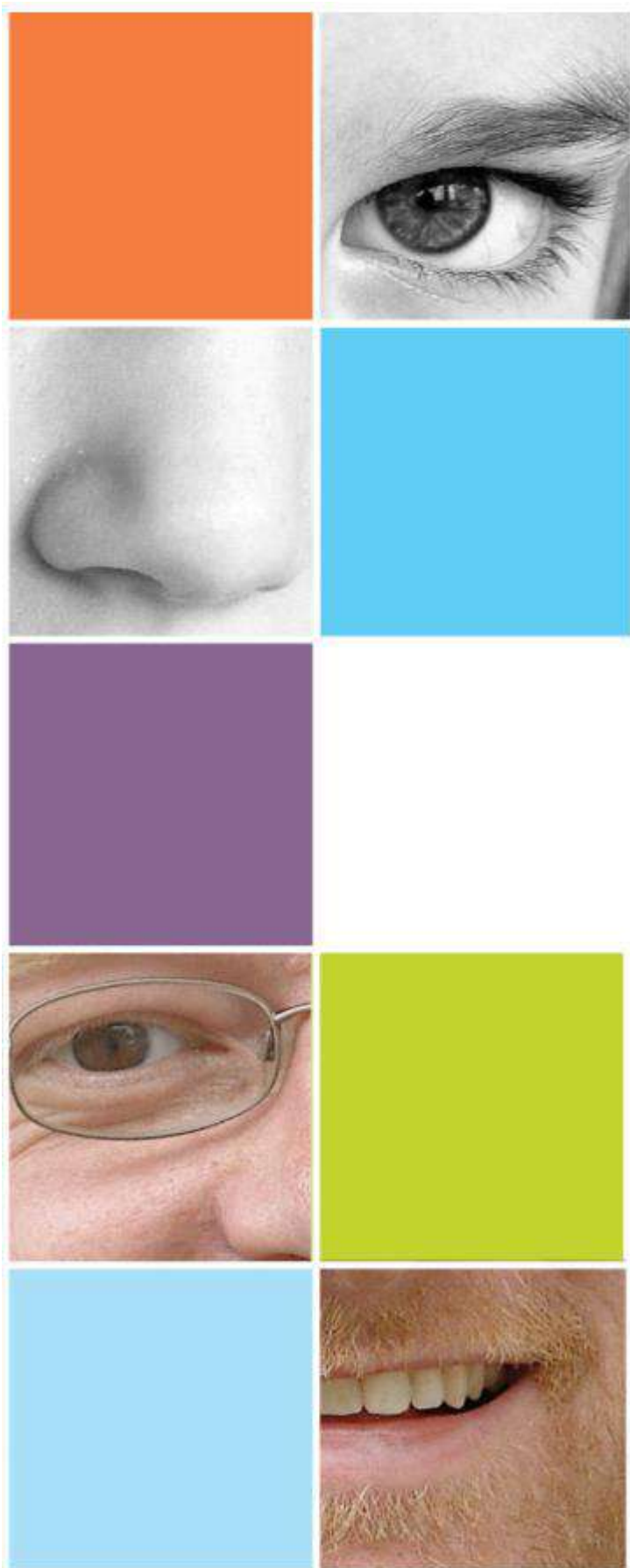


REUȘIM, ÎMPREUNĂ!

Ghid de educație parentală

2019



FONDUL SOCIAL EUROPEAN
Programul Operațional Capital Uman 2014-2020
Axa prioritară: 6. Educație și competențe
Obiectiv specific: 6.2, 6.3, 6.4, 6.6
Titlul proiectului: Educație de calitate pentru toți
Contract POCU: 26376/19.04.2018
Cod proiect: 106250

Prezenta lucrare este elaborată în cadrul proiectului „**Educație de calitate pentru toți**”, selectat în cadrul Programului Operațional Capital Uman 2014-2020 (POCU) și co-finanțat din Fondul Social European. Proiectul este implementat, în parteneriat, de către Inspectoratul Școlar Județean Arad, Casa Corpului Didactic “Alexandru Gavra” Arad și C&T Strategic Business Partners, la nivel județean, obiectivul general al proiectului fiind creșterea calității serviciilor educaționale în școlile arădene prin îmbunătățirea competențelor actorilor implicați în activități educaționale și prin valorificarea valențelor formative ale procesului de mentorat asupra trinomului educațional, în vederea reducerii și prevenirii abandonului școlar timpuriu și promovarea accesului egal la educație.

Proiectul își propune dezvoltarea și implementarea de programe educaționale complexe destinate celor 10 școli beneficiare, respectiv preșcolarilor/elevilor, părinților, cadrelor didactice și de sprijin. Un astfel de program, dedicat părinților, este programul de educație parentală “*Reușim, împreună!*”.

Lucrarea a fost coordonată și elaborată de o serie de experți ai instituțiilor care asigură în parteneriat implementarea proiectului “*Educație de calitate pentru toți*”:

Echipa de experți din partea Inspectoratului Școlar Județean Arad:

Gabriela Maria Stoiadin, Coordonator științific program copii&parinți

Echipa de experți din partea C&T Strategic Business Partners:

Georgeta Cristina Costescu, Expert autor program de educație parentală “*Reușim, împreună!*”

Veronica Elvira Medianu, Expert autor program de educație parentală “*Reușim, împreună!*”

Irina Alexandra Velter, Coordonator partener

Ilustrații Ghid: C&T Strategic Business Partners; Bikablo (<https://bikablo.com/en>);

Design coperta: C&T Strategic Business Partners

Care este rolul părinților în dezvoltarea copilului?



Conștientizare

- ✓ Rolul familiei în obținerea succesului academic (cercetări) – *factor determinant pentru colaborarea școală-familie*
- ✓ Relația de atașament sigur, *premisă pentru* dezvoltarea creierului
- ✓ Rolul familiei în dezvoltarea *unei relații de atașament favorabilă învățării*



Cooperare autentică

- ✓ Etosul școlii *pentru* promovarea cooperării autentice
- ✓ Părinții – aliați ai școlii pentru că *succesul școlar depinde de mediul familial*

Argument pentru implicare și educație parentală!

De ce a fost nevoie de acest ghid?



De educația copiilor depinde viitorul nostru al tuturor. Este o idee unanim acceptată. Iar educația copiilor noștri depinde de noi, adulții semnificativi din jurul lor. Educația nu se realizează de la sine, deși am fi tentați să credem că întrecut așa se întâmpla. Nu trebuie însă să uităm că contextul nostru de viață se schimbă rapid și devine tot mai complex. Astfel, fiecare părinte are o influență covârșitoare în evoluția copiilor, și de aceea este nevoie de implicarea lor activă și conștientă în educația acestora: trebuie să își propună anumite obiective de dezvoltare și să știe ce poate să facă pentru a le atinge.

Așadar familia nu este responsabilă doar de satisfacerea nevoilor primare ale copilului (hrană, îmbrăcăminte, locuință etc.), ci ea de fapt reprezintă contextul care influențează întreaga devenire a copilului prin modelele pe care le oferă acestuia. Climatul cald și echilibrat din familie - caracterizat prin relații pozitive și comunicare autentică între membrii familiei, respect și responsabilitate - reprezintă punctul de plecare în procesul de explorare, învățare și dezvoltare a copilului, consolidând încrederea în sine și autonomia lui, caracteristici definitorii ale unui adult de succes și echilibrat la rândul său. Atitudinea și valorile familiei se vor reflecta asupra întregii vieți a copilului, în tot ceea ce face el.

De aceea, rolul familiei în dezvoltarea și educarea copilului nu se termină odată cu intrarea acestuia în sistemul de educație. Deși acesta reprezintă actorul "specializat", „cu competențe” în domeniu, studiile arată că delegarea totală a responsabilității de la familie la școală nu este ă un beneficiu copilului. De fapt,

Între cele două entități există o interdependență pozitivă care presupune că scopurile unei părți se îndeplinesc ca urmare a îndeplinirii scopurilor celeilalte părți, Școala și familia nu pot exista independent una de alta, ci relația dintre ele ar trebui să fie caracterizată prin colaborare, adică prin " scopuri comune, egalitate și reciprocitate, responsabilitate împărtășită pentru decizii și rezultate; sentimente de încredere, respect, comunitate" (Cook și Friend, 2010). Colaborarea este determinată de și determină promptitudine în acordarea ajutorului, deschidere spre comunicare, atitudine caldă și încrezătoare, accent pe interesele comune și nu pe cele opuse, orientare spre creșterea puterii comune și nu pe acuzații reciproce și pasarea de responsabilități.

De-a lungul timpului, cercetările au arătat că, cu cât cooperarea este mai intensă și începe de la o vârstă mai mică a copilului, se pot constata efecte semnificative pe diverse paliere: îmbunătățirea rezultatelor școlare, comportament la clasă, timp acordat temelor, motivație, absenteism, imagine de sine, așteptări față de viitor. Astfel, participarea părinților la ședințele de la școală poate fi, fără îndoială, un semnal pentru copil că familia este interesată de parcursul său școlar, ceea ce îl motivează să se străduiască și să depună efort. Pe de altă parte, s-a demonstrat că formele mai active de implicare a părinților (citesc cu copii, îi ajută la teme, îi îndrumă să folosească materialele și instrucțiunile oferite de cadrele didactice, dar în același timp sunt alături de ei în clase, în excursii sau în orice inițiative legate de școală.) produc efecte impresionante asupra prestației copilului la școală, nu numai la nivel de rezultate școlare, dar și în ceea ce privește atitudine față de învățare și comportamentul său pro-social.

Pentru a se asigura că părinții se angajează într-un astfel de efort, școlile trebuie să țină seama de rezultatele studiilor (Hoover+Demsey, 1995) care arată că ei se implică dacă înțeleg că această implicare va influența dezvoltarea copiilor lor și dacă li se oferă oportunități de implicare de către școală. Iar școala poate influența și motiva părinții să o sprijine apelând la diverse strategii, nu doar în cadrul obișnuitelor ședințe cu părinții dar și prin materialele informaționale pe care le poate trimite acasă sau prin ateliere de lucru pe care le organizează pentru aceștia, important fiind ca orice oportunitate oferită să facă referire la preocupări și subiecte semnificative pentru părinți.

Cum folosim acest ghid?



Din categoria oportunităților pe care școala le oferă părinților face parte și acest ghid. Scopul său este să vină în sprijinul celor care își propun să aducă părinții alături de școală și să îi învețe cum pot contribui în mod conștient și pozitiv la dezvoltarea copilului lor, oferind sprijin școlii și, în același timp, beneficiind de sprijin din partea ei.

Informațiile puse la dispoziție de literatura de specialitate sunt numeroase, complexe și nuanțate, nu de puține ori contradictorii. Dintre acestea, am selectat principiile de bază, general acceptate, pe care am încercat să le formulăm într-o manieră simplă și clară, ușor de înțeles de către părinți, dar, mai ales, ușor de folosit în practică. În plus, suportul informațional teoretic este susținut de activități practice, detaliat descrise, care pot fi realizate fie în cadrul întâlnirilor cu părinții, fie acasă, de către părinți împreună cu copiii lor.

Așadar, prezentarea fiecărui atelier cu părinții cuprinde:

- 👁 Motivarea alegerii temei respective, formulată sub forma unei provocări adresate părinților;
- 👁 Obiectivele întâlnirii care exprimă ceea ce vor învăța și vor putea face ei la finalul acesteia;
- 👁 Definirea noțiunilor teoretice relevante pentru tema abordată;
- 👁 Agenda detaliată, cu durata și succesiunea etapelor de lucru din cadrul întâlnirii;
- 👁 Descrierea detaliată a activităților sugerate pentru respectivul atelier, alături de posibile idei de discuție sau direcții în care să fie valorificate rezultatele activității respective;
- 👁 Suport teoretic, simplu și relevant, pentru tema în discuție;
- 👁 Întrebări de evaluare a întâlnirii;
- 👁 Descrierea unor activități care să fie realizate acasă, în familie.

Înainte de a porni la drum, poate ar fi de ajutor să subliniem faptul că punerea în practică a recomandărilor din acest ghid nu va avea un parcurs simplu, lin, întotdeauna pozitiv. Dimpotrivă, este un parcurs ce necesită răbdare, perseverență, efort, dorința de a încerca din nou atunci când ceva nu reușește conform așteptărilor. Important este să avem mereu în minte obiectivul urmărit pe termen lung: un copil echilibrat și care să aibă succes personal, la școală și în viață. Este un obiectiv atât de important pentru fiecare dintre noi, părinți și specialiști în educație, încât putem considera că orice mic pas înainte este infinit mai mult decât a sta pe loc și a nu face nimic.

Așadar,

RĂBDARE ȘI SUCCES!



CUPRINS



CAPITOLUL 1:

CUI NE ADRESĂM – DE UNDE PORNIM? 7

1.1. DE LA COPILUL DE AZI LA ADULTUL DE MÂINE	8
1.2. STADIILE DEZVOLTĂRII COPILULUI – NOTE DEFINITORII	1
1.3. CUM ÎNVAȚĂ COPIII	9
1.4. ÎNVĂȚAREA ÎN CONTEXT ȘCOLAR	15
1.5. INTERVENȚII ÎN SPRIJINUL DEZVOLTĂRII	22
1.6. INTERVENȚII ÎN SPRIJINUL ADAPTĂRII ȘCOLARE	32



CAPITOLUL 2:

CUM NE SPRIJINIM COPIII – CE PUTEM FACE? 39

2.1. MODUL 1: AFECȚIUNE SAU RĂSFĂȚ – CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE CĂLDURĂ A COPIILOR	40
2.1. MODUL 2: CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE CĂLDURĂ A COPIILOR	47
2.2. MODUL 2: LIMITE – CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE STRUCTURĂ A COPIILOR	63
2.2. MODUL 3: RUTINE – CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE STRUCTURĂ A COPIILOR	70
2.3. SPRIJIN PENTRU ÎNVĂȚARE ÎN CONTEXT ȘCOLAR	77
2.4. ASUMAREA ROLULUI DE PĂRINTE PENTRU SPRIJIN ÎN ÎNVĂȚARE	82
2.5. STRATEGII DE SPRIJIN PENTRU ÎNVĂȚARE	88



CAPITOLUL 3:

RELAȚIA ȘCOALĂ – FAMILIE ÎN SPRIJINUL COPILULUI 94

3.1. COMUNICAREA ȘCOALĂ – FAMILIE	95
3.2. SPRIJIN ÎN ACTIVITATEA ȘCOLII. IMPLICAREA PĂRINȚILOR.	104
3.3. SPRIJIN PENTRU ÎNVĂȚARE. TEMELE DE ACASĂ.	111

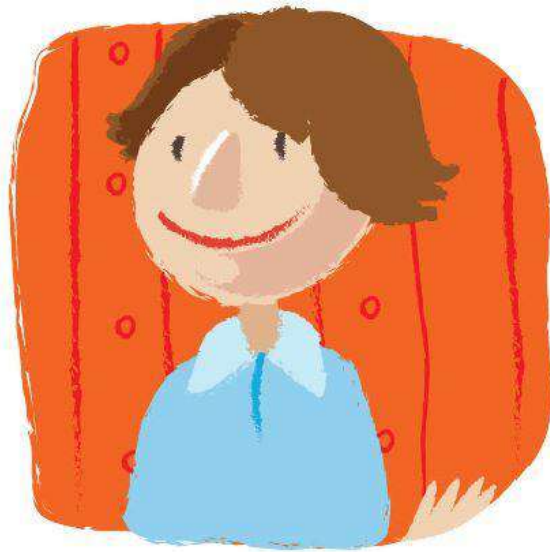


CAPITOLUL 4:

PROVOCĂRI ALE PĂRINȚILOR VS. PREOCUPĂRI ALE COPIILOR/ELEVILOR	118
4.1. ACCESUL LA TEHNOLOGIE	119
4.2. DESPRE AGRESIVITATE	127
4.3. ÎNTÂLNIRE FINALĂ: EVALUAREA PROGRAMULUI: REDISCUTAREA AȘTEPTĂRILOR INIȚIALE	135
BIBLIOGRAFIE	138

CAPITOLUL 1:

cui ne adresăm – de unde pornim?



1.1. DE LA COPILUL DE AZI LA ADULTUL DE MÂINE

Provocare: Cine este copilul meu?



Obiective

Prins între preocupările zilnice și încercarea de a face ce este mai bine pentru copilul său, între a rezolva problemele imediate cu care se confruntă și gândurile legate de viitorul lui, părintele este încercat de numeroase îndoieli legate de cum este mai potrivit să acționeze astfel încât să își ajute copilul să crească și să se dezvolte. Multe indicii sunt în fața lui, căci ele vin chiar de la copil. Numai că nu întotdeauna părintele apucă să se uite cu atenție la copil, să se gândească la cum este acesta. Așadar, pentru a-l ajuta pe copil să se dezvolte, mai întâi trebuie să știe cum este el în prezent și care este direcția potrivită spre care vrea să îl îndrume. Cu alte cuvinte, pentru a ști ce trebuie să facă, mai întâi trebuie să afle de unde pleacă și spre ce se îndreaptă.

Din acest motiv, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții să:

- Identifice convingerile proprii referitoare la copiii lor;
- Conștientizeze și să formuleze așteptări cu privire la educația acestora;
- Identifice asemănări și deosebiri între copiii participanților la grup, dar și în ceea ce privește preocupările și nevoile părinților;
- Identifice propriile nevoi în ceea ce privește acordarea sprijinului necesar pentru educarea copilului.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
10	Introducere: formatori, obiective curs, obiective sesiune	Prezentare
15	De la copilul de azi.. (Cum este copilul meu)	Exercițiu individual
20	Să facem cunoștință	Discuție frontală
10	...la adultul de mâine (Cum îmi doresc să devină ca adult)	Exercițiu individual
20	Cum se transformă copilul de azi în adultul de mâine	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Așteptări** = dorințele legate de ceea urmează să se întâmple;
- ✓ **Așteptări realiste** = dorințe posibil de realizat, potrivite situației din viața reală;
- ✓ **Obiective** = exprimarea dorințelor sub formă de cerințe concrete, posibil de îndeplinit;
- ✓ **Abilități** = posibilitatea de a face ceva bine, cu ușurință, din obișnuință;
- ✓ **Nevoi de învățare** = cerința de noi informații despre cum să facă anumite lucruri;
- ✓ **Curriculum școlar** = informațiile și activitățile pe care școala le oferă elevilor;
- ✓ **Dezvoltare** = procesul de creștere al copilului, atât din punct de vedere fizic, cât și intelectual (al modului în care gândește).

Activități practice

Activitatea 1 (exercițiu individual) - *De la copilul de azi... (cum este copilul meu)*



Fiecare participant are la dispoziție o coală de hârtie A5, pe care să își deseneze copilul, ținând seama de caracteristicile fizice ale acestuia. Importantă nu este calitatea desenului, ci surprinderea trăsăturilor specifice copilului (culoare ochi și păr, lungime păr). De asemenea, din fișe cu imagini date sau din ziare și reviste, participanții vor decupa și vor lipi pe foaia lor imagini referitoare la:

- Mâncarea preferată a copilului
- Animalul preferat
- Activitatea preferată
- Jucăria preferată
- Regulile pe care le respectă
- Comportamentele nepotrivite pe care le are uneori.

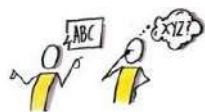
Va obține astfel un colaj, pe care îl va folosi pentru a-și prezenta copilul celorlalți participanți.



Ideii pentru discuția frontală:

- ✓ Cât de repede au apărut răspunsurile legate de copil, cum s-a simțit gândindu-se la ele (plăcut/neplăcut, mulțumit/nemulțumit)
- ✓ Care sunt punctele tari, calitățile copiilor, lucrurile pe care părinții le apreciază și de care sunt mulțumiți;
- ✓ Care sunt 2-3 aspecte pe care ar dori să le îmbunătățească, să le schimbe la copil (și nu la condițiile de viață);
- ✓ Identificarea preocupărilor comune ale grupului în ceea ce privește nevoia de schimbare la copii (ca suport pentru identificarea și listarea nevoilor de învățare ale părinților).

Activitatea 2. (Exercițiu individual) - ...la adultul de mâine (cum îmi doresc să devină ca adult)



Fiecare participant va primi 9 bilețele autoadezive (tip *Post-it*) de 3 culori diferite (3 din fiecare culoare). Pe 3 bilețele de o culoare participantul este rugat să scrie câte un cuvânt important despre cum și-ar dori să fie copilul lui în viitor, ca adult. Pe alte 3 bilețele de o altă culoare, fiecare părinte este rugat să scrie câte un cuvânt despre cum crede că va arăta viitorul copilului lui în realitate. Iar pe ultimele 3 bilețele, de o culoare diferită, va scrie câte un cuvânt despre cum crede că propriul copil își dorește viitorul, despre ceea ce își dorește el să devină.



Idei pentru discuția frontală:

- ✓ Măsura în care există o continuitate între așteptările pe care le are în prezent de la copil și așteptările pe care le are de la viitorul adult;
- ✓ Măsura în care așteptările părinților sunt asemănătoare cu cele ale copiilor lor;
- ✓ Măsura în care așteptările părinților sunt realiste și posibil de realizat;
- ✓ Cine și cum poate contribui la realizarea acestor așteptări (identificarea nevoilor de învățare și selectarea celor pentru care acest curs este relevant).

Texte suport



Cu toții ne simțim bine atunci când suntem împreună cu persoane pe care le cunoaștem și cu care știm că avem lucruri în comun și de aceea vom încerca să cunoaștem pe ceilalți participanți la întâlnirile pentru părinți. Un prim lucru pe care îl împărtășim este faptul că participăm la acest atelier din dorința de a ne sprijini copiii cât de bine putem. Dincolo de acest punct de plecare comun, vom încerca să ne cunoaștem mai bine găsind și alte asemănări între noi, evident pornind tot de la copiii noștri. Vom povesti despre ei și despre ce ne dorim noi pentru ei, încercând să identificăm care ne sunt dificultățile comune și să găsim împreună, în întâlnirile următoare, o serie de soluții pentru depășirea lor. Ne va face să ne simțim oarecum mai ușurați faptul că știm că nu suntem singurii care avem aceste îngrijorări, și mai ales, că există soluții și că putem găsi sprijin atunci când avem nevoie. Sprijin care poate veni deseori de la ceilalți participanți la aceste întâlniri sau de la alte persoane cu experiență în creșterea și educarea copiilor, specialiști pe care îi putem găsi chiar în comunitățile noastre.



Așadar, punctul de plecare al oricărei discuții despre copil este chiar copilul în sine. Nu putem să ne dăm seama cum să îl sprijinim mai bine să se dezvolte dacă nu știm cum este el, care sunt **punctele tari** pe care ne putem baza și care sunt **aspectele în care are nevoie de sprijin și susținere pentru dezvoltare**. De aceea un prim pas este să ne gândim care sunt **preferințele** lui, ce putem folosi pentru a atinge obiectivele pe care ni le dorim. Acest lucru ne ajută pentru că ne putem adapta sprijinul pe care îl

oferim la aceste preferințe. De exemplu, dacă copilului îi place să deseneze, putem folosi astfel de activități ca ocazie pentru a vorbi despre cum ne comportăm pe drumul către școală sau pentru a-l ajuta să socotească. De asemenea, dacă știu că copilului meu îi plac anumite animale, pot să îi dau anumite sarcini legate de îngrijirea acestora și astfel îl obișnuiesc să fie serios și atent în ceea ce face. Dincolo de aceste sugestii pe care le putem găsi știind ceea ce copilul face cu plăcere, este un semn bun că îi acordăm atenția de care are nevoie. Iar dacă nu suntem prea siguri și nu știm care sunt acele lucruri sau obiceiuri care îi fac plăcere - aceasta este de asemenea un semn care ne arată că avem nevoie să petrecem ceva mai mult timp cu el sau fiind atenți la ceea ce face el.

Fiind atenți la copil putem afla, de asemenea, ceea ce face și ceea ce nu face din cum ne-am dori noi să acționeze. Pe baza acestor informații putem stabili **ce ne dorim să îl învățăm să facă**, de la spălatul pe mâini când mănâncă ceva, la salutul adresat persoanelor pe care le întâlnește și până la pregătirea temelor sau a ghiozdanului pentru școală.



Desigur că orice părinte își dorește numeroase lucruri de la **copilul** lui, luând în considerare ceea ce este util pentru el. Uneori îi este dificil însă să formuleze aceste cerințe ținând seama și de importanța lor pentru viitorului **adult**. Astfel, părinții își doresc copii care să îi asculte și să respecte deciziile luate de ei, dar în același timp, viitorul adult să se poată descurca singur în viață. Ori un astfel de adult se poate forma doar ajutându-l pe copilul din ziua de astăzi să facă singur lucruri, să ia anumite decizii, chiar dacă nu sunt întotdeauna cele corecte, să învețe din greșeli. De asemenea, acest "descurcat în viață" se bazează pe obișnuința de a munci, obișnuință dezvoltată de mic copil, prin diverse activități potrivite vârstei (de la desenat, la treburi în gospodărie și până la teme pentru școală). Este important să existe o legătură și între ceea ce anume învață copilul în prezent și ce ne așteptăm să facă ca adult. Nu putem să ne așteptăm să devină șofer sau doctor (sau orice altă meserie) fără a ști să scrie și să citească pentru început, cu ajutorul școlii și a ceea ce învață acolo. Iar pentru a putea beneficia de acest ajutor oferit de școală trebuie să acordăm timp și atenție implicării copilului în activitățile școlare. Și, evident, să îl susținem pe copil să facă la fel.



Putem realiza acest lucru făcând o legătură cu ceea **ce își doresc copiii**, încercând să combinăm dorințele și așteptările noastre de părinți cu preferințele și dorințele lor, pentru că în acest fel vor fi mult mai dispuși să depună efortul pe care orice proces de schimbare și învățare îl presupune. Din acest motiv este important să știm ce își doresc ei de la și pentru ei, ca viitori adulți pentru a începe să construim împreună încă de pe acum. De asemenea, cunoscând imaginea lor despre viitor putem să ne dăm seama în ce măsură este potrivită realității. De exemplu, nu se întâmplă foarte des (așa cum ar crede ei) ca să câștigi bani sau să fi o persoană importantă în comunitatea ta fără să muncești și să depui efort, și înainte de asta, să înveți și să fi serios la școală.

Având în minte toți acești factori de care trebuie să ținem seama (preferințele copiilor și așteptările părinților, dorințele imediate și planurile de viitor) cum ne-am dori să fie și ce ne-am dori să facă în prezent copiii noștri? De ce avem noi nevoie pentru a-i ajuta să facă aceste schimbări? Pe parcursul întâlnirilor următoare o să vedem că sunt lucruri pe care fiecare dintre noi le putem face acasă, în familia noastră. Vom vedea cum ceea ce facem acasă are efect asupra felului în care copilul se comportă în orice altă situație. Vestea bună este că nu toată greutatea și responsabilitatea apasă pe umerii noștri. O parte din

lucrurile pe care le dorim pentru copiii noștri le putem obține lucrând împreună cu alții. Ori școala, împreună cu ceea ce oferă ea, este principalul nostru sprijin. Important este însă să vedem că ne putem baza și ne putem împrieteni cu ea, că nu suntem în tabere opuse, ci mai degrabă ne unește dorința comună de a ajuta copiii să se dezvolte și să le fie bine.



Bibliografie

- a. *Carte pentru profesioniștii care lucrează cu părinții*, Vanemonde, 2005;
- b. Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013;
- c. Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare părinte menționează un lucru (informație, îngrijorare) pe care o are și a auzit-o și de la un alt părinte.

Agenda mea – tema de acasă

De identificat împreună cu copilul aspectele asupra cărora există acord și cele asupra cărora nu există acord între părinți și copii în ceea ce privește descrierea făcută în cadrul celor două exerciții individuale de la curs, subliniindu-le pe colajul realizat și pe post-it-uri.

1.2. STADIILE DEZVOLTĂRII COPILULUI - NOTE DEFINITORII

Provocare: Copilul nu poate din cauza lui sau a adultului?



Obiective

În încercarea de a-l ajuta pe copil să devină adultul pe care ni-l dorim, urmând obiectivele pe care și le-a propus de pe termen lung, părinții se confruntă cu nenumărate provocări în viața de zi cu zi, cu situații zilnice numeroase în care ceea ce face copilul pare că nu se încadrează în planul de viitor la care ei s-au gândit că ar fi potrivit pentru el. De obicei, prima îngrijorare și întrebare a părinților este dacă copilul are o problemă și din această cauză nu se ridică la nivelul așteptărilor lor. Înainte de a explora însă o astfel de întrebare, un motiv de reflecție pentru părinte ar fi dacă nu cumva problema este de fapt legată de așteptările sale, dacă ele sunt potrivite cu vârsta copilului, cu ceea ce știe și ceea ce poate face el în stadiul de dezvoltare în care se află.

Din acest motiv, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să identifice stadiul de dezvoltare la care se află copilul raportat la vârsta acestuia;
- Să formuleze cerințe adecvate stadiului de dezvoltare al copilului.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Ce poate și ce nu poate copilul meu	Exercițiu individual
15	De ce nu poate?	Discuție frontală
20	Indicatori de dezvoltare pe grupe de vârstă	Prezentare
15	Adaptarea așteptărilor la vârsta copilului	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Arii de dezvoltare** = componente ale personalității umane care se dezvoltă, de la o vârstă la alta, în urma procesului de învățare
- ✓ **Cognitiv** = componenta referitoare la mecanismele de gândire pe baza cărora are loc cunoașterea
- ✓ **Emoțional** = componenta referitoare la ceea ce simte o persoană, la trăirile sale emoționale
- ✓ **Indicatori de observare** = semn care face cunoscut nivelul (stadiul) de dezvoltare al copilului;
- ✓ **Motor** = componenta referitoare la mișcările corpului
- ✓ **Social** = componenta referitoare la relațiile cu alte persoane
- ✓ **Stadiu de dezvoltare** = etapă, perioadă de vârstă caracterizată prin anumite trăsături specifice ei, legate de ceea ce știe și poate să facă copilul.

Activități practice

Activitatea 1. (Exercițiu individual) - *Ce poate și ce nu poate copilul meu*



Facilitatorul citește / fiecare participant primește o listă cu indicatori (*Mapa consilierului - Indicatori de observare*) pe care îi pot observa la copii și care exprimă de fapt acțiuni de o complexitate tot mai mare, pe care orice copil le poate îndeplini.

Aceștia sunt grupați în următoarele domenii: socio-emoțional, cognitiv și motor. Sarcina sa este de a încercui acele enunțuri care sunt adevărate pentru copilul său, luând în considerare ceea ce este acesta capabil să facă în prezent.

**Lista de indicatori* se adaptează în funcție de vârsta pe care o au copiii participanților (de ex. dacă participanții sunt părinți ai unor elevi din clasele primare, nu se citesc indicatorii corespunzători ultimei etape de dezvoltare menționate; dacă avem elevi de clase gimnaziale, nu se citesc indicatorii corespunzători primelor etape de vârstă).



Idei pentru discuția frontală:

De ce nu poate copilul:

- ✓ Împărțirea listei de indicatori pe stadii de dezvoltare/grupe de vârstă;
- ✓ Identificarea indicatorilor care sunt menționați mai frecvent ca fiind nerealizați de către copil, precum și a domeniilor de dezvoltare în care aceștia se înscriu;
- ✓ Discutarea principalelor cauze pentru care anumiți indicatori nu pot fi atinși: vârsta prea mică a copilului sau lipsa de exersare.



Idei pentru discuția frontală:

Adaptarea așteptărilor la vârsta copiilor:

- ✓ *Plasarea propriului copil pe stadii de dezvoltare, pe fiecare domeniu – identificarea domeniilor pentru care copilul se află sub sau peste stadiul corespunzător vârstei sale;*
- ✓ *Identificarea situațiilor de dezvoltare inegală, pe cele 5 domenii – nu toate domeniile se află întotdeauna la același nivel de dezvoltare;*
- ✓ *Identificarea indicatorilor pe care copilul nu îi atinge deși se află la vârsta corespunzătoare;*
- ✓ *Discutarea așteptărilor pe care părinții le au de la copii – în ce măsură acestea corespund sau nu cu ce ar putea să facă copilul la vârsta sa.*

Texte suport



În anumite etape de viață, la vârste diferite, copilul dispune de anumite trăsături care sunt specifice acelei etape de viață sau vârste. Aceste trăsături se referă atât la felul în care arată copilul, cât și la ceea ce știe și poate el să facă. Și ar trebui să reprezinte punctul de plecare pentru părinte atunci când stabilește care sunt **cerințele și așteptările** pe care le are de la copil. Dacă acestea nu sunt în **acord cu vârsta și nivelul de dezvoltare al copilului**, evident că ele nu vor putea fi îndeplinite. Așa cum nu este logic să ne așteptăm că un copil de 6 ani să poată avea o înălțime de 1,75 m, la fel de nepotrivit este să ne așteptăm ca acel copil să rezolve exerciții de împărțire sau să meargă singur la magazin pentru a cumpăra cele necesare pentru gospodărie.

