

Autocontrolul

Sunt metode oare în lume
De a te calma pe bune?
Dansul, muzica cântatul,
Pictatul și numărutul,
Sunt printre cele mai bune,
Sfaturi de calmare în lume.

Zilnic astea de le faci,
Cu controlul te împaci
Și îi spui la revedere
Stresului din zile grele
Căci control ai apelat
Și de toate ai scăpat.

Nu-i ușor să le faci toate
Dar le iei pe numărate,
Azi iei unul mâine altul
Ca auto-controlatul.

Stați calmi și ascultați,
Emoțiile le controlați
Azi, mâine și în veac
Controlul vă face pe plac.

Concurs de Consiliere Școlară prin Artterapie
„Exprimă-te liber!”, Ediția 2024, CJRAE Sălaj
Mesaroș Alisia Damaris
Școala Gimnazială nr. 1 Românași, clasa a VII-a
Județul Sălaj
Profesori coordonatori:
Prof. Oros Bogdan Cosmin
Prof. consilier școlar, Boda Mariana