadă? Există o asemănare între creierul uman și acest bulgăre. Asemenea bulgărelui, creierul se poate dezvolta cu fiecare acțiune, activitate sau exercițiu executat.

Fiecare copil învață din acțiunile pe care le face. Orice mișcare, orice sunet auzit, aruncarea sau rostogolirea unei mingi sau a unui obiect, orice culoare văzută, orice senzație de cald sau rece simțită, o atingere sau o îmbrățișare a mamei – toate acestea sunt experiențe organizate și reorganizate continuu în creierul copilului.

Dizabilitatea limitează oportunitățile, experiențele pe care copilul le poate avea din punct de vedere fizic, emoțional, intelectual. Prin urmare, specialiștilor și părinților le revine sarcina de a identifica moduri prin care să le creeze experiențele de care copilul are nevoie pentru dezvoltare. Vestea bună este că aceste oportunități de învățare prin care copilul cu dizabilități dobândește sau își consolidează noile abilități pot fi create.

Sfaturi pentru adaptarea la condiția copilului



- ▶ stați de vorbă cu alți părinți care se confruntă cu aceeași problemă; v-ar putea ajuta să priviți situația dintr-o perspectivă mai puțin negativă și să înțelegeți cum alții au depășit astfel de probleme;
- ▶ stați de vorbă cu ceilalți membri ai familiei; spuneți ce simțiți și gândiți, v-ar putea ajuta să suportați mai ușor emoțiile negative;
- ▶ gândiți-vă la resursele pozitive din viața dumneavoastră: familia, prietenii, preotul sau alte persoane semnificative care v-au sprijinit și în alte situații dificile;
- ▶ implicați-vă în activități care vă aduc satisfacție;
- ▶ deși viitorul copilului vă îngrijorează, gândiți-vă la fiecare problemă în parte, nu la toate odată;
- ▶ căutați cât mai multe informații care v-ar putea fi de ajutor în îngrijirea copilului;
- ▶ păstrați o atitudine pozitivă; încercați să dați sens, să dați o explicație la ceea ce se întâmplă; priviți situația cu care vă confrunțați ca pe o lecție de viață.

Ajută-ți copilul să se dezvolte!

Înainte de a vă ajuta copilul să se dezvolte trebuie să lămuriți modul în care percepeți situația. „Are rost să investesc timp și efort în dezvoltarea copilului meu? Copilul meu are șanse să dobândească noi deprinderi?” Credințele sau convingerile pe care le aveți, atitudinile pe care le manifestați față de anumite aspecte ale vieții determină acțiunile voastre, iar acestea influențează comportamentul copilului. Acest proces se desfășoară și în sens invers, părinții putând fi influențați de copiii lor. Pe măsură ce-și îngrijesc copiii, părinții dobândesc noi deprinderi și învață să se adapteze la situațiile ce se ivesc. Șanse de a se dezvolta a unui copil cu nevoi speciale depinde de îngrijirea pe care o primește. Progresul va fi mai lent comparativ cu al unui copil cu dezvoltare tipică, însă orice progres, fie el cât de mic, e un pas înainte.

Din nefericire, influențați de rude sau chiar de „specialiști”, unii părinți ajung să creadă că strădania lor este zadarnică și că al lor copil este incapabil să se dezvolte. Dacă este și cazul dumneavoastră, înlăturați astfel de influențe și cu toată dragostea de părinte oferiți-i copilului șansa de a face pași spre un viitor mai senin. Copilul dumneavoastră are nevoie de părinți speciali pentru a depăși nevoile sale speciale. Găsiți, așadar, puterea de a fi un părinte special! Și cum oamenii puternici sunt oamenii informați, căutați cât mai multe informații care vă pot fi de folos în îngrijirea copilului.

Cum învață un copil cu deficiență mintală?

- ✓ Pe masa de lucru trebuie să fie numai obiectele necesare, așezate în ordine, pentru a nu-i fi distrasă atenția de la sarcina de lucru.
- ✓ Arătați-i copilului ce doriți să facă, utilizând explicații verbale.
- ✓ Folosiți cuvinte simple atunci când îi dați indicații și verificați dacă copilul le-a înțeles.
- ✓ Folosiți obiecte concrete pe care copilul să le simtă și să le manipuleze.
- ✓ Faceți legătura între activitate și experiențele din viața cotidiană a copilului.
- ✓ Desfășurați o singură activitate, nu mai multe în același timp și finalizați-o.
- ✓ Împărțiți sarcina în etape sau obiective mici de învățare.
- ✓ Atunci când copilul reușește, fiți darnici cu laudele!
- ✓ Țineți cont că al dumneavoastră copil poate participa la activități timp de cel mult câteva minute.
- ✓ Copilul are nevoie să exerseze de mai multe ori rezolvarea aceleiași sarcini.
- ✓ Pregătiți un număr de activități preferate ale copilului, pe care el le poate face singur.
- ✓ Ignorați comportamentul necorespunzător al copilului dacă acesta este folosit pentru a atrage atenția. În schimb când comportamentul lui este acceptabil, lăudați-l!

“Hoțul” FERICIRII și... RECUNOȘTINȚA

CRISTINA BOTEZ- PROFESOR PSIHOPEDAGOG



„Nu putem călători spre fericire, nu o putem poseda, câștiga, purta sau consuma. Fericirea este experiența spirituală de a trăi fiecare clipă cu iubire, grație și recunoștință.”

Denis Waitley

Pentru a ne proteja sănătatea mintală și emoțională, este esențial să ne acceptăm condiția noastră umană, să recunoaștem că toți avem și momente mai puțin bune, să admitem că o viață bună este, de fapt,... o viață complexă și plină de provocări.



What do we really know about social media and mental health? Image credit: Colin Anderson/Stocksy.

Hoțul fericirii este... comparația

Cu toții ne putem imagina că avem parte de „Zile sau Sărbători fericite!”, până când auzim despre viața altcuiva sau intrăm pe Facebook și găsim fluxurile de povești sau pozele altor persoane, pline de fragmente strălucitoare ale vieții lor.

Cercetătorii au descoperit o legătură între nefericire și utilizatorii de social media care se compară cu ceilalți. În acest sens vă recomandăm lecturarea articolului „Benefits, Risks, and Opportunities for Research and Practice”, semnat de Naslund, J.A., Bondre, A., Torous, J. et în Journal of technology in behavioral science, 5, 245–257 (2020).

Comparațiile reprezintă ceva omenesc, important este să dăm dovadă de prezență conștientă, să nu punem un egal între social media și realitate, și să nu credem tot ce ne imaginăm sau ne este „livrat” pe rețelele de socializare.

Sursa fericirii este... recunoștința!

Recunoștința înseamnă recunoașterea aspectelor pozitive din viața noastră, conștientizarea a ceea ce este valoros și semnificativ pentru noi, și aprecierea a ceea ce există.

Recunoștința este un sentiment rar...! De ce, deși are beneficii multiple, cum ar fi starea de bine, fericirea, sănătatea fizică și mentală?! De ce ne este atât de greu să trăim cu acest sentiment în mod permanent? Pentru că... tot ceea ce este pozitiv în viață credem că ni se cuvine. Dacă părinții doar fac mereu lucruri, servicii, cadouri pentru copii, aceștia învață că li se cuvine, și nu mai ajung să învețe să fie recunoscători, să aprecieze lucrurile bune, condițiile asigurate de părinți (cine știe prin câte sacrificii?!). În societatea modernă, toate drepturile pe care le are un cetățean, sunt drept cuvenite, nu ne mai gândim să ne bucurăm de ele. În schimb, consumăm foarte mult timp pentru a ne concentra pe ceea ce nu avem și pentru a trata aceste lipsuri cu furie și agresivitate.



Care este puterea recunoștinței?

Puterea recunoștinței se traduce printr-o schimbare de perspectivă, care are un efect profund asupra modului în care ne trăim viața, ne raportăm la ceilalți și ne confruntăm cu provocările ce se ivesc pe drumul nostru.

Puterea recunoștinței se traduce printr-o **schimbare de perspectivă**, care are un efect profund asupra modului în care ne trăim viața, ne raportăm la ceilalți și ne confruntăm cu provocările ce se ivesc pe drumul nostru.

Prezența conștientă joacă un rol important în această schimbare de perspectivă, deoarece atunci când ne facem timp pentru a vedea ce este suficient și a-i mulțumi vieții pentru toate bogățiile, mintea și corpul nostru sunt străbătute de energie pozitivă și de fericire.

Dacă mai aveți încă dubii cu privire la știința din spatele recunoștinței, e bine să știți că mai multe studii au găsit corelații puternice între recunoștință și fericire. Harvard Health, de exemplu, citează cercetări realizate de Dr. Martin E.P. Seligman. Seligman a descoperit că atunci când participanții la studiu au scris și au trimis personal scrisori de mulțumire oamenilor care i-au ajutat, au prezentat imediat o creștere a nivelului de fericire și împlinire. Un alt studiu publicat în Personality and Individual Differences a constatat că oamenii recunoscători resimt mai puțină durere fizică și raportează că se simt mai sănătoși decât cei care nu s-ar descrie ca fiind recunoscători.



"Recunoștința e, înainte de toate, o datorie către tine."

Nicolae Iorga



Despre vocația de logoped
– dialog cu dna Valeria Balaban
Președinte-Asociația Logopezilor din Romania

Interviu realizat de profesor psihopedagog Ionela Vatamanelu



**„Eu cred că logopedul bun nu e
acela care știe totul, ci cel care vrea
să învețe mereu.”**

Logopedia este o profesie în care pasiunea, răbdarea și empatia se împletesc în mod firesc cu știința și rigoarea. Puțini reușesc să o transforme într-o adevărată vocație, iar doamna Valeria Balaban este unul dintre acești profesioniști care inspiră prin dăruire, seriozitate și deschiderea de a împărtăși din experiența proprie. Am avut bucuria de a purta un dialog sincer și profund despre provocările meseriei de logoped, despre apraxie, despre importanța înțelegerii copilului ca întreg, dar și despre cât de mult înseamnă colaborarea și învățarea continuă în acest domeniu.

Doamna Valeria Balaban a acceptat cu deschidere invitația noastră de a ne acorda un interviu pentru revista școlii. Suntem profund onorați de profesionalismul, implicarea și generozitatea cu care ne-a permis să pătrundem în universul unei cariere impresionante, cu peste 25 de ani de experiență în acest domeniu esențial al dezvoltării copilului.

Absolventă de Psihopedagogie specială, cu un master în Management și Evaluare Educațională, profesor logoped cu grad didactic I și psiholog principal, doamna Balaban este formată în metoda Feuerstein (standard și basic), în metoda Meixner, este formator acreditat ANC, președinta Asociației Logopezilor din România, autoare de cărți și articole de specialitate, cu expertiză solidă în dislexie, disgrafie și discalculie. Lista realizărilor continuă cu participarea activă la numeroase conferințe, cursuri și inițiative menite să ridice standardul profesiei de logoped în România.

INTERVIU

INTERVIEWATOR:

Doamna Balaban, în primul rând vă mulțumim din partea întregii echipe de logopezi de la Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Roman. Vă urmărim activitatea cu mult interes – sunteți pentru noi o sursă constantă de inspirație. Lucrăm zi de zi din cărțile dvs. și multe dintre colege au participat la cursurile pe care le susțineți. Toate au fost încântate de profesionalismul și seriozitatea cu care le-ați organizat.

VALERIA BALABAN

Vă mulțumesc mult! Mă bucur sincer când aud că ceea ce fac ajunge la colegi și îi ajută în munca lor. Cred că, în profesia noastră, împărtășirea experienței este esențială. Logopedia este un domeniu care te provoacă mereu să înveți – și, mai ales, să înveți de la copii.



INTERVIEWATOR:

Recent am citit o postare de-a dumneavoastră despre apraxie, care m-a pus serios pe gânduri. M-am întrebat dacă, poate, și eu am întâlnit copii cu apraxie nediagnosticată...

VALERIA BALABAN

Da, este un subiect foarte sensibil. Postarea a pornit de la un caz concret, care m-a făcut să reflectez profund. Uneori, chiar dacă știm multe despre dezvoltarea limbajului, ne confruntăm cu copii la care pur și simplu nu înțelegem de ce nu pot repeta anumite sunete sau cuvinte.

În cazul acela, am descoperit că era vorba despre o formă de apraxie – o tulburare care ține de controlul motor al vorbirii. Practic, creierul copilului știe ce vrea să spună, dar nu reușește să trimită comenzile potrivite către mușchii implicați în vorbire. Este o diferență între a nu ști ce să spui și a nu putea spune.

Dacă nu înțelegi aceste mecanisme, există riscul să forțezi copilul, să insiști într-un mod care îl frustrează sau îl face să se simtă incapabil. Asta poate duce la blocaje emoționale, nu doar de comunicare.



INTERVIEWATOR:

Sunt multe situații în care copiii nu răspund așa cum ne așteptăm. Ce ar trebui să ne alerteze că ar putea fi vorba despre apraxie?

VALERIA BALABAN

Un semn important este lipsa progresului în ciuda eforturilor susținute, atât din partea copilului, cât și a logopedului. De exemplu, dacă un copil nu reușește să repete silabe sau sunete după model, deși pare atent și implicat, merită investigat mai în profunzime.

Apraxia nu înseamnă lipsă de voință, nici opoziție. Este o dificultate neurologică reală. Copilul vrea să spună, dar nu poate coordona mișcările necesare. În aceste cazuri, abordarea trebuie să fie foarte blândă, răbdătoare și adaptată.

Lucrăm cu exerciții multisenzoriale, cu modele vizuale și tactile, iar accentul cade pe încurajare, nu pe corectură. Fiecare mic pas contează enorm.