Prin urmare, este posibil ca nereușita copilului sau comportamentele sale nepotrivite să nu fie datorate faptului că este „rău”, „leneș”, „neatent” sau „neascultător”, ci mai degrabă să reflecte manifestări normale pentru vârsta și nivelul său de dezvoltare. Asta nu înseamnă că vom accepta astfel de manifestări cu seninătate și vom aștepta să se schimbe de la sine. Important este însă ca atitudinea pe care o avem în fața lor să fie caracterizată prin calm și răbdare, prin ghidare și sprijin, respectând nevoile de căldură și structură ale copilului.

În aceeași măsură, așteptările părintelui trebuie adaptate și nuanțate la domeniul de dezvoltare cărora li se adresează. Fiecare dintre noi este o ființă unică, avem trăsături specifice prin care ne diferențiem de cei din jur. Toate aceste trăsături sau caracteristici, unice și definitorii pentru o persoană, pot fi împărțite în anumite categorii, general umane, care sunt prezente la toți oamenii (deși trăsăturile din cadrul acestor

categorii diferă). Categoriile generale relevante, care asigură dezvoltarea și evoluția fiecăruia dintre noi, așadar cu importanță practică deosebită în intervențiile pe care le planificăm în educația copilului sunt: domeniul cognitiv, domeniul socio-emoțional, domeniul motor. Fiecare dintre aceste **domenii, specifice ființelor umane**, necesită intervenții adecvate pentru a se dezvolta.



Domeniul de dezvoltare cognitivă se referă la modul în care gândim și ne permite să rezolvăm probleme și să ne adaptăm la situațiile în care trăim. Principalele abilități cognitive sunt:

- ✓ **Asimilarea informațiilor** noi, reorganizarea și utilizarea lor în rezolvarea de probleme;
- ✓ Înțelegerea **sensurilor cuvintelor** și folosirea corectă a lor, verbal sau în scris;
- ✓ Înțelegerea și utilizarea **numerelor**, rapiditatea și corectitudinea cu care sunt realizate calculele;
- ✓ Realizarea, reținerea și transformarea de **imagini vizuale** abstracte;
- ✓ **Sesizarea unui obiect** de fond, identificarea poziției în spațiu a obiectelor, sesizarea detaliilor;
- ✓ **Rapiditatea în reacțiile** de răspuns la un stimul când acesta apare;
- ✓ **Alegerea** cât mai rațională între mai multe alternative disponibile în vederea rezolvării unei situații / probleme.



Domeniul de dezvoltare socio-emoțional asigură adaptarea la situațiile neplăcute și stresante, ajutându-ne să trăim echilibrat și armonios și să avem relații sociale pozitive, sănătoase. Aceste aspecte au un rol hotărâtor în viața noastră. Pe termen scurt, s-a demonstrat că acei copii care inițiază și mențin cel puțin o relație de prietenie apropiată cu un coleg au șansa de a dezvolta o atitudine pozitivă față de grădiniță și școală, ceea ce duce la performanțe academice superioare. Pe termen lung, adaptarea la viața adultă este garantată nu de notele școlare sau un potențial cognitiv ridicat, ci de abilitatea copiilor de a stabili relații sănătoase cu cei din jur, abilitatea de a face față eșecurilor, abilitatea de a explora mediul.

Principalele **abilități emoționale** sunt legate de:

- ✓ **Recunoașterea și numirea** emoțiilor pe care le trăiește el sau alte persoane;
- ✓ **Exprimarea potrivită**, în mod sănătos, a emoțiilor de teamă și furie, fără să-i rănească pe ceilalți sau pe sine;
- ✓ Identificarea modului în care **s-ar simți altcineva** într-o anumită situație;
- ✓ Stabilirea și menținerea unor **relații de prietenie**;
- ✓ **Manifestarea afecțiunii** față de ceilalți;
- ✓ **Rezolvarea adecvată a conflictelor**, folosind negocierea în locul strategiilor agresive sau a celor de evitare;
- ✓ Cererea și oferirea de **ajutor** când este nevoie.



Abilitățile sociale importante, legate de inițierea și menținerea unei relații, precum și de integrarea într-un grup, se referă la:

- ✓ Inițiativa de a **comunica** cu cei din jur;
- ✓ **Integrarea** într-un joc în desfășurare;
- ✓ Stabilirea **contactului vizual** cu persoana;
- ✓ **Așteptarea rândului**;
- ✓ **Împărțirea** materialelor comune;
- ✓ Formularea unei **cereri** atunci când solicită un obiect care nu-i aparține;
- ✓ Oferirea de **complimente** atât adulților cât și colegilor;
- ✓ Înțelegerea și respectarea **regulilor** asociate unui context social;
- ✓ **Cooperarea** cu ceilalți în rezolvarea unor sarcini comune sau în desfășurarea unui joc.



Domeniul de dezvoltare motor asigură explorarea și manipularea mediului, fiind așadar și ele în relație directă cu creșterea și dezvoltarea. Ele sunt cele care permit desfășurarea de activități ce necesită **efort fizic intens, viteză și rezistență**, după cum sunt implicate și în realizarea unor activități care presupun mai degrabă **precizie și coordonare** a mișcărilor.



Chiar dacă părintele încearcă să țină seama de vârsta copilului atunci când stabilește obiective pentru intervențiile sale în sprijinul dezvoltării, el poate cădea cu ușurință în două capcane:

- ✓ **Raportarea la propria experiență** de cele mai multe ori nu este relevantă întrucât contextele de viață sunt diferite și ele influențează diferit dezvoltarea.
 - a. Cu siguranță că copilul se descurcă mult mai bine în ceea ce privește folosirea tehnologiei decât părinții săi pentru simplu motiv pentru că în perioada respectivă multe din mijloacele tehnologice utilizate în prezent nu existau.
 - b. În aceeași măsură, este posibil ca părinții, la vârsta pe care o au acum copiii lor, să fi fost mult mai interesați de relațiile cu ceilalți, să fi avut mai mulți prieteni, să fi colaborat mult mai bine decât o fac copiii lor. Motivul este același: traiul într-un context diferit, în care principala sursă de distracție erau ceilalți copii și nu jocurile pe diferite mijloace tehnologice.
 - c. Mai grav decât atât, de multe ori părinții uită de propriile experiențe și tind să își vadă copilul prin prisma întregii lor experiențe de viață, și nici măcar prin prisma experienței pe care el o avea la vârsta copilului. Prin urmare, este de multe ori îngrijorat sau dezamăgit când copilul preferă să se joace pe telefon în loc să își facă temele, uitând că el, la rândul său proceda asemănător, preferând să meargă la joacă cu prietenii în loc să rezolve problemele la matematică.
- ✓ **Raportarea și compararea cu alți copii de aceeași vârstă** nu ține seama de anumite principii după care se realizează procesul de dezvoltare, în general:

- a. **Ritmul de dezvoltare** nu este uniform, evoluția copilului nu se realizează cu aceeași rapiditate, nu doar comparativ cu a altor copii, dar chiar raportat la propria existență. Astfel, sunt perioade în care copilul se dezvoltă mai rapid, dar sunt și alte perioade în care nu se observă progrese evidente. Mai mult decât atât, pot exista diferențele de ritm de dezvoltare a diferitor fațete ale ființei sale. De exemplu, în timp ce aspectul său fizic poate fi corespunzător unui copil de 10 ani, în ceea ce privește domeniul cognitiv, copilul prezintă trăsături specifice vârstei de 7 ani. Sau, dacă pe domeniul cognitiv putem observa indicatori specifici vârstei de 7 ani, pe domeniul social copilul poate demonstra indicatori caracteristici pentru o vârstă mai mare.
- b. Există o anumită **succesiune logică** a procesului de dezvoltare, cu alte cuvinte copilul nu poate manifesta trăsături specifice unei anumite vârste dacă nu le-a atins pe cele specifice etapei anterioare de dezvoltare. Cu alte cuvinte, nu ne putem aștepta ca un copil să știe împărțirea dacă nu cunoaște cifrele.
- c. **Exersarea** este o condiție fundamentală pentru dezvoltare, atingerea trăsăturilor specifice unei vârste nu se poate realiza fără exercițiu. Așadar, chiar dacă copilul ar avea capacitatea să facă un anumit lucru, fără învățare și repetare, el nu va putea să demonstreze indicatorul respectiv. De exemplu, deși copilul ar putea să înțeleagă și să știe tabla înmulțirii la o anumită vârstă, el nu o va ști de la sine, dacă nu o învață. În aceeași măsură, un copil de 4 ani nu va putea învăța tabla înmulțirii oricât de mult am exersa cu el.

Așadar, vârsta este doar o condiție pentru dezvoltare, dar nu produce automat învățare. Cu alte cuvinte, trăsăturile specifice vârstei nu sunt niște reguli absolute, pe care toți copiii având vârsta corespunzătoare le respectă, fără nicio abatere. Acești indicatori de dezvoltare ne arată de fapt că majoritatea copiilor ar putea să-i îndeplinească, cu condiția să fie învățați, iar trăsăturile anterioare să fi fost dezvoltate.



Acestea sunt criteriile de care trebuie să ținem seama pentru a nu ajunge în situația în care să îl facem pe copil să nu poată din cauză că **așteptările și cerințele noastre** de la el sunt nepotrivite.

Ca de obicei, soluția adultului este aceea de a se uita cu atenție la propriul copil și de a-și formula obiectivele în raport cu acesta: cu **preferințele** lui, dar și cu **nivelul lui de vârstă și de dezvoltare** evidențiat de anumiți indicatori care arată, în termeni de acțiuni concrete, ce poate să facă copilul la vârsta sa.

Prin urmare, este deosebit de important ca părintele să aibă câteva informații despre care sunt trăsăturile specifice fiecărei vârste, pentru a putea formula așteptări potrivite de la el. Cu alte cuvinte, acești indicatori, sau mai exact lipsa lor, nu reprezintă nu motiv de îngrijorare pentru părinte, ci un ajutor în formularea unor obiective de învățare potrivite pentru copilul.



Într-un fel, indicatorii de dezvoltare pe grupe de vârste îi oferă adultului structura și limitele de care trebuie să țină seama pentru a se asigura că obiectivele stabilite de el sunt posibil de atins. În linii mari, **caracteristicile generale** și punctele tari ale copilului care trebuie să fie luate în considerare **la fiecare vârstă** sunt:

La 3-5 ani copiii:	La 6-10 ani copiii:	La 10-13 ani copiii:
a. Adresează o mulțime de întrebări; b. Adoră să ajute ; c. Experimentează; d. Învăță despre emoții; e. Sunt ușor de distras; f. Sunt interesați în orice; g. Încep să manifeste independență.	a. Trec prin experiența importantă a începerii școlii; b. Încep să își formeze grupuri de prietenii; c. Găsesc soluții corespunzătoare nevoilor lor; d. Iau în considerare nevoile și perspectiva celorlalți.	a. Trec prin schimbări fizice importante pe care nu le înțeleg; b. Preferă să petreacă mai mult timp cu colegii; c. Sunt influențați cu ușurință de ceea ce spun cei din jur; d. Intră frecvent în conflicte cu adulții; e. Își doresc să ia decizii proprii deși nu au încă capacitatea de a planifica și a anticipa consecințele acțiunilor lor.



În cadrul acestor limite largi, pe fiecare stadiu și domeniu de dezvoltare, există indicatori de observare (*Indicatori de observare*) care exprimă ceea ce poate face copilul; părintele își poate propune să îl ajute pe copil să atingă acești indicatori, în funcție de nevoile copilului și de prioritățile de învățare. De exemplu, este evident că pentru evoluția viitoare a unui copil de 6-7 ani este mai important să poată citi literele mari ale alfabetului decât să știe să meargă pe bicicletă. Pe de altă parte, dacă este singurul din clasă care nu merge pe bicicletă și colegii râd de el, poate că ordinea în care stabilim indicatorii pe care vrem să îl ajutăm pe copil să îi atingă poate fi schimbată. Important este să știm că la vârstă respectivă el este capabil să facă ambele activități dacă este învățat. Din nou este însă vorba să **prioritizăm** și să găsim echilibrul potrivit între ceea ce este important pentru copil și ceea ce este important pentru adult, între beneficiile imediate pe care le urmărim și cele pe termen lung.



Bibliografie

- a. Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013
- b. Universitatea Babeș-Bolyai Cluj Napoca, *Ghid de dezvoltare a abilităților la copii și adolescenți*, Centrul Expert, 2007
- c. www.cognotrom.ro.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care o știa deja de la întâlnirile precedente.

Agenda mea – tema de acasă

Alegeți 10 indicatori nerealizați de către copil încă, pe care considerați necesari să îi dezvoltați cu copilul, în ordinea importanței lor. Atunci când alegeți cei 10 indicatori pe care să îi abordați mai întâi, luați în considerare atât perspectiva adultului, cât și pe cea a copilului; importanța lor imediată, dar și semnificația lor pe termen lung.

Motivați alegerile și prioritățile stabilite

Ce vreau să poată face	De ce consider că acest lucru este important
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

1.3. CUM ÎNVĂȚĂ COPIII

Provocare: Copiii învață de la părinți sau de la școală?



Obiective

Învățarea este un fapt obișnuit și mai ales necesar pentru activitatea și viața oamenilor, chiar de când sunt nou născuți. Învățăm într-un ritm rapid de la cele mai mici vârste, uneori fără să putem înțelege conștient cum și de ce se întâmplă învățarea. Învățăm în fiecare zi câte ceva, din ceea ce auzim sau observăm în mediul apropiat, sau din felul în care trebuie să ne descurcăm în situații noi. În același fel, de multe ori fără să ne dăm seama, influențăm ce și cum preiau și învață de la noi cei cu care interacționăm des dar, mai ales, îi influențăm în învățare în primul rând pe copiii noștri. Este bine cunoscut că chiar și fără să ne propunem acest lucru, copiii învață din ceea ce fac părinții. Ori dacă această influență oricum are loc, este bine să o folosim pentru a sprijini dezvoltarea copilului.

Din acest motiv, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să realizeze ce înseamnă învățarea în existența individuală;
- Să înțeleagă modalitățile în care pot influența procesul de învățare al copiilor;
- Să învețe să formuleze cerințe de la copil.

Agenda întâlnirii

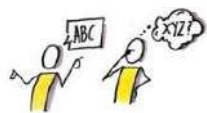
Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Ce și cum învățăm	Exercițiu individual
10	Ce și cum învață copiii noștri	Discuție frontală
10	Cum învață copiii	Prezentare
10	Formularea de cerințe în sprijinul învățării	Prezentare
10	Ce și cum îi cer copilului meu să învețe	Exercițiu în perechi
10	Cum îl implic pe copil în sarcini de învățare	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Comportament** = modalitate de a se purta într-o anumită situație, care poate fi observată de cei din jur;
- ✓ **Consecință** = rezultat al unei acțiuni; urmarea unui comportament;
- ✓ **Experimentare** = a încerca ceva pentru a vedea dacă rezultatul este bun sau rău;
- ✓ **Expunere** = punerea într-o situație dificilă cu scopul de a învăța modalități de a se descurca în situația respectivă;
- ✓ **Modelare** = a-l învăța pe copil un lucru nou, pe baza modelului sau exemplului oferit;
- ✓ **Obiectiv** = ceea ce urmează a fi realizat, învățat.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu individual) - *Ce și cum învățăm*



Fiecare participant este rugat să se gândească la ultimul lucru nou pe care l-a învățat, încercând să răspundă la următoarele întrebări:

- De ce (în ce scop) a învățat lucrul respectiv?
- Cum s-a simțit învățând?
- Cum a procedat?
- Cine/ce l-a ajutat?
- În ce a constant mai exact învățarea lui – care a fost noua achiziție?

De asemenea, gândindu-se la copilul său, fiecare părinte este rugat să identifice un lucru pe care acesta l-a învățat, răspunzând la aceleași întrebări de mai sus, cu accent însă pe contribuția pe care părintele a avut-o, pe sprijinul acordat copilului.



Idei pentru discuția frontală:

Ce și cum învață copiii noștri:

- ✓ *Învățarea poate fi însoțită de emoții plăcute sau neplăcute;*
- ✓ *Învățarea se realizează la orice vârstă;*
- ✓ *Învățarea pornește de la nevoi și interese personale;*
- ✓ *Învățarea înseamnă să cauți informații, să îi întrebi pe alții, să observi cum procedează ei;*
- ✓ *Învățarea presupune efort, perseverență, încercări repetate, greșeli, nevoia de ajutor.*

Activitatea 2. (Exercițiu în perechi) - *Ce și cum îi cer copilului să învețe*



- Fiecare participant este rugat să se gândească la câteva situații dificile (probleme) cu care se confruntă copilul său.
- Dintre aceste situații, în perechi, vor selecta 2 probleme pentru care vor identifica 2 - 3 lucruri pe care copilul ar trebui să le învețe pentru a depăși obstacolul respectiv. Acestea vor fi formulate în termeni de comportamente, acțiuni concrete care, odată învățate, pot fi observate de către oricine.
- Pentru unul dintre aceste obiective de învățare, părinții sunt rugați să vină cu câteva sugestii despre ce ar putea ei să facă, astfel încât să respecte principiile generale ale învățării prezentate anterior.



Ideii pentru discuția frontală:

Cum îl implic pe copil în sarcini de învățare

- ✓ *Atunci când îi cerem copilului ceva, este nevoie să ne exprimăm cât mai simplu, descriind exact ce așteptăm de la el;*
- ✓ *Încercarea și greșeala sunt modalități obișnuite și necesare pentru ca învățarea să aibă loc;*
- ✓ *Felul în care ne purtăm cu copilul influențează procesul de învățare;*
- ✓ *Exemplul propriu, modelul pe care i-l oferim este o sursă de învățare pentru copil.*

Texte suport



Cel mai adesea învățarea este asociată cu copiii și cu școala. Și cu siguranță, această asociere este corectă. Numai că în realitate învățăm mereu câte ceva, atât timp cât trăim. Numai învățând putem să progresăm: putem să facem lucruri noi care ne ajută să ne adaptăm la situații noi, putem să rezolvăm problemele de fiecare zi, putem să ne facem viața mai ușoară.

Învățarea este un proces complex care nu se reduce doar la ce ne oferă școala, la cunoștințele, la materiile pe care copiii le studiază în acest spațiu. Învățarea se referă la orice lucru nou pe care îl facem: învățăm să mergem, învățăm să ne spălăm, învățăm să îi salutăm pe cei din jur, învățăm să folosim un limbaj potrivit, învățăm să respectăm regulile grupului în care facem parte și să avem păreri asemănătoare cu ceilalți membrii ai săi. Așadar **învățăm:**

- cum să ne comportăm (comportamente),**
- cum să facem anumite acțiuni (abilități),**

c. **cum să gândim raportat la anumite situații (atitudini).**

Învățarea începe înainte cu mult înainte de a ajunge la școală și va continua până la maturitate, având la îndemână două modalități principale:

1. **Modelarea** înseamnă că îi arătăm în mod explicit copilului ce și cum să facă. O putem face:
 - a. **Propunându-ne intenționat** acest lucru și parcurgând următoarele etape:
 - 1) Îi spunem copilului ce are de făcut, detaliat, împărțind o acțiune în pași mici. De exemplu, dacă ne propunem să îl învățăm pe copil să se spele pe mâini, acești pași pot fi: "te uzi pe mâini, te freci cu săpun, dai din nou cu apă pe mâini, te ștergi";
 - 2) Îi arătăm cum să procedeze în fiecare pas;
 - 3) Îl întrebăm ce are de făcut, verificând dacă a înțeles cerința și pașii ei;
 - 4) Îi cerem să facă singur fiecare pas și îl corectăm sau îl ajutăm dacă are nevoie.
 - b. **Fără să ne propunem** sau să vrem să îl învățăm pe copil, facem totuși acest lucru prin felul în care acționăm. Dacă copilul vede că părinții îi salută pe vecinii lor, i se va părea firesc să facă la fel. Dacă copiii aud că părinții folosesc un anumit limbaj (chiar dacă este nepotrivit) acasă, li se va părea, de asemenea, firesc să vorbească la fel, fără să își dea seama neapărat că procedând astfel vor avea probleme în alte situații (de exemplu, la școală). Nu de puține ori părinții au surpriza să observe la copii comportamente pe care le-au preluat de la ei, deși mai degrabă și-ar fi dorit să nu o facă. Astfel, dacă părinții unui copil obișnuiesc să țipe atunci când au o neînțelegere cu cineva, copiii acestora vor proceda și ei la fel atunci când sunt implicați într-un conflict. **Învățarea prin imitație** este cea mai rapidă modalitate de învățare pentru noi toți, cu atât mai mult pentru copiii de vârste mici, care nu au încă formată gândirea critică. De aceea părinții trebuie să fie foarte atenți la exemplele și modelele pe care le vor pune la dispoziția copiilor în mod neintenționat.
2. **Experimentarea** înseamnă că, după ce îi explicăm copilului ce are de făcut și ce se poate întâmpla dacă decide să acționeze într-un anumit fel, să îl lăsăm să încerce să vadă ce se întâmplă, dacă rezultatul este unul dorit sau nu, dacă este în acord cu explicațiile date de părinte. Deși o astfel de variantă nu se potrivește în orice situație (când încercările copilului pot avea efecte grave, de exemplu), este o modalitate de învățare ale cărei rezultate se mențin în timp. Copilul, ca noi toți de altfel, uită mai greu ceea ce reușește să facă decât ce i se spune. Mai mult decât atât, repetă o anumită acțiune, dacă vede că aceasta îi aduce anumite beneficii, așa cum le apreciază el la vârsta pe care o are. Astfel, dacă atunci când își ajută fratele mai mic, părinții îi mulțumesc și îl laudă, este mai probabil să repete acest comportament decât în situația în care părinții nu îl bagă în seamă atunci când oferă ajutor. De asemenea, dacă părinții nu îi dau atenție atunci când oferă ajutor dar intervin atunci când se bate cu fratele său, copilul își va da seama că poate obține un lucru bun (atenția părinților) doar atunci când se bate și va continua să repete acest comportament.

Deși din perspectiva adultului pare de neînțeles ca un copil să repete un comportament nepotrivit care nu îi aduce nimic bun, pentru copil certurile adultului înseamnă că este băgat în seamă, că părinții îi acordă atenție și nu îl ignoră. Or, prin acțiunile sale, copiii tocmai asta urmăresc: să obțină ceva plăcut (ce își doresc) sau să evite ceva neplăcut pentru ei. Prin urmare, preocuparea

părinților ar trebui să fie legată de a le oferi copiilor ce își doresc atunci când aceștia se comportă potrivit (poate să meargă la joacă cu prietenii pentru că și-a terminat temele și nu pentru că refuză să le facă și ridică tonul la părinți).



Atât în cazul modelării, cât și al experimentării este important ca părinții să aibă **răbdare** cu copilul și să înțeleagă ca acesta are nevoie de mai multe **repetări sau exersări** pentru a învăța un lucru. Un obicei nou se formează în aproximativ 1 lună de zile, pe parcursul căreia părintele ar trebui să se concentreze **pe rând**, pe un **număr mic de cerințe** (1 sau 2) pe care le consideră mai **importante** pentru copil și să lucreze zilnic cu el pentru a obține împreună ceea ce își doresc.

Un alt aspect pe care trebuie să îl avem în vedere, pe lângă răbdare și repetare, este legat de **formularea cât mai simplă și exactă** a cerințelor și a explicațiilor pentru copil. Astfel, în loc să îi cerem copilului să facă ordine pe masă, vom încerca să enumerăm exact ce așteptăm să facă: să ducă căniile în bucătărie, să pună mașinuțele în cutie și să pună într-un colț cărțile pe care nu le folosește la teme. O astfel de formulare îl va ajuta pe copil și pe părinte să aibă aceeași înțelegere asupra a ceea ce urmează să facă; îi va permite copilului să învețe ce înseamnă să facă ordine, iar părintelui să își dea seama dacă copilul a realizat sau nu ce i-a cerut și dacă (și la ce) mai are nevoie de ajutor.

Formularea cerinței a fost suficient de clară atunci când **diferite persoane** care o aud **înțeleg și fac același lucru**. Este posibil ca, atunci când îi cerem unui copil să învețe să se comporte frumos cu fratele mai mic, el să înțeleagă că face asta dacă nu își mai lovește fratele, ci doar îi smulge jucăria din mână. Un alt copil poate înțelege că nu este nici o problemă să țipe la fratele lui și să îi vorbească urât, atâta timp cât nu îl lovește. Dacă însă spunem că dorim să ceară jucăria de la fratele său pe un ton obișnuit al vocii și să înceteze să îl lovească, copiii diferiți vor înțelege exact ce să facă.

Concluzie:

Modelarea și experimentarea atrag atenția asupra **părerii părintelui și asupra modului în care reacționează** față de învățare. Dacă părintele va arata interes pentru învățare, atât în ceea ce îl privește, cât și la copil, dacă va manifesta curiozitate pentru lucruri noi și dorința de a depune efort, el va modela idei asemănătoare și la copil. Dacă copilul, încercând să învețe, obține încurajările și aprecierile părinților, va ajunge să învețe cu plăcere. Cu timpul, poate ajunge să se angajeze în acest proces, cu scopul de a obține starea de mulțumire dată de faptul că a reușit, cu efort, să facă un lucru care părea dificil.



Bibliografie

- Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008;
- Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) *Practitioner's Manual for Enhanced Triple P*, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998;
- Universitatea Babeș-Bolyai Cluj Napoca, *Ghid de dezvoltare a abilităților la copii și adolescenți*, Centrul Expert, 2007.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care ar dori să o folosească acasă, cu copilul său.

Agenda mea - tema de acasă

Încercați să îl învățați pe copil un nou obicei prin modelare repetată, folosindu-vă de formularul de „Învățarea prin modelare” de mai jos. Completarea formularului vă va ajuta să vă aduceți aminte și să acordați atenție repetărilor zilnice.

ÎNVĂȚAREA PRIN MODELARE	
Ce vreau să îl învăț:	_____
Pașii activității:	
1.	_____
2.	_____
3.	_____
4.	_____

Notați în tabelul de mai jos, pentru fiecare repetare, cu bifă, pașii realizați de copil singur și cu semnul + pașii la care a avut nevoie de ajutor din partea dvs.

Repetări	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Pași														
1.														
2.														
3.														
4.														

1.4. ÎNVĂȚAREA ÎN CONTEXT ȘCOLAR

Provocare: Merg sau nu la școală, ca să mă pregătesc pentru ce urmează?



Obiective

În urma derulării acestui atelier, ne propunem ca părinții:

- să poată explica rolul procesului de învățare la care sunt expuși copiii în context școlar (de ce/pentru ce învățăm la școală?);
- să poată prezenta principalele caracteristici ale procesului de învățare în context școlar (de ce la școală?);
- să poată stabili legături între nevoia de realizare sau împlinire/ integrare socială a copilului și necesitatea implicării active a copilului în învățarea de tip școlar.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
5	Reactualizare întâlnirea precedentă	
10	Introducere. Prezentare temă & obiective sesiune	Prezentare
15	Învățarea ca pregătire pentru adaptarea la nevoile realității mereu în schimbare: cum reușesc să fac ceva nou?	Exercițiu individual facilitat (lista de întrebări)
20	La ce-mi ajută să învăț la școală? Elemente teoretice de bază – Învățarea în context școlar	Prezentare PPT
10	Frecventarea școlii pentru învățare	Exercițiu în perechi
20	Condiții pentru învățare de calitate în context școlar. Rolul părinților	Discuție frontală/PPT & Exercițiu individual
5	Fiecare menționează cele mai importante trei aspecte privind învățarea pe care o asigură școala pentru viitorul propriului copil. Întrebări și răspunsuri	Exercițiu individual & centralizare flipchart

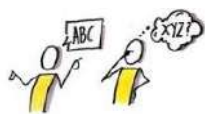
Timp (min)	Temă	Mod de organizare
5	Tema pentru acasă (împreună cu copilul) – de pregătit lista cu 3 lucruri învățate de copil la școală de la începutul anului școlar	Caietul personal/fișă temă de casă

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Competențe** = ce trebuie să știe să facă copilul meu în urma implicării lui în predarea și învățarea realizate la școală, acasă sau în alte situații care îl ajută să înțeleagă ce are de făcut și să rezolve diferite sarcini sub formă de probleme.
- ✓ **Programa școlară** = un set organizat de informații care prezintă ce ar trebui să învețe elevii la școală, în funcție de clasă și nivel sau ciclu școlar (primar, gimnaziu, liceu). O programă școlară este un document important pentru activitatea de predare a cadrelor didactice dar și pentru învățarea elevilor. Aceasta conține multe informații și un limbaj foarte tehnic, specific cadrelor didactice.
- ✓ **Obiective** = ceea ce își propune cineva să obțină într-o anumită situație și într-un anumit interval de timp. Un părinte își poate stabili ca obiectiv, spre exemplu, să îl ajute pe fiul lui să învețe într-o lună să meargă singur pe bicicleta.
- ✓ **Învățare** = un proces de acumulare de informații noi și de formare de abilități noi cu ajutorul cărora persoanele se pot descurca apoi mai bine în situații noi.
- ✓ **Context școlar** = ceea ce ține de școală, care se întâmplă în spațiul și în directă legătură cu activitatea școlii.
- ✓ **Învățarea** ca adaptare la realitatea în schimbare;
- ✓ **Învățarea în context școlar (ÎS)** – caracterizare;
- ✓ **Elemente esențiale ale ÎS** pentru părinți: învățare de calitate (eficientă);
- ✓ **Analiza beneficiilor** învățării în context școlar.

Activități practice

Activitatea 1. (Discuție frontală) – Învățarea - ca mod de pregătire pentru adaptarea la nevoile unei realități mereu în schimbare. Cum reușesc să realizez o sarcină pe care nu am mai făcut-o până acum?



Activitatea noastră zilnică presupune interacțiuni cu situații noi pe care trebuie să le rezolvăm. Observăm lucruri și folosim informații diferite și mai complexe față de ceea ce știam în urmă cu 10-15 ani. Situațiile noi apar ca urmare a ritmului în care societatea/comunitatea/locul de muncă sau mediul foarte apropiat se schimbă și de cele mai multe ori evoluează. Făcând parte din acest mediu aflat în schimbare și noi avem nevoie să ne adaptăm. Cel mai des să ne adaptăm înseamnă că trebuie să modificăm/schimbăm modul în care realizăm anumite lucruri. Învățarea este modul prin care ne însușim și folosim informații noi (sau adoptăm echipamente) pentru a rezolva sarcini vechi sau noi dar în moduri

diferite de cele cu care suntem deja obișnuiți. Prin învățare folosim informații și le punem în aplicare într-un mod diferit ca să putem realiza în final o sarcină pe care nu am mai rezolvat-o.

Spre exemplu, în urmă cu câțiva ani nu ne imaginam cât de mult vom fi influențați de tehnologie și că vrem - nu vrem, vom fi obligați să o folosim. Bancomatele sau telefoanele smart nu păreau a fi necesare oricui acum ceva timp. În 2010 circulația banilor și a informațiilor nu erau atât de mult legată de internet mobil sau echipamente pentru plăți online. Tefelonul simplu, plățile la ghișeul unei bănci sau plata cu bani cash sunt și acum posibile. 9-10 ani mai târziu, telefoanele smart folosite nu doar pentru convorbiri telefonice și bancomatele/POS –urile par să fie echipamente ce trebuie folosite de toți cetățeni, fie că dorim sau nu, pentru plăți de tot felul sau încasarea veniturilor. Deplasările în străinătate impun folosirea echipamentelor smart de mai multe tipuri: ghișeu elșecronic pentru bilete de transport, masinării pentru cumpărat răcoritoare, gustări, dulciuri.

Activitatea 2. (Elemente teoretice de bază) - *Diferit din viața noastră - atunci și acum*



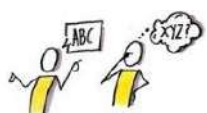
Avem tot timpul nevoie să învățăm și nu doar cât suntem elevi. Este cunoscut că fără învățare pe parcursul întregii noastre vieți, ca indivizi ai comunităților în care trăim ne va fi imposibil să ținem pasul cu modul în care comunitatea și societatea se dezvoltă. Ca să putem face față și să descurcăm într-o lume tot mai complexă și dependentă de buna înțelegere a celor din jur vom avea nevoie să înțelegem realitatea și să ne adaptăm comportamentul în funcție de aceasta.

Învățăm cum să pregătim pâine în casă, cum să reparăm o priză, să folosim șurubelnița electrică sau să îi explicăm copilului procedeul de înmulțire ca o adunare repetată, câteva cuvinte sau expresii noi în limba țării sau a minorității cu care interacționăm. Este tot mai clar că a învăța mereu este o nevoie la fel de importantă precum nevoia de a ne păstra igiena personală.

În urmă cu câțiva timp era greu să ne imaginăm progresul tehnologic al anilor 2018 sau 2019. Astăzi, accesul la Internet și folosirea echipamentelor “smart” (cu funcții inteligente) sunt firești și mai ales necesare copiilor din clasele primare. Învățarea folosirii telefoanelor cu funcții inteligente și a Internetului s-a produs foarte rapid pentru cei interesați de aceste instrumente. Cel mai probabil, această învățare s-a produs acasă sau oriunde altundeva dar nu la școală.

La școală însă s-a realizat învățarea acelor lucruri de bază, esențiale, fără de care folosirea echipamentelor și internetul nu ar fi putut fi posibile. La școală, cadrele didactice, prin activitățile specifice de care sunt responsabile i-au învățat pe elevii lor cititul, scrisul, socotitul, informații legate de timp, spațiu. Elevii de din urmă cu 10 ani sunt adulții de azi, utilizatori ai Internetului și ai echipamentelor tot mai sofisticate, adepți ai comunicărilor pe platforme sociale și similare precum *Facebook*, *Whatsapp*, *Instagram*, *samd*.

Activitatea 3. (Prezentare) - *La ce-mi ajută să învăț la școală?*



Școala și sistemul național de educație publică (denumit ca sistem de educație formală) este instituția specializată a oricărui stat care trebuie să asigure educația copiilor și elevilor de la vârstele cele mai mici (educația timpurie) până la nivelul facultății și dincolo de aceasta (doctorat, post-doctorat). Ca să poată avea acces la joburi oficiale pe piața forței de muncă, tinerii trebuie să poată face dovada finalizării cu succes a unor etape de școlarizare. De

obicei acestea sunt legate de participare la și implicarea activă a acestora în propria educație, în școlile publice. A putea avea un loc de muncă oficial (pe bază de contract înregistrat, salariul lunar, stabilitate minimală) fără a freceventa în prealabil o formă de școlarizare este aproape imposibil.

Pentru ca învățarea să nu fie la voia întâmplării, școala proiectează predarea/învățarea în mod organizat, pe baza unor documente oficiale și în funcție de anumite direcții stabilite de specialiști. Școala este principalul responsabil de ce anume și cum reușesc elevii unei comunități să învețe.

Învățarea în context școlar:

- a. este organizată și structurată prin lege (în orice stat) pe cicluri de învățământ (preșcolar, primar, gimnazial, vocațional/liceal, învățământ superior), pe discipline de bază și clase de vârstă;
- b. este de durată (ani, acoperă patru etape) și foarte complexă ca și volum de cunoștințe;
- c. trebuie să îi ajute pe elevi, ca viitori absolvenți, să fie pregătiți să intre pe o piață a muncii globală. Foarte mulți adulți își caută de lucru în alte țări și în domenii deosebite. Deși nu îi poate pregăti pentru toate detaliile joburilor viitorului, școala are obligația de a-i educa și echipa pe elevii săi cu informații, abilități și competențe de bază care să îi ajute să se descurce în lumea secolului XXI, o lume tot mai complexă și mai globală;
- d. este rezultatul unor cercetări legate de ceea ce trebuie să știe și ceea ce vor trebui să facă cei ce vor fi angajați pe anumite posturi (competențele cu care vor fi echipați absolvenții ai sistemului formal de educație/învățământ). Ceea ce studiază și învață elevii la școală (curriculum) este predat și evaluat de cadre didactice sub supravegherea directorului școlii. Învățarea este organizată pe discipline și în legătură cu anumite obiective de învățare, abilități și competențe pe care elevii trebuie să le dețină la un anumit moment;
- e. prin studiul disciplinelor școlare, are drept scop pregătirea viitorilor angajați cu informații, abilități și competențe de bază fără de care nu pot fi îndeplinite nici cele mai simple sarcini de muncă: spre exemplu abilități de scris și citit, de exprimare verbală a unei idei sau de comunicare, de calcul/socotit, de înțelegere și interpretare a informațiilor legate de timp și spațiu (ora exactă, explorare și deplasare într-un spațiu);
- f. este proiectată și facilitată de personal pregătit continuu pentru astfel de sarcini (cadrele didactice) și evaluată după reguli precise care pot stabili ce au învățat/mai au nevoie să învețe elevii, pentru a se putea confirma încheierea cu succes a unei etape de educație formală (semestru/an/ciclu);
- g. este reluată des în cadrul disciplinelor studiate, este verificată prin temele pentru acasă și probele de evaluare (fișe, teste, proiecte colective, teze, evaluări naționale);
- h. este organizată ca proces colectiv (clase) în funcție de nevoile elevilor. Învățarea în grupuri de aceleași vârste este mai plăcută și mai motivantă pentru elevi. Adesea, pentru învățare, elevii colaborează și se ajută reciproc;
- i. se realizează într-un mediu sigur (clasa, școala), nediscriminatoriu și în care fiecare elev trebuie să se simtă pus în valoare, să fie stimulat și motivat să se implice în propria educație. Învățarea în mediul școlar trebuie să le genereze elevilor o stare de bine, pozitivă dar și sentimentul competenței în legătură cu mici realizări (ceea ce reușesc să învețe).

Activitatea 4. (Exercițiu în perechi) - *Învățarea în context școlar. Pe mine, școala m-a ajutat foarte mult*



să...

- ✓ prezentați două dintre lucrurile învățate la școală de dvs sau de copiii dvs și despre care știți că v-au ajutat foarte mult la locul de muncă sau în viață...
- ✓ explicați de ce trebuie să-i sprijine pe copii să meargă la școală și să învețe, spre exemplu, la următoarele:
 - a. scris-citit;
 - b. despre comunicare verbală/scrisă;
 - c. geografia țării/lumii;
 - d. calcul matematic;
 - e. limbă străină;
 - f. informatică/utilizarea tehnologiei.

Activitatea 5.1. (Prezentare) - *Cum pot să asigur părinții condiții pentru o învățare de calitate în școală (învățare eficientă)*



Pentru ca învățarea în rândul copiilor să aibă o anumită calitate și să dureze în timp, este bine să știm în ce măsură putem influența pozitiv anumite condiții. Deși fizic, rolul nostru de părinți în legătură cu școala și învățarea se realizează mai degrabă acasă, este important să înțelegem că rezultate școlare bune ale copilului presupun implicare din partea noastră în câteva direcții esențiale.

În privința învățării în context școlar, condițiile care pot influența calitatea învățării copilului ar putea fi:

	Condiții pentru o învățare de calitate la școală	Rolul părintelui
1	Implicarea activă și comportament se referă la dacă și cât de mult elevul participă la activitățile școlare (implicarea în propria învățare). Nivelul și participarea elevului sunt în legătură cu firea lui (temperamentul), capacitatea intelectuală și caracterul, cum simte și se simte la școală (emoții), cum se comportă cu colegii și cadrele didactice (comportamentul) și mai ales cu dorințele și interesele lui (motivația și inclinațiile, interesele și "visurilor" lui).	Este foarte important ca părintele, prin comunicare constantă cu învățătorul sau profesorii, prin discuțiile de acasă să descopere interesul copilului în legătură cu școala, ce anume îi place mai mult/mai puțin, cum se simte, cum interacționează cu colegii
2	Volumul și calitatea informațiilor (cunoștințelor) pe care copilul trebuie să le înțeleagă și învețe la școală. Școala asigură o predare constantă și calitativă a cunoștințelor de învățat la nivelul elevilor astfel încât să poată fi evitate formarea golurilor, rămăneri în urmă și riscuri de insucces școlar	Părinții vor urmări cum ține pasul copilul cu ritmul de la școală iar dacă are dificultăți, va căuta soluții (și prin consultare cu cadrele didactice) să își ajute copilul să recupereze și țină

		ritmul cu grupul de colegi, predarea/învățarea de la clasă
3	Trasferul de cunoștințe , în sensul folosirii celor învățate la clasă, în diferite situații cu care copilul se confruntă. De exemplu, cititul se învață pentru ca mai departe copilul/adultul să poată citi, de exemplu, instrucțiunile pentru instalarea televizorului, sau detaliile privind programul autobuzelor, trenului, sau ca să poată viziona un film. Scrisul este necesar pentru a putea comunica în orice situație oficială sau neoficială.	Părinții au obligația de a se interesa despre cum reușesc copiii să își formeze abilitățile de bază pentru care merg la școală
4	Exersarea, repetarea a ceea ce elevul învață la școală. Este important de reținut că cele explicate și învățate nu rămân în mintea elevului dacă nu sunt folosite și acasă, dacă nu sunt puse în aplicare și prin rezolvarea temelor de casă, spre exemplu (repetiție și aplicare în diferite situații)	Părinții trebuie să își facă timp pentru verificarea celor învățate de copii și verificarea îndeplinirii temei, măcar prin întrebări de tipul "Arată-mi te rog că ți-ai făcut tema la..."
5	Calitatea modului de predare/învățare , a activităților de la clasă, a metodelor folosite de cadrele didactice se referă la nivelul de pregătire profesională și pedagogică (știința și arta de a fi cadru didactic)	Părinții vor afla (de la copii, de la școală) la care dintre materii/discipline le place mai mult, care dintre cadrele didactice sunt mai amuzante, apreciate și de ce; vor încerca pe cât va fi posibil să explice suplimentar copiilor lucruri pe care nu le-au înțeles (dacă este posibil) sau îi vor îndruma să ceară explicații suplimentare la școală, vor explica în mod pozitiv comportamentul și intențiile cadrelor didactice
6	Calitatea vieții școlare se referă la cum se simte în general copilul în rolul de elev al școlii și cât de bine reușește acesta să facă parte din grupul clasei lui, din comunitatea școlară, cât de bine este acceptat și inclus în activitățile școlare curente	Părinții se vor asigura de respectarea drepturilor elevilor de către școală (educație de calitate pentru toți, respect, nediscriminare, sprijin academic)
7	Curriculum școlar se referă la ceea ce se studiază la școală, modul în care se studiază dar și aspecte care țin de relația cadru didactic - elev	Părinții se vor interesa dacă elevii pot face față obiectivelor școlare și eventual, la ce discipline au nevoie de sprijin

		suplimentar, cum anume ar putea fi acesta asigurat
8	Influențele socio-culturale promovate de școală se referă la cât de mult se regăsesc în școală elemente care țin de specificul comunităților din care provin elevii sau de actualitatea preocupărilor lor: diversitate etno - culturală, preocupări deosebite ale comunităților respective, cultura și limba maternă ale comunităților minoritare, teme importante social	Părinții vor sprijini echipa școlii/cadrele didactice în activități cu caracter cultural ce necesită sprijin al familiilor, în expoziții, zile ale porților deschise către comunitate, activități demonstrative și chiar mentorat școlar

Activitatea 5.2. (Exercițiu în grupuri de 3-4 părinți) - *Ce anume pot face eu din cele prezentate la activitatea 5.1.*



Agenda mea – evaluarea zilei

Exercițiu pentru generarea concluziei de la finalul sesiunii.

Precizați cele mai importante trei avantaje pe care credeți că le poate avea copilul dvs în viitor dacă merge și învață la școală.

Agenda mea – tema pentru acasă

- (1) Discutați cu copilul dvs și rugați-l să găsească cinci lucruri despre care a învățat la școală de la începutul anului școlar
- (2) Stiați despre toate acestea? Le ce credeți că îi folosesc cele învățate?

1.5. INTERVENȚII ÎN SPRIJINUL DEZVOLTĂRII

Provocare: Aștept sau intervin?



Obiective

Atunci când vine vorba de învățare și de dezvoltarea copiilor, se remarcă cel mai adesea două atitudini aproape opuse ale părinților, dar amândouă la fel de dăunătoare pentru evoluția copilului:

- fie așteaptă ca lucrurile să se întâmple de la sine și copilul să ajungă singur la momentul în care poate demonstra că are anumite abilități,
- fie se străduiește să îl ajute pe copil să dobândească aceste abilități cât mai repede, neținând seama de vârsta și ritmul de dezvoltare al acestuia.

Ca de obicei, calea de mijloc între aceste abordări este destul de greu de găsit și de urmat. Din acest motiv, în cadrul acestei secțiuni, ne propunem ca părinții:

- Să identifice activități adecvate de stimulare a dezvoltării copilului;
- Să planifice activități în sprijinul dezvoltării.

Agenda întâlnirii

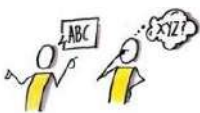
Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Modalități de stimulare pe arii și stadii de dezvoltare	Prezentare
10	Ce nu poate copilul meu și cum pot să îl ajut	Exercițiu în echipe
20	Activități în sprijinul dezvoltării	Joc de rol
10	Plan de sprijin	Exercițiu individual
10	Adaptarea planului de sprijin la nevoile copilului	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Joc de rol** = jocul în care fiecare participant interpretează rolul unui personaj, dintr-o situație reală („jocul de-a doctorul”) sau imaginară („jocul de-a fantomele”);
- ✓ **Puzzle** = joc care constă în îmbinarea unor piese decupate pentru a reconstitui un întreg
- ✓ **Stimulare** = declanșarea și încurajarea unei acțiuni sau proces.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în echipe) - *Ce nu poate copilul meu și cum pot să îl ajut*



Participanții sunt împărțiți în echipe de câte trei și sunt rugați să identifice indicatorii pe care toți trei i-au menționat că fiind nerealizați încă de către copii. Părinții sunt rugați să se gândească la un plan, care să cuprindă la 3-5 activități din cele prezentate anterior sau jocuri descrise în materialele suport din *Mapa Consilierului* pe care le-ar putea face cu copiii pentru a sprijini dezvoltarea lor.

Activitatea 2. (joc de rol) - *Activități în sprijinul dezvoltării*



Fiecare echipă va prezenta în fața grupului un mic joc de rol care să ilustreze modul cum pun în practică activitatea respectivă, unul dintre participanți jucând rolul părintelui, iar ceilalți doi pe ce al copiilor.

Fiecare echipa va alege din grup pe cineva care să le ofere feedback, care să exprime un aspect pe care îl apreciază la prezentarea echipei și o sugestie de îmbunătățire.

Activitatea 3. (exercițiu individual) - *Plan de sprijin*



Fiecare participant este rugat să stabilească un orar pentru realizarea activităților propuse, care să se întindă pe parcursul a două săptămâni.

	SĂPTĂMÎNA 1	SĂPTĂMÎNA 2
Luni		
Marți		
Miercuri		
Joi		
Vineri		
Sâmbătă		
Duminică		



Ideii pentru discuția frontală:

Adaptarea planului de sprijin la nevoile copilului:

- ✓ *Corespondența dintre activitățile propuse și indicatorii de dezvoltare urmăriți;*
- ✓ *Adaptarea activităților la stadiul actual de dezvoltare al copilului;*
- ✓ *Stabilirea unei proporții echilibrate între aprofundare (exersarea repetată a aceleiași activități) și extindere (diversificarea activităților);*
- ✓ *Organizarea activităților în acord cu resursele și posibilitățile familiei;*
- ✓ *Caracterul concret al planului – acțiuni concrete, posibil de realizat și programate în timp (potrivite cu mediul și programul familiei);*
- ✓ *Adaptarea activităților la interesele și preferințele copiilor.*

Texte suport



Părinții au nenumărate **oportunități** la îndemână pe care le pot organiza cu ușurință astfel încât să **stimuleze dezvoltarea copilului**. Deseori fac acest lucru în cadrul unor activități obișnuite, fără să își propună în mod deosebit acest lucru. Dacă însă urmăresc un anumit obiectiv de dezvoltare, pot să pună în practică diverse activități potrivite pentru vârsta copilului și aria de dezvoltare pe care o au în vedere. Întrucât activitățile care se adresează ariei de dezvoltare cognitivă vor fi abordate și în contextul sprijinul pe care părinții îl oferă pentru școală, în cele ce urmează vom acorda o atenție mai mare celorlalte două arii de dezvoltare.

Printre activitățile adecvate intervalului de vârstă de **5-10 ani** (școlari mici) se numără:



Aria de dezvoltare cognitivă:

- Jocuri de tipul „**hai să vedem ce este aici?**” pot fi folosite în orice activitate de către părintele, el practic exprimând în cuvinte ceea ce face („hai să punem farfuriile la loc lor. Uite, pe raft mai avem pahare și castroane”);
- Exersare **desenului** prin confecționarea unor afișe care să fie lipite prin casă cu **diverse figuri** (linii, cercuri, pătrate) sau jumătăți de figuri desenate în care copilul să completeze lacunele;

- **Jocul cu păpușile**, pe parcursul cărora sunt numite părțile componente ale corpului sau sunt menționate activități din programul obișnuit al copilului (le spălăm, le dăm de mâncare și le așezăm în pat);
- Utilizare **piese și forme colorate pentru construcții**;
- Utilizarea **desenelor lacunare**, unde copilul trebuie să completeze desenul sau să continue o povestire, însoțite de întrebări și solicitarea de explicații;
- **Jocuri simbolice** - de exemplu: jocul de-a cumpărăturile la magazin în care copilul este pe rând cumpărător și vânzător, poate implica utilizarea și învățarea banilor);
- *Activități curente care implică utilizarea numerelor* - de exemplu: așezarea mesei (trebuie să punem două furculițe în loc de una), cumpărăturile (hai să luăm patru prăjituri), precizarea orei (am întârziat la școală, este deja ora 8);
- Utilizarea unor jocuri **puzzle** cu părțile componente ale corpului, alternate cu desenarea oamenilor;
- Confectionarea și utilizarea **calendarelor atractiv colorate**.



Aria de dezvoltare **socio-emoțională**:

- Folosirea de către adult a **cuvintelor care exprimă trăiri emoționale** proprii sau pe care le observă la copil („văd că te bucuri că mergem în parc”);
- Adresarea de întrebări deschise (*“cum te simți atunci când”*), oferindu-i copilului posibilitatea să **identifice ceea ce simte** și să exprime în cuvinte;
- Oferirea de indicii legate de **modificările corpului** care au loc când copilul simte o anumită emoție (*“modul în care te încrunți îmi spune că nu ești de acord”, „modul în care zâmbești îmi spune că ești fericit”, „faptul că prietenul tău plânge mă face să cred că este trist”* etc.);
- Folosirea de cărți ilustrate pe baza cărora copilul este încurajat să **identifice emoțiile** simțite de **personajele din imagini**, după expresia feței (mimică) sau poziția corpului (postură);
- *Jocul mima cu expresii faciale și corporale asociate emoțiilor, în care, mai întâi adultul mimează și copilul ghicește, iar apoi rolurile se pot schimba;*
- Vizionarea de filme sau desene animate în care copilul este încurajat să **identifice emoțiile** trăite de personaje și să le denumească căutând cât mai multe **cuvinte cu sens asemănător** (de exemplu: enervare , iritare, furie; bucurie, fericire, veselie);

- *Scrierea pe bilețele a unor emoții pe care copii și părinții le trag la sorți și trebuie să dea exemplu de situații în care a trăit emoția respectivă;*
- Relatarea de povești sau interpretarea unor jocuri cu păpuși ce pun accentul pe **efecte comportamentelor nepotrivite asupra altora** (*"cum crezi că se simte băiețelul care a fost lovit de fratele lui"*) sau pe efecte exprimării nepotrivite a emoțiilor (*"dacă peștișorul se înfurie pe prietenii lui și le strică jucăriile, aceștia vor refuza să se mai joace cu el"*);
- **Discutarea** cu copilul a **situațiilor în care simte o anumită emoție** (*"sunt supărat că mi s-a stricat jucăria"*), chiar dacă adultului nu i se par importante, fără a-l ironiza sau critica pentru ceea ce simte (*"doar bebelușii se sperie de întuneric"*). Mesajul adultului este că toate emoțiile sunt acceptabile (*"este normal să fii trist când cineva te lovește"*), dar modul lor de manifestare nu este întotdeauna potrivit (*"dar nu este în regulă să îl jignești atunci când el te lovește, hai să vedem ce altceva ai mai putea face"*);
- Implicare copilului în **jocuri cu reguli** (de exemplu, Nu te supăra frate) în care trebuie să facă față unei situații supărătoare - respectă reguli, pierde – oferindu-le un model de exprimare potrivită a emoției (spunem în cuvinte cum ne simțim, discutăm despre momentele amuzante ale jocului, alternăm cu o altă activitate preferată a copilului sau cu activități care să le permită să își elibereze fizic energia - modelaj sau frământare de plastilina, lut, aluat; sărit, alergat etc.);
- Folosirea poveștilor, filmelor, jocurilor cu diverse personaje pentru a-l ajuta pe copil să găsească **soluții potrivite de rezolvare a situației care a dus la declanșarea emoției neplăcute**;
- Desenarea, împreună cu copilul, pe o foaie de hârtie a soluțiilor potrivite pentru a face față emoțiilor neplăcute (activități pe care copiii le-ar putea face pentru a se simți mai bine). Lucrarea poate fi lipită într-un loc vizibil pentru copil pentru ca acesta să își poată aminti cu ușurință ce poate să facă când simte astfel de emoții;
- Încurajarea copilului să se **joace împreună cu alții**, mai întâi privind alături de părinte cum se joacă ceilalți, apoi să se joace împreună cu părintele lângă ceilalți, după care să invite și alți copii în jocul lor sau să ceară permisiunea să între el (eventual împreună cu adultul pentru început) în jocul celorlalți);
- Inițierea de jocuri sau activități în care copilul și părintele au la dispoziție resurse limitate, în care copii trebuie să facă **schimb de obiecte sau să împartă** – desenat având la dispoziție un număr limitat de culori, construit cu un număr limitat de cuburi;
- Oferirea spontană de **complimente**, urmată de încurajarea copilului să se gândească și el la un compliment pentru o persoană din jur;
- *Organizarea unor jocuri de tipul „ghicește persoana din familia mea”, în care fiecare exprimă un compliment la adresa unui membru al familiei, fără a-l numi, iar ceilalți trebuie să ghicească cui i se potrivește complimentul respectiv/despre cine este vorba.*

- Confecționarea de **jucării care să fie oferite altor copii** sau oferirea jucăriilor pe care copilul nu le mai folosește;
- Încurajarea **prieteniei cu alți copii** prin invitarea a doi copii acasă să se joace împreună, organizarea de întâlniri cu copiii în afara mediului din școală, organizarea unor jocuri de echipă, participarea la evenimente la care sunt implicați și prietenii lui;
- Stabilirea unor **sarcini** pe care copii să le realizeze împreună cu frații lor sau cu părinții (să facă curățenie într-o cameră sau în grădină). Astfel ei au posibilitatea să **colaboreze** pentru a termina mai repede și vor fi ajutați să facă un plan și să împartă treburile între ei.



Aria de dezvoltare **motorie**:

- **Înfiletarea și desfiletarea** capacelor sticlelor de plastic de diferite mărimi;
- **Turnatul** în recipiente (orez, zahăr, nisip);
- Turnatul lichidului într-un recipient , fie în joacă, punând în fața copilului pahare mai mici sau mai mari, fie când copilul ia masa, lăsându-l pe el sa își toarne apa sau lapte. Folosiți și situațiile în care face mizerie și încurajați-l să **șteargă cu un burete**, acesta fiind încă un exercițiu bun pentru exersarea mușchilor mâinii;
- Alegerea boabelor de orez, fasole;
- Realizarea de lanțuri din diverse sortimente de paste făinoase (macaroane, melcișori etc.) pe care copiii le pot colora inițial;
- **Pictatul cu degetele**;
- **Modelarea în plastilina**, lut, aluat;
- **Jocuri de construcție** (de asamblare a pieselor);
- **Exerciții de mers** : pasul uriașului, pasul piticului, pas de marș, mersul târâș, mersul pe vârfuri, săritura iepurașului etc., („astăzi în drum spre școală, până la colțul străzii mergem cu pasul piticului, iar de acolo cu pasul uriașului”);
- Exerciții zilnice de **urcare și coborâre a treptelor**;
- **Jocuri de imitare a mișcărilor unor animale** - arătați mersul elefantului, calului, iepurelui, cangurului, șarpelui, broaștei țestoase și încurajați-l pe copil să ghicească animalul și apoi să îl imite și el, la rândul lui;
- **Alergatul** (mai repede, mai lent, mai tare, mai încet) sau **săritul** (într-un picior sau cu ambele) pe muzică, încercând să țină seama de **ritm**;
- **Aruncarea unor mingi mici**, confecționate din materiale ușoare (burete, ață, cauciuc, plastic moale) la o țintă reprezentată de un cerc mare prins pe perete, la înălțimea

copilului sau într-o cutie, pe a cărei părți superioare se decupează un cerc mare (mai mare decât mingea care se folosește). Copiii vor sta în spatele unei linii, nu prea departe de locul unde trebuie aruncata mingea, și trebuie să arunce mingea în cutie;

- Aruncarea cu perne mici și ușoare spre copil și încurajarea acestuia să o **prindă**, inițial de la distanțe mici, iar apoi de la o distanță din ce în ce mai mare, ceea ce presupune că atunci când veți arunca mingea ei o vor urmări cu ochii;
- Respectarea **ritmului** unui cântec fredonat de adult sau ascultat la televizor, fie **bătând din palme**, fie lovind diverse obiecte. Când copilul cântă, adultul poate ține ritmul bătând din palme. Apoi copilul este pus să bată din palme în timp ce tot el cântă.

Notă: se recomandă să încurajați copilul să folosească mâna pe care o preferă, deoarece astfel el va deveni mult mai îndemânic în folosirea ei.

Printre activitățile adecvate intervalului de vârstă de **10-14 ani** (școlari mari) se numără:



Aria de dezvoltare cognitivă:

- Exprimarea de către adult în cuvinte a ceea ce face, arătând legătura dintre secvența pe care o desfășoară și contribuția ei la finalul evenimentului, **apelul la legături de genul cauză-efect**;
- **Solicitarea părerii copilului**, încurajarea lui să facă predicții asupra a ceea ce se va întâmpla într-un film sau legat de o situație reală – „Cum crezi că am putea să?” sau „ce crezi că se întâmplă dacă?”;
- **Descrierea prealabilă** de către adult a **unor situații noi**, pe care copilul nu le-a mai experimentat, încurajându-i să își imagineze ce s-ar putea întâmpla, dar și prevenindu-i asupra posibilelor provocări pe care le vor întâmpina prin desene, joc de rol, împărtășirea de experiențe personale etc. (prima zi de școală);



Aria de dezvoltare socio-emoțională:

- Oferirea de oportunități de a se **întâlni cu prietenii**: să iasă cu ei sau să îi aducă acasă;
- Modelarea și exersarea **ascultării active** prin jocuri de rol – atunci când cineva vorbește îl privești în ochi și taci din gură;
- **Oferirea de complimente** sincere și autentice;

- Folosirea unor secvențe din filmele vizionate împreună sau a unor situații reale de viață pentru a discuta despre diverse situații (ora de matematică, slujba de la biserică, o serbare) și **felul în care își exprimă emoțiile în acele situații** - copiii vor alege o emoție pe care cred că ar simți-o în situația respectivă și vor spune cum ar exprima-o într-o manieră potrivită;
- Încurajarea copilului (făcând apel la filme, cărți sau articole de ziare, situații reale de viață observate împreună cu acesta) de a **găsi diferite modalități sau activități care să îl ajute să se liniștească** – vorbit cu cineva, activități preferate, ascultat muzică (ritmată dacă se simt triști, clasică sau lentă dacă se simt furioși) etc.;
- Susținerea copilului pentru a **analiza o situație dificilă din mai multe perspective**, pentru a-i identifica și avantajele, deși la prima vedere pare neplăcută, sau pentru a găsi mai diverse soluții de depășire a ei;
- **Implicarea copilului în toate deciziile care îl privesc pe el**, învățându-l să identifice diferite soluții și să o aleagă pe cea mai potrivită în funcție de posibilele consecințe ale acestora;
- **Verbalizarea** de către adult a **ceea ce gândește într-o situație dificilă** astfel încât copilul să audă și să gândească la fel (de exemplu, atunci când nu ne reușește ceva, în loc să ne înfuriem și să distrugem ceea ce nu reușim să facem, putem spune că ne simțim puțin îngrijorați, dar mai încercăm odată);
- **Ascultarea** copilului atunci când **împărtășește despre propriile situații dificile** prin care trece, fără a râde de el sau a le minimiza („să cazi de pe bicicletă la vârsta asta...”, „dă-o încolo de rochie, chiar nu contează”), fără a-l critica sau a-i face morală („ți-am spus eu că așa se va întâmpla”, „nu știi ce a fost în mintea ta când ai făcut asta”).
- Încurajarea copiilor să **ofere ajutor** celor care au nevoie - să acționeze când cineva este nepoliticos, să se implice în activități de voluntariat (să facă teme cu copii mai mici decât ei, să le citească povești etc.).



Aria de dezvoltare **motorie**:

- **Activități artistice și plastice** - desen, pictură, origami, puzzle, scriere, lipit, decupat, traforaj, cusut;
- **Imitarea personajelor** dintr-o poveste sau film – adultul citește o poveste cu animale și le sugerează copiilor, după lectură, să se miște precum animalele (de exemplu, o broască care sare să prindă o muscă sau fuge să scape de un șarpe) sau să redea diverse secvențe prin mișcări, fără a vorbi;
- **Confecționarea de puzzle-uri proprii** - pot fi decupate bucăți de imagini mari, viu colorate din reviste, calendare vechi, cărți colorate sau desene și care pot fi

utilizate ca puzzle-uri, pe care copilul trebuie să le reasambleze lipind imaginile pe un carton;

- *Jocul „urmează-l pe lider” – copilul va face diferite mișcări în funcție de diferite semne ale adultului, stabilite împreună dinainte (când adultul bate din palme, copilul merge pe vârfuri; când adultul sare într-un picior, copilul face săritura iepurelui; când adultul sare pe ambele picioare, copilul merge cu pasul piticului etc.);*
- **Jocuri sportive** individuale și de echipă - fotbal, handbal, baschet, înot, dansuri sportive, gimnastică. Important este ca în cadrul acestora accentul să nu fie pus pe competiție, ci pe calitatea timpului petrecut împreună



Unele dintre sugestiile de mai sus, sunt deja folosite de către părinți, de la sine, în viața de zi cu zi, fără a-și fi propus în mod special un obiectiv de învățare pentru copil. Fie că sunt realizate în mod spontan, fie că sunt organizate sub forma unui plan care să îl sprijine pe copil să se dezvolte, este important ca pe parcursul lor copilul **să nu fie criticat și jignit** („arunci ca o fată”, „te miști ca o babă”, „decupezi de parcă ai avea două mâini stângi”, „așa o idee proastă nu am mai auzit de mult” etc.) întrucât există riscul să renunțe copilul și să evite pe viitor astfel de activități.

Accentul se pune de fiecare dată pe **efortul** copilului, pe **progresul** pe care l-a făcut, pe **timpul petrecut cu părinții**.



Bibliografie

- a. Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013;
- b. Mosley J, Sonnet H., *101 Games for Self-Esteem*, LDA 2002;
- c. Universitatea Babeș-Bolyai Cluj Napoca, *Ghid de dezvoltare a abilităților la copii și adolescenți*, Centrul Expert, 2007.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care o știa deja de la întâlnirile precedente.

Agenda mea – tema de acasă

Încercați să aplicați acasă planul făcut pentru dezvoltarea unuia dintre indicatorii aleși în cadrul activității în perechi.

Notați, împreună cu copilul, trei aspecte care au funcționat conform planului făcut și trei aspecte unde ați avut dificultăți (nu ați reușit să realizați acțiunile din planul propus sau acestea nu s-au desfășurat conform așteptărilor dvs.).

Ce mi-am propus să dezvolt:	
Ce am reușit	Ce a fost dificil
1.	1.
2.	2.
3.	3.
Care este progresul observat la copil după două săptămâni:	

1.6. INTERVENȚII ÎN SPRIJINUL ADAPTĂRII ȘCOLARE

Provocare: Când ajutorul oferit este prea mult sau prea puțin?



Obiective

Frecventarea școlii de către copil presupune, în primul rând, separarea copilului de părinți o perioadă din zi, interval în care este pe cont propriu și trebuie să se descurce fără ajutorul acestora. Prin urmare, adaptarea cu succes la mediul școlar depinde de dezvoltarea autonomiei și independenței copilului. Și în acest caz intervenția părintelui este esențială. Rolul său este de a găsi echilibrul potrivit între a face lucruri în locul copilului sau a-l lăsa să se descurce singur. În ambele cazuri, riscul este același: copilul va dobândi târziu abilitățile corespunzătoare stadiului de dezvoltare prin care trece și pe care majoritatea copiilor de vârsta lor le manifestă deja. Principiul pe care ar trebui să îl respecte părinții este de a oferi ajutor și informații astfel încât copilul să se poată descurca într-o situație nouă sau problematică pentru el, să poată să ia singur anumite decizii. Cu alte cuvinte, nu rezolvăm problemele în locul lui, ci îl învățăm pe el cum să procedeze. Desigur că uneori ar fi mai ușor să fac eu anumite lucruri pentru copil - aș face mai repede și mai bine, nu aș mai pierde timpul cu încercările nereușite ale copilului. Pe termen scurt, aș economisi timp și aș reduce posibilitatea să provoc conflicte cu copii. Pe termen lung însă, copilul nu va învăța cum să se descurce într-o situație nouă sau dificilă. O astfel de situație nouă, care poate pune probleme copilului este începerea școlii, trecerea de la o etapă a școlară la alta (grădiniță – școală, clase primare – gimnaziu), schimbarea școlii etc.