INTERVIEWATOR:

Ați menționat importanța abordării blânde și a adaptării metodelor. Ce strategii vi s-au părut cele mai eficiente în lucrul cu copiii care au apraxie sau dificultăți severe de vorbire?

VALERIA BALABAN

Fiecare copil este unic, iar cheia succesului este personalizarea intervenției. În apraxie, de exemplu, lucrăm foarte mult cu repere vizuale – copilul are nevoie să vadă mișcarea buzelor, a limbii, a maxilarului. De asemenea, feedback-ul tactil și kinestezic este esențial: îl ajută să conștientizeze poziția articulatorie.

VALERIA BALABAN

Un alt aspect important este ritmul. Nu grăbim procesul. Repetăm mult, dar fără presiune. Încurajăm orice progres, oricât de mic. În plus, lucrăm pe automatizare – transformăm exercițiile în joc, pentru ca limbajul să se fixeze natural, prin plăcere, nu prin constrângere.

Și, foarte important, colaborăm constant cu părinții. Ei sunt parte din echipa terapeutică. Îi învățăm cum să susțină acasă ceea ce facem la cabinet, cum să creeze contexte de comunicare autentică, fără să forțeze.

INTERVIEWATOR:

Cum reacționează, de obicei, părinții când le explicați că dificultatea nu e una de „voință”, ci una neurologică?

VALERIA BALABAN

Pentru mulți părinți e greu să înțeleagă de ce copilul „nu vorbește”, mai ales când văd că el înțelege, reacționează, dar nu reușește să pronunțe. Când le explic mecanismul neurologic din spate, lucrurile capătă sens.

Încerc mereu să le spun că nu e vina lor și, mai ales, nu e vina copilului. E o provocare pe care o putem gestiona împreună. Le ofer exemple, le arăt exercițiile, și îi implic direct în proces. În timp, relația dintre copil și părinte devine mai relaxată, mai caldă, iar progresul apare în ritmul fiecăruia.

INTERVIEWATOR:

Din experiența dumneavoastră, ce calități ar trebui să aibă un logoped pentru a lucra eficient cu astfel de copii?

VALERIA BALABAN

În primul rând, **răbdare**. Multă răbdare. Logopedia nu e o meserie în care rezultatele apar peste noapte. E o muncă de finețe, care cere perseverență.

Apoi, **empatie și ascultare** autentică. Copilul simte imediat dacă e acceptat și înțeles. Dacă îl asculți cu adevărat, dacă îl încurajezi, dacă îi arăți că fiecare pas contează, el se deschide și colaborează.

Și, nu în ultimul rând, **curiozitate profesională**. Trebuie să fii mereu în căutare – să citești, să te formezi, să încerci noi abordări. Fiecare copil te învață ceva. Eu cred că logopedul bun nu e acela care știe totul, ci cel care vrea să învețe mereu.

INTERVIEWATOR:

Vă rog să ne împărtășiți viziunea dumneavoastră despre statutul actual al profesiei noastre. Ce părere aveți? Unde ne situăm în momentul acesta ca logopezi?

VALERIA BALABAN

E important, în primul rând, să definim contextul în care profesăm: fie în sistemul de învățământ, fie în cel medical sau privat. Apoi, trebuie să ne raportăm și la formarea profesională, care variază semnificativ de la o generație la alta.

Formarea inițială în România este realizată, în principal, prin specializarea în Psihopedagogie specială, care oferă o bază solidă pentru lucrul cu diferite dizabilități și include un an de studiu dedicat logopediei. După adoptarea procesului Bologna, specializarea s-a mutat la nivel de master, iar în prezent există programe de master în logopedie la centre universitare precum București, Cluj, Iași, Timișoara și Constanța.

Absolvenții pot practica în trei direcții:

- **Cabinete individuale**, prin Colegiul Psihologilor;
- **Sistemul de învățământ**, în școli speciale sau în centre logopedice interșcolare (de exemplu, CMBRAE în București și CJRAE în restul țării);
- **Sistemul medical**, unde, din păcate, există prea puține posturi pentru logopezi, deși nevoia este majoră.

În privat, parcursul implică etape clare: supervizare, trecerea prin diferite grade profesionale până la statutul de psiholog principal. Acest traseu este unul exigent, dar necesar.

Ce ne lipsește, însă, este o **facultate dedicată logopediei**, așa cum există în alte țări. Ideal ar fi ca formarea inițială să se realizeze într-o facultate de profil, cu specializări ulterioare pe diverse tipuri de tulburări — de la întârzierea dezvoltării limbajului, la dislexie, implant cohlear sau tulburări neuro-motorii. Până atunci, masterele pot juca acest rol de aprofundare.

Totuși, privind înapoi la anii mei de activitate, am observat cu bucurie că lucrurile au început să se așeze: există mai multă profesionalizare, mai mult interes pentru formare continuă și, în general, o evoluție pozitivă.

INTERVIEWATOR:

Acum să ne întoarcem tot la experiența dumneavoastră, de zi cu zi, și să ne povestiți ce obstacole importante întâmpinați frecvent în activitatea dumneavoastră, mai ales cele care împiedică succesul terapeutic. Și ce strategii ați identificat pentru a avea succes?

VALERIA BALABAN

Unul dintre cele mai mari obstacole este numărul mare de copii care ajung în terapie, în raport cu resursele disponibile. Anul acesta, am avut o reducere a numărului de unități școlare (de la 12 la 3), însă numărul cazurilor rămâne ridicat — în jur de 38 de copii. Deci **numărul mare de copii, acesta ar fi un prim obstacol**. Am lucrat mereu în grupuri, un grup însemnând cu 5-6 copii odată. Anul acesta sunt nevoită să lucrez și individual pentru că am 5 copii cu CES, copii cu dizabilități severe pot să spun. Am o fetiță nonverbală de 6 anișori. Am un băiețel cu tetrapareză și jumătate de creier funcțional. E o provocare! Mai am și un copil cu o hipoacuzie ușoară și cu o mutație genetică.

Cu acești copii eu va trebui să lucrez individual și să fac în așa fel încât să îi împart și pe ceilalți copii în grupe funcționale. Pentru că nu mai vorbim de cazuri ușoare cum se întâmplau atunci când eu am început să lucrez ca logoped interșcolar, ci cazurile sunt din ce în ce mai dificile.

Și atunci, dacă aș fi avut condițiile să mă desfășor ca un profesionist adevărat, ar fi trebuit să rămân doar cu cele cinci cazuri speciale, zic eu, cu care să lucrez în fiecare zi și să lucrez atât pe limbaj cât și pe cogniție pentru că sunt interdependente și nu pot să zic că la acești copii lucrez pe emiterie de sunete pentru că nu acestea le sunt nevoile. Și atunci acesta este un prim obstacol.