Din acest motiv, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să identifice abilități de autoservire de care au nevoie copii lor pentru a deveni autonomi și independenți;
- Să planifice modalități de sprijin pentru adaptarea copilului la situații noi (dificile).

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Prima zi de școală - din perspectiva copilului...	Exercițiu în perechi
15	...și a părintelui	Discuție frontală
10	Intervenții pentru adaptarea școlară	Prezentare

10	Cât de autonom este copilul meu	Exercițiu individual
15	... și cât de autonom vreau să devină	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Adaptare** = proces de modificare, transformare a unei persoane pentru a putea răspunde într-o manieră corespunzătoare cerințelor unor situații;
- ✓ **Autonomie** = capacitatea copilului de a se descurca singur, fără ajutorul cuiva;
- ✓ **Independență** = capacitatea de a acționa și a gândi fără a fi influențat de altcineva;
- ✓ **Stimulare** = declanșarea și încurajarea unei acțiuni sau proces.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în perechi) - *Prima zi de școală din perspectiva copilului*



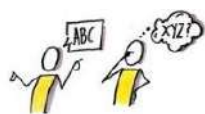
Participanții sunt împărțiți în perechi și fiecare pereche va primi o coală de flip-chart pe care va desena un poster despre cum cred că își amintesc copii lor prima zi de grădiniță /școală. Fiecare pereche este rugată să se gândească și să redea pe posterul respectiv inclusiv dialogurile pe care își amintesc că le-au avut cu copii sau cu partenerul în ziua respectivă.

Ideii pentru discuția frontală:

... și din perspectiva părintelui:

- ✓ Avantaje și dezavantaje asociate de părinți cu începerea grădiniței/școlii;
- ✓ Dificultățile pe care părinții au anticipat că le vor avea copiii odată cu începerea grădiniței /școlii;
- ✓ Îngrijorări legate de prima zi de grădiniță/școală, ale copilului și ale părinților;
- ✓ Măsura în care așteptările părinților au fost sau nu confirmate de realitatea începerii grădiniței /școlii.

Activitatea 2. (exercițiu în perechi) - *Cât de autonom este copilul meu ...*



Părinții sunt împărțiți în perechi și analizează împreună lista cu indicatori privind autoservirea, selectând acei indicatori pe care copiii îi îndeplinesc. Împreună, vor alege 3 indicatori comuni, pe care ambii părinți din echipă sunt interesați să îi transforme în obiective de învățare. Pentru aceștia părinții sunt rugați să se gândească la 3-5 activități/modalități prin care să sprijine dezvoltarea lor la copii.



Idei pentru discuția frontală:

... și cât de autonom vreau să devină:

- ✓ Care sunt nevoile și prioritățile părinților în stabilirea indicatorilor ce urmează a fi dezvoltați;
- ✓ Corespondența dintre planul propus și indicatorii de dezvoltare urmăriți;
- ✓ Adaptarea activităților la interesele și nevoile copilului.

Texte suport



Adaptarea școlară înseamnă mai mult decât capacitatea copilului de a răspunde sarcinilor școlare, iar succesul său nu depinde numai de vârsta copilului, ci și de **stadiul lui de dezvoltare**, nu doar pe aria de dezvoltare **cognitivă**, ci și pe cele **socio-emoțională**, în primul rând, și **motorie**. Este importantă capacitatea copilului de a interacționa cu cei din jur conform unor reguli și de a-și gestiona emoțiile într-un mod acceptabil pentru el și pentru cei din jur. Și este important să manifeste astfel de comportamente pe cont propriu, școala reprezentând un context în care părinții nu mai sunt permanent în preajmă.

Așadar, una dintre condițiile care îl ajută pe copil să răspundă cerințelor vieții de elev este dezvoltarea autonomiei.



Alături de abilități cognitive, socio-emoționale și motorii, părinții trebuie să îl învețe pe copil, treptat, abilități de **auto-servire**, făcându-l responsabil pentru îngrijirea personală și deschizând astfel drumul spre autonomie. Sunt abilități pe care copilul fie are nevoie să le manifeste la școală, când părinții nu îi sunt alături să îl ajute, fie acasă, dar cu impact asupra activităților legate de școală (spre exemplu, pentru a începe temele, copilul are nevoie de un spațiu organizat și curat).

Și aceste abilități se **dezvoltă progresiv**, trecând de la un **stadiu de dezvoltare** la altul, după cum urmează:

3 – 4 ani	4– 5 ani	5– 6 ani
1. Mănâncă singur întreaga masă;	1. Curata locul unde a vărsat ceva, luând singur cârpa de șters;	1. Își alege îmbrăcămintea potrivită, în

2. Se îmbracă singur, mai are nevoie de ajutor pentru bluzele peste cap și pentru încheiat; 3. Își șterge nasul când i se amintește acest lucru; 4. Se trezește uscat în 2-3 dimineți pe săptămână; 5. Băieții urinează stând în picioare; 6. Încheie hainele cu capse și copci; 7. Își pune hainele la loc când i se dau instrucțiuni; 8. Se spală pe dinți când i se dau indicații verbale; 9. Își pune mănuși cu un deget; 10. Deschide nasturii mari de la o jacheta așezată pe masă;	2. Își deschide singur hainele; 3. Își curăță locul la masa; 4. Își încheie singur hainele; 5. Încheie fermoare; 6. Se îmbracă singur complet; 7. Se spală pe mâini și pe față; 8. Folosește tacâmuri; 9. Se trezește din somn pentru a merge la toaleta sau rămâne uscat toata noaptea; 10. Își șterge nasul în majoritatea cazurilor când este necesar, fără să i se amintească; 11. Se spală singur, cu excepția gâtului, urechilor și spatelui; 12. Folosește cuțitul pentru a întinde pe pâine; 13. Se servește singur la masă; 14. Se spală pe dinți; 15. Merge la toaleta la timp, se dezbracă, se șterge și se îmbracă fără ajutor; 16. Se piaptăna; 17. Își agață hainele pe umeri; 18. Merge în vecinătatea casei fără supraveghere permanentă; 19. Înnoadă șireturile la pantofi;	funcție de temperatură și ocazie; 2. Se oprește la bordură, privește în ambele părți și traversează strada, fără să i se dea instrucțiuni verbale; 3. Merge singur la școală, la un teren de joacă, sau la un magazin, la distanță de până la 2 străzi de casă; 4. Leagă șnurul la glugă; 5. Își încheie singur centura de siguranță la mașină.
---	---	---



În același timp cu creșterea responsabilității față de propria persoană, stimularea autonomiei copilului se face și prin alocarea unor **treburi casnice** pe care, în funcție de stadiul de dezvoltare, acesta le poate realiza. Atunci când stabilim aceste sarcini împreună cu copilul, ar trebui să avem în vedere importanță lor nu neapărat prin prisma ajutorului efectiv pe care copilul ni-l oferă (uneori consumăm mai mult timp să îl lăsăm pe copil să facă ceva decât să facem noi înșine), ci prin faptul că în acest fel copilul se obișnuiește să aibă mici **responsabilități** pe care să le îndeplinească singur și, pe măsură ce învață, independent de adult. De fapt, în acest fel, creăm premisa ca, pe termen lung, să obținem un ajutor cu adevărat valoros pentru noi din partea copilului, iar el să învețe diverse **abilități folositoare pe parcursul întregii sale vieți**.

Astfel, în funcție de stadiul de dezvoltare, copilul:

3 – 4 ani	4 - 5 ani	6 - 7 ani
1. Pune jucăriile la loc; 2. Duce hainele murdare în coșul de rufe; 3. Participă la așezarea masei; 4. Își duce farfuria la spălat după masă;	1. Participă la curățenie (șterge praful în locuri ușor accesibile); 2. Sortează hainele proprii și împerechează șosetele; 3. Pune și strânge masa; 4. Își face patul; 5. Udă plantele; 6. Hrănește animalele de companie;	1. Își face singur patul; 2. Își împachetează hainele; 3. Ajută cu pusul lucrurilor la locul lor; 4. Amestecă în cratițe, taie alimente; 5. Pregătește o mâncare simplă (omletă, sandwich); 6. Spală vase și le pune la loc;
8 - 9 ani		10 - 12 ani
1. Folosește mătura și mopul; 2. Citește o rețetă și ține seama de ea în pregătirea unor mâncăruri simple; 3. Spune ce dorește să cumpere într-un magazin; 4. Răspunde la telefon și preia mesaje; 5. Ajută în grădină (stropit, smuls buruieni); 6. Duce gunoiul; 7. Se trezește singur, folosind alarma telefonului;		1. Își poate călca haine; 2. Schimbă așternuturile de pat; 3. Stă singur acasă; 4. Poate folosi aragazul; 5. Își supraveghează frații mai mici; 6. Poate face cumpărături.



Listele de mai sus sunt mai degrabă orientative pentru părinți, fiind de ajutor în stabilirea unor **obiective adecvate vârstei** și stadiului de dezvoltare al copilului. Este important ca părintele să formuleze cerințe în funcție de aceste repere, întrucât altfel există riscul de a cere prea mult de la copil și a-l pune chiar în **pericol** (dacă, începând de la 5 ani, îi cere să își supravegheze frații) sau de a lăsa **nedevelopate și nevalorificate** o serie de abilități (tăiatul mâncării de către părinți) de care copilul ar putea să beneficieze, ceea ce ar putea avea efect inclusiv asupra **stimei de sine** a copilului care realizează că el nu se poate descurca singur.



Aceștia sunt primii pași în construirea autonomiei și independenței adultului de mâine, pe care orice părinte și-l dorește capabil să poată face față oricărei situații cu care se confruntă. **Pe termen lung**, părintele poate sprijini dezvoltarea unui astfel de adult oferind copilului informații și sfaturi care să îl ajute să **ia el decizii potrivite și să își rezolve problemele**; ajutându-l **să își repare greșelile** (în loc să îl pedepsească pentru ele sau să îi spună care este varianta corectă) și oferindu-i informații care să îl ajute să reușească data viitoare când încearcă; oferindu-i modele pentru **rezolvarea conflictelor prin negociere**

și compromis (nu prin agresivitate); punându-l în situații în care să îl învețe care sunt **valorile** importante în viață (de exemplu, corectitudine și efort, nu obținerea succesului cu orice preț).



Dobândirea abilităților de autoservire și asumarea unor responsabilități, corespunzătoare vârstei, îl ajută pe copil să se descurce atunci când părinții nu sunt de față. Unul dintre primele contexte în care copilul este pe cont propriu, intrând într-un mediu **necunoscut și dificil** pentru el, este contextul școlar.

Adaptarea la acest mediu necesită nu numai **dezvoltarea abilităților** necesare, dar și pregătirea copilului, familiarizarea cu ceea ce urmează să se întâmple acolo. Pentru aceasta părintele are la îndemână diverse strategii:

- a. **Exemple** din filme, povești, ilustrații;
- b. **Joc simbolic** (ne jucăm de-a școala);
- c. **Vizite** la școală pentru:
 - ✓ a vizita sălile de clasă și a vedea ce se întâmplă acolo,
 - ✓ Întâlniri cu cadrele didactice,
 - ✓ Participarea la diferite evenimente sportive sau serbări,
 - ✓ „Exersarea” unei zile de școală:
 - ✓ Unde îl lasă părintele,
 - ✓ Care este ritualul de despărțire (ne îmbrățișăm și ne face cu mâna sau stabilim un alt semn secret între noi),
 - ✓ Când îl ia (la ce oră au după ce activitate);
- d. Transferul unor elemente de acasă la școală și invers care să îi confere copilului sentimentul de **continuitate și siguranță** (un fel de repere între situațiile cu care copilul este deja obișnuit și cele noi, cu care încearcă să se obișnuie):
 - ✓ Jucăria preferată, bilețele surpriză de la părinți,
 - ✓ Un desen pe care copilul poate să îl facă pentru părinți.



Important este ca imaginea pe care o prezentăm copilului despre școală să fie una **pozitivă și interesantă** pentru el, cu **accent pe aspectele plăcute**. În nici un caz nu ajută amenințările cu școala „lasă că începe școală și o să termini cu jucatul pe telefon toată ziua”). În același timp însă, această imagine trebuie să fie una **reală** (dacă îi prezentăm copilului o variantă ideală îi vom crea așteptări mari și va fi dezamăgit când acestea nu se vor împlini, iar, pe de altă parte, îi vom reduce încrederea în noi și în ceea ce îi spunem. Așadar, nu vor trece sub tăcere **aspectele dificile** (teme, reguli etc.) dar îl vom asigura că îi vom fi alături și îl vom **ajuta să le depășească**.

După același model, urmând pași asemănători, părintele poate pregăti copilul să facă față mai ușor oricărei situații noi și neobișnuite pentru acesta (de la mersul la medic inițierea unui joc cu copii din parc).



Bibliografie

- a. Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013;
- b. Universitatea Babeș-Bolyai Cluj Napoca, *Ghid de dezvoltare a abilităților la copii și adolescenți*, Centrul Expert, 2007.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care o știa deja de la întâlnirile precedente.

Agenda mea – tema de acasă

Negociați împreună cu copilul o listă cu 2-3 aspecte prin care să creșteți autonomia copilului.

Ce dorește părintele	Ce dorește copilul
Ce ați ales de comun acord să faceți	

Elaborați și puneți în practică un plan care să îl ajute pe copil să se adapteze la o situație nouă, care îl îngrijorează.

Care este situația pe care v-ați propus să o abordați:	
Ce activități vă propuneți să faceți	
Ce am reușit	Ce a fost dificil
Care este progresul observat la copil după două săptămâni:	

CAPITOLUL 2:

cum ne sprijinim copiii – ce putem face?



2.1. MODUL 1: AFECȚIUNE SAU RĂSFĂȚ – CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE CĂLDURĂ A COPIILOR

Provocare: Afecțiunea părinților – ajută sau rasfață?



Obiective

Deși există chiar un proverb care ne îndeamnă să ne pupăm copilul doar în somn, în realitate manifestarea afecțiunii față de copil nu este „un lux sau un moft”, ci mai degrabă un lucru obligatoriu de făcut, având în vedere că orice **copil are nevoie să se simtă iubit și în siguranță**. Este o nevoie fundamentală, cu care ne naștem și care se manifestă inclusiv la puii de animale. S-au făcut o serie de cercetări cu pui de maimuță fără mame și s-a constatat că dacă aceștia aveau la dispoziție păpuși făcute din sârme și păpuși făcute din prosoape, puii le preferau pe cele din urmă, chiar dacă primele aveau câte un biberon cu lapte.

Satisfacerea nevoii de căldură și afecțiune a copilului se realizează prin dezvoltarea unei relații pozitive și armonioase cu acesta. Simțindu-se iubit și în siguranță, copilul are curaj să se desprindă de părinți, să exploreze situații noi și astfel poate să învețe și să se **dezvolte cognitiv**. În același timp, relația pe care părintele o dezvoltă cu copilul pentru a împlini această nevoie de căldură, vă modela toate celelalte relații ale copilului. Ea va reprezenta contextul de **învățare a abilităților sociale și emoționale**.

Așadar, pentru că relația este unul dintre cele mai importante lucruri pe care părintele îl poate oferi copilului lui, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să înțeleagă modul în care relația cu copilul influențează dezvoltarea sa (cognitivă și emoțională, pe termen scurt și pe termen lung);
- Să identifice modalități de dezvoltare a unei relații pozitive cu copii.

Agenda întâlnirii

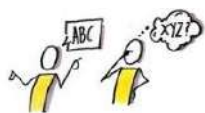
Țimp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Linia vieții	Exercițiu individual
	De ce este importantă relația	Discuție frontală
10	Modalități de dezvoltare a unei relații pozitive	Prezentare
10	Relația cu copilul meu...	Exercițiu în perechi
	...depinde de ce fac eu	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Activități interactive** = activități desfășurate de copil și părinte împreună, în cadrul cărora se influențează reciproc: acțiunea unuia depinde de răspunsul celuilalt;
- ✓ **Afecțiune** = iubire și grijă manifestată față de cineva;
- ✓ **Aprecieri** = a exprima în cuvinte calitățile sau realizările cuiva;
- ✓ **Explorare** = a încerca diferite variante de a acționa sau de a rezolva o problemă, cu scopul de a o găsi pe cea care produce rezultatele pozitive sau dorite;
- ✓ **Încredere** = siguranța în forțele proprii sau în bunele intenții și sinceritatea altcuiva
- ✓ **Relație pozitivă** = legătură apropiată între două persoane, caracterizată prin iubire și respect, bazată pe comunicare, sprijin și încredere;
- ✓ **Timp de calitate** = perioadă de timp petrecută în mod plăcut de copil și părinte, având scopul de a se simți bine și a se distra, pornind de la sugestiile și preferințele copilului;
- ✓ **Validare emoțională** = recunoașterea și acceptarea emoției celuilalt, considerarea ei ca fiind normală, fără ca aceasta să însemne neapărat și aprobarea comportamentului prin care este exprimată emoția respectivă.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu individual) - *Linia vieții*



Fiecare participant primește o coală de hârtie format A5 pe care este rugat să traseze o linie orizontală. La o extremitate a liniei notează cifra 0, iar la cealaltă cifra corespunzătoare vârstei pe care o are în prezent. Pe această linie va menționa persoane importante, începând cu cele mai timpurii amintiri, pe care le asociază cu evenimente pozitive sau negative, care au avut o influență importantă asupra sa sau asupra altor membrii din familia sa.



Idei pentru discuția frontală:

...de ce este importantă relația:

- ✓ *Cine au fost persoanele menționate și de ce;*
- ✓ *În ce mod i-au influențat cei menționați și ce fel de relație au avut cu acestea;*
- ✓ *O relație bună cu cineva dă încrederea în persoana respectivă, ceea ce crește influența acesteia, precum și dorința de a o asculta, de a-i semăna;*
- ✓ *Cum este în prezent relația cu copilul și cum ar vrea să fie aceasta peste 10 ani.*

Activitatea 2. (exercițiu în perechi) - *Relația cu copilul meu ...*



Părinții sunt rugați să facă o listă 5 - 7 momente plăcute petrecute cu copilul încercând să le încadreze în strategiile prezentate anterior.

Pe această listă sunt rugați apoi să adauge încă 3 lucruri pe care le-ar putea face pentru dezvoltarea relației cu aceștia.



Idei pentru discuția frontală:

... depinde de ceea ce fac eu:

- ✓ *Cât de dificil a fost să identifice activitățile interactive pe care le face deja cu copilul și comportamentele potrivite ale copilului;*
- ✓ *Cât de frecvent își apreciază copilul sau îi acordă atenție atunci când face ceva bun/bine;*
- ✓ *Sunt mai frecvente momentele plăcute petrecute cu copilul decât cele care presupun neînțelegeri, nemulțumiri, certuri etc.;*
- ✓ *Cum/când ar putea organiza o nouă activitate interactivă cu copilul (sau familia).*

Texte suport



Întotdeauna suntem atrași de persoanele cu care ne înțelegem bine: încercăm să petrecem cât mai mult timp cu ele, ne place să lucrăm cu ele, le ascultăm sfaturile și încercăm să facem ce fac ele. Mai mult decât atât, și atunci când învățăm ceva, ne este mai ușor când avem în preajmă persoane apropiate pe care să ne putem baza la nevoie. Știind acest lucru avem curajul de a ne aventura în situații noi, de a încerca și a greși și de a mai încerca o dată pentru a avea o șansă ca la un moment dat să reușim. Probabil că fiecare dintre noi avem în minte anumiți membrii ai familiei sau profesori preferați împreună cu care sau de la care am învățat cu plăcere, tocmai pentru că ne simțeam în siguranță în preajma lor: iubiți, prețuiți sprijiniți. Așadar, siguranța ne dă curajul de a explora, iar din fiecare situație nouă în care ne aflăm, **învățăm** câte ceva. De asemenea, simțindu-ne în siguranță într-o relație, suntem încurajați să inițiem și alte relații apropiate și sigure, după același model, dezvoltându-ne astfel **abilitățile sociale**. În aceleași timp, nevoia de a ne adapta la situații noi sau la diversele persoane cu care avem relații, ne învață (tot prin modelare sau experimentare) ce să facem ca să **ne simțim bine** și cum să depășim situațiile în care ne simțim mai degrabă neplăcut (trști sau furioși, speriați, rușinați etc.).

Așadar, unul dintre cele mai importante lucruri pe care le putem oferi **copiilor** noștri este de a construi, împreună cu ei, o **relație bună** care să le ofere o bază solidă pentru învățare și dezvoltare. Pentru aceasta, părinții au la îndemână o serie de metode:

- (1) *Timp de calitate;*
- (2) *Discuții;*

- (3) *Afecțiune;*
- (4) *Aprecieri;*
- (5) *Acceptarea (validarea emoțiilor).*



(1) Timpul de calitate se referă perioade de aproximativ **20-30 de minute** în care planificăm o serie de **activități interactive și plăcute cu copilul**. Astfel de activități pot fi realizate de un singur părinte dar ideal ar fi să se implice cât mai mulți membrii ai familiei. Atunci când organizăm astfel de activități este important să încercăm să respectăm câteva idei:

- a. Astfel de activități să aibă loc de **2 - 3 ori pe săptămână**;
- b. Conținutul lor trebuie să pornească de la **preferințele copilului, să fie distractive** pentru acesta și nu să-și propună neapărat să îl învețe ceva. Pot fi activități legate:
 - ✓ de costumat în diverse personaje,
 - ✓ jocuri de construcție (din cuburi, pietre),
 - ✓ jocuri simbolice în care fiecare „interpretează” câte un personaj (de-a școala),
 - ✓ joc de cărți (ex. Păcălici),
 - ✓ jocuri cu reguli (remy, Nu te supăra frate),
 - ✓ jocuri sportive;
- c. Astfel de activități trebuie să aibă un timp special dedicat, în care toată atenția părintelui să fie **orientată spre ceea ce face cu copilul**, acesta încercând să întrerupă orice altă activitate (treburi casnice, vorbit cu cineva, uitat la TV);
- d. Părintele trebuie să **participe** la activitate și nu doar să stea și să observe ce face copilul. Este însă important să nu preia inițiativa și să îi spună copilului ce să facă, pierzând din vedere latura distractivă a activității;
- e. În cadrul acestor activități, oricare ar fi acestea, important nu este rezultatul obținut și calitatea sa, ci **calitatea relației** dintre participanți și plăcerea **timpului petrecut împreună**.



(2) Discuțiile cu copiii pot reprezenta o bună ocazie de a îmbunătăți relația cu ei dacă respectă, și ele, anumite condiții:

- a. Părinții încearcă **să ofere răspunsuri** la întrebările „de ce” ale copiilor, **potrivite cu nivelul lui de înțelegere**, fără a-i respinge sau a le critica întrebarea sau interesul acestora. Dacă copilul simte că nu este luat în serios, ba mai mult, este certat și repezit, va vedea că încercarea sa nu a avut rezultatul dorit și nu o va mai repeta, părintele irosind astfel o șansă de a afla lucruri despre copilul său și de a-i fi aproape.
- b. Dacă **nu au timp** în momentul respectiv, părinții pot stabili împreună cu copiii un alt moment în care să vorbească despre preocuparea copilului. De asemenea, dacă **nu știe răspunsul**, părintele poate să îi spună acest lucru, precum și faptul că va încerca să caute informații sau să îl orienteze pe copil spre o altă sursă unde le-ar putea găsi (de exemplu, să întrebe la școală). În acest fel, din nou părintele modelează prin comportamentul său, reacția copilului când el însuși este pus într-o situație asemănătoare.

- c. În cadrul acestor discuții este important ca **părintele să asculte** mai mult, să pună întrebări copilului, să **își exprime opinia**, fără a cataloga neapărat spuselor copilului ca fiind corecte sau greșite.
- d. Având în vedere importanța modelării pentru învățarea copilului, este util ca și **părintele să inițieze** astfel de discuții. La început, pentru a-l învăța pe copil să vorbească despre ceea ce i se întâmplă, părintele poate povesti despre anumite lucruri care i s-au întâmplat în ziua respectivă, ținând seama de ce poate înțelege copilul și fără a-i transmite toate îngrijorările și problemele sale. Treptat poate începe discuții despre lucrurile pe care le vede sau le consideră importante pentru copil (doi copii care se bat pe stradă, persoane care consumă alcool în exces etc.), exprimându-și propria părere și întrebându-l pe copil ce crede despre subiectul respectiv. În acest fel poate influența reacția copilului în situații asemănătoare.



(3) Afecțiunea se referă la modul în care este exprimată dragostea și grija față de copii.

- a. Părinții trebuie să spună copiilor clar, în **cuvinte**, cât de mult îi iubesc și cât de importanți sunt pentru ei. Este important să le transmită acest mesaj inclusiv când greșesc sau nu reușesc să facă ceva greu sau când părintele nu este de acord cu ceea ce face copilul. Mesajul care trebuie să ajungă la ei este că sunt iubiți indiferent ce s-ar întâmpla.
- b. Există mici **gesturi fizice** de apropiere, care pot fi diferite de la o familie la alta (de la pupat, mângâiat, îmbrățișat până la gădilat, ciufulit), toate însă exprimând ideea de căldură.
- c. **Reacția** părintelui de a fi alături de copii transmite ideea de iubire: atunci când sunt bolnavi și îi îngrijesc, când sunt speriați și îi liniștesc, când le este greu și îi încurajează, când se povestesc și râd împreună etc.



(4) Aprecierea se referă la lucrurile bune pe care părintele le spune copilului. Aprecierile au un efect mai mare asupra copilului atunci când:

- a. Exprimă clar și **detaliat** la ce se referă („bravo, ai spălat vasele, mă ajută foarte mult că ai făcut asta”). Astfel, copilul înțelege exact care este acțiunea apreciată de părinte și cresc șansele să o repete;
- b. Pune accent pe **efortul** copilului și nu pe rezultatul obținut („te-ai străduit atât de mult să desenezi turnul acesta”). În felul acesta lauda va fi adevărată: chiar dacă nu este adevărat că a făcut cel mai frumos desen din lume, cu siguranță este adevărat că el a petrecut timp și a depus efort să îl deseneze;
- c. Este mai **frecventă** decât criticile și observațiile pe care copilul le primește. Dacă acestea din urmă sunt mai numeroase decât aprecierile, în cele din urmă relația dintre părinte și copil va avea de suferit, și, prin urmare, influența părintelui va scădea: practic copilul se va obișnui și se va aștepta în orice moment să primească o critică, astfel că va ajunge să numai asculte cu atenție părintele, pierzând astfel și informații importante pe care acesta le oferă. Ideal ar fi să existe 6 interacțiuni pozitive (apreciere, afecțiune) pentru fiecare critică sau observație pe care părintele o face.



(5) Acceptarea (validarea emoțională) se referă la felul în care părintele își ajută copilul atunci când acesta trece printr-o situație dificilă, în care trăiește o emoție puternică și, de cele mai multe ori neplăcută. Aceasta presupune parcurgerea următorilor pași:

- a. Părintele **exprimă prin cuvinte emoția pe care o observă** sau pe care crede că o simte copilul și cauza acestuia („mi se pare că ești furios că s-a stricat jucăria”);
- b. Îi transmite mesajul că această **emoție este normală** și că probabil și altcineva în locul copilului ar simți la fel;
- c. Îi lasă timp să se **liniștească**, stând alături de el până reușește, pentru a putea apoi să discute și să găsească o rezolvare la situația dificilă prin care a trecut copilul. Unii copii preferă să fie ținută în brațe, alții nu suportă nici măcar să fie priviți când trec prin astfel de crize emoționale. Este bine ca părintele să îl lase pe copil să aleagă și să îi transmită mesajul că este alături de el până când trece și că îi înțelege emoția, fără a face vreo învinovățire sau minimizare legată de cauza ei („tu ai stricat-o, este vina ta” sau „nu era decât o amărâtă de jucărie”). În această etapă de liniștire, discuțiile sunt minime căci fiind copleșit de emoție, copilul nu poate înțelege explicațiile. Rolul părintelui este de a-i fi alături până se liniștește și nu acela de a-i oferi soluții pentru a se liniști;
- d. După ce copilul s-a liniștit, părintele poate **discuta** cu el, tot fără a-l certa, ce poate să facă diferit într-o situație asemănătoare viitoare legat de:
 - ✓ cauzele emoției („poate ar ajuta să nu mai lași mașinuța să cadă de pe masă”)
 - ✓ felul în care se exprimă copilul când o simte („știu că erai supărat din cauza mașinuței dar nu este în regulă să ții la mie când te simți așa”) într-un mod potrivit („oare ce ai putea face să te simți mai bine când ești furios? Oare ajută să vii să îmi povestești și să te țin în brațe? Sau poate să te uiți la televizor? Știi, eu când sunt așa supărat încep să cânt. Data viitoare când te simți așa ce variantă vrei să încercăm?”). Este important să găsească împreună cu copilul mai multe posibile soluții, dintre care copilul alege unele pe care le va testa.

Așadar, părintele are la îndemână diferite mijloace de construire a unei relații pozitive cu copilul în scopul satisfacerii nevoii lui de căldură. El este cel care decide cum le folosește și cum le îmbină, într-o manieră care să fie potrivită familiei sale.



Bibliografie

- a. Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013;
- b. Gordon Thomas, Burch Noel, *Părintele eficient*, editura Trei, 2013;
- c. Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008;
- d. Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) *Practitioner's Manual for Enhanced Triple P*, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care ar dori să o folosească acasă, cu copilul său.

Agenda mea – tema de acasă

Asigurați-vă că petreceți cât mai multe momente plăcute cu copilul. Pentru aceasta:

1. Notați un semn (✓) în tabelul de mai jos de câte ori exprimați în cuvinte o laudă la adresa lui, în fiecare zi.

Zi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Laude														

2. Descrieți 6 momente de calitate petrecute cu copilul, în formularul de mai jos. Puteți să completați formularul împreună cu copilul, după fiecare activitate desfășurată.

	1	2	3	4	5	6
Desenați un obiect pe care l-ați folosit în cadrul activității						
Alegeți semnul corespunzător emoției copilului în timpul activității  						
Alegeți semnul corespunzător emoției dvs. în timpul activității  						

2.1. MODUL 2: CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE CĂLDURĂ A COPIILOR

Provocare: Este suficient să vorbim pentru a ne face înțeleși?



Obiective

Vorbitul cu semenii noștri vine de la sine, la prima vedere nu pare nimic complicat. Suntem ființe sociale și vorbim fără să ne gândim de cele mai multe ori cum o facem.

Există o altă provocare, care deseori ne pune pe gânduri: dificultatea nu este de a vorbi cu cineva, ci de a ne face înțeleși și de a înțelege, la rândul nostru, ceea ce spune celălalt. Această provocare nu ține de faptul că vorbim limbi diferite, ci de faptul că informațiile pe care le oferim nu sunt clare, iar cel căruiia îi sunt adresate are tendința de a le da un înțeles propriu, pe bază părerilor pe care le are deja despre subiectul discuției. Această tendința, de a trece ceea ce auzim/vedem prim filtrul experienței personale este normală și firească. Numai că uneori ajungem în situația în care nici nu mai ține seama de ceea ce spune celălalt, nu mai încercăm să înțelegem, reacționăm exprimându-ne propria părere. Vorbim fără să ascultăm și să fim ascultați și nu mai reușim să ne înțelegem unii cu alții, iar felul acesta de a vorbi pune în pericol relațiile dintre noi.

Așadar nu ne ajută cu nimic faptul că vorbim unii cu alții pentru a ne auzi mai degrabă pe noi decât pe celălalt. Pentru a ne simți bine unii cu alții, pentru a reuși să rezolvăm împreună probleme și să depășim dificultăți, trebuie să acordăm atenție modului în care vorbim, să nu mai lăsăm interacțiunile dintre noi să se întâmple oricum, de la sine. Ar trebui să ne propunem în mod intenționat ca atunci când vorbim cu ceilalți să încercăm să ajungem la un punct de întâlnire comun păstrând o continuitate între părerile noastre și părerile lui. Numai în felul acesta comunicarea dintre noi este una reală, adevărată, iar efectul ei poate să fie unul pozitiv și folositor pentru fiecare dintre noi, dar mai ales pentru relația noastră.

Așadar, pentru că relația este unul dintre cele mai importate lucruri pe care părintele îl poate oferi copilului lui, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- a. Să identifice elemente definitorii ale comunicării eficiente;
- b. Să exerseze metode de comunicare eficientă;
- c. Să aplice metodele de comunicare eficientă cu copilul în situațiile de criză emoțională.
- d. Să îl învețe pe copil să comunice eficient.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Ce este comunicarea	Prezentare
20	Cum comunic și cum nu comunic	Exercițiu în echipe
20	Comunicare eficientă și autentică	Discuție frontală
10	Comunicarea în situații de criză (emoționale)	Prezentare
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Ascultare activă** = ascultarea celui alt și oferirea unei reacții personale cu scopul de a-i transmite nu doar că îl auzim, ci mai ales că îl înțelegem;
- ✓ **Comunicare** = împărtășire, transmitere și recepționare de informații;
- ✓ **Feedback** = exprimarea unei reacții, părerea oferită la ceva ce a făcut sau spus cineva;
- ✓ **Interlocutor** = partenerul de comunicare, persoana cu care comunic.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în echipe) - Cum comunic și cum nu comunic



Participanții se împart în echipe, iar fiecare echipă primește mai multe secvențe de comunicare (vezi *Mapa consilierului*) pe baza cărora participanții sunt rugați să identifice elemente pozitive și factori care îngreunează comunicarea, conform criteriilor menționate în prezentare.

Așa DA – de ce?	Așa NU – de ce?

Pentru factorii negativi identificați, participanții sunt rugați să formuleze sugestii de îmbunătățire a comunicării, redate sub forma unui scurt dialog care să exemplifice o variantă pozitivă, în acord cu criteriile care asigură eficiența și autenticitatea comunicării.



Ideii pentru discuția frontală:

Comunicare eficientă și autentică:

- ✓ *Formulare de feedback pozitiv (apreciere și sugestie de îmbunătățire) pentru jocurile de rol;*
- ✓ *Asemănări și deosebiri cu ce întâmplă în viață reală: „Așa Da” și „Așa Nu” de acasă;*
- ✓ *Care sunt situațiile cele mai dificile de comunicare de acasă;*
- ✓ *Cum decurge comunicarea cu copilul atunci când acesta sau părintele trăiește emoții puternice.*

Texte suport



Comunicarea se referă la felul în care ne înțelegem unii cu alții: cum transmitem informații celorlalți și cum preluăm ce ne transmit ei. În mare parte, comunicarea este legată de ceea ce spunem și ceea ce auzim și înțelegem unii de la alții. Putem **comunica însă și fără cuvinte**, prin diverse reacții pe care le avem; spre exemplu, dacă atunci când copilul povestește ce a făcut în ziua respectivă, noi ne uităm la el și căscăm plictisiți, el ar putea să „citească” la noi dezinteres. Mai mult decât atât, se întâmplă și ca ceea ce spunem prin cuvinte să fie contrazis de ceea ce de fapt transmitem prin corpul nostru. Dacă tonul este ridicat și fața ne este încruntată, transmitem celor din jur mesajul că suntem furioși, chiar dacă prin vorbele noastre încercăm să îi asigurăm că suntem calmi și avem răbdare. În același fel, dacă îi spunem copilului că suntem foarte interesați de ceea ce are de povestit despre școală dar nu suntem atenți la ceea ce acesta povestește. Așadar, un prim aspect pe care trebuie să îl avem în vedere este că trebuie să existe un acord în transmiterea mesajului nostru, între ceea ce spunem și atitudinea pe care o adoptăm.

Așa cum am văzut, a comunica nu este așa de simplu cum pare la prima vedere, dacă ne propunem să obținem un efect pozitiv: să ne simțim bine împreună cu alții, să rezolvăm probleme, etc. Fără să vrem, pot apărea diverși factori care modifică ceea ce dorim să **transmitem**, sau schimbă ceea ce alții doresc să ne transmită nouă. Pentru a evita astfel de situații, mesajul pe care vrem să îl comunicăm ar trebui să fie:

- a. **Clar și simplu** = așa cum am spus deja, atunci când vrem să spunem ceva este bine să folosim **cuvinte simple**, potrivite cu vârsta și experiența celui căruia ne adresăm, lăsând cât mai puțin loc de interpretări personale. De exemplu, dacă îi cerem copilului să fie cuminte la școală, el poate înțelege că poate să stea în bancă fără să se ridice și să deseneze sau să facă ce vrea, fără a deranja cadrul didactic sau pe colegii lui. Pe copil l-ar ajuta dacă am fi mai clari și i-am spune că la școală trebui să stea în bancă, să-i asculte pe ceilalți, să ridice mâna când vrea să spună ceva. Este vorba de aceeași regulă, de a vorbi atât de **clar** încât oricine ne aude să înțeleagă exact mesajul pe care vrem să îl transmitem. O măsură de siguranță în acest sens ar fi să verificăm întotdeauna că interlocutorul nostru, cu atât mai mult când este vorba de un copil, a înțeles ceea ce am spus.

- b. **Autentic** = este important să transmitem informații adevărate și **exacte în ceea ce ne privește** pentru a putea obține împreună cu cei cu care comunicăm ceea ce ne-am propus. Putem face acest lucru **vorbind întotdeauna despre noi** și ceea ce simțim noi, ceea ce credem sau cum ne afectează pe ni anumite lucruri. Asta nu înseamnă neapărat că celălalt are o părere greșită, ci doar faptul că punctul nostru de vedere este diferit. Putem să ne înșelăm asupra unor informații, dar niciodată nu putem greși asupra felului cum simțim și cum ne influențează ceea ce spune celălalt. Este vorba de un adevăr mai degrabă în ceea ce ne privește pe noi. De exemplu, în loc să îi spunem copilului că este leneș pentru că refuză să își facă temele, avem la îndemână varianta în care vorbim despre noi și ceea ce simțim noi și să îi comunicăm perspectiva noastră „mă îngrijorează că nu îți faci temele și o să rămâi în urmă la școală”. Vorbind despre noi, nu avem cum să greșim: adevărul este că ne simțim îngrijorați; nu știm însă sigur dacă copilul nu își face temele pentru că nu știe sau pentru că îi este lene și apare astfel riscul de a-l învinovăți pe nedrept. Or, astfel de învinovățiri (uneori chiar adevărate) mai degrabă îl fac pe cel din față noastră să încerce să se apere decât să ducă la o discuție folositoare pentru rezolvarea problemei (îngrijorarea părintelui și neefectuarea temelor de către copil).

Dincolo de aceste detalii legate de formularea mesajului, trebuie să ținem seama și de **atitudinea noastră generală în procesul** de comunicare. O atitudine care are șanse mai mari să ducă spre o soluție sau un punct de vedere comun, motivând partenerul nostru de comunicare să participe alături de noi în acest proces, este cea care îndeplinește o serie de condiții precum:

- a. O primă condiție ar fi să ne asigurăm că cel căruia ne adresăm **ne poate auzi**: așadar ne apropiem de persoana căreia ne adresăm, îi pronunțăm numele pentru a-i obține atenția, ne uităm la ea atunci când vorbim cu aceasta.
- b. Abordăm o atitudine **pozitivă, prietenoasă și calmă**.
- c. Abordăm o atitudine care **pune preț** și nu critică **părerea celuilalt**.
- d. Ne **concentrăm pe idei** fără să judecăm sau să acuzăm pe cel care are aceste idei.

O **atitudine nepotrivită** din partea noastră, l-ar putea determina pe interlocutor să se simtă neimportant sau chiar acuzat/criticat/jignit, astfel că tendința acestuia ar fi mai degrabă să se retragă, fie plecând pur și simplu, fie ignorându-ne sau neacordând atenție celor spuse de noi.

- a. Se întâmplă frecvent să arătăm o lipsă de participare reală: fie că ne exprimăm clar **lipsa de timp sau de dorință** de a comunica, fie că deși suntem prezenți alături de interlocutorul nostru dar de fapt nu suntem atenți la ceea ce spune efectul negativ este același: nu recepționăm corect mesajele care vin de la cei din jurul nostru, pierzând în acest fel informații importante care îi afectează pe ei sau pe noi.
- b. Un alt semnal care mai degrabă descurajează comunicarea este faptul că **întrerupem** interlocutorul și nu îl ascultăm până la capăt sau **schimbăm subiectul** pe care acesta îl aduce în discuție.
- c. Comunicarea presupune să ne conectăm și să ne coordonăm cu celălalt, nu funcționează într-o **singură direcție**, nu înseamnă doar transmitere de informații, ci și reglare în funcție de ce ne transmite interlocutorul nostru. Nu de fiecare dată când vorbim înseamnă că și comunicăm. De aceea, faptul că noi le spunem copiilor ce să facă, le facem morală, ba chiar

mai mult, îi amenințăm sau îi criticăm, îi ironizăm sau îi jignim, nu înseamnă că și comunicăm cu ei. Nici faptul că le dăm sfaturi, soluții, păreri, oricât de corecte sau bine intenționate ar fi ele, nu înseamnă comunicare atâta timp cât uităm să îi întrebăm și să le ascultăm părerea lor.

Așadar, comunicarea este un drum cu dublu sens este posibilă fără **recepționare**, adică ascultarea și înțelegerea mesajului pe care ni-l transmite interlocutorul nostru.

- a. Orice „ascultător” ar trebui să fie interesat în mod real de ceea ce încearcă să spună interlocutorul său, de felul în care vede el o anumită situație și care este impactul acestei situații asupra lui. Putem exprima faptul că **ascultăm și acordăm atenție** interlocutorului nostru fie prin **gesturi** (privit în ochi, dat din cap), fie prin **cuvinte** („Se pare că ai sentimente puternice legate de asta”, „Mă interesează ce ai de spus”, „Vrei să vorbim despre asta - se pare că te bați cam des în ultima vreme, vrei să vorbim despre asta?”).
- b. De asemenea, este foarte util ca din când să **reluăm** și să exprimăm **ceea ce credem noi că a spus celălalt**. Pe de-o parte astfel putem verifica dacă am **înțeles corect mesajul**, iar pe de altă parte, oferim o **dovadă că îl înțelegem** („Înțeleg că tu crezi că învățătoarea te nedreptățește și ești trist”). Este însă foarte important ca accentul să cadă pe ce simte interlocutorul nostru într-o anumită situație, și nu pe situația în sine (sau părerea lui despre situație): faptul că înțeleg că el este trist nu înseamnă că accept și opinia lui despre învățătoare. Așadar, îi validez emoția și încerc să cautăm și să discutăm împreună (să comunicăm despre) dovezi pe baza cărora el și-a dezvoltat această părere.

Această regulă a acceptării emoției este și mai importantă în situațiile în care emoția interlocutorului nostru este foarte mare. În aceste momente de **criză emoțională**, sunt mai puțin importante explicațiile noastre logice, pentru simplu motiv că din cauza emoției puternice rațiunea nu mai poate funcționa. Știm cu toți că în momente de furie spunem sau facem lucruri pe care atunci când ne liniștim le regretăm.

- a. Așadar în aceste momente, singurul tip de **comunicare** ce funcționează este **la nivelul emoțiilor** pe care părintele le poate identifica la copil („Înțeleg că ești furios”, „Văd că ești trist”).
- b. Copilul se simte încurajat să continue să-și împărtășească problema, iar noi trebuie doar să **reluăm ce spune el** („deci crezi că învățătoarea te nedreptățește”), **fără a-l aproba sau contrazice** („Într-adevăr învățătoarea te nedreptățește” sau „eu cred că învățătoarea se poartă la fel cu toți colegii tăi”). Abia după mai multe reluări din partea noastră, când emoția a scăzut, putem discuta rațional și logic cu copilul despre situații care l-a afectat. Altfel, nu vom face decât să amplificăm starea emoțională a copilului și, în cele din urmă, ne vom pierde răbdare și vom fi la fel de încălcați emoțional ca și el. Nu vom avea nici o șansă să-l ajutăm să treacă peste sau să rezolve situația respectivă, ba dimpotrivă, vor crește șansele ca discuția să se transforme în ceartă care nu va face decât să strice câte puțin din relația noastră cu copilul.
- c. Așadar, regula de bază în situații încărcate emoțional este nu să discutăm și să comunicăm, și să ne **liniștim** înainte de a face acest lucru. Este o regulă extrem de importantă, care se aplică nu doar copiilor, ci mai ales părinților. Atunci când simt că îmi pierd răbdarea și calmul, este mult mai util să plece (spunându-i copilului de ce o face: din cauză că nu poate să își controleze emoția și nu din cauză că este supărat pe copil) și să revină la discuție când se simte mai liniștit și pregătit.

- d. Abia când cei implicați sunt calmi, ne putem întoarce la **discutarea** corectitudinii ideilor sau situațiilor, încercând să căutăm **dovezi** pentru o părere sau alta.

Concluzie: Prin urmare, pentru a-l ajuta pe copil să se dezvolte am nevoie de o relație bună cu el, iar unul elementele de bază ale relației țin de felul în care comunicăm cu acesta. De aceea este important să învățăm să transmitem mesaje, dar să le și recepționăm astfel încât să obținem un rezultat care să fie acceptabil și corect pentru ambii parteneri care se angajează în acest proces. Dacă nu duce la acest punct comun de întâlnire între cei doi, înseamnă că în mod real nu a avut loc un proces de comunicare, înseamnă că în mod real nu am făcut un pas înainte în relația cu copilul nostru.



Bibliografie

- Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013;
- Gordon Thomas, Burch Noel, *Părintele eficient*, editura Trei, 2013;
- Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008;
- Rosenberg B. Marshall – *Comunicarea Nonviolentă – un limbaj al vieții*, Casa Editorială Ponte, 2014;
- Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) *Practitioner's Manual for Enhanced Triple P*, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație pe care a mai auzi-o și în cadrul unei întâlniri precedente și o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului.

Agenda mea – tema de acasă

Încercați să acordați atenție felului în care reacționați față de copil în situații în care comportamentul său vă deranjează. Pentru aceasta:

- a. Dați 3 exemple în care ați oferit copilului feedback descriptiv, după modelul de mai jos:

Atunci când tu faci _____, eu mă simt _____
și aș vrea să faci _____.

Atunci când tu faci _____, eu mă simt _____
și aș vrea să faci _____.

Atunci când tu faci _____, eu mă simt _____
 și aș vrea să faci _____.

- b. Descrieți 3 situații în care copilul a trăit o emoție intensă exprimată nepotrivit, completând tabelul de mai jos. Puteți completa tabelul împreună cu copilul, la câteva ore după întâmplarea respectivă, pentru a fi sigur că acesta s-a liniștit.

	Situație	Comportamentul copilului	Reacția părintelui
	a. Când apare? b. Unde apare? c. Cu cine apare? d. Când nu apare? e. Unde nu apare? f. Cu cine nu apare?	a. Ce face? b. Ce spune?	a. Ce gândește? b. Ce face?
1			
2			
3			

2.2. MODUL 1: REGULI. Cum răspundem nevoii de structură a copiilor?

Provocare: limitele - sprijin în dezvoltare sau motiv de stres?



Obiective

Dacă am fi întrebați, probabil că majoritatea dintre noi am spune că ne-ar place să trăim liber, fără nici un fel de limită, fără să trebuiască să respectăm nici o regulă. La o primă vedere, limitele mai degrabă ne deranjează pentru că nu ne lasă să facem ce vrem noi. În mod cert, așa le resimte un copil. Pe de altă parte, ar fi greu să ne imaginăm cum am trăi alături de alți oameni care trăiesc făcând ceea ce își doresc, fără nici o limită. Așadar, avem nevoie de anumite limite și reguli care ne ajută să trăim în armonie alături de alți oameni.

În același timp, aceste limite ne oferă informații despre ceea ce trebuie să facem pentru a fi în siguranță (de exemplu regulile de circulație) sau pentru a reuși să facem ceea ce ne-am propus - este ca și cum pentru a obține prăjitura dorită trebuie să respectăm cantitățile menționate în rețetă, precum și ordinea în care combinăm ingredientele. În general, ne este mai ușor să atingem rezultatul dorit știind ceea ce avem de făcut, care sunt etapele pe care trebuie să le parcurgem și care sunt regulile de care trebuie să ținem seama.

În același fel și pentru copii limitele și regulile sunt un sprijin în procesul de dezvoltare pentru că le oferă "rețeta" pe care trebuie să o respecte pentru a evolua. În acest context, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să înțeleagă nevoia structură și de limite a copilului,
- Să formuleze reguli pentru comportamentele potrivite pe care le așteaptă de la copil,
- Să identifice modalități prin care să dezvolte comportamente potrivite la copil.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Prima zi la noul loc de muncă	Exercițiu individual
10	De ce este importantă structura	Discuție frontală
10	Ce este și cum ofer structură	Prezentare

10	Reguli în familia mea	Exercițiu în perechi
10	...și cum mă asigur că am ales regulile potrivite	Discuție frontală
10	Strategii de formare a comportamentelor potrivite	Prezentare
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Grafic comportamental** = modalitate de a ține evidența realizării de către copil a unui comportament nou învățat, cu scopul de a-l transforma într-o regulă (obișnuită) pe care să o manifeste în orice situație asemănătoare;
- ✓ **Învățare întâmplătoare** = se referă la situațiile în care copilul, din proprie inițiativă, cere informații sau ajutor, iar părintele, în loc să îi ofere un răspuns simplu, îi pune o întrebare ajutătoare care să îl ajute să gândească sau să afle răspunsul singur (ex. "Ce culoare crezi că este? Da, este roșu. Ce altceva mai este roșu?");
- ✓ **Modelare** = a-l învăța pe copil un lucru nou, pe baza modelului sau exemplului oferit;
- ✓ **Regulă** = obicei, obișnuită după care se desfășoară activități asemănătoare;
- ✓ **Rezolvare de probleme** = modalitate de a depăși un conflict pe care îl avem cu o altă persoană;
- ✓ **Structură** = mod de organizare a unei activități.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu individual) - *Prima zi la noul loc de muncă*



Participanții sunt rugați să își imagineze câte o continuare pentru fiecare dintre cele 2 scenarii pe care le citește formatorul:

"Este prima ta zi de lucru la noul loc de muncă. Ți-ai dorit mult să lucrezi aici și ți se pare că ai un post interesant care presupune că trebuie să înveți să lucrezi cu tot felul de mașini pe care nu le-ai mai văzut până acum.

- a. *Vrei să înveți cât mai repede ai o mulțime de întrebări. După câteva întrebări pe care le-ai adresat unui coleg, acesta începe să se enerveze: «Nu vezi că sunt ocupat?! Lasă-mă în pace și nu mă mai deranja!».*
- b. *Stai în fața unei mașini și te întrebi cum funcționează când un coleg vine să vadă ce faci. Îi adresezi câteva întrebări și el îți răspunde cu răbdare, apoi îți arată cum se lucrează cu mașina respectivă. Îți dă o broșură care descrie modul de funcționare al mașinii, iar când pleacă îți spune: «Cheamă-mă dacă mai ai întrebări, îmi face plăcere să lucrez cu oameni care își doresc să învețe!».*

Atunci când se gândesc la cum continuă cele 2 variante, participanții sunt rugați să se concentreze pe ceea ce se întâmplă seara, acasă, și a doua zi la serviciu: ce fac, cum se simt, la ce se gândesc.

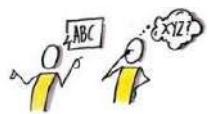


Idei pentru discuția frontală:

Prima zi la noul loc de muncă:

- ✓ Ce variantă preferă? De ce?
- ✓ Ce efecte pot să aibă cele două abordări asupra lor?
- ✓ Cine a oferit căldură? În ce fel a făcut-o?
- ✓ Cine a oferit structură? În ce fel?

Activitatea 2. (exercițiu în perechi) - Reguli în familia mea ...



Părinții sunt rugați să formuleze 3 seturi a câte 3 reguli despre care consideră că este important să fie respectate în diverse situații (acasă, pe stradă, la locul de muncă, în autobuz etc.).

Fiecare set de reguli este adresat: (a) lor înșiși, (b) partenerilor lor și (c) copiilor.



Idei pentru discuția frontală:

... cum mă asigur că am ales regulile potrivite?

- ✓ Ce a fost mai dificil: să identifice reguli pentru propria persoană sau pentru alți membri ai familiei?
- ✓ Cum/de ce au ales regulile respective? Cât de dificil a fost să aleagă situațiile importante pentru care este nevoie de reguli?
- ✓ Respectarea criteriilor prezentate anterior pentru formularea regulilor.

Texte suport



Pentru ca un copil să se dezvolte el are nevoie nu doar de **căldura** care să îl facă să se simtă în **siguranță** pentru a se aventura să încerce lucruri noi din care să **învețe**, ci și de anumite repere care să îi ghideze acest proces de explorare, de o anumită **structură** în funcție de care să se organizeze în activitățile pe care le desfășoară. Structura înseamnă a-i oferi copilului **informații și îndrumare** pentru a-l ajuta să învețe. Dacă copilul are la dispoziție astfel de repere, el se simte în siguranță căci știe ce are de făcut sau la ce să se aștepte, ceea ce îi crește interesul și dorința de a învăța.

Concret, **a răspunde nevoii de structură** a copilului înseamnă:

- a. Să ne **formulăm clar cerințele**, pe înțelesul lui, folosind cuvinte suficient de simple și exacte astfel încât dacă doi copii diferiți aud ceea ce le cerem, ei să facă același lucru.

De exemplu, dacă le spunem celor doi copii ai noștri să facă ordine în cameră, unul ar putea să înțeleagă că trebuie să strângă jucăriile, iar altul că împingă sub pat hainele împrăștiate pe jos; în esență, ei au îndeplinit cerința, așa cum au înțeles-o ei, dar de fapt nu au învățat ce înseamnă să facă ordine în cameră.

- b. Să îi explicăm **motivele pentru** care formulăm aceste **cerințe** și, mai ales, în ce fel aceste cerințe îl ajută pe copil. Copilul va respecta mai ușor reperele și îndrumarea noastră dacă știe care este avantajul pe care îl va obține dacă face acest lucru.

Copilul va fi interesat să facă ordine în cameră dacă știe că în acest fel își va găsi mai repede hainele de care are nevoie, își va păstra jucăriile în siguranță fără să existe riscul de a se strica, va avea mai mult loc în cameră să facă ce își dorește, și, nu în ultimul rând, mama va avea mai mult timp să petreacă cu el.

- c. Să îi **oferim sprijin** și să îl **ajutăm** să învețe pentru a-i arăta cum poate să își atingă mai ușor obiectivul.

Așadar, putem să fim alături de el atunci când face ordine în cameră, să îi oferim cutii în care să își depoziteze jucăriile sau să îi arătăm unde ar putea să își pună hainele în dulap.

- d. Să îi oferim **exemplul nostru personal** pentru a-i arăta cum se face un anumit lucru este modalitatea prin care copilul învață fără să își dea seama. Văzând cum procedează părinții săi, pentru copil este de la sine înțeles să facă la fel.

Dacă vede că părinții lui își strâng hainele și pun la loc lucrurile pe care le folosesc, copilului i se va părea firesc să facă același lucru.

- e. Să îl **încurajăm să își spună propriile idei** și puncte de vedere despre cum ar putea face ce ne-am propus. Sprijinul pe care îl oferim ar trebui să fie nu sub formă de indicații exacte, care să dicteze copilului fiecare pas, ci să ia în considerare și părerea acestuia, încercând împreună să punem în practică ideile acestuia, ori de câte ori este posibil. Ideal ar fi să îi prezentăm copilului mai multe posibilități de a acționa și să îl informăm asupra efectelor posibile ale fiecăreia dintre ele, iar el să decidă ce variantă alege. Sunt situații în care adultul știe de la început că ideile copilului nu funcționează în practică, dar faptul că le ia în considerare (le discută și uneori chiar le testează) în face pe copil să se simtă valoros și îl încurajează să gândească pe cont propriu, să exploreze și să se dezvolte, nu doar să urmeze orbește indicațiile altcuiva.

Putem testa idea copilului de a face ordine împingând toate hainele sub pat pentru a vedea cât de ușor le găsește când are nevoie de ceva. Astfel, el va învăța din propria experiență că lucrurile nu funcționează așa cum s-a așteptat el.

- f. Să **rezolvăm împreună problemele** atunci când apar păreri diferite, astfel încât să găsim o soluție care să mulțumească ambele părți. Asta presupune ca să oferim copilului ocazia să spună ce își dorește și care este părerea lui, să îl ascultăm și să ținem seama de nevoile lui. Nu înseamnă că părintele cedează sau își pierde autoritatea în fața copilului, ci îl ajută să dezvolte abilități importante pentru întreaga viață: să asculte, să respecte părerea celuilalt, să lucreze împreună cu celălalt pentru a găsi soluțiile cele mai potrivite pentru toți cei implicați.

Astfel, cerința părintelui legată de ordinea în cameră poate avea în spate nevoia sa de a câștiga timp pentru altă activitate în loc să pună el însuși la loc lucrurile copilului sau a-l ajuta să le caute ori de câte ori nu le găsește. Pe de altă parte, și copilul și-ar dori ca mai degrabă să își petreacă timpul respectiv jucându-se sau făcând o altă activitate care îi face plăcere. O soluție care s-ar putea să le convină tuturor ar fi ca, după ce copilul face ordine, părintele să își facă puțin timp și să facă ceva distractiv cu acesta.



În situațiile în care apar păreri diferite, ajută dacă părintele parcurge următorii pași împreună cu copilul pentru a rezolva problema:

- a. Fiecare explică problema din punctul său de vedere și **în ce fel îl afectează**. Așa cum am spus, problema ordinii în cameră îl afectează pe părinte prin faptul că trebuie să îl ajute pe copil în fiecare dimineață să își găsească lucrurile rapid pentru a nu întârzia la școală, iar pe copil că ar pierde din timpul de joacă;
- b. Fiecare propune cât mai **multe soluții**, oricât de neașteptate și nepotrivite ar părea, care să i-a în considerare nevoile/dorințele fiecărei părți. Copilul ar putea să propună ca întotdeauna mama să îl ajute să pună hainele la loc ca să știe de unde să i le dea sau chiar să cheme pe cineva să facă curățenie. Mama ar putea propune ca copilul să se trezească mai devreme pentru a avea timp să își caute singur hainele înainte de a pleca la școală sau să își pregătească singur pe un scaun hainele încă de seara;
- c. **Alegeți** să puneți în practică **cea mai bună soluție**, cea care are cele mai multe avantaje pentru fiecare. O variantă pe care ar putea să o încerce cei doi este ca în fiecare zi, după școală, copilul să își lase hainele ordonat pe un singur scaun, fără să le împrăștie peste tot, iar la sfârșitul săptămânii să se ocupe de sortarea lor, fie punându-le în dulap, fie la spălat;
- d. Stabiliți cum vă veți da seama că **problema este rezolvată**, ce va fi diferit. Problema va fi rezolvată când copilul nu va mai apela la ajutorul mamei dimineața și vor ajunge la timp la școală;
- e. Aplicați soluția găsită și **discutați după** un timp dacă funcționează mulțumitor sau trebuie să mai faceți anumite schimbări.

Există câteva modalități concrete care ne ajută să punem în practică ideile generale enumerate mai sus și să îi oferim copilului structura de care are nevoie.



În orice situație nouă este bine să îl familiarizăm pe copil cu ce urmează să se întâmple și cu ce urmează să facă. Dincolo de a-l îndruma oferindu-i o descriere generală a ce trebuie să facă, formularea de reguli, deși poate părea că este mai degrabă negativă pentru copil, în realitate îl ajută să se descurce mai ușor într-o situație nouă, să realizeze mai ușor o anumită activitate. De asemenea, regulile ne ajută și în relațiile pe care le avem unii cu alții, pentru că respectarea lor ajută la evitarea unor situații în care facem ceva ce îi deranjează pe ceilalți.

Atunci când formulăm reguli, pentru ca ele să aibă un efect pozitiv, trebuie să ținem seama de anumite criterii:

- a. Numărul regulilor nu trebuie să fie prea mare. Pentru început, nu ar trebui să fie mai multe de **3-5**, pentru că îi va fi dificil atât copilului să le respecte, cât și părintelui să fie atent la punerea lor în

practică. Pe măsură ce copilul se obișnuiește cu unele dintre ele și devin obișnuințe, pot fi introduse alte reguli noi.

- b. Ele trebuie formulate în mod **pozitiv**, în sensul că exprimă ceea ce trebuie să facă nu ceea ce să nu facă. Astfel, regula va fi „în casă vorbim pe un ton potrivit”, în loc de „nu țipăm unii la alții”.
- c. Folosim cuvinte **simple** în formularea regulilor, care să exprime clar ce are de făcut copilul, fără a exista posibilitatea de a înțelege diferit ceea ce ne dorim noi de fapt. Regula „în casă vorbim pe un ton potrivit” va fi mult mai clară pentru copil decât „suntem politicoși unii cu alții”, pentru că din această variantă copilul poate înțelege că este politicos dacă salută, dar nu este nicio problemă să ridice tonul atunci când vrea să obțină ceva.
- d. **Aplicarea** regulilor trebuie **urmărită** permanent de către părinți pentru că dacă formulează doar cerințe fără a vedea dacă copilul le respectă sau nu, îi va transmite de fapt mesajul că aceste reguli nu sunt importante și că nu contează prea mult dacă nu le respectă.
- e. Regulile **se discută** cu copilul și i se oferă acestuia o perioadă în care să le învețe și să se obișnuiască cu ele. În acest sens părintele:
 - (1) Comunică cerința regulii – „M-am gândit să încercăm ca acasă să vorbim pe un ton potrivit”;
 - (2) Explică motivul pentru care a fost stabilită „pentru că atunci când țipăm unii la alții mai degrabă ne înfuriem și ne certăm în loc să obținem ce ne dorim și să avem o zi liniștită”;
 - (3) Arată comportamentul pe care îl presupune – „cred că tonul pe care discutăm acum este un ton potrivit pe care aș vrea să îl folosim mereu”;
 - (4) Permite copiilor să pună întrebări – „ce părere aveți?”
 - (5) Cere copiilor să demonstreze ce au înțeles, care este comportamentul potrivit pe care îl presupune regula respectivă – „vreți să mă întrebați ceva? Îmi arătați cum sună la voi tonul potrivit?”;
 - (6) Exersare și reamintire a regulii ori de câte ori este cazul (“care este regula noastră le găta de tonul pe care îl folosim când cerem ceva?”) având în vedere că o obișnuință se formează în aproximativ 1 lună de zile, dacă este repetată zilnic.

Mai mult însă de a formula anumite cerințe și reguli de la copil, există și o serie de modalități prin care să îl învățăm comportamentele potrivite prin care să îndeplinească aceste cerințe:

- a. **Modelarea** presupune ca părintele să îi arate copilului ce așteaptă de la el, să îi ofere exemplul personal atunci când îi cere să facă ceva. Ajută foarte mult să descrie în cuvinte și să realizeze pas cu pas o activitate mai complicată. Dar nu trebuie să uităm că un copil învață mai ales din ceea ce vede la părinții săi (și la adulți în general) și mai puțin din ceea ce spun aceștia. Dacă există o continuitate între ceea ce spune și ceea ce face părintele, nu îi rămâne decât să lase **copilul să îl observe și să îl imite**.
- b. **Învățare întâmplătoare** înseamnă valorificarea ocaziilor în care copilul întreabă ceva, când cere ajutorul sau arată părintelui ceea ce face pentru a-l învăța ceva nou. Pornind de la nivelul de înțelegere al copilului, părintele îi oferă un **indiciu** sau îi pune o întrebare **care să îl ajute pe copil să își dea seama singur care este răspunsul și să treacă la un nou nivel de înțelegere** a unei situații.

Este însă foarte important ca această interacțiune cu copilul să fie distractivă și plăcută, de aceea nu este bine ca părintele să insiste foarte mult dacă copilul pare că nu înțelege ce are de făcut, în ciuda indiciului părintelui, căci există posibilitatea ca data următoare când nu știe ceva să nu mai întrebe părintele, căci sprijinul oferit de acesta nu l-a ajutat să rezolve problema.

- c. **Graficul comportamental** îl ajută pe copil să devină conștient de progresele pe care le face în învățare, ceea ce are un efect pozitiv atât asupra dorinței sale de a continua să depună eforturi, cât și asupra părerii pe care o are despre sine (observându-și evoluția și reușitele, copilul va învăța despre el că poate, că este bun și priceput). Această metodă presupune ca **părintele să marcheze fiecare reușită a copilului în învățarea unui comportament nou**. O poate face în diferite moduri, important fiind ca acestea să poată să fie observate de către copil.

Astfel, ori de câte ori observă că acesta își pune hainele le scaunul stabilit când vine de la școală, poate marca acest lucru desenând un anumit semn într-un loc pe care copilul să îl vadă, lipind un abțibild sau poate adăuga câte o pietricică/frunză într-un castron care are rol de pușculiță. Pentru a da o notă distractivă și a crește dorința copilului să participe și să învețe un lucru nou, copilul poate sărbători, împreună cu părinții, colectarea unui anumit număr de desene/abțibilduri/pietricele printr-o activitate specială: urmărit un film împreună, organizat o mică petrecere în familie etc. Pe măsură ce comportamentul nou devine obișnuință, se poate renunța la graficul comportamental sau metoda poate fi folosită pentru un comportament nou.