Pe lângă volum, **dificultatea cazurilor** a crescut. Dacă în urmă cu 20 de ani aveam preponderent tulburări de pronunție, acum lucrez și cu copii non-verbali, cu dizabilități grave. Aici este nevoie de intervenție individualizată și de o pregătire complexă, care combină logopedia cu elemente de terapie cognitivă și consiliere psihologică. **Dotarea cabinetelor** este, de asemenea, o provocare. Lipsa resurselor materiale este compensată, uneori, doar prin experiența terapeutului.

Un alt obstacol este reprezentat de **așteptările părinților** — deseori nerealiste. Le spun adesea că, dincolo de ceea ce spun alții despre mine, sunt doar un om. Nu pot face minuni dacă dezvoltarea neurocognitivă a copilului nu o permite. Încerc să ofer părinților consiliere reală, să le explic limitele posibile ale copilului și să îi sprijin emoțional. Unii înțeleg, alții nu, ceea ce este firesc. Sunt și părinți care nu înțeleg și mi se pare normal pentru că nu au pregătirea noastră. Și trebuie să încep să explic ce se întâmplă în creier, de ce nu poate copilul. Îmi povestesc părinții despre tot felul de terapii pe care le-au încercat și, vă spun sincer, am observat că aceste terapii aplicate copiilor nu au dat rezultate. Dacă stăm să ne gândim care este cauza, cauza ține de modul în care s-a structurat creierul acelor copii chiar din momentul concepției. Pentru că niște gene au venit în contact și au format o viitoare ființă umană, iar dezvoltarea și structurarea creierului începe chiar din intrauterin, nu doar sub influența genelor care s-au unit, ci și sub influența factorilor mediului intern al mamei. Și atunci consider că structurarea creierului s-a realizat cumva intrauterin și apoi vin ceilalți factori, mediul în care se dezvoltă copilul, mediul familial, mediul educațional, metodele, personalitatea părinților, personalitatea celor care intervin asupra copiilor. Și pot să zic doar atât, că dacă creierul copilului nu te lasă, nu poți să faci minuni. Știm că în prima parte a vieții ființei umane creierul este neuroplastic și poți să ai rezultate bune în urma intervenției logopedice, dar poți avea surpriza să nu poți să formezi limbaj oral.

Este foarte important să cunoști lucrurile acestea. M-ați întrebat de strategii.

Primul și primul lucru vis-a-vis de intervenție îl văd așa: aplicăm probe pentru limbajul receptiv, încercăm să aplicăm probe pe limbajul expresiv, purtăm discuții cu părinții, ajungem la un diagnostic. Diagnosticul pus de logoped este realizat în vederea intervenției terapeutice, însă de cele mai multe ori când vorbim de cazuri grave, părinții vin cu evaluări de la neurolog, de la medicul neuropsihiatru, de la psihologul clinician, de la alți terapeuți implicați în procesul acesta terapeutic. Dincolo de diagnostic, este vârsta la care ne adresăm, deci vom ține cont de nivelul de dezvoltare al copilului, de vârsta acestuia atunci când începem să lucrăm cu el, de bagajul cognitiv, de partea aceea motivațională și emoțională care este extrem de importantă, zic eu, de acceptarea sau nu a dizabilității copilului despre care vorbim.

Din punctul meu de vedere **este foarte important ce se întâmplă cu acel copil după ce pleacă de la tine**, specialistul care știe cum să-l abordeze și asta înseamnă mediul familial, dacă copilul are, să zicem, trei anișori, dar acum copiii merg și la creșă chiar după primul an de viață, apoi mediul grădiniței și apoi mediul educațional școlar, unde iarăși este foarte mult de discutat, în sensul că oamenii educației, ai grădiniței și ai școlii, nu au pregătire în domeniul acesta. Se întâmplă să facem cursuri de perfecționare, de învățare continuă, însă nu este suficient, pentru că diagnosticele sunt din ce în ce mai „dure” și nu știi cum să-l abordezi.

Cazurile grave nu pot fi tratate superficial. **Fiecare diagnostic cere o abordare profundă**, în funcție de vârsta copilului, nivelul cognitiv, dar și contextul familial și educațional. De multe ori, dificultățile se accentuează după ce copilul părăsește cabinetul și ajunge într-un sistem educațional nepregătit să-i susțină nevoile.

Strategia mea principală este personalizarea intervenției. Nu există rețete universale. Aplic probe, observ atent, comunic real cu familia și stabilesc un plan de intervenție bazat pe particularitățile fiecărui copil: stil de învățare, asocierea cu alte dizabilități, nivelul de motivație și implicarea familiei.

INTERVIEWATOR:

Știu că aveți foarte multă cunoaștere pe care o împărtășiți cu noi. Știu că citiți foarte mult. Ați putea să ne spuneți o noutate în domeniu care ne-ar fi nouă utilă în momentul acesta, ceva ce considerați dumneavoastră că ar fi important să știm?

VALERIA BALABAN

Noutățile vin cu o viteză uimitoare, mai ales din zona neuroștiinței. Ce m-a impresionat cel mai mult în ultimii ani a fost posibilitatea intervenției la nivel genic, încă din perioada intrauterină, pentru corectarea unor gene care pot determina dizabilități. Se vorbește deja despre terapie genică — o intervenție care, deși deocamdată inaccesibilă pentru marea majoritate, reprezintă un salt imens pentru știință.

Apoi, sunt tehnologii care permit asocierea directă a creierului cu dispozitive externe, în special în cazul pacienților non-verbali, dar cu limbaj receptiv păstrat. Astfel, gândurile și ideile acestora pot fi traduse în cuvinte printr-un device. Este uimitor!

Inteligența artificială începe să joace și ea un rol tot mai activ. Există platforme digitale care corectează automat pronunția, detectează erori sau susțin procesul logopedic, dar utilizarea lor trebuie adaptată fiecărui caz în parte.

Foarte valoroase mi se par și tehnologiile de diagnosticare neurofuncțională: activități care monitorizează în timp real zonele corticale implicate în limbaj, în gândire sau în procesarea auditivă. Putem vedea care arii funcționează și care nu, ceea ce ne ajută să stabilim intervenții mult mai precise.

Totuși, tehnologia nu este suficientă. Ea are nevoie de specialiști pregătiți, capabili să interpreteze datele și să le transpună în planuri reale de terapie. Dincolo de AI, dispozitive sau neuroimagnostică, rămâne nevoia de empatie, cunoaștere în profunzime și, mai ales, răbdare.

„CEI CARE ȘTIU, FAC. CEI CARE ÎNȚEG, ÎNVAȚĂ.”

— ARISTOTEL

VA CONTINUA.....

Interviu realizat de profesor psihopedagog
Ionela Vatamanelu

Ludoterapia – Puterea jocului

IULIANA DUMITRAȘC - PROFESOR EDUCATOR



“**Hai să ne jucam**”- este invitația pe care nici un copil nu o refuză.

În lumea lor, joaca nu este doar o distracție, ci o adevărată aventură a descoperirii.

Pentru copiii cu cerințe educative speciale, jocul este mai mult decât o bucurie: este o cale de comunicare, o poartă către învățare și o formă de vindecare.

În activitatea desfășurată în cadrul programului de terapii educaționale, se observă adesea, cum în spatele fiecărui zâmbet apărut în timpul jocului, se ascunde o mica victorie, un pas spre autonomie, o emoție înțeleasă, o frică depășită.

Aici începe magia ludoterapiei, în locul unde jocul devine terapie, iar progresul copilului prinde culoare și sens. O punte între interiorul lor sensibil și lumea din jur. În sala de terapie, cuburile devin castele, figurinele prind viață, iar emoțiile se transformă în povești colorate.

În sesiunile de ludoterapie, copilul nu este constrans, ci încurajat să experimenteze și să descopere. Rolul terapeutului este acela de ghid și partener de joc, care transformă activitatea într-un context educațional valoros. Prin intermediul jocului, copiii își dezvoltă încrederea în sine, capacitatea de concentrare, spiritul de echipă și motivația pentru învățare.

Rezultatele devin vizibile nu doar în timpul terapiei, ci și în comportamentul zilnic al copiilor, dovedind o mai bună răbdare, o dorință de comunicare și implicare, cât și o atitudine pozitivă față de activitățile școlare.

Ludoterapia demonstrează, zi de zi, că joaca este mai mult decât recreație, este un instrument educativ, un mijloc de comunicare și o cale sigură spre dezvoltare și recuperare.





Ludoterapia demonstrează, zi de zi , că joaca este mai mult decât recreație, este un instrument educativ, un mijloc de comunicare și o cale sigură spre dezvoltare și recuperare.

Așa cum spunea și Winnicott –

“ Jocul este locul unde se întâlnesc realitatea și imaginația copilului.”

În cadrul programului terapeutic, utilizăm frecvent jocuri având scopuri diverse.

Pentru stimularea motricității fine și a coordonării oculo-motorii,

folosim jocuri cu plastilină, puzzle-uri, cuburi, activități de șnuruire, toate acestea

reușind să dezvolte atenția, perseverența și să fie mai organizați în acțiunile lor.

Pentru dezvoltarea socio-emoțională,

folosim jocuri precum “De-a magazinul” sau “De-a doctorul”, unde copiii învață să coopereze, să aștepte rândul, să salute, să mulțumească și să manifeste empatie

Pentru dezvoltarea limbajului,

aplicăm activități de tipul “ Spune ce vezi”, “Completează propoziția” sau “Găsește imaginea potrivită”, strategii prin care copiii reușesc adesea să -și îmbogățească vocabularul, să formuleze propoziții simple și să-și exprime mai clar emoțiile.

Un aspect esențial în eficiența ludoterapiei îl reprezintă colaborarea dintre profesorul de psihopedagogie specială, educator, logoped, kinetoterapeut și familie. Progresul copilului este mai vizibil atunci când toate aceste componente acționează unitar, urmărind aceleași obiective. Activitățile ludice desfășurate la școală pot fi continuate acasă, în contexte naturale, oferindu-i copilului ocazia de a exersa și consolida deprinderile dobândite. Comunicarea permanentă între profesorul de psihopedagogie specială, educator, logoped, kinetoterapeut și părinți asigură coerența intervenției educaționale și creează un climat de sprijin, siguranță și încredere, factori indispensabili pentru dezvoltarea armonioasă a copilului cu cerințe educative

Așa cum spunea și Maria Montessori –

“Jocul este munca copilului”

iar pentru copilul cu cerințe educative speciale, este și o formă de terapie prin bucurie și de reușită.



DE LA DEZNĂDEJDE LA PUTERE..... PRIN DESCĂTUȘARE

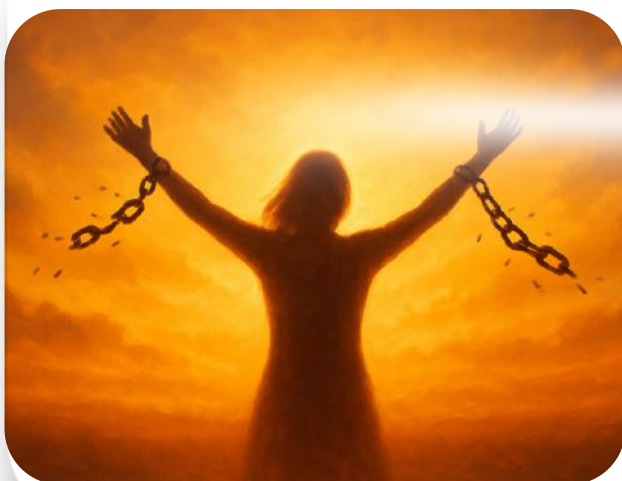
IONELA VĂTĂMĂNELU - PROFESOR PSIHOPEDAGOG



A fi părintele unui copil cu CES, este pentru părinți o provocare constantă care îi solicită, îi determină să creeze un alt ritm al vieții lor.

"Sunt părintele unui copil cu CES!"

Este o exclamație care dezvăluie strigătul suferinței, a neputinței, a unui drum plin de provocări și de necunoscute pe care părintele copilului cu CES este nevoit să și-l asume. În goana după soluții și răspunsuri, părintele copilului cu CES rareori mai are resurse interioare să se ocupe de el însuși.



De cele mai multe ori, MAMA este cea care preia pașii pe care trebuie să îi parcurgă pe acest drum presărat cu frici și necunoscute. Mama dăruiește energia ei, puterea ei, timpul ei tuturor membrilor familiei și, de multe ori rămâne fără resurse interioare.

Din practica de zi cu zi cunoaștem profunzimea dăruirii de sine pentru evoluția copilului cu CES și implicațiile acestei dăruiri și din acest motiv, am inițiat un grup de suport pentru părinții copiilor cu CES. Am decis să punem împreună voință și motivație, expertiză, pasiune, responsabilitate și experiență pentru a contribui la comunități mai coezive și mai reziliente.

Acest proiect oglindește una dintre cele mai importante valori ale noastre, ca specialiști în sănătate mintală: **a ne împuternici pe noi înșine și pe alții.**

Scopul acestui grup este unul terapeutic, de empowerment, într– un spațiu sigur, ghidat de specialiști, unde mămicile pot discuta probleme comune, unde pot dezvolta abilități și își pot spori încrederea în sine.

A fi părintele unui copil cu Cerințe Educative Speciale(CES) înseamnă a naviga pe un drum unic, adesea lipsit de repere clare, plin de emoții intense- de la speranță la mândrie, până la oboseală profundă și sentimentul de izolare. Această realitate este descrisă frecvent ca un strigăt al suferinței și al neputinței, nu din lipsă de dragoste, ci din cauza presiunilor constante- sociale, educaționale, emoționale- pe care părinții le resimt în încercarea de a oferi copilului lor tot sprijinul de care are nevoie.