Pentru a pune în practică o astfel de metodă de învățare a unui nou comportament, este bine să parcurgem următorii pași:

- i. gândiți-vă cum vă **organizați** și ce variantă alegeți: un bol pentru pietricele/frunze, un loc din casă unde să afișați o foaie de hârtie pe care să desenați sau să lipiți abțibilduri. În cazul în care alegeți varianta pe hârtie, puteți marca pe ea zilele săptămânii pentru a avea o imagine și mai clară a procesului de învățare al noului comportament ;
- ii. stabiliți clar cu copilul care este **comportamentul** pe care îl veți urmări și pentru care va primi o pietricică sau un desen/abțibild - "de fiecare dată, când te întorci de la școală, îți așezi singur hainele pe scaun";
- iii. stabiliți care este **numărul** de pietricele/desene/abțibilduri pentru care veți organiza o **activitate specială**, precum și ce activitate ar prefera copilul să faceți ca rezultat al reușitei sale. Stabiliți pentru început un număr suficient de mic de repetări ale comportamentului nou necesare pentru activitatea specială, astfel încât să ne asigurăm că copilul obține rapid ceea ce dorește. Pe măsură ce copilul se obișnuiește, putem crește numărul de repetări necesare.



Esența tuturor acestor metode este de a-l sprijini pe copil să învețe ce trebuie să facă, asigurându-ne că îi oferim **explicații** cât mai clare despre **ce are de făcut** și despre **motivele** pentru care ar fi bine să procedeze conform explicațiilor noastre. Prin urmare, primul pas este de a folosi ocaziile care apar, dar de a **organiza situațiile și mediul** în care trăiește copilul, astfel încât să ne asigurăm că acestea **sprijină învățarea** și dezvoltarea lui.



Bibliografie

- a. Durrant Joan, *Positive Discipline in Everyday Parenting*, FRP Canada 2013
- b. Gordon Thomas, Burch Noel, *Părintele eficient*, editura Trei, 2013
- c. Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008
- d. Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) *Practitioner's Manual for Enhanced Triple P*, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998

Agenda mea - evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care a mai auzit-o în cadrul întâlnirilor anterioare.

Agenda mea - tema de acasă

- (1) Formulați, împreună cu copii, o listă cu „nemulțumirile” pe care le aveți acasă, care sunt motivele pentru care ajungeți cel mai adesea la conflicte, și gândiți-vă ce reguli ar putea ajuta ca situația să fie mai aproape de ceea ce își dorește fiecare.

Problemă	Cine o menționează	Regulă necesară pentru depășirea ei
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		

- (2) Alegeți dintre acestea 5 reguli pe care să le respecte toți membri familiei. Luați în considerare inclusiv propunerile pe care le fac copiii, mai ales în ceea ce privește comportamentul dvs.. Asigurați-vă că pentru fiecare regulă discutați și clarificați motivele pentru care este necesară respectarea ei, precum și faptul că felul în care este exprimată respectă criteriile discutate la curs.

REGULĂ	MOTIV	CRITERII		
		Pozitivă	Clară	Acceptată
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

2.2. MODUL 2: LIMITE - CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE STRUCTURĂ A COPIILOR

Provocare: Limitele - o nevoie nerecunoscută?



Obiective

Fără îndoială că limitele și organizarea îl ajută pe copil să se dezvolte. Și totuși, de multe ori, copilul le respinge și nu își dă seama că are nevoie de ele. Cum facem însă să le respecte, având în vedere că cel mai adesea acest lucru presupune un efort suplimentar din partea copilului? El nu are experiența necesară să înțeleagă de ce ar trebui să renunțe la joacă sau la alte activități care îi fac plăcere pentru a respecta limitele stabilite de părinți, de ce acest efort este necesar, de ce ar trebui să se străduiască și ce obține în urma sa.

În acest context, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să formuleze reguli;
- Să identifice modalități de susținere și respectare a regulilor;
- Să reacționeze la comportamente nepotrivite ale copilului într-o manieră care să favorizeze învățarea.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
15	Copilul învață din experiența sa... (studii de caz)	Exercițiu în echipe
10	... iar reacția părintelui îi organizează experiența	Discuție frontală
15	Ce îl motivează pe copil	Prezentare
10	Cum susțin limitele stabilite	Exercițiu în perechi
10	...și, în același timp, răspund nevoilor copilului	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- a. **Antecedent** = ceea ce se întâmplă înaintea unui comportament;
- b. **Beneficii** = câștig, profit, avantaj obținut în urma unei activități;
- c. **Consecințe** = rezultat, efect al unei acțiuni;
- d. **Motivație** = factorii care determină pe cineva să efectueze o acțiune.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în echipe) - **Copilul învață din experiența sa ...**



Participanții se împart în echipe alcătuite din 4-5 membrii. Fiecare echipă primește câte un studiu de caz care descrie o situație problematică cu copii și reacția adultului față de această situație.

Sunt rugați să prezinte aceste situații întregului grup, punând accent pe:

1. care este comportamentul nepotrivit al copilului;
2. ce se întâmplă înainte de apariția acestui comportament (unde, când, cu cine apare);
3. ce se întâmplă după, cum reacționează părintele;
4. care este probabilitatea ca acest comportament să mai apară sau nu.

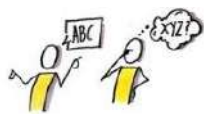


Idei pentru discuția frontală:

... iar reacția părintelui îi organizează experiența.

- ✓ Ce dorește copilul să obțină, ce rol are comportamentul nepotrivit;
- ✓ Reacția adultului este potrivită sau nu;
- ✓ Ce învață copilul din reacția adultului.

Activitatea 2. (exercițiu în perechi) - **Cum susțin limitele stabilite ...**



Pentru regulile de familie stabilite acasă, cu copilul, gândiți-vă la consecințe pe care ați putea să le folosiți pentru susținerea lor.



Idei pentru discuția frontală:

... și, în același timp, răspund nevoilor copilului.

- ✓ *Cum ați ales consecințele, care este motivul pentru care le-ați ales pe acestea și nu pe altele;*
- ✓ *Ce tipuri de consecințe ați ales.*

Texte suport



Orice proces de învățare presupune răbdare pentru a-și atinge obiectivele căci, de cele mai multe ori, rezultatele nu se văd imediat, după cum presupune și efortul de a ține seama de **structura** (pașii de urmat) oferită de cel care ghidează acest proces. În ceea ce îl privește pe copil, important este să găsim modalitățile potrivite, în acord cu **nivelul său de înțelegere și cu interesele** sale, prin care să îl facem să se angajeze pe termen lung în acest proces care, deseori, se va dovedi dificil, cu atât mai mult cu cât copilul nu are capacitatea (informațiile și experiența necesară) să se gândească prea mult la viitor, el concentrându-se, prin tot ceea ce face, la **efectele imediate** ale acțiunilor sale; iar efectele imediate pe care le urmărește și care îi influențează comportamentele sunt legate în esență de a **obține ceva pozitiv/plăcut și de a evita ceva negativ/ neplăcut**. Astfel, copilul va prefera să se uite la televizor în loc să facă teme, alegând o activitate plăcută imediată în defavoarea alteia, posibil dificilă și mai puțin plăcută, ale cărei rezultate (fie pozitive, fie negative) se vor vedea mai târziu. Aceasta este perspectiva din care trebuie să încercăm să înțelegem comportamentele copilului, și nu perspectiva noastră rațională, de oameni maturi care știu că efortul depus în prezent la teme își va arăta roadele mai târziu în rezultate școlare bune, într-o posibilă carieră de succes.

Prin urmare, prima întrebare la care trebuie să ne răspundem atunci când dorim să modificăm comportamentul unui copil astfel încât să se încadreze în structura propusă de adult, este legată de **funcția** pe care acesta o îndeplinește pentru copil, adică ce obține prin acest comportament. Răspunsul îl putem obține însă, urmărindu-l pe copil în mai multe situații în care manifestă comportamentul respectiv, pentru a vedea ce se repeta, care este elementul comun care favorizează apariția lui. De exemplu, urmărindu-l pe copil de mai multe ori atunci când începe să țipe și să arunce cu obiecte ca urmare a cerinței noastre de a se apuca de teme, părintele poate să își dea seama că în încercarea sa de-l calma pe copil uită de cerința care a declanșat criza și nu se mai întorc la teme după ce situația s-a liniștit. În acest caz, acest comportament îi folosește copilului pentru a evita o activitate neplăcută pentru el, respectiv temele. Se poate întâmpla ca acest comportament să se declanșeze când copilul este trimis să lucreze în liniște, în altă cameră, în timp ce mama rămâne cu fratele mai mic la bucatărie pentru a găti. În această situație,

rolul comportamentului este de a obține ceva plăcut, adică atenția mamei, care rămâne aproape de el și încearcă să îl liniștească.

Această idee explică și de ce copilul, deși are nevoie de structură, tinde să o respingă uneori căci ea nu se potrivește cu dorințele sale prezente: să obțină ceva plăcut sau să evite ceva neplăcut. De aceea, rolul adultului este de a oferi o structură, cu limite și reguli, care să aibă legătură cu **dorințele actuale ale copilului**, și, în același timp, să urmărească și **efecte pozitive pe termen lung**. Această abordare îl ajută pe adult să găsească modalități prin care să susțină limitele stabilite, atunci când copilul nu pare interesat de respectarea acestora și acționează în funcție de efectele imediate pe care le urmărește. În acest context, un prim pas este ca părintele să își dea seama ce își dorește copilul și să încerce să îi ofere, dar în condițiile și limitele acceptabile și favorabile dezvoltării pe termen lung. Este vorba despre punctul de întâlnire între dorințele care îl motivează pe copil și limitele stabilite de adult, în care copilul poate să obțină ceea ce dorește în cadrul structurii care îi sprijină dezvoltarea. Cu alte cuvinte, obiectivul este să îl învățăm pe copil să își îndeplinească nevoile imediate prin comportamente potrivite și acțiuni cu efecte benefice pe termen lung. Așadar, copilul ar putea renunța la crizele de furie, dacă observă în timp că oricum trebuie să rezolve și temele sau dacă ar putea rămâne și el cu mama în bucătărie, astfel încât, din când în când să primească atenție și apreciere din partea ei.



De obicei, efectele pe care copilul este interesat să le obțină sunt:

- a. **Materiale:** jucării, haine, obiecte de scris mai deosebite, reviste, dulciuri, calculator/telefon etc. În același fel, atunci când apar comportamente nepotrivite, care încalcă regula stabilită, el poate pierde din aceste obiecte.
- b. **Timp pentru activități preferate:** jocuri pe telefon, ieșiri cu prietenii, alte activități în afara școlii pe care și le dorește (de exemplu, sport, dansuri) etc. Acest timp dedicat activităților preferate poate fi redus, datorită încălcării regulilor, și poate fi folosit pentru activități legată de regula respectivă. De exemplu, dacă copilul nu respectă regula de a-și spăla vasele după masă, el poate primi sarcina de a spăla vasele întregii familii timp de câteva zile. Dacă copilul nu spune acasă ce teme are pentru a doua zi în încercarea de a scăpa de ele, timp de o săptămână el poate primi câteva exerciții suplimentare.
- c. **Sociale:** aprecieri verbale, mesaje de mulțumire din partea părinților care pot fi exprimate nu numai prin cuvinte, dar și prin gesturi (atingere, îmbrățișare, făcut cu ochiul) sau mici scrisori/desene pe care le putem lăsa „ascunse” în diferite locuri pentru a fi găsite de copil mai târziu (de exemplu, putem să îi punem în caietul de școală, pentru a-l găsi a 2-a zi, un mic bilețel pe care să îl desenăm hrănind animalele și să scriem mulțumesc alături). Efectul pe care copilul îl dorește este să obțină atenția părinților, iar aceștia nu trebuie să piardă nici o ocazie de a-i arăta că ceea ce face el nu trece neobservat.
- d. **Simbolice:** buline, pietricele, desene - tot felul de obiecte care să marcheze fiecare reușită a copilului în ceea ce privește respectarea regulilor stabilite. Acest tip de consecințe funcționează mai bine la copii de până la 6-7 ani, când ei sunt interesați și mândri de obținerea obiectului în sine. După această vârstă, funcționează mai bine un astfel de sistem dacă transformăm aceste

obiecte în alte beneficii importante pentru copil - „*Când ai adunat cinci buline, mergem să vedem un film*”.

Indiferent care ar fi consecințele stabilite, acestea trebuie să fie importante **pentru copil**, de aceea, ca și la formularea regulilor, întotdeauna le vom stabili cu copilul, în funcție de ceea ce își dorește și este interesant pentru el.



Atunci când începem să punem în practică astfel de consecințe, fie pozitive pentru comportamente potrivite, fie negative pentru comportamente nepotrivite, trebuie să ținem seama că acestea funcționează mai bine, dacă sunt respectate următoarele principii:

- a. Primul pas pe care trebuie să îl facem atunci când începem să punem în practică un sistem de reguli și consecințele corespunzătoare lor, este să ne asigurăm că sistemul este clar pentru copil, că înțelege ceea ce așteptăm de la el. Prin urmare, întotdeauna consecințele trebuie corelate cu **comportamente clare**. Așadar, îi cerem copilului și îi oferim ceea ce își dorește nu atunci „când este politicos”, ci atunci când „salută la venirea și la plecarea de la școală”.
- b. Consecințele trebuite folosite **imediat** după manifestarea comportamentului, pentru a transmite clar mesajul că ele sunt legate de acel comportament. Astfel, dacă copilul își salută colegii și învățătoarea când pleacă de la școală, așa cum i-am cerut, va fi mai motivat să repete comportamentul și a doua zi dacă pe drumul spre casă ne oprim 10 minute la locul de joacă, decât dacă la sfârșitul săptămânii mergem la magazin pentru înghețată. Dacă copilul începe să lovească un alt copil, este de dorit să plecăm imediat cu el de la locul de joacă și nu să îi reducem timpul de vizionat desene animate când ajungem acasă. Întotdeauna, au un efect mai puternic consecințele imediate față de cele îndepărtate, precum și cele pozitive în comparație cu cele negative.
- c. Atunci când încercăm să-i învățăm pe copii un comportament nou, vom începe întotdeauna cu oferirea **consecinței pozitive** de fiecare dată când copilul va **respecta regula nou stabilită**; abia după câteva zile (și după un anunț prealabil), vom trece și la sancționarea încălcării regulii.
- d. Folosirea consecințelor ajută la învățarea unui comportament nou, în acord cu cerințele noastre, numai dacă le folosim de **fiecare dată și în orice situație** când apare acel comportament. Spre exemplu, dacă pe parcursul unei săptămâni în care copilul a respectat mereu regula (a salutat în fiecare zi la plecarea de la școală), noi nu aplicăm consecința pozitivă (nu ne oprim în parc, conform înțelegerii cu el, decât în două zile, pentru că nu avem timp), copilul va înțelege că obținerea a ceea ce își dorește nu depinde de el și de comportamentul lui și va fi mai degrabă tentat să renunțe la comportamentul nou, care îi cere efort (nu va mai saluta).
- e. Această înțelegere pe care o facem **dinainte** cu copilul, îl ajută nu numai pe el - căci îi oferă informații despre ce are de făcut, dar în aceeași măsură îi ajută și pe părinți să **reacționeze** adecvat. Bineînțeles că vor fi numeroase situații în care părintele va fi luat prin surprindere de comportamentul copilului, situații pentru care nu există o înțelegere cu el. În acest caz, pentru a evita o reacție negândită și nepotrivită, părintele îi semnalează copilului că este un comportament nepotrivit, urmând să discute despre cum vor acționa într-o situație asemănătoare viitoare și

despre regula pe care o vor respecta atunci. Nu ajută să folosească o consecință pentru o situație din trecut pentru care nu a existat o regulă stabilită, pentru că în acest felul copilul nu are nicio șansă să facă ce trebuie, nu poate schimba trecutul. Or, scopul nostru este să îi dăm ocazia să demonstreze și să exerseze comportamentul potrivit, respectarea regulii.

- f. În aceeași măsură, **nu oferim consecința înainte de efectuarea comportamentului**, doar pe baza promisiunii copilului că va face ce trebuie. Prin urmare nu ne vom opri pe drumul spre școală la locul de joacă, doar pentru că copilul ne-a promis că o să salute. Chiar dacă atunci când face promisiunea copilul intenționează să o respecte, odată obținând ceea ce își dorește, îi este mai greu să se mobilizeze pentru comportamentul care cere efort din partea lui.



Așadar, puși în fața unor comportamente nepotrivite, de nerespectarea a regulilor stabilite cu copii, răspunsul nostru ar trebui să cuprindă și să țină seama de următorii pași:

- (1) **Discuția** cu copilul despre regula stabilită pentru situația respectivă: îl întreb care este și îl rog să și-o amintească.
- (2) **Îndeplinirea** de către copil a **comportamentului** pe care regula respectivă îl menționează, cu sprijinul sau indicații detaliate de la adult („te rog să te întorci în clasă și să spui la revedere doamnei învățătoare”).
- (3) Oferirea de **ocazii suplimentare pentru a exersa regula încălcată** („ca să ținem minte regula noastră cu salutul, mergem să îi facem o vizită și doamnei secretare,,”).
- (4) **Punerea în practică a consecinței, pozitive sau negative, stabilite pentru regula respectivă.** Este important de menționat că sunt și situații în care consecința care are cel mai mare efect este **ignorarea** și nebăgarea în seamă a comportamentului. Este vorba de acele cazuri în care copilul își dorește să atragă atenția părintelui și pentru aceasta folosește un comportament nepotrivit, care știe că întotdeauna îl face pe părinte să reacționeze. De exemplu, atunci când la masă copilul începe să se joace zgomotos cu cana de ceai, părintele poate strânge masa plecând în altă cameră. Dacă, în ciuda avertismentelor părintelui, se întâmplă să și trântască cana, copilul va trăi și consecința care decurge firesc din acest comportament: va șterge pe jos (așa cum se pricepe el) și nu va mai primi alt ceai până la următoare masă. În acest fel, consecința aplicată ar trebui să contribuie la “repararea” situației create de comportamentul nepotrivit, decurgând firesc din acesta.
- (5) Important este ca orice proces de învățare să decurgă **fără a afecta relația** dintre părinte și copil. În esență punem în practică o înțelegere și nu ne certăm, înfuriem și pedepsim fără rost, într-o manieră care nu îl ajută pe copil să învețe ce ne-am dori de la el. În general, aceste situații trebuie abordate cu calm și ar trebui finalizate într-o notă pozitivă: dacă am decis că nu ne vom opri la locul de joacă pentru că în ziua respectivă copilul nu a salutat la plecare, conform înțelegerii avute cu el, asta nu înseamnă că vom sta supărați sau îi vom reproșa toată ziua acest lucru. De asemenea, după ce a șters ceaiul de pe jos, putem face împreună o activitate plăcută, fără a-l certa pentru ce s-a întâmplat.



Un astfel de răspuns al adultului, îl ajută pe copil să respecte reguli. Respectând regulile, copilul are șansa de a **obține succes** și, odată cu el, **încredere în sine** și apreciere din partea celorlalți. Copilul începe astfel să învețe pentru a putea „primi” timp la televizor și ajunge să descopere că îi face plăcere să fie lăudat de colegi și de profesori. În același timp, descoperă noi domenii interesante pentru el, **descoperă lucruri despre sine - ce îi place și ce i se potrivește**, care este direcția în care vrea să se dezvolte; **învățarea devine astfel o experiență plăcută**, în care copilul se implică cu plăcere și pe care ar dori să o continue sau să o repete.



Bibliografie

- a. Miclea M., *Suport de curs: Modificări cognitive-comportamentale*, UBB Cluj Napoca, 2003;
- b. Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008;
- c. Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) *Practitioner's Manual for Enhanced Triple P*, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație pe care o știa deja.

Agenda mea – tema de acasă

- (1) La regulile stabilite în familie, discutați cu copilul despre consecințe posibile pentru respectarea sau încălcarea lor.

Regulă	Consecință	
	Respectare regulă	Nerespectare regulă
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

2.2. MODUL 3: RUTINE - CUM RĂSPUNDEM NEVOII DE STRUCTURĂ A COPIILOR

Provocare: Rutinele - o grijă în plus pentru familie?



Obiective

Respectarea unui program pare dificilă la început, este o preocupare în plus, o limită de care trebuie să ținem seama. Chiar și pentru un adult poate fi dificil. În realitate, rutinele, care înseamnă de fapt respectarea unui program și a anumitor pași de urmat, reprezintă de fapt o altă fațetă a structurii pe care adultul o oferă. Ele asigură așadar copilului siguranță și confort, și, în consecință, dorința de a explora și a învăța. Copiii (și adulții de altfel) se simt în siguranță când știu ce urmează să se întâmple. Iar când adulții asigură în acest fel un mediu în care copilul se simte în siguranță, îi învață pe aceștia că pot să aibă încredere că ceilalți au grijă de ei și de nevoile lor, și, prin urmare, copii se simt relaxați și liberi să exploreze lumea.

În același timp, existența unui program este benefică și pentru adult: știe ce are de făcut și este mai puțin preocupat de faptul că trebuie să ia în permanență decizii pentru diverse situații. Prin urmare, și el este mult mai disponibil pentru copil, capabil să îi acorde căldura de care acesta are nevoie.

În acest context, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să prevină apariția comportamentelor nepotrivite;
- Să dezvolte obișnuințe utile pentru copil și familie.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
15	Ce nu am reușit...	Exercițiu în echipe
10	... și ce învățat din nereușită	Discuție frontală
10	De la o situație nouă la una obișnuită – de ce sunt importante rutinele	Prezentare
15	Ce cuprinde o rutină...	Exercițiu în echipe

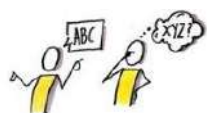
Timp (min)	Temă	Mod de organizare
10	...și ce este potrivit în familia mea	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Exersare** = efectuarea repetată a unei activități, a unui exercițiu;
- ✓ **Predictibilitate** = posibilitatea de a fi prezis, prevăzut dinainte;
- ✓ **Rutină** = program, obișnuința de a acționa întotdeauna la fel;
- ✓ **Stres** = stare de încordare sau tensiune determinată de evenimente negative din mediu, prin care organismul încearcă să se apere și să își mențină echilibrul.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în echipe) - *Ce nu am reușit ...*



Participanții se împart pe echipe alcătuite din 4-5 membrii. Fiecare dintre ei menționează o situație în care nu au reușit să îl determine pe copil să respecte regulile stabilite anterior. Ceilalți membri ai echipei vor încerca să formuleze sugestii despre cum ar putea fi abordată situația într-o manieră care să îl ajute pe părinte să reușească să îl ghideze pe copil pentru respectarea acelei reguli.



Idei pentru discuția frontală:

... și ce am învățat din nereușită.

- ✓ *Ce ar face diferit, ce a învățat din nereușita sa că ar putea să facă într-o situație viitoare;*
- ✓ *De ce crede că nu a reușit? Ce anume a respectat și ce a omis atunci când a stabilit și pus în practică regulile și consecințele aferente;*
- ✓ *Verificarea, repetarea și exersarea duc la scăderea efortului depus în procesul de învățare și la îmbunătățirea rezultatelor lui;*
- ✓ *Învățarea se produce prin testare, încercare, experimentare;*
- ✓ *Greșeala oferă informații care ghidează învățarea, nu putem învăța dacă nu greșim;*
- ✓ *Verificarea, repetarea și exersarea duc la scăderea efortului depus în procesul de învățare și la îmbunătățirea rezultatelor lui.*

Activitatea 2. (exercițiu în echipe) - *Ce cuprinde o rutină ...*



Participanții se împart în 4 echipe. Fiecare echipă primește câte o rutină dintre cele de mai jos:

- a. Rutina de seară;
- b. Pregătirea temelor;
- c. Plecatul la școală;
- d. Rutina de masă.

Sarcina de lucru este de a detalia aceste rutine, pe baza experienței din viața de zi cu zi, în pași concreți pe care copilul să îi urmeze. Sunt încurajați să formuleze etapele de urmat în pași mici, cât mai simpli și clari, și să îi illustreze într-o manieră cât mai atractivă pentru copil.



Idei pentru discuția frontală:

...și ce este potrivit pentru familia mea.

- ✓ Rutinele au menirea să organizeze mai bine anumite momente în familie și să le transforme în obișnuințe ușor de pus în practică și de respectat;
- ✓ Pornind de la situații dificile, care adesea duc la conflicte cu copiii, pot să îmi aleg rutinele pe care le consider a fi utile în familia mea;
- ✓ Rutinele sunt elaborate în funcție de nevoile și situația din familia mea, nu există o rețetă obligatorie pentru ele;
- ✓ Care dintre pașii rutinelor elaborate în echipe pot fi puși în practică în familia mea;
- ✓ Ce alte rutine ar fi necesare și de ce.

Texte suport



Rutinele sunt extrem de **utile** în viața oricărei familii. Ele reprezintă un mod de organizare, un program, ordinea în care desfășurăm anumite activități.

Copiii nu știu ce înseamnă timpul, ei nu își **organizează timpul** în funcție de ore ci, mai degrabă, în funcție de evenimentele de fiecare zi. Iar când aceste evenimente se întâmplă în aceeași ordine în fiecare zi, copiii înțeleg mai bine lumea în care trăiesc și, prin urmare, se simt în siguranță. Un program clar le oferă copiilor un mod de a-și organiza viața. Creierul unui copil este încă în curs de dezvoltare și mai ales acele părți ale sale care ajută la planificare și la prezicerea a ceea ce urmează să se întâmple în viitor. Rutinele îl ajută pe copil să poată să facă astfel de preziceri simple și îl învață să înțeleagă ce înseamnă „înainte și după”. De

asemenea, îl ajută să se controleze pentru că știu că trebuie să aștepte până la un anumit moment, că trebuie să parcurgă anumiți pași, până când ajunge la o anumită activitate preferată.

Un program regulat crește **independența** copilului pentru că el va fi capabil să desfășoare anumite activități de unul singur, tocmai pentru că a repetat aceleași activități înainte, de mai multe ori, în aceleași situații. Când copii știu la ce să se aștepte, ei devin din ce în ce mai **încrezători în forțele** proprii și în lumea din jur. Ei știu că nu vor fi confrunțați cu lucruri neobișnuite, față de care nu știu cum să reacționeze.

O rutină este importantă mai ales în momentele dificile ale zilei, cum ar fi mersul la culcare sau îmbrăcatul dimineața. Ea **scade șansele să apară certuri** din cauza unor nepotriviri între așteptările părinților și comportamentul copilului. În loc să existe un conflict în fiecare zi legat de strânsul jucăriilor, de exemplu, copilul învață treptat când este momentul să strângă. El devine un partener al părintelui și nu persoana căreia de fiecare dată trebuie să i se spună ce are de făcut.

În concluzie, punerea în practică a rutinelor oferă **siguranța** de care copilul are nevoie. Pentru că ele presupun stabilirea unor **pași de urmat, mereu aceiași**, pentru diferite momente ale zilei (pregătirea temelor, pregătirea pentru somn etc.). Acești pași exprimă clar ce așteptăm de la copil și, prin exersare repetată, devin obișnuite pe care copilul le realizează ca de la sine, cu tot mai puțin efort. În acest fel rutinele organizează contextul și scad șansele ca copilul să manifeste comportamente nepotrivite sau în dezacord cu așteptările noastre sau cu cerințele structurii pe care dorim să o impunem.



Am putea spune că rutinele funcționează în același fel și pentru adult: repetând mereu același program și **părintele știe ce are de făcut**. Prins în grijile de zi cu zi, rutinele îi ajută pe părinți să țină seama de momente și detalii importante, fără a fi mereu preocupați în legătură cu ce urmează să facă. Astfel, **crește timpul** pe care îl au la dispoziție **pentru familie**. Părintelui îi este clar care sunt cerințele pe care le formulează în fața copilului și, în consecință, știe ce urmărește să obțină de la copil și cum să procedeze, ceea ce **scade șansele de a reacționa** fără legătură cu obiectivul de învățare sau **nepotrivit** (țipat, jignit). Așadar, rutinele sunt o modalitate importantă prin care asigurăm **armonia** în familie. Ele ne ajută să realizăm ceea ce ne propunem, oferind în același timp un sentiment de normalitate și stabilitate, chiar și pe parcursul unor momente dificile pentru familie, cum ar fi mutarea la altă școală, apariția unui frate sau divorțul părinților. Sunt deci cu atât mai importante, cu cât orice schimbare reprezintă evenimente stresante care își pun amprenta asupra sentimentului de siguranță al copilului.

Pe măsură ce copilul observă activitățile obișnuite din familie, el începe să înțeleagă ceea ce este **important și își formează anumite valori** despre viața în familie. Deseori, acum este momentul în care se pun bazele unor obișnuințe pe care copilul le va duce mai departe în familia sa (participarea tuturor la diverse activități, îndeplinirea unor sarcini în gospodărie).



Rutinele sunt diverse, raportate la diferite momente din viața copilului și a familiei. Concret, putem să ne gândim, de exemplu, la **schimbări mici** în obiceiurile pe care le avem, cum ar fi obiceiul de a ne aduna cu toții în fiecare zi la **cină**, când închidem televizorul și ne aducem cu toții contribuția la pregătirea mesei, inclusiv copii putând avea o sarcină legată de așezarea farfuriilor pe masă. De asemenea, putem avea un plan pentru când mergem în **vizită** la bunici.



Putem însă avea în vedere stabilirea unui program pentru anumite momente ale zilei, cum ar fi **pregătirea de culcare**. Un astfel de ritual îl ajută pe copil să se liniștească treptat, practic, anumite activități îl fac să devină somnoros. Poate fi vorba despre **spălat** sau ascultatul unei **povești** sau despre o **muzică relaxantă**. Este important însă ca întotdeauna să respectăm ordinea activităților, putând chiar să îl întrebăm pe copil: „ce urmează să facem după ce ne schimbăm în pijama?”. Un moment important al ritualului ar fi cel în care **discutăm despre ziua respectivă**, în care să îi oferim ocazia copilului să povestească ce i s-a întâmplat. Este o modalitate prin care nu doar că sprijinim dezvoltarea memoriei, a limbajului și a orientării în timp, dar mai ales îi demonstrăm că ne pasă de el. De asemenea, este important să avem un **moment de pregătire pentru începerea rutinei**. Este bine să îl anunțăm pe copil cu 10 minute înainte că urmează să ne pregătim de culcare sau de schimbare în pijama. O astfel de rutină, ajută organismul să se obișnuiască cu un anumit ritm, este ca și cum corpul său învață când este timpul de somn și începe să se calmeze și să se pregătească de odihnă.



De asemenea, **temele de casă** pot fi un alt moment dificil pentru părinți și copii, moment pentru care stabilirea unor rutine ar fi de folos. O astfel de rutină ar putea cuprinde următorii pași:

- a. Stabilirea unui **spațiu** potrivit, ordonat și bine luminat, în care să aibă la îndemână caietele, cărțile și rechizitele necesare.
- b. Stabilirea unui **interval** anume destinat temelor. Unii copii preferă să își facă temele, imediat după ce vin de la școală. Alții preferă să se joace puțin înainte.
- c. **Planificarea** sarcinilor de lucru, în funcție de dificultatea acestora. Atunci când temele sunt dificile sau copilul este obosit, ar trebui încurajat să lucreze cu **pauze** de 10-15 minute, în măsura în care este posibil. De asemenea, ar fi mai ușor pentru copil dacă ar **alterna sarcinile în funcție de gradul de dificultate**: să înceapă cu ceva mai simplu, să continue cu ceva complicat și să încheie, în măsura în care este posibil, cu ceva mai simplu.
- d. Ultimul pas al programului de teme este cel de **pregătire a ghiozdanului** pentru a doua zi, în funcție de orarul pe care îl are.
- e. **Reducerea la minimum** a factorilor care l-ar putea **distrage** pe copil: televizor, telefon, muzica dată tare.
- f. **Implicarea părinților** în efectuarea temelor, în calitate de **supraveghetor** mai degrabă: părintele trebuie să **întrebe** în primul rând copilul despre ce are de scris și învățat, despre teste pe care urmează să le dea. Poate **oferi sugestii** și poate **răspunde la întrebările** copilului, poate oferi **încurajări și aprecieri** pentru eforturile copilului, nu numai verbal, dar și afișând lucrările sale la un loc vizibil în casă sau povestind rudelor despre ele. Părintele poate **verifica** temele, dar în nici un caz nu trebuie să le facă în locul copilului (de exemplu, pentru a-l ajuta să termine mai repede). Copilul trebuie să gândească singur și să facă propriile lui greșeli din care să învețe.
- g. Oferirea unui **exemplu pozitiv** de către părinți îl ajută pe copil în procesul de învățare. Contează să își vadă părintele citind sau studiind pentru a rezolva o problemă din viața de zi cu zi, depunând efort și învățând din propriile greșeli.

- h. Solicitarea **sprijinului școlii** în cazul în care copilul are probleme cu efectuarea temelor pentru a identifica cauzele acestora: dificultatea prea mare a sarcinilor, o problemă de concentrare a copilului etc.