Mamele, în special, tind să preia cea mai mare parte a responsabilității, devenind adesea motorul schimbării în sistemul educațional și în terapia copilului. Această dăruire profundă, deși esențială, poate duce la epuizare emoțională și la neglijarea propriilor nevoi. De aceea, existența unor grupuri de sprijin pentru părinți devine crucială- oferă un spațiu sigur în care nimeni nu judecă pe nimeni, în care mamele și tații pot vorbi deschis despre frici, eșecuri, îngrijorări și victorii mici, dar semnificative, în care experiența personală a fiecăruia este validată și efortul depus este recunoscut. Astfel de grupuri ajută părinții să fie solidari, să devină mai eficienți în susținerea copilului și să învețe strategii eficiente de comunicare și gestionare a stresului.

La activitatea pe care am desfășurat-o la Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Roman au participat 15 mămici , care au împărtășit între ele frânturi din durerile lor, au împărtășit frici, emoții și îngrijorări legate de parcursul copilului lor, au făcut schimb de informații practice, s-au conectat la fiecare poveste transmisă printre lacrimi și suspine. Întâlnirea a fost marcantă, a scos la suprafață multe din luptele interioare ale fiecăreia, ceea ce a dus la crearea unui context propice pentru dezvoltarea unui sentiment de comunitate, pentru creșterea încrederii în sine. Am remarcat necesitatea reală a unui astfel de grup în societatea actuală și desigur în cadrul Centrelor pentru Educație Incluzivă. Contactul cu alte persoane care înțeleg cu adevărat prin ce treci creează un puternic sentiment de apartenență. Acest lucru le oferă membrilor grupului o forță suplimentară pentru a înota prin complexitatea problemelor cu care se confruntă.



Eficiența întâlnirii am simțit-o la final, un final marcat de îmbrățișări strânse și de dorința participantelor ca această activitate să se desfășoare cât mai des. Fiecare dintre participante a primit un feedback sincer și constructiv despre propriile strategii, iar acest fapt a dus la întărirea relațiilor dintre ele.

„Respectul este abilitatea de a vedea o persoană așa cum este, de a fi conștient de individualitatea sa unică. Respectul înseamnă grija ca cealaltă persoană să crească și să se dezvolte așa cum este.”

– Erich Fromm

IMPORTANȚA EXERCIȚIILOR FONOARTICULATORII ÎN DEZVOLTAREA LIMBAJULUI COPILULUI

LOGOPEZI AI CENTRULUI PENTRU EDUCAȚIE INCLUZIVĂ , ROMAN



Limbajul este una dintre cele mai complexe și fascinante achiziții ale copilăriei. În spatele fiecărui cuvânt rostit clar se află un mecanism fin, format din mușchii buzelor, limbii, obrazilor, maxilarului și ai aparatului respirator.

Exercițiile fonoarticulatorii reprezintă activități specifice de gimnastică a aparatului fonoarticulator, adică a organelor implicate în producerea sunetelor vorbirii prin care copilul învață să-și coordoneze aceste mișcări, să-și dezvolte motricitatea orofacială și să-și dobândească o vorbire clară, fluentă și expresivă.

Fie că sunt efectuate în cabinetul logopedic sau acasă, aceste exerciții stau la baza dezvoltării limbajului și au un rol fundamental în prevenirea și corectarea tulburărilor de pronunție.

De ce sunt importante exercițiile fonoarticulatorii ?

Producerea actului vorbirii este un proces motric complex. Înainte ca un copil să poată pronunța clar un sunet, el trebuie să învețe să controleze mușchii implicați în vorbire.

Exercițiile fonoarticulatorii stimulează motricitatea buzelor, limbii și maxilarului, dezvoltă coordonarea dintre respirație, fonatie și articulație, cresc conștientizarea mișcărilor orofaciale și contribuie la dezvoltarea clarității și fluentei limbajului.

Un copil care nu are suficient control asupra limbii, buzelor sau respirației va întâmpina dificultăți în pronunțarea sunetelor, ceea ce poate afecta încrederea în sine și dorința de comunicare.

Tipuri de exerciții fonoarticulatorii

Exercițiile sunt adaptate vârstei și nivelului de dezvoltare al copilului. Ele pot fi grupate astfel:

1. EXERCITII PENTRU BUZE



- Zâmbetul larg și „pupicul trimis în oglindă”;
- Alternarea mișcărilor de zâmbet–pupic;
- Umflarea obrazilor, menținerea aerului și eliberarea controlată;

Aceste exerciții contribuie la stimularea musculaturii fine a cavității bucale. Copilul capătă control și forță musculară pentru a produce sunete distincte și clare

2. EXERCITII PENTRU LIMBĂ



- Suflarea în lumânări, baloane, moriști sau paie (pentru controlul aerului).
- Ridicarea și coborârea vârfului limbii pe palat;
- Mișcarea laterală, atingerea colțurilor gurii;
- Imitarea unui șarpe („sss”), a unui cal („clip-clop”) sau a unui câine care linge;
- Rularea limbii și mișcările circulare pe interiorul obrazilor.

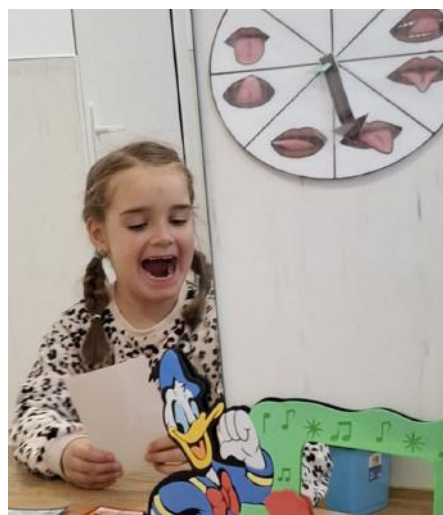
3. EXERCITII PENTRU OBRAJI ȘI MAXILAR

Prin aceste exerciții copilul învață să inspire pe nas și să expire pe gură, în timp ce articulează clar. Astfel, aceste exerciții contribuie la formarea unei voci puternice, rezonante și stabile.

- Umflarea alternativă a obrazilor;
- Mestecarea imaginativă;
- Deschiderea și închiderea gurii lent, ritmic, pentru relaxarea articulației temporo-mandibulare.

4. EXERCIȚII PENTRU RESPIRAȚIE ȘI FONATIE

- Suflatul aerului într-o pană, într-un pai sau pe o oglindă (controlul expirului);
- Inspir și expir profund, cu menținerea ritmului;
- Imitarea vântului, a trenului sau a sunetelor vocale prelungite („aaa”, „ooo”).



Cum se adaptează exercițiile în funcție de vârsta copilului



La vârsta preșcolară (2–5 ani)

Accentul se pune pe joc și imitație. Copilul este curios, dar are nevoie de modele vizuale și de exerciții scurte, amuzante. Se folosesc oglinzi, jucării, povești și cântece simple.

Scopul principal: dezvoltarea tonusului muscular, a respirației și a plăcerii de a comunica.



La vârsta școlară mică (6–9 ani)

Copilul are deja un control mai bun asupra mișcărilor. Se pot introduce exerciții mai specifice pentru fiecare sunet și combinații complexe.