Ca de obicei, **implicarea copilului** este importantă. El se va simți **important și valoros** pentru că este inclus în **planificarea activităților** și nu se va simți forțat să facă ceva. El va fi mai motivat să participe dacă rutina este discutată și stabilită împreună cu el. Mai mult decât atât, puteți lucra împreună la pregătirea rutinei, desenând mici indicii pentru fiecare pas sau decupând și lipind în ordine imagini corespunzătoare pașilor din rutină pe o foaie de hârtie care să fie afișată la un loc potrivit, vizibil pentru copil. Este o situație în care ne putem folosi din plin de creativitatea copilului, asigurându-ne doar că din produsul copilului se va înțelege ce are de făcut.

Nu numai implicarea în stabilire rutinei îi va da copilului încredere în sine, ci și **punerea ei în practică**. Rutina îl va învăța pe copil când este momentul să se spele pe dinți și să se îmbrace în pijama, iar aceasta va constitui pentru el un motiv de mândrie: știe ce are de făcut și poate să facă singur. În loc să îi se spună mereu ce are de făcut, copilul devine din ce în ce mai încrezător și învață să aibă singur grijă de el.



Dincolo de utilitatea rutinelor, este important ca acestea să **nu fie rigide** și să țină seama de situațiile de zi cu zi. De exemplu, pregătitul ghiozdanului poate fi puțin amânat dacă în grădină a apărut o verighetă sau un alt animal pe care copilul nu îl vede în fiecare zi.

O astfel de abordare este în sprijinul **dezvoltării pe termen lung**, căci în acest fel copii învață ce înseamnă flexibilitate și adaptarea la schimbare. Dacă apar astfel de schimbări îi putem spune copilului că deși în mod obișnuit ar fi trebuit să facem altceva, vom face o mică schimbare încercând să îi **explicăm care este motivul** pentru care o facem (uneori ea apare și datorită programului adultului). Nu uităm să îi reamintim că în ziua următoare **vom reveni la programul obișnuit**. Dacă cea mai mare parte a zilei este organizată, copii vor învăța să facă față micilor schimbări, mai ales **observând comportamentul adultului**, care este capabil să abordeze cu calm o problemă care apare pe neașteptat.

Dacă programul nu **se adaptează** la astfel de mici evenimente, el devine prea strict și copilul se simte mai degrabă controlat și neluat în seamă. Prin urmare, rutina își va pierde valoarea pe care o are la asigurarea structurii și siguranței de care copilul are nevoie.



Bibliografie

- a. Armas L., *The freedom of routines*, 2017
- b. Norman R., Tamm L., *Rhythms, Routines & Schedules*, 2015
- c. Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, *Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți*, Speed Promotion, 2008
- d. Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) *Practitioner's Manual for Enhanced Triple P*, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație care consideră că nu se potrivește situației din familia sa.

Agenda mea – tema de acasă

(1) Stabiliți, împreună cu copilul un orar zilnic detaliat al activităților sale, într-o formă cât mai atractivă.

2.3. SPRIJIN PENTRU ÎNVĂȚARE ÎN CONTEXT ȘCOLAR

Provocare: Pot eu sprijini copilul la școală?



Obiective

În cadrul acestei activități părinții vor:

- Discuta despre rolul școlii ca instituție ce facilitează adaptarea la realitate a copilului;
- Identifică și prezintă aspecte esențiale care țin de rolul educației;
- Analizează cum își pot sprijini părinții propriul copil în învățare și pentru o relație sănătoasă cu școala.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
10	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
20	Școala - structura de sprijin pentru adaptarea copilului la realitatea în schimbare	Prezentare Exercițiu în grup
15	Rolul educației și al școlii	Prezentare Exercițiu în grup
15	Rolul părinților – ce pot face pentru școala copilului meu	Prezentare & discuție
15	Motivația pentru învățare	Prezentare Exercițiu
10	Agenda mea - Evaluarea zilei	Frontal
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire Tema pentru acasă	Frontal

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **De ce să învețe/învățăm:** școala structură de sprijin pentru o realitate în schimbare;
- ✓ **Rolul educației și al școlii;**
- ✓ **Sprijin în învățare:** ce pot face părinții;
- ✓ **Stimularea motivației** copilului pentru școală și educație.

Activități practice

Activitatea 1. (Prezentare) - Școala ca structură de sprijin pentru adaptarea copilului la realitatea în schimbare



Adaptarea copiilor școlari la o realitate în schimbare permanentă înseamnă printre altele că ei trebuie să învețe din mers o mulțime de lucruri noi dar și să învețe rapid cum să rezolve situații complet necunoscute într-un timp relativ scurt. La grădiniță și școală copiii învață de mici rezolvarea de sarcini simple și mai târziu îndeplinesc sarcini și mai complexe. Frecventarea școlii îi ajută pe copii să înțeleagă cum pot să ajungă să „facă ceva de unul singur sau împreună cu colegii” și cum „să lucreze singur pentru un rezultat doar al lui”.

Rezultatele de la școală pot însemna pentru un copil elev aprecieri, laude, respectul colegilor și mai ales mândrie personală, mândria și aprecierea părinților și a familiei. Astfel poate apărea mulțumirea personală a copilului și înțelegerea că rezolvarea unei activități potrivite vârstei lui îl ajută să fie competent în a face ceva, îl ajută să fie un elev bun, un tânăr bine pregătit.

Școala le poate deschide copiilor drumul către o lume în care învață informațiile și cunoștințele necesare în viitor, construiesc relațiile și se pregătesc pentru situații diferite și poate chiar complicate din realitatea de mai târziu. Părinții le vor transmite copiilor că motivul pentru care merg la școală este legat de împlinirea personală și pregătirea pentru viața de adult, că această pregătire înseamnă în primul rând învățare ca pregătire pentru viitor.

Activitatea 2. (Exercițiu) - Cum îl poate ajuta școala pe copilul meu



Discutați în grupuri de 3-4 părinți 3-4 motive pentru care copiii trebuie să meargă la școală.

Activitatea 3. (Prezentare) - Rolul educației și al școlii



Sistemul de educație și școlile din România funcționează pentru a pregăti elevii pentru etapele ulterioare ale vieții lor de tineri și adulți ce vor fi implicați activ pe piața forței de muncă. Educația școlară nu poate fi făcută la întâmplare, trebuie să fie adaptată la nevoile și cerințele societății în care copiii vor fi adulți.

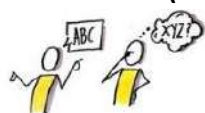
Conform opiniei Ministerului Educației Naționale, **educația școlară din România ar trebui să:**

- i. **Să asigure dezvoltarea personală a elevului.** Fiecare individ trebuie să aibă posibilitatea ca prin educația școlară să se dezvolte potrivit propriilor posibilități, astfel încât să poată avea independență și bunăstare
- ii. **Asigure bunăstarea economică și financiară a fiecărui elev-individ, a fiecărei comunități dar și a întregii națiuni.** O populație bine educată înseamnă elevi educați, angajați bine pregătiți și motivați, muncă făcută bine, servicii de calitate, recompensare financiară și bunăstare crucială în lumea contemporană
- iii. **Să îi asigure fiecărui copil posibilitatea să învețe să devină un cetățean informat și activ,** motivat să contribuie la dezvoltare comunității sale

- iv. **Transmită și modeleze valorile și tradițiile preluate din generație în generație**, să reflecteze evoluțiile culturii și ale dezvoltării economice, să integreze valorile și tradițiile în realitatea vieții zilnice

REȚINEM: “Școala românească este în serviciul copilului, al familiei, al comunității și al societății. Serviciul public de educație din România se construiește pe cooperarea între toate sectoarele societății, cuprinde învățământul de stat și privat și are ca finalitate modelarea copilului într-un adult responsabil, integrat social și profesional, care simte că aparține, în egală măsură națiunii române și spațiului european, gândește și participă la dezvoltarea societății” (Educația ne unește, Ministerul Educației Naționale, martie 2019).

Activitatea 4. (Exercițiu) - *Ce sens are mersul la școală pentru copilul meu*



De ce credeți că statul sau sistemul de educație ne cere să ne trimitem copiii la școală?

Activitatea 5. (Argumente generale pentru părinți) – *De ce să mergă copiii la școală*



- i. **Ca să își dezvolte abilitățile sociale de care vor avea nevoie** când vor deveni adulți

Mai târziu, copiii vor funcționa în situații sociale, vor interacționa cu semenii lor diferiți în comportament, așteptări și interese. Școala și grădinița îi învață de mici cum să comunice, împartă, asculte, cum să intervină când nu sunt de acord, cum să colaboreze în situații dificile. La școală copiii învață despre cum să își manifeste personalitatea fără să deranjeze pe celălalt și cum să devină independenți.

- ii. **Ca să învețe și alte modalități de a vedea viața și lucrurile**

Copiii pot învăța din surse diferite. Învățarea la școală este organizată uniform și asigurată de personal calificat. Informațiile mai complicate ale diferitelor domenii pe care le studiază copiii în școală pot fi cel mai bine explicate de specialiștii domeniului pregătiți în timp (profesorii de discipline). În context școlar, copiii au la dispoziție facilitatori ai învățării și surse suplimentare de învățare. În plus, în școală, învățarea este un proces colectiv, copiii învață cu mai multă ușurință unii de la alții, au idei diferite care se completează.

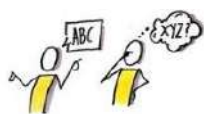
- iii. **Ca să se pregătească pentru un loc de muncă de mai târziu**

În zilele noastre, angajatorii cer tot mai des ca anagajații lor să fi terminat cel puțin liceul. Cei care se angajează, având diploma de BAC vor avea joburi mult mai bine plătite decât cei cu 8-9 clase. Absolvenții de liceu și facultăți au cele mai mari șanse de a avea succes profesional și o situație financiară bună.

- iv. **Ca populația țării să fie cât mai educată**

O populație bine educată contribuie masiv la o stare economică a comunităților și statului. Dezvoltarea economică a unei comunități sau țări depinde în mare măsură de nivelul de educație și abilitățile profesionale, sociale și economice ale cetățenilor. Bunăstarea individuală și comună pornește de la educație și are foarte mare legătură cu școala.

Activitatea 6. (Prezentare) - *Ce pot face părinții în legătură cu școala*

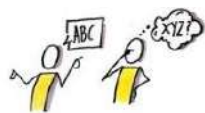


Părinții care doresc binele și rezultate școlare bune pentru copiii lor trebuie să fie implicați în construirea unei relații de sprijin reciproc cu școala. O comunicare sănătoasă între părinți și școală este prima piatră la temelia unei relații lungi pe care părinții trebuie să o construiască în interesul copiilor. Uneori am putea crede că școala, ca instituție publică nu are nevoie de sprijin, pentru că este mai puternică și are mai multe resurse decât un grup de părinți, că se poate ajuta singură. Realitatea din comunitățile foarte dezvoltate arată că implicarea părinților în educație este necesară în orice școală.

Ce ar putea face părinții în legătură cu școala, în vederea stabilirii unei relații de comunicare și colaborare sănătoase, pe termen cât mai lung:

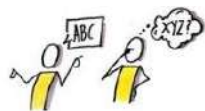
- a. Să realizeze și accepte faptul că în rolul lor de părinți trebuie să fie vizibil, respective ca ei să fie activi în educația copilului. Responsabilitățile părintești cresc și se diversifică când copilul începe școala și nu scad, așa cum am putea crede la început;
- b. Să participe fizic atât la școală dar și acasă la educația copilului dar, mai ales, să-i ofere copilului sprijin moral, educațional și material pe termen lung cât mai lung;
- c. Să analizeze rolul, responsabilitățile și îndatoririle părintești așa cum sunt menționate în *Legea educației*, să discute cu echipa școlii despre acestea;
- d. Să aibă răbdare să descopere diferite modalități de a-și ajuta copilul, chiar dacă la începutul școlarizării părintele ar putea crede că nu știe sau nu poate să ajute la teme ori la școală pentru nu este profesor sau specialist în domeniu;
- e. Să analizeze și să caute să înțeleagă rolul dar și situația pe care o are școala în comunitatea respectivă:
 - ✓ ce poate face școala pentru copilul lui dar și pentru alții din afara ei (adulții, persoanele mai în vârstă din comunitate)
 - ✓ ce nevoi de sprijin are școala din partea părinților pentru a putea face cât mai multe lucruri în interesul copiilor dar și al comunității
 - ✓ care sunt problemele dificile ale școlii în comunitate și la care părinții ar putea ajuta
 - ✓ care dintre profesori au nevoie de ajutor și ce fel de ajutor din partea părintelui
 - ✓ cum și cu ce ar putea ajuta școala să își îmbunătățească relația cu comunitatea (să transmită mesaje către membri comunității, să organizeze întâlniri tematice, să pună la dispoziție baza materială pentru diferite evenimente relevante ale comunității, etc).
- f. Să găsească persoana de legătură cu școala și să mențină cu aceasta o legătură sănătoasă;
- g. Să stabilească cu alți părinți și școala exemple de acțiuni concrete de comunicare și sprijin al școlii în funcție de nevoile și posibilitățile pe care le are fiecare părinte;
- h. Să se implice cât mai mult în întrunirile părinților realizate la nivel de clasă, școală (Comitetul de părinți, Adunarea Generală a părinților, Consiliul de Administrație);
- i. Să aibă deschiderea și încrederea că prin comunicare și cooperare sănătoasă cu școala copilului, prin sprijin constant pentru educația copilului de la școală și de acasă va face cea mai bună investiție pentru viitorul și binele copilului lui.

Activitatea 7. (Exercițiu) - *Cum pot ajuta eu școala din comunitatea mea?*



În grupuri de 3-4 persoane discutați și stabiliți 2-3 nevoi sau probleme ale școlii din comunitate în rezolvarea cărora vreți și vă puteți implica. Rețineți problemele și soluțiile prezentate de celelalte grupuri

Activitatea 8. (Prezentare) - *Motivația pentru învățare*



Motivația reprezintă explicațiile pe care ni oferă o persoană atunci când întrebăm de ce se face un anumit lucru.

Dacă înțelegem ca părinți nevoia de educație și frecventare a școlii nu înseamnă că și copilul va avea aceeași părere sau înțelegere a nevoii de a învăța. Tot părinții vor fi cei care îi vor sprijini pe copii să își mențină și dezvolte explicațiile (motivele și motivația) pentru care vor merge zilnic la școală și se vor mobiliza să învețe și să obțină rezultate cât mai bune.

Motivația pentru școală și învățare se referă la ce anume îl determină pe un copil să participe și frecventeze școala și cursurile școlare, activitățile extrașcolare în comunitatea respectivă.

Motivele pe care le putem folosi să ne convingem copiii să se implice în educație:

- a. Școala și educația sunt activități foarte importante pentru un copil, îl ajută să aibă un prezent și un viitor plăcut și comod;
- b. La școală te simți foarte bine cu copii de vârsta ta: înveți dar poți să te și distrezi;
- c. Și alți copii de vârsta lui, din comunitate merg la școală și participă activ la educație;
- d. La școală poți afla lucruri noi de care nu auzi în altă parte sau acasă;
- e. Dacă vrei să fii apreciat de colegi sau în comunitate, școala te poate ajuta: un elev cu rezultate bune la școală sau un tânăr școlit va fi totdeauna apreciat în orice situație;
- f. Ca să ai un loc de muncă trebuie să înveți o meserie. Școala te poate ajuta să înveți cele mai multe informații și abilități ca să poți meseria pe care o dorești;
- g. Dacă nu ar fi fost necesară școala într-o comunitate, nu s-ar fi inventat, probabil. Șansele de a deveni un om realizat (meserie, bani, respect, casă, mașină, altele) pentru un absolvent de școală sunt mult mai mari decât pentru un copil care nu reușește să termine școala.
- h. Modul în care arată realitatea acum ne obligă pe toți să încercăm să ne adaptăm rapid. Școala ne poate ajuta să ne adaptăm mai repede și mai bine unei realități care se schimbă rapid.

Agenda mea – evaluarea zilei

Prezentați o idee pe care ați reținut-o despre ce pot face părinții din comunitatea dvs pentru școala copilului dvs.

Agenda mea – tema pentru acasă

Motivația pentru școală a copilului meu

- (1) Discutați cu copilul și vedeți care sunt motivele pentru care își dorește să frecventeze școala.
- (2) Ce meserie vrea să învețe? Cât de multă școală dorește să facă?

2.4. ASUMAREA ROLULUI DE PĂRINTE PENTRU SPRIJIN ÎN ÎNVĂȚARE

Provocare: Rolul părintelui - actor sau observator?



Obiective

- Identificarea și prezentarea de responsabilități parentale noi, ca urmare a intrării copilului la școală sau trecerii la clasa a V-a/ciclul gimnazial;
- Stimularea / facilitarea unor discuții care să genereze conștientizarea și analizarea nevoilor reale ale copiilor de a fi sprijiniți de părinți pentru o relație sănătoasă cu școala și cu educația;
- Discutarea unor direcții posibile de sprijin al părinților pentru copiii lor, în raport cu școala/învățarea.

Agenda întâlnirii

Timp (min.)	Temă	Mod de organizare
5	Reactualizare întâlnirea anterioară	Frontal
15	Călătorie în trecut (întrebări) - contribuția familiei în educația mea	Discuție facilitată Exercițiu
15	Părinții – principal sprijin al educației în context școlar	Prezentare
20	Responsabilități școlare ale părinților	PrezentareExercițiu
20	Direcții generale de sprijin pentru învățare	Prezentare
10	Evaluarea zilei: ce am găsit util în discuția de azi	Frontal
5	Tema pentru acasă	Frontal

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Definire rol părinte:** sprijin constant, monitor/observator, comunicator;
- ✓ **Analiză posibilități de sprijin** pentru învățare /exercitare rol parental de suport;
- ✓ Concepte: **rol parental/reponsabilități** de sprijin.

Activități practice

Activitatea 1. (Exercițiu) - *Contribuția familiei în educația mea*



În grupuri de 3-4 persoane, părinții vor analiza, discuta și prezenta timp de 5 minute câteva idei pe unui setului de întrebări (de mai jos). Vor analiza mai ales răspunsurile ultimelor trei întrebări, încercând să identifice contribuția chiar li minimă a familiei lor în educația fiecăruia.

Sugestie: Întrebările au rolul de a stârni la nivelul părinților acceptarea și înțelegerea rolului lor de “părinți prieteni ai școlii și educației copiilor lor” și să înțeleagă că au posibilitatea să-i sprijine pe copii, indiferent de statutul social, nivelul de educație, etc. Ideea centrală a discuțiilor trebuie să fie că orice elev, pentru a avea rezultate pozitive la școală, are foarte nevoie mai ales de motivație și de încurajări permanente ale părinților. Sprijinul părinților trebuie să fie la început mai ales moral (emoțional) și sub forma unor sugestii despre cum anume ar putea copilul să depășească diverse îngrijorări sau frici cu care acesta se întâlnește la școală.

Posibile întrebări:

1. Ce mi-a plăcut cel mai mult când eu mergeam la școală/grădiniță?
2. Ce mi-a plăcut cel mai puțin ?
3. Cum/când/pentru care motiv veneau părinții mei la școală sau la grădiniță?
4. Cât de mult m-au încurajat părinții mei pentru a merge la școală și cum au făcut-o?
5. Ce și cum pot face eu să îl ajut pe copilul meu la școală?

Activitatea 2. (Prezentare) - *Părinții - factor cheie de sprijin al școlii și educației*



Cu sprijinul educației primite la școală și pe baza dorințelor, puterilor și hotărârii lor, copiii pot obține diferite mici realizări ca școlari. Reușita fiecărui copil va diferi în funcție de dorința și puterea lui de a se implica în educație dar mai ales de hotărârea familiei/părinților de a-l ajuta să învețe să profite cât mai mult de ceea ce îi oferă școala.

Idei pentru părinții care doresc să ajute școala:

- ✓ Ca un copil să poată ajunge o persoană realizată și “cu școală”, părinții trebuie să înțeleagă și să se preocupe începând din primul an de viața de educația lui.
- ✓ Chiar dacă școala este o instituție specializată pentru educație și învățare, de una singură nu poate asigura tot ce este necesar ca un elev să reușească.
- ✓ Părinții elevilor sunt cei care împreună cu școala, au responsabilitatea susținerii copiilor pentru a învăța. Părinții prin educația de acasă au responsabilitatea de a continua acasă educația promovată la școală fiind cei care permanent și colaborare cu școala trebuie să găsească căile potrivite de a-i îndruma pe copii către școala și educație, de a-i convinge de importanța implicării lor directe în propria învățare.
- ✓ Sprijinul direct al părintelui se observă atunci când părintele ia în serios etapa școlarității copilului, se preocupă în mod vizibil acasă și la școală să ajute copilul și școala în funcție de posibilitățile pe care le are.

- ✓ Sprijinul indirect pentru școală și educație constă în asigurarea tuturor condițiilor necesare unui copil ca el să poată participa la educație (condiții decente de mediu de acasă, odihnă, hrană, transport și prezență fizică în clasă).

Activitatea 3. (Discuție) - *Responsabilități școlare pentru părinte (înseamnă):*



- Să avem o atitudine și un comportament de încurajare pozitivă a copilului acasă în legătură cu școala, învățarea, învățătorii/ profesorii;
- Să ținem-menținem o legătură de comunicare strânsă și deschisă cu învățătoarea / dirigintele, profesorii și directorul școlii, să discutăm cu aceștia despre orice îngrijorare pe care o avem în legătură cu copilul. O comunicare bună a părinților cu școala îi fereștepe copii de probleme școlare și contribuie la construirea unei stări pozitive de învățare;
- Să supraveghem copiii în realizarea temelor și a altor sarcini, să îi încurajăm să lucreze și să interacționeze cu alți colegi cât mai mult posibil;
- Să demonstrăm respect și bună cuviință (maniere) față de alții din școală și comunitate, inclusiv față de personalul școlii – cadre didactice, personal administrativ;
- Să se străduim să le asigurăm copiilor odihna, hrana, îngrijirea necesare, astfel încât ei să poată frecventa și participa activ la școală;
- Să înțelegem posibilitățile și rezultatele școlare ale copilului, să fim dispuși să discutăm cu personalul școlii îngrijorările reciproce;
- Să fim un model pozitiv de comportament atunci când mergem la școală.

Rolul părinților în raport cu școala:

- ✓ Cu toții învățăm să fim părinți și cum să îi ajutăm pe copii în diverse situații, în timp ce ei cresc. Când copiii merg la grădiniță și la școală, descoperim cerințele noi ale vieții de școlari, ce li se cere la școală, ce trebuie să învețe, cum și cu ce îi putem ajuta pentru a învăța și a se descurca cât mai bine.
- ✓ Ca părinți înțelegem în timp cum trebuie să ne comportăm și că trebuie să ne sprijim copilul și în relație cu școala.

Retinem:

- ✓ Odată deveniți părinți, suntem direct responsabili să le asigurăm copiilor noștri nevoile de bază de îngrijire: hrană, condiții decente de locuit, odihnă, igienă, sănătate, interacțiune și afecțiune.
- ✓ Deși am crede că odată ajunși la clasa pregătitoare, la școală, am scăpat de griji părintești și responsabilități, realitatea este diferită. Pe măsură ce cresc, nevoile copiilor noștri se înmulțesc și diversifică. La fel și rolul nostru de părinți se modifică și completează în funcție de noile nevoi ale copiilor. De fapt, ca părinți, va trebui să preluăm responsabilități și sarcini suplimentare, dat fiind faptul că și copiii vor avea preocupări noi odată cu intrarea la școală. Școala nu preia responsabilitățile noastre, ci ne oferă ocazii noi, suplimentare, de diversificare a rolului de părinți. Sarcinilor părintești din perioada dinaintea școlii (din etapele ante-preșcolare și preșcolare) li se adaugă altele.

- ✓ Părinții rămân responsabili de comportamentul civilizat al copilului în raport cu ceilalți și cu comunitatea (manierele) dar preiau și responsabilitățile care privesc frecventarea școlii și pregătirea cât mai bună pentru rezultate școlare cât mai bune.
- ✓ Un copil bine pregătit de acasă și de la grădiniță pentru școală se va bucura și simți bine în noul lui rol de școlar. Așa cum ați discutat în întâlnirile anterioare, fiecare părinte ar trebui să se informeze din timp, de la grădiniță sau din surse proprii despre cunoștințele și informațiile minime, ceea ce trebuie să cunoască copilul la intrarea la școală.
- ✓ Copiilor care au mers constant și care au cunoștințe de bază învățate la grădiniță le va plăcea mai mult și le va fi mai ușor la școală. Mersul la grădiniță îi pregătește pe copii pentru ce urmează și ajută să evite frica de eșec și respingerea colegilor la școală.
- ✓ Începerea școlii trebuie să fie un success și o activitate plăcută, motivantă pentru copii. Părinții vor discuta cu copiii despre cât și de ce este importantă școala pentru el/ea, de ce este necesar ca fiecare om, copil să meargă la școală

Activitatea 4 (Prezentare) - *Direcții generale de sprijin pentru învățare*



1. Să-i învățăm pe copii să asculte activ, să acorde atenție sugestiilor părintești și să le urmeze;
2. Să le explicăm copiilor că eșecul (greșeala) stă de fapt la baza succesului și a rezultatelor pozitive;
3. Să le transmitem copiilor ca învățarea și ideea de a învăța este ceva plăcut;
4. Să-i încurajăm pe copii să facă ce le place, să își urmeze pasiunile;
5. Să încercăm să îi ajutăm să înțeleagă importanța materiilor pe care le studiază la școală, chiar dacă apar la început dificile;
6. Să îi motivăm folosind ca argument consecințele faptelor (efectele acțiunilor lor) și nu pedeapsa
7. Să ne folosim cât mai mult de joaca copiilor, și jocuri pentru a-i ajuta în învățare;
8. Să-i ajutăm să își dezvolte o gândire profundă în loc de o gândire superficială și simplistă;
9. Să-i învățăm tehnici de deconectare și relaxare de la lucru-teme;
10. Să-i învățăm să fie empatici.

Ce responsabilități părintești (noi) apar când copilul merge la școală:

- (1) **Să-i învățăm pe copii să asculte și să urmeze (aplice) sugestiile primite.** Este important să ne asigurăm că mesajul pe care vrem să îl transmitem copilului este înțeles de acesta. Ca un copil să înțeleagă corect intenția și mesajul comunicat de părinte, este necesar ca părintele să se auto-verifice dacă:
 - a. Este direct în comunicare: face afirmații, dă îndemnuri directe, în loc să-i adreseze întrebări sâcâietoare copilului; spre exemplu: *"Te rog să te așezi la masă"*, în loc de a-l întreba *"Te așezi mai repede să faci temele?"*;
 - b. Este aproape de copil și se uită unul la celălalt când vorbesc, au un ton potrivit în conversație;
 - c. Folosește instrucțiuni clare pentru ce are de făcut copilul și nu general; spre exemplu: *"Te rog să*

începi să scrii compunerea” în loc de „Fă-ți temele”;

- d. Mesajul și discuția sunt potrivite vârstei copilului. Părintele transmite mesaje cât mai simple iar pentru copiii mai mari nu folosesc tonul autoritar;
- e. Oferă câte o instrucțiune pe rând și nu mai multe deodată;
- f. Oferă explicații simple și logice pentru ce îi cere copilului să facă. Explicarea motivelor pentru care le cerem copiilor să facă anumite sarcini ajută mai departe copilul să asculte activ sarcinile și explicațiile date de părinte;
- g. Îi lasă copilului puțin timp să reflecteze la ceea ce îi cere să facă în loc să repete de prea multe ori; copilul se va obișnui să asculte părintele și să se concentreze mai bine la ce are de făcut.

(2) *Să le explicăm copiilor că eșecul stă de fapt la baza succesului și rezultatelor bune din orice domeniu.*

Copiii au nevoie să înțeleagă învățarea celor mai multe unor lucruri noi începe de la un eșec. Orice lucru nou învățat de un om sau copil are legătură cu ceva ce nu a cunoscut sau pe care nu l-a putut face. Până când va reuși să meargă de unul singur sau să vorbească pe înțelesul celorlalți, un bebeluș va avea foarte multe încercări nereușite. Va avea multe eșecuri pe care le va depăși în pași mici cu fiecare încercare.

Îi vom ajuta pe copii să își dezvolte două puncte tari, abilități esențiale pentru reușitele lor viitoare:

- a. O mai mică frică față de eșec;
- b. Rezistență crescută ca să poată insista și relua încercările eșuate pentru ca în final să ajungă unde își propun (rezultatele așteptate).

Sugestie pentru părinți:

- i. *O discuție cu copilul despre nerealizările - eșecurile dvs din școală îl va ajuta să înțeleagă că acestea au avut rol de motivare pentru dvs și au contribuit la realizările dvs de mai târziu;*
- ii. *Nu insistați, nu puneți presiune nejustificată atunci când copilul dovedește că nu poate rezolva probleme la matematică sau că nu poate citi. În astfel de situații - problemă trebuie să căutați cauzele școlare ale acestor situații și să găsiți modalitatea potrivită de rezolvare, respectiv tipul potrivit de activități remediale și lucru suplimentar acasă pentru copil.*

(3) *Să facem ca învățarea și ideea de a învăța să fie o activitate plăcută de copii*

Dacă învățarea va fi înțeleasă de copil ca o corvoadă, va fi de o sută de ori mai grea. Părinții trebuie să explice copilului rostul învățării și legătura acesteia cu rezultatele lui bune, realizarea personală, sentimentul de satisfacție de mai târziu.

S-a constatat că atunci când învață cu bună dispoziție, copiii devin mai implicați, mai creativi și au mai multă răbdare când dau de greu sau când au teme dificile de făcut. Cheia succesului unui copil constă în a-l ajuta să dobândească o atitudine pozitivă și deschisă față de învățare în general și față de școală, în particular.

(4) *Să-i încurajăm pe copii să facă ce le place, să își urmeze pasiunile*

În lumea zilelor noastre este imposibil să fim buni la toate. Pentru copiii școlari este foarte important să fie foarte buni la câteva materii, de exemplu, sau la anumite activități în gospodărie (reparatul

electrocasnicelor, gătit, croitorie, etc). Dacă un copil este interesat mai mult și chiar bucuros să studieze o anumită disciplină, îi va fi mult mai ușor să obțină rezultate foarte bune în direcția respectivă. Deși avem tendința, ca părinți, să ne îngrijorăm din cauza rezultatelor școlare sau a lucrurilor la care nu sunt prea buni copiii noștri, pentru a-i ajuta, trebuie să îi apreciem și să îi încurajăm să insiste cu materiile sau activitățile plăcute/preferate și să încercăm ulterior să le direcționăm atenția și către activitățile sau materiile mai puțin apreciate.

(5) *Să îi ajutăm să înțeleagă importanța materiilor pe care le studiază la școală*

Deși anumite materii ar părea lipsite de importanță, copiilor trebuie să li se explice legătura acestora cu prezentul dar mai ales cu viitorul lor. În general, toate materiile studiate ar trebui să îi ajute pe copii să se descurce ma bine în viața reală, să exploreze și înțeleagă cum se întâmplă lucrurile în realitatea lor. Copiii și părinții își pot forma idei prconcepute/greșite despre lipsa de importanță a unor discipline precum istoria, geografia, biologia, desenul, etc. Aceste idei sunt periculoase și îi pot demotiva pe copii. Ei au nevoie să înțeleagă că trebuie să se folosească cât mai mult de tot ceea ce se întâmplă la școală, acestea fiind în interesul lor.

(6) *Să îi motivăm folosind ca argument consecințele faptelor și nu pedeapsa*

Despre consecințele logice ale faptelor am discutat și în secțiunile anterioare. Copiii vor fi mai motivați să învețe și să se implice în activitățile școlare dacă înțeleg efectele propriilor acțiuni și beneficiile pe care le pot avea direct, în urma învățării.



Bibliografie

- a. <http://stalbanssc.vic.edu.au/parents/parents-roles-responsibilities/>

Agenda mea – evaluarea zilei

O idee utilă care a fost discutată astăzi și pe care vreau să o pun în aplicare.

Agenda mea – tema pentru acasă

- (1) Ce fel de părinte vreau să fiu pentru copilul meu? Cum îl pot ajuta cel mai bine?

2.5. STRATEGII DE SPRIJIN PENTRU ÎNVĂȚARE

Provocare: De ce au nevoie copiii de sprijinul părinților?



Obiective

- Evidențierea nevoii de sprijin din partea părinților pentru care copiii o au în relația cu școala și cu învățarea, mai ales în procesul de familiarizare și adaptare a copiilor la cerințele activității de școlar: programul zilnic;
- Prezentarea și discutarea unor direcții simple de sprijin pentru învățare care poate fi acordat copiilor;
- Discutarea ideii de implicare a părinților în organizarea programului zilnic al copiilor și pregătirea unei schițe de plan săptămânal de activități.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
5	Discuție reactualizare întâlnirea precedentă	Discuție frontală
15	Implicarea părinților – avantaje pentru copil	Prezentare Discuție frontală
10	Părinții - sprijin în învățare	Prezentare PPT Discuție frontală
20	Posibilități de sprijin ale părinților	Discuție frontală Exercițiu
15	Organizarea zilnică	Prezentare PPT Exercițiu
10	Avantaje organizarea zilnică	Prezentare PPT
5	Agenda mea - Evaluarea zilei	Frontal
10	Agenda mea - Tema pentru acasă: fișă de lucru (de bifat, completat împreună cu copilul organizarea programului săptămânal)	Frontal

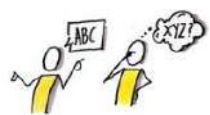
Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Implicarea părinților** – avantaje pentru copil;
- ✓ **Părinții** - sprijin și posibilități de sprijin pentru învățare;

- ✓ **Organizarea** mediului de învățare;
- ✓ **Avantajele organizării** zilnice a copiilor de către părinți.