Scopul principal: perfecționarea articulării și consolidarea fluenței verbale.



La vârsta școlară mare și adolescență

Aici, exercițiile fonoarticulatorii sunt folosite mai ales în scop corectiv (pentru tulburări persistente) sau de antrenament expresiv (în dicție, public speaking, interpretare teatrală).

Scopul principal: precizie, ritm, expresivitate și încredere în vorbire.

Rolul părinților în susținerea exercițiilor

Succesul terapiei logopedice depinde în mare măsură de implicarea părinților. Câteva minute de practică zilnică acasă pot face o diferență majoră.

Este important ca părintele să repete exercițiile propuse de logoped sub formă de joc, să laude fiecare progres și să creeze un mediu relaxat, fără presiune.

Astfel, exercițiile nu devin o obligație, ci un moment de conectare și bucurie.

Concluzie

Exercițiile fonoarticulatorii sunt fundamentale pentru formarea vorbirii clare și corecte. Ele pregătesc copilul pentru o pronunție clară, pentru fluentă și pentru o comunicare sigură și expresivă.

Realizate constant, sub îndrumarea logopedului și cu sprijinul familiei, aceste exerciții contribuie nu doar la dezvoltarea limbajului, ci și la creșterea încrederii copilului în sine, îmbunătățește comunicarea cu ceilalți și ajută la o integrare mai bună a copilului în mediul școlar și social.

A învăța să vorbești frumos înseamnă a învăța să te exprimi, să te conectezi și să te faci auzit – iar fiecare exercițiu fonoarticulator este un pas mic către această libertate.



EXERCİTIU DE REFLECȚIE...

CHIRIAC ALINA - profesor de psihopedagogie specială



Când vorbim de imaginea instituției de învățământ ne referim la actorii care, prin acțiunile și activitățile lor, dau sens și orientare demersului didactic. Actorii la care fac referire sunt reprezentați de totalitatea cadrelor didactice și elevii din școală. Abilitățile și îndemnările cu care sunt înzestrați elevii orientează, direcționează cadrele didactice a imagina și aplica proiecte, activități extracurriculare care să dezvolte și să desăvârșească dezvoltarea viitorului adult. Competițiile și proiectele sunt etape parcurse de actorii sus amintiți pentru creionarea imaginii instituției de învățământ. Efortul depus este unul colectiv, de echipă, acesta necesită timp, implicare, consum energetic și intelectual, voință și determinare atât din partea elevilor cât a cadrelor didactice. Imaginea instituției de învățământ este construită pe acest efort, interes, comun care îi oferă culoare, motilitate și diversitate. Pentru a parafraza voi face paralela dintre imaginea școlii și tabloul pe care îl privești într-o expoziție: observându-l din toate unghiurile găsești mereu ceva nou, altceva mai bun, mai surprinzător.

Până la creionarea imaginii instituției de învățământ este de parcurs un drum lung, plin de neașteptat. La baza unui astfel de demers se află un adevărat buchet de acțiuni și procese, iar eu aleg să abordez doar trei dintre acestea și anume: Proiectarea, Eficiența și Promovarea.

Proiectarea reprezintă procesul de planificare a unei activități, a unui proiect. Pentru cadrul didactic este ca o a doua natură. Acest proces este esențial în demersul didactic și suntem obișnuiți, devenind o deprindere odată cu experiența și vechimea în sistemul de învățământ. În cazul unui proiect, totul începe cu o sămânță care poartă numele de idee. După multe frământări, această idee vine ca o descătușare, o eliberare a procesului creativ. După analiza tuturor resurselor de care ai nevoie de a pune în plan ideea, resurse fără de care nu ai avea succesul așteptat și este vorba de resurse materiale amintind: cărți, caiete, jocuri, calculator, laboratoare etc.; resurse umane: elevi, cadre didactice, părinți; resurse temporale, financiare, etc., vine momentul de încadrare a proiectului sau activității extracurriculare. Suntem în măsură să fixăm momentul de început și final al ideii noastre.

În același timp cu proiectarea vin întrebări cu privire la **Eficiență** și anume: ideea este folositoare? Grupul țintă găsește folositoare ideea? Faci lucrurile care trebuie, când trebuie, pentru cine trebuie? Și pot continua așa mult timp, dar acest demers mă ajută pentru a stabili gradul de aplicabilitate și ancorarea ideii în realitatea imediată, concretă. Cu toții aspirăm la atingerea excelenței. Acesta este dezideratul oricărei idei, oricărei acțiuni, activități. În viziunea mea excelența derivă din eficiență, adică a face lucrurile cum trebuie, și eficacitate, adică a face lucrurile care trebuie. Dacă reușim să găsim cheia dintre eficiență și eficacitate atunci vom experimenta excelența în adevăratul sens al cuvântului. Astfel ideea noastră de activitate extracurriculară, proiect va putea fi multiplicată, iar raportul dintre rezultate și eforturile depuse vor înregistra un succes real și adevărat.

Un proces la fel de important ca cele expuse mai sus este și acela de **Promovare**. Cadrul didactic este cumva obligat să fie deschis spre nou, să sprijine inițiativele de tot felul, să construiască un mediu propice (stabil, sigur, stimulat) atât pentru el dar mai ales pentru elevii săi, cu alte cuvinte să aleagă culoarea potrivită astfel încât tabloul realizat (imaginea unității de învățământ) să ofere informații noi, proaspete și neașteptate ori de câte ori îl privim.

Toate acestea mă conduc cu gândul la managementul activității didactice care este propriu fiecărui cadru didactic. Amprenta personală își face simțită prezența, iar influența acesteia nu întârzie să apară. Modul de a conduce activitatea didactică sau cea extracurriculară spune foarte multe despre omul care se află la catedră. Și cu permisiunea dumneavoastră aș compara acest om de la catedră cu dirijorul unei orchestre. Ce magie realizează, cât efort, câtă dedicație și cât timp petrece pentru acordarea unui instrument pentru a se armoniza cu toate celelalte din orchestră. Cu cât suntem mai umani, mai aplecați spre nevoile aproapelui nostru, mai îndrăzneți în a experimenta agama sentimentelor, cu atât excelența, crearea unei capodopere nu va întârzia să apară.

Pentru a încheia în același ton aș încuraja orice cadru didactic să îndrăznească mai mult, să aspire la excelență și să acționeze deoarece imaginea unității de învățământ se identifică cu actorii implicați în procesul educațional.

Așadar, să înceapă muzica... noi suntem pregătiți să dirijăm!...

KINETOTERAPIA – PUNTE ÎNTRE CORP, MINTE ȘI SUFLET, ÎN SPRIJINUL ELEVILOR CU CERINȚE EDUCAȚIONALE SPECIALE

Liță Ramona - profesor kinetoterapeut



Activități desfășurate în cadrul proiectului Healthy Communities Impact Grant – Sportivi Sănătoși
Implementat de Fundația Special Olympics România în colaborare cu Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Roman

„Mișcarea poate înlocui aproape orice medicament, dar niciun medicament nu poate înlocui mișcarea.”

– T. K. CURĚȚON

Kinetoterapia, mai ales în contextul educației speciale, reprezintă o formă de grijă și de conectare profundă între corp, minte și suflet. Ea nu este doar o serie de exerciții fizice, ci un limbaj universal al înțelegerii și acceptării, o modalitate prin care fiecare copil, indiferent de abilitățile sale, poate fi auzit, văzut și încurajat. Proiectul Healthy Communities Impact Grant – Sportivi Sănătoși, implementat de Fundația Special Olympics România în colaborare cu Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Roman, a dat viață acestei idei prin activități de kinetoterapie dedicate elevilor cu cerințe educaționale speciale (CES), demonstrând că mișcarea poate deveni o formă de educație, vindecare și incluziune.

Proiectul a avut ca scop principal promovarea unui stil de viață activ și sănătos în rândul copiilor cu CES, oferindu-le oportunitatea de a participa la activități terapeutice adaptate nevoilor lor individuale. Ideea de bază a fost aceea că mișcarea, atunci când este ghidată cu empatie și profesionalism, contribuie nu doar la dezvoltarea fizică, ci și la echilibrul emoțional și la creșterea încrederii în sine

Fiecare activitate desfășurată a fost gândită ca o experiență holistică: corpul învață să se miște, mintea învață să se concentreze, iar sufletul învață să se bucure. Într-o lume în care diferențele pot deveni bariere, kinetoterapia a fost, în acest proiect, o punte între oameni, o formă de comunicare fără cuvinte, în care gesturile și privirile spuneau totul. În cadrul proiectului, activitățile de kinetoterapie au fost structurate pe mai multe niveluri, în funcție de particularitățile și potențialul fiecărui copil. S-au desfășurat sesiuni individuale și de grup, în spații adaptate, dotate cu materiale specifice: mingi Bobath, saltele, benzi elastice, planșe de echilibru, cercuri, jaloane și diverse obiecte ludice. Activitățile de mobilitate și coordonare au avut ca scop îmbunătățirea mobilității articulare și a coordonării oculo-motorii. Copiii au fost ghidați să efectueze mișcări ample, lente, de întindere și relaxare, însoțite de respirație conștientă. Fiecare exercițiu a fost adaptat nivelului de rezistență și de atenție al copilului, iar progresul s-a construit treptat, cu multă răbdare. Exercițiile de echilibru și orientare spațială au avut rolul de a dezvolta stabilitatea, orientarea și încrederea în propriile forțe. Copiii au învățat să își mențină centrul de greutate, să anticipeze mișcările și să se deplaseze cu mai multă siguranță. În timp, aceste exerciții au redus teama de mișcare și au contribuit la crearea unei posturi corporale corecte.



Prin activități variate – exerciții cu mingea, rezistență ușoară, jocuri dinamice – s-a urmărit întărirea musculaturii trunchiului și a membrilor. Controlul postural a fost una dintre principalele direcții, fiind esențial pentru dezvoltarea motricității fine și grosiere, dar și pentru prevenirea deformărilor de coloană sau a contracturilor.

Un element central al proiectului a fost componenta ludică. Kinetoterapia a fost transformată în joc: copiii au fost invitați să sară peste obstacole, să prindă mingi colorate, să urmeze trasee tematice sau să participe la mici competiții prietenoase. Prin joc, ei au învățat să colaboreze, să respecte reguli și să se bucure de reușite, dezvoltând spiritul de echipă și perseverența.



La finalul fiecărei ședințe, s-au desfășurat exerciții de relaxare și respirație profundă. Muzica liniștită, lumina difuză și atmosfera calmă au contribuit la starea de bine generală a copiilor. Aceste momente au avut un impact semnificativ asupra echilibrului emoțional, ajutându-i să gestioneze mai bine stresul și agitația zilnică. Rezultatele obținute au fost vizibile nu doar la nivel fizic, ci și psihologic și comportamental. Elevii implicați în proiect au devenit mai activi, mai curajoși și mai cooperanți. Mulți dintre ei au început să își exprime emoțiile mai liber, să caute interacțiunea cu ceilalți și să manifeste mai multă autonomie. Profesorii și terapeuții au observat o îmbunătățire a capacității de concentrare și a atenției susținute în timpul activităților școlare. De asemenea, s-a remarcat o creștere a rezistenței la efort și o postură corporală mai corectă. Pentru mulți copii, kinetoterapia a fost momentul zilei în care se simțeau liberi, acceptați și valorizați, indiferent de limitările lor.



Proiectul Sportivi Sănătoși nu s-a limitat doar la activitatea din sala de kinetoterapie. El a adus o schimbare de perspectivă în întreaga comunitate școlară. Cadrele didactice au început să acorde o atenție sporită componentelor de mișcare și relaxare în activitățile zilnice, iar părinții au fost implicați activ, participând la sesiuni demonstrative și la ateliere de informare despre importanța mișcării.

Parteneriatul dintre **Fundația Special Olympics România** și **Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă Roman** a oferit un exemplu concret de colaborare eficientă între organizațiile non-guvernamentale și instituțiile educaționale. Prin resursele oferite – echipamente, formări, materiale educaționale – proiectul a reușit să creeze un cadru sustenabil, care poate fi replicat și în alte centre din țară.

Kinetoterapia nu este doar o formă de terapie fizică, ci un proces educațional în sine. Ea le oferă copiilor cu CES șansa de a învăța despre propriul corp, despre autocontrol, perseverență și încredere. În același timp, este o formă de comunicare nonverbală între terapeut și copil, bazată pe empatie și încredere reciprocă. Prin mișcare, copilul își depășește fricile, își descoperă forța interioară și învață să se bucure de progres, oricât de mic ar fi el. În acest context, kinetoterapeutul devine nu doar un specialist, ci un ghid care îl însoțește pe copil în călătoria sa spre autonomie și echilibru.

Proiectul **Healthy Communities Impact Grant – Sportivi Sănătoși** a demonstrat că atunci când mișcarea este integrată în procesul educațional cu grijă și înțelegere, ea poate transforma vieți. Kinetoterapia a devenit un spațiu de siguranță și descoperire, un loc unde fiecare copil a fost încurajat să își atingă potențialul maxim, în ritmul său, cu sprijinul unei echipe dedicate. Rezultatele obținute nu se măsoară doar în pași mai siguri sau mișcări mai coordonate, ci în zâmbete, în ochi luminoși și în dorința copiilor de a participa, de a reuși. Mișcarea a unit corpul cu mintea, dar și sufletele celor implicați, construind punți între copii, profesori și comunitate. Kinetoterapia, în esența sa, nu vindecă doar trupul – ea vindecă relații, reconstruiește încrederea și redă speranța. Iar acest proiect este dovada că, prin implicare și iubire, fiecare pas făcut poate deveni începutul unei noi povești de reușită.