Activități practice

Activitatea 1. (Discuție) - *Implicarea părinților în activitatea școlii*



În sens general, implicarea părinților în școală constă în colaborarea dintre familie – școală – comunitate și înțelegerea la nivelul părinților a beneficiilor pe care le pot avea în primul rând copiii lor în legătură cu activitatea de școlar, cu învățarea și educația.

IMPORTANT: Există o diferență clară în implicarea părinților în activitatea școlii și implicarea părinților în învățarea copiilor. Implicarea părinților în învățarea copiilor are un efect pozitiv deosebit. Aceasta contribuie totdeauna la schimbări pozitive în rezultatele de la clasă ale copiilor: înțeleg mai bine, iau note mai bune, devin mai apreciați, își doresc să poată învăța și mai mult. Implicarea părinților în activitatea școlii va contribui la crearea unei imagini pozitive a familiei și copilului, la nivelul clasei, școlii sau a comunității. Copilul capătă încredere în el, devine curajos și se poate imagina în situații încurajatoare.

Avantajele directe pentru copiii cu părinții implicați, care le oferă sprijin pentru învățare și în activitatea școlară, sunt efectele pozitive ale implicării asupra **rezultatelor școlare**, precum:

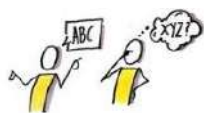
- a. Copiii se simt parte a unui grup de sprijin pentru învățare, nu se percep ca fiind singuri în relația lor cu școala;
- b. Copiii învață mai bine, devin mai motivați pentru școală și își pot îmbunătăți notele ușor;
- c. Copiii merg cu mai multă plăcere la școală, știind că școala și învățarea sunt apreciate de părinți;
- d. Copiii se pot mobiliza *“să facă”* mai mult și mai bine;
- e. Copiii vor dori să facă cât mai multă școală și vor frecventa școala regulat;
- f. Scade riscul abandonului școlar;
- g. Copiii își pot propune și vor munci (învăța) pentru a absolvi un nivel de învățământ cât mai avansat (spre exemplu, o facultate).

În afară de efectele “școlare”, implicarea părinților are efecte deosebite și la nivelul **dezvoltării personale a copilului (elevului)**:

- va capăta curaj și va deprinde abilități sociale mai bune;
- va avea un comportament respectuos;
- se va adapta mai bine la școală și în situații diferite;
- devine popular, apreciat și apare sentimentul de încredere și stimă de sine;
- simte competență personală și observă că poate reuși;
- va avea o implicare mai bună în activitatea școlară și va realiza importanța învățării pentru existența lui.

Cu cât părinții sunt mai implicați în educația și învățarea copiilor, cu atât mai mult crește și motivația copiilor și se conservă comportamentele plăcute ale acestora iar notele (rezultatele școlare) se

îmbunătățesc. Implicarea părinților nu trebuie să rămână doar o discuție, este unul dintre cele mai bune moduri de a-l influența pozitiv pe copil să rămână motivat pentru învățare la școală și acasă.



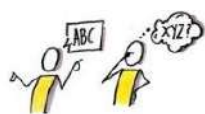
Activitatea 2. (Prezentare) - *Părintele – sprijin pentru învățare*

Chiar dacă învățarea apare înainte de a merge la școală și va continua până la finalul vieții, educația de tip școlar (școala) este una din sursele principale de învățare și dezvoltare a individului. Când suntem școlari învățarea se poate aprofunda acasă, cu ajutorul familiei și mai ales a părinților. Copiii au nevoie să fie sprijiniți în procesul de învățare și acasă. În timp ce profesorii explică copiilor la școală rostul învățării la diferite discipline și îi ajută să înțeleagă și învețe lucruri complexe și noi, acasă, copiii îi au drept facilitatori sau mediatori pentru învățare, uneori chiar “profesori” pe proprii părinți (sau bunici, frați, rude). “Profesorii de acasă” nu sunt în competiție cu cei de la școală. Părinții trebuie să susțină și completeze mesajele profesorilor de la școală, discutând și explicându-le copiilor cum să se folosească mai bine de cele învățate, cu prietenii, în comunitate și în „lume”, în general.

Este stabilit că influența sănătoasă și sprijinul părinților duce la rezultate bune pentru copii în plan personal, la școală dar și în relațiile sociale ale copiilor. Ca părinți avem obligația de a ne lua în serios rolul de educator și de a-l îndeplini cu hotărâre și curaj. Educația copiilor nu depinde doar de școală și de profesori. Părinții sunt principalii mediatori dintre școală și cum vor înțelege copiii să se folosească mai departe de învățare și de ceea ce le oferă școala. Noi suntem cei care pot deschide ochii și mintea copiilor ca să-și poată imagina viitorul și să se poată pregăti cât mai bine pentru acesta dar și cei care îi voi însoți în acest drum al devenirii personale.

- ✓ Învățarea apare înainte de a fi școlar și continuă la adult, pe parcursul întregii vieți;
- ✓ Când suntem elevi dobândim multe cunoștințe, învățăm să facem anumite lucruri: ne formăm abilități (citit, scris, vorbit în public, prezentat o idee, rezolvat o problemă);
- ✓ Școala este sursa principală de învățare a individului (profesori specializați, predare, materii);
- ✓ Învățarea continuă și acasă, părinții trebuie să sprijine copiii dar și școala pentru învățare;
- ✓ Părinții sunt cei mai apropiați fizic de copii, îi cunosc cel mai bine:
 - le înțeleg posibilitățile;
 - le cunosc momentele dificile, slăbiciunile;
 - înțeleg cum pot să îi sprijine pe copii;
- ✓ Sprijinul părinților pentru copil este esențial în învățare pentru că:
 - Îl ajută pe copil să înțeleagă sensul frecventării școlii și cum anume îl poate ajuta școala să își îndeplinească visul;
 - Îl ajută pe copil să observe că poate învăța și obține rezultate bune;
 - Părintele îi poate explica copilului la ce anume l-a ajutat școala atunci când a urmat-o sau de ce i-ar fi trebuit mai multă școală (calificare, meserie, loc de muncă, venit, independență etc);
 - Părerea părinților contează foarte mult pentru copii;
 - De obicei copii iau în seamă opiniile părinților atunci când realizează că părintele urmărește interesul lor, să îi ajute să se fie realizați.

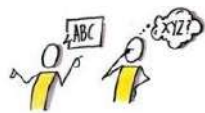
Activitatea 3. (Discuție facilitată) - *Posibilități de sprijin parental pentru școală*



Părinții trebuie să realizeze necesitatea asumării reale de către ei a rolului de părinte – sprijin al copilului și facilitator pentru învățare (și pentru preocupările școlare). Această activitate se va desfășura sub forma unei discuții facilitate, prin care părinții să ajungă la concluzia că ei își pot ajuta copiii în diferite moduri. O aprofundare a modalităților de sprijin se va realiza prin activitățile următoare ale întâlnirii.

Subiect: Cum îl pot ajuta pe copilul meu să înțeleagă mai bine că școala îl poate ajuta să își îndeplinească visele și să devină acel cineva?

Activitatea 4. (Prezentare) - *Organizare în programul copiilor sau dezorganizare*



Trăind într-o familie și o comunitate care apreciază școala și învățarea, copiii vor aprecia și ei nevoia de a învăța pentru a-și putea îndeplini o dorință sau un vis. Indiferent de nivelul de educație, situația socială sau financiară pe care o avem ca părinți, avem posibilitatea și datoria de a-i încuraja și sprijinii pe copiii noștri în realitatea lor cu școala și învățarea. Sprijinul pe care îl oferim copiilor arată de fapt cât și cum ne implicăm în educația și educarea lor, cât de mult dorim și ne mobilizăm să contribuim la împlinirea lor personală.

Ca părinți nu este nevoie să folosim mult timp sau să fi terminat școli speciale ca să-i ajutăm pe copii să aibă rezultate școlare bune (succes școlar).

Cu puțină mobilizare îi putem ajuta suficient de mult. Cel mai simplu mod de a ajuta copiii este la îndemâna oricărui părinte. Așa cum am discutat în alte întâlniri, este necesar să stabilim și urmărim (să repetăm) câteva rutine sănătoase care țin de organizarea timpului și a activității zilnice a copiilor, atunci când sunt acasă. Copiii au nevoie de hrană, odihnă și relaxare. În raport cu școala, copiii au nevoie să studieze și să își facă temele. Părinții care doresc rezultate bune pentru copii trebuie să îi sprijine acasă mai ales prin organizarea programului și sprijin suplimentar la teme, după cum poate fiecare.

Organizarea programului nu poate fi lăsată la voia întâmplării. Părinții trebuie să se asigure că există o situație clară a îndeplinirii nevoilor lui de bază (masă, relaxare, joacă, somn) dar și ce îi cere școala să facă pentru zilele următoare.

Părinții care își iau foarte în serios rolul de sprijin pentru învățare ar trebui:

- Să cunoască ce nevoi de bază are copilul (somn, odihnă – relaxare - joacă, hrană, socializare);
- Să evalueze nevoile copilului și să știe ce fel de sprijin pentru învățare îi poate oferi;
- Să facă împreună cu copilul anumite activități la care acesta nu se descurcă singur (spre exemplu să îi furnizeze idei și explicații suplimentare, acolo unde se preciepe părintele; să îl ajute la o temă care pare grea; etc);
- Să aloce (mai ales la clasa pregătitoare) timp de pregătire zilnică pentru școala de a doua zi și mai ales sprijin pentru efectuarea temelor;
- Să învețe constant cum să îi ajute copilul și cum să se organizeze mai bine ca părinte, să îi ofere sprijin.

Așa cum am discutat și în întâlnirile anterioare, pentru a avea rezultate vizibile și pozitive, copiii au printre altele nevoie de organizare. Părinții sau alți membri ai familiei vor asigura pentru copiii sprijin pentru cel puțin:

- a. organizarea timpului, energiei, efortului și relaxării (programului zilnic, personal al copilului);
- b. un spațiu din casă curat și dedicat fiecărui copil (spațiul sau colțul personal de acasă alocat lucrului copilului dvs) așteptări corecte dar și înalte privind școala și educația (ce dorește să se facă, cum crede că poate obține ceea ce își dorește să facă).

Avantaje ale organizării programului copilului

Spre deosebire de lipsa de organizare, care lasă programul și energia copiilor la voia întâmplării, iar la vârste mici nu îi ajută să obțină rezultate concrete, organizarea timpului, spațiului și programului cu sprijinul părinților îl face pe copil să înțeleagă legăturile dintre eforturile lui de implicare în diferite rutine și efectele acestor eforturi, care se observă rapid în învățare, în răspunsurile pe care le dă în clasă, în aprecierea învățătoarei, părerile colegilor, ceea ce știe mai mult cu fiecare săptămână în care el se străduiește etc.

Atragerea copilului într-un program organizat îl obișnuiește ca, atunci când crește și devine autonom, să își facă singur un plan de lucru, să își planifice timpul și energia și să nu amâne prea mult de azi pe mâine. Este esențial să învățăm copiii obiceiuri precum organizarea timpului, planificarea activităților zilnice și prioritizarea acestora, ajutându-i astfel să învețe să se organizeze singuri mai târziu. Organizarea de acasă este sarcina părinților. Când copiii cresc și dovedesc că au învățat să urmeze un program și chiar să se organizeze singuri, părinții îi pot lăsa pe aceștia să urmeze ceea ce au învățat. Copiii preiau de la părinți rolul și sarcina propriei organizări, cu mențiunea că momentul (vârsta) la care un copil se poate organiza singur poate să difere de la un copil la altul.

Activitatea 5. (Exercițiu în grup) - *Ce pot face eu pentru a-l sprijini pe copilul meu în legătură cu școala, cu învățarea*



Întrebări posibile:

- a. De ce au copiii nevoie de ajutorul părinților în legătură cu școala?
- b. Cum își pot ajuta părinții copiii pentru a avea o relație bună cu școala și cu învățarea?
- c. Cât de des discutați sau îl ajutați pe copil să se pregătească pentru școală? În fiecare săptămână, la câteva zile, la sfârșit de săptămână?
- d. Ce părere aveți despre organizarea unui program sau a unui plan zilnic de activități pentru copil?
- e. Cum îl poate ajuta părintele pe copil să își stabilească și să respecte un program zilnic?

Agenda mea – evaluarea zilei

Ce cred că pot face și eu acasă din ceea ce am discutat astăzi? La ce îl poate ajuta acest lucru pe copilul meu?

Agenda mea – tema pentru acasă

Rutina proiectării unui program zilnic. Încercați să îl ajutați pe copil să se obișnuiască cu ideea de a avea clar în minte felul în care se întâmplă activitățile lui în fiecare zi, mai ales din tipul anului școlar. Atunci când copilul va înțelege că va trebui să urmeze un program și se va obișnui cu ideea de program, va ști singur ce are de făcut și nu se va împotrivi rugăminților părinților. Părinții vor face programul împreună cu copilul și acesta din urmă îl va respecta. Orice schimbare în program înseamnă că părinții se vor consulta în primul rând cu copilul.

CAPITOLUL 3:

*relația școală – familie în sprijinul
copilului*



3.1: COMUNICAREA ȘCOALĂ – FAMILIE

Provocare: Părinții și școala se sprijină sau lucrează fiecare separat?



Obiective

În cadrul acestei întâlniri, părinții vor:

- Stabili ce înseamnă o relație de parteneriat părinți-școală;
- Discuta despre cum se poate construi un parteneriat de calitate părinți – școală;
- Analiza rolul comunicării părinți – școală și elementele care influențează calitatea comunicării.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
5	Reactualizare sesiune precedentă	Discuție frontală
15	Cum este percepută colaborarea de către părinți: ultima întâlnire pe care ați avut-o la școală, cu un cadru didactic care predă la clasa copilului dvs	Exercițiu în grup Discuție frontală
20	Parteneriat părinți – școala: definire, specific	Prezentare PPT Discuție frontală
15	Comunicarea părinți – școală	Prezentare PPT Discuție frontală
15	Alte elemente esențiale ale parteneriatului părinți - familie	Prezentare PPT Discuție frontală
10	Provocări ale parteneriatului	Exercițiu în grup Discuție frontală
5	Evaluarea zilei: 1 idee pe care am reținut-o despre: a. Parteneriat părinți – școală b. Comunicare părinți - școală	Discuție frontală
5	Tema pentru acasă: completare fișă	Discuție frontală

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Relație de parteneriat** – ce este, de ce este necesară;
- ✓ Cum se construiește un **parteneriat cu școala**;
- ✓ **Comunicarea** în general, comunicarea părinți – școală;

- ✓ **Provocări ale parteneriatului** părinți – școală.

Activități practice

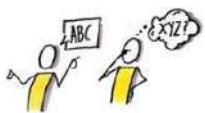
Activitatea 1. (Exercițiu) - *Cum colaborez eu cu școala?*



Scopul exercițiului este să pregătească grupul pentru identificarea elementelor esențiale ale construirii unei relații de parteneriat părinți – școală și să conștientizeze faptul că împreună cu școala, într-o relație de colaborare și comunicare sănătoasă, părinții îi pot sprijini semnificativ pe copiii să aibă un traseu școlar de succes.

- Părinții sunt invitați să se gândească și discute în grupuri de 3-4 persoane despre (i) modul în care percep relația cu școala dar și despre (ii) cum ar trebui să arate o relație constructivă între părinți și școală.
- Dacă este posibil, invitați părinții să noteze pe un caiet sau pe o foaie de flipchart cuvinte cheie, ca răspunsuri la întrebări. Părinții pot alege să răspundă verbal.
- Sarcina de lucru și setul de întrebări:
 - Descrieți ultima întâlnire pe care ați avut-o la școală, cu un cadru didactic care predă la clasa copilului dvs.
 - ✓ Folosiți 3 - 5 cuvinte (descriere, calificative) referitoare la ceea ce ați simțit.
 - ✓ Ce v-a plăcut cel mai mult/cel mai puțin?
 - Ce înseamnă sau cum ar trebui să arate, în opinia dvs colaborarea părinți – școală?
 - De ce este necesar ca părinții să colaboreze cu școala? Pentru ce?
 - Cum credeți că puteți contribui dvs/ce puteți face dvs în relație cu școala?
 - Cum ar putea contribui cadrele didactice în relația părinți – școală?
- Răspunsurile vor fi centralizate de formator pe o foaie flipchart sau pe tablă.

Activitatea 2. (Prezentare/discuție) - *Părinții - parteneri ai școlii*



Atunci când două sau mai multe persoane sau grupuri de persoane se mobilizează să îndeplinească împreună un obiectiv comun, se formează un parteneriat. Îndeplinirea obiectivului comun înseamnă mai ales *cooperare* și *împărțirea responsabilităților* între participanții la parteneriat.

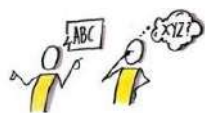
Momentul în care devenim părinți înseamnă printre altele și preluarea rolului de primul și cel mai important educator sau profesor al copilului nostru. Când copilul merge la școală, părinții și școala devin parteneri într-un proces mai lung, despre care ambele părți își doresc deopotrivă să se încheie cu rezultate bune pentru copil. Cei doi parteneri (părinții și școala) vor avea drepturi clare dar și responsabilități iar obiectivul parteneriatului format este de fapt educația și dezvoltarea copilului.

Parteneriat de calitate cu școala

O colaborare bună între școală și părinți presupune implicare și comunicare de ambele părți, punerea la dispoziție a cunoștințelor și resurselor care sunt necesare din ambele direcții pentru educația copilului. Elementele necesare construirii unui parteneriat puternic părinți – școală:

- i. Să funcționeze o comunicare sănătoasă între părinți și școală (cu echipa școlii: învățătoare, diriginte, corpul profesoral, echipa managerială)
- ii. Să existe o relație de onestitate, responsabilitate și încredere reciprocă părinți - echipa școlii
- iii. Să existe respect reciproc
- iv. Să fie o implicare a reciprocă a partenerilor în relația de colaborare
- v. Să fie recunoscută contribuția fiecăruia în cadrul parteneriatului
- vi. Să existe toleranță (răbdare) pentru a o lua de la capăt în situații limită

Activitatea 3. (Prezentare/discuție) - Comunicarea părinți – școală, element esențial al unei relații de parteneriat



Comunicarea este fost definită ca un proces de oferire și primire a unui mesaj între două părți sau persoane, astfel încât ambele părți implicate în comunicare să înțeleagă mesajul transmis. O comunicare va conține întotdeauna:

- a. un transmitător al mesajului (cel care vorbește sau scrie mesajul)
- b. un mesaj (ce se transmite)
- c. un receptor (cel care primește sau ascultă ori citește mesajul).

Comunicarea este o abilitate învățată. Majoritatea oamenilor se nasc cu capacitatea de a vorbi dar nu toți pot comunica bine fără să facă eforturi de dezvoltare și perfecționare a acestei abilități. Foarte des credem că este foarte simplu să comunicăm unii cu alții și nu înțelegem cât de complex este în realitate procesul de comunicare.

Relația părinți – școală se bazează foarte mult pe comunicare. Comunicările sunt transmise de obicei de școală către părinți iar conținutul mesajelor acestora este despre activitatea, rezultatele și comportamentul copiilor sau activitățile organizate de școală. Atunci când părinții răspund în mod pozitiv comunicării inițiate de școală se pot pune bazele unei relații de cooperare de durată în beneficiul elevilor. Comunicarea trebuie însă să se producă și dintre părinți spre școală. Comunicarea cu școala și cadrele didactice este un drept dar și o datorie a părinților. În timp ce vor participa la construirea unei relații de colaborare, părinții se vor obișnui și vor învăța cum să aibă inițiativa comunicării cu școala și nu doar să aștepte să fie informați.

Din păcate, suntem obișnuiți să vorbim mai mult decât să ascultăm. Observăm des în comunicare că răspunsurile nu prea au legătură cu întrebările adresate și că, într-un dialog sau comunicare, mesajele se transmit în paralel. În „meseria” de părinte, ascultarea este un factor de care depinde succesul relațiilor cu școala și ar fi bine să îi acordăm importanță sporită.

Sugestii pentru cel care ascultă:

- a. Ascultați, arătați interes, acordați toată atenția dvs celui care vorbește;
- b. Adresați întrebări pentru a verifica dacă ați înțeles corect, dar nu faceți un interogatoriu;
- c. Evitați să întrerupeți persoana care vorbește; lăsați-l pe cel care vorbește să termine ce are de spus înainte de a vă spune punctul de vedere;
- d. Evitați să vă înfuriați doar pentru că cealaltă persoană nu este de acord cu dvs;

- e. Încercați să aflați de ce cealaltă persoană are anumite idei și opinii diferite de ale dvs.

Sugestii pentru cel care vorbește:

- a. Transmiteți un mesaj clar către cel cu care comunicați;
- b. Fiți atenți la modul de a vorbi (tonul vocii, expresia facială, etc.);
- c. Nu lăsați discuția să se transforme în ceartă sau critici repetate, fiți calmi, arătați politețe și răbdare;
- d. Nu monopolizați discuția, permiteți și celuilalt să vorbească;
- e. Dovediți respect pentru celălalt și evitați cuvintele jignitoare;
- f. Nu presupuneți că celălalt vă înțelege corect, verificați dacă a înțeles mesajul dvs;
- g. Nu încercați să vă impuneți propriile idei. Explicați celelalte persoane motivele pentru care susțineți o idee, fiți corect, direct, prezentați-vă ideile și sentimentele despre problema care vă preocupă;
- h. Oferiți opinia dvs ca informație și nu ca singurul adevăr posibil. Trebuie să luați în considerare și opinia celuilalt;
- i. Evitați să discutați doar aspectele negative ale situației care vă preocupă. Discuția trebuie să fie despre rezolvarea problemei și nu o critică nesfârșită a celuilalt partener de discuție.

Sugestii pentru părinți în asigurarea unei comunicări sănătoase cu școala

- a. Prezentați-vă învățătorului/cadrelor didactice și personalului școlii cât mai curând, în apropiere de începerea anului școlar. Puteți merge la școală pentru o întâlnire scurtă în care să vă prezentați (sunt mama/tatăl lui x). Comunicați-le celor de la școală că așteptați și sunteți interesați să vă implicați într-o relație de parteneriat. Veți oferi un mesaj foarte bun pentru comunicarea viitoare dintre dvs și echipa școlii.
- b. Stabiliți care sunt cele mai bune momente de comunicare cu personalul școlii. Evitați să propuneți întâlniri când elevii sunt la clasă (cadrele didactice nu pot sta de vobă). Există anumite zile și ore pentru consultații cu părinții, stabilite de către școală, pe care trebuie să le folosiți. Dacă aveți o urgență, puteți transmite un mesaj secretariatului școlii. Planificați-vă împreună cu învățătoarea / profesorul ora și ziua pentru discuții (consultații) individuale.
- c. Încercați să aflați care este cea mai bună cale de comunicare cu un cadru didactic. Întâlnirile față în față sunt cele mai obișnuite situații de comunicare părinți – școală. Unele cadre didactice preferă comunicarea la telefon, altele folosesc bilețele sau scrisori. Ședințele cu părinții sunt ocazii foarte bune de comunicare dar acestea se referă la întreaga clasă și nu la aspectele particulare ale situației copilului dvs.
- d. Verificați cu copilul dacă învățătoarea/profesorul/dirigintele/directorul v-a transmis vreun mesaj. Încercați să vă informați cât de des puteți despre noutăți legate de activitatea școlii (de la secretariat sau de la avizierul școlii).
- e. Comunicați cu cadrele didactice despre situația de acasă care ar putea afecta copilului dvs comportamentul sau rezultatele școlare. Nașterea unui frate, îmbolnăvirea unui părinte ori decesul cuiva apropiat, al animalului preferat – sunt situații care îl pot afecta negativ pe copil.

Odată informate despre evenimentele din familie, cadrele didactice pot face anumite ajustări ale temelor sau pot oferi copiilor sprijin suplimentar educational sau emoțional.

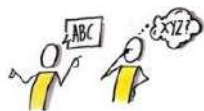
- f. Când sunteți supărat sau nu înțelegeți ce se întâmplă cu copilul dvs la școală, solicitați o întâlnire și adresați întrebări pentru a vă lămurii situația și nu vă grăbiți să formulați afirmații sau acuzații la adresa cadrelor didactice. Este bine să vă abțineți să judecați situațiile pe baza unor informații incomplete. Solicitați profesorului să vă explice ce crede că s-a întâmplat.
- g. Rețineți că tonul vocii dvs, expresia feței (mimică) și limbajul corpului vorbesc mai mult decât vorbele pe care le spuneți celor cu care comunicați. Este bine să vă asigurați că vorbiți calm și pe un ton blând, politicos cu profesorul respectiv dar că îi împărtășiți totodată toate îngrijorările dvs.
- h. Fiți un ascultător bun și oferiți-i celui cu care discutați toată atenția. Nu-l întrerupeți și nu vorbiți peste celălalt, lăsați-l să termine ce are de spus și apoi interveniți și dvs.
- i. Luați informațiile pe care le ascultați ca opinii. Dacă cineva vă prezintă o opinie personală ca pe un fapt ("copilul dvs nu învață"), în loc să argumenteze, cereți informații de la profesor care să susțină afirmația.
- j. Când discutați cu personalul școlii puteți folosi termenul "noi" referindu-vă la eforturile comune pe care le faceți împreună cu școala pentru educația copilului dvs. Dacă folosiți doar termenul "dvs", comunicarea pe care o stabiliți va fi ofensatoare și îl va face pe profesor să se simtă acuzat. Un profesor care se simte acuzat nu va putea coopera foarte ușor cu părinții.

Activitatea 4. (Exercițiu individual) - *Cum pot comunica mai bine cu școala?*



Identificați căi și modalități prin care puteți comunica mai bine cu școala.

Activitatea 5. (Prezentare/discuție) - *Alte aspecte esențiale ale unui parteneriat de calitate părinți - școală*



a. Onestitate, responsabilitate și încredere reciprocă

- i. Oferiți și solicitați școlii informații complete și corecte despre activitatea și rezultatele copilului dvs;
- ii. Țineți-vă aganjamentele față de școală și cadrele didactice. Rețineți datele la care dvs și școala ați stabilit consultări, ședințe comune cu părinții și asigurați-vă că veți participa la acestea. Dacă nu puteți ajunge anunțați din timp la școală pentru o replanificare;
- iii. Păstrați confidențialitatea informațiilor comunicate de personalul școlii; În discuțiile cu dvs, școala sau cadrele didactice vă vor comunica informații mai deosebite și care trebuie păstrate între cei implicați în comunicare (despre copilul dvs sau colegii lui, despre situația de acasă a unuia dintre copii, etc). Când primiți astfel de informații confidențiale înseamnă că școala are încredere în dvs dar și vă arată încrederea pe care o meritați punându-vă la dispoziție informații deosebite.
- iv. Încrederea totală părinți – școală se realizează în timp. Aveți răbdare și dați-le voie partenerilor dvs (personalului școlii) să fie mai rezervați la începutul relației du dvs, să aibă

îndoieli. Comportați-vă ca și când sunteți în aceeași echipă dacă nu s-a întâmplat altceva care să vă împiedice să faceți acest lucru.

b. Respectul reciproc

- i. Comportați-vă și tratați personalul școlii cu același nivel de considerație și respect pe care dvs îl așteptați de la ei;
- ii. Nu uitați că părerile pe care le exprimați în legătură cu școala și cadrele didactice vor fi preluate și de copilul dvs. Opiniile pe care le va avea copilul dvs despre școala și profesorii săi îi vor afecta în mod direct rezultatele școlare.
- iii. Ca membru și partener în relația școală - părinți – comunitate trebuie să respectați nevoile, îngrijorările și problemele tuturor elevilor și cadrelor didactice chiar și atunci când interveniți pentru nevoile propriului copil.

c. Participare reciprocă

- i. Cea mai importantă contribuție ca părinte, în cadrul parteneriatului părinți – școală, este ceea ce faceți în afara școlii pentru a-l pregăti pe copil pentru școală și a-l sprijini prin susținerea implicării lui în învățare și a mesajelor transmise de școală în acest sens.
- ii. Stabiliți modalitatea prin care să contribuiți la activitățile de la clasă sau în cadrul parteneriatului în funcție de ceea ce vă place, priceperile dvs și timpul pe care îl aveți disponibil. Spre exemplu, dacă vă pricepeți bine la gătit sau cusut, propuneți-le cadrelor didactice să vă implice în activități la clasă sau ale școlii (pregătire de murături la borcan în cadrul orelor de științe sau tehnologie, croit și decorat săculeți individuali pentru echipament de sport sau obiecte personale la orele de arte, etc. Dacă vă place organizarea, puteți să planificați evenimentele clasei);
- iii. Profitați de diferite ocazii pentru a ajuta voluntar la evenimentele organizate de școală. Voluntariatul vă oferă șansa de a vă întâlni și cu alți părinți, elevi și membri ai personalului școlii, de a vă simți implicați în comunitatea școlară. Prin acțiuni de voluntariat veți oferi un mesaj puternic despre valoarea pe care o dați dvs școlii și dați un exemplu foarte bun copilului dumneavoastră.
- iv. Comunicați școlii dorința dvs de a contribui chiar dacă nu puteți participa fizic. Dacă sunteți ocupat și este imposibil să participați în timpul programului școlar, vă puteți implica în acțiuni de acasă precum decupat de materiale, lucru în diferite proiecte ce se pot realiza acasă cu copilul (invitații, afișe, planșe, diferite obiecte) și trimite apoi la școală;
- v. Puteți lua în considerare să vă implicați într-unul dintre grupurile de lucru ale părinților, organizate pe lângă școală. Implicarea părinților este necesară mai ales pentru a exprima nevoile, întereșele și îngrijorările diferite ale părinților.

d. Recunoașterea contribuțiilor fiecărui partner.

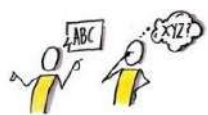
Apreciați-i pe ceilalți când își fac treaba bine. Un bilețel scris de mână dvs cu un mesaj scurt este întotdeauna un mesaj încurajator și motivator pentru învățător. Durează câteva minute să scrieți un mesaj de mână sau electronic care să aprecieze munca celui învățător. Mesajul de apreciere a învățătorului

poate fi transmis și directorului școlii, dând astfel un semnal puternic despre dorința de comunicare și apreciere a relației cu școala.

e. Toleranță (răbdare), disponibilitate pentru acordarea unei a doua șanse relației de parteneriat

- i. Când se întâmplă greșeli, încercați să le rezolvați rapid și complet. Mergeți mai departe, scopul dvs. este să vă folosiți energia și efortul în acest parteneriat pentru reușita educației copilului dumneavoastră.
- ii. Încercați să vedeți fiecare nou an școlar ca pe o ocazie de început nou pentru toți cei implicați, indiferent de conflictele din trecut.

Activitatea 6. (Prezentare/discuție) - *Provocări ale parteneriatului părinți – școală*



Uneori, în cadrul relației de cooperare părinți – școală, se manifestă opinii și păreri diferite, sub forma unor momente dificile care nu conduc la niciun rezultat pozitiv. Relațiile de parteneriat se blochează, comunicarea nu mai funcționează. În timp, provocările pot duce la conflicte. Momentele dificile într-un parteneriat sunt cumva firești și pot avea diferite cauze. Situații sau cauze posibile ale tensiunilor în cadrul unui parteneriat:

- a) *Așteptări, păreri și opinii diferite ale partenerilor;*
- b) *Cunoștințe inegale sau putere inegală;*
- c) *Confuzii sau neînțelegeri ale rolurilor și responsabilităților;*
- d) *Gestionarea conflictului.*

a. Așteptările, părerile și opiniile diferite ale partenerilor.

Copiii și nevoile lor sunt complexe și diferite. Tocmai de aceea este important ca educația lor să fie făcută prin utilizarea mai multor opinii și viziuni, nu doar a școlii. Diferențele între parteneri sunt de fapt aspectul cel mai important al relației de parteneriat părinți – școală. Este firesc ca membrii unui parteneriat de acest fel să aibă opinii și așteptări oarecum diferite. Diferențele se datorează rolurilor diferite. Parteneriatul este structura care va valorifica opiniile și așteptările diferite ale partenerilor.

Parteneriatele se bazează pe ce poate fiecare să pună la dispoziție, pe experiența și expertiza fiecăruia. În relația de parteneriat părinte-școală, părintele este expert în nevoile copilului său. Fiecare cadru didactic partener se pricepe și mai multă experiență în legătură cu un anumit aspect școlar. Fiecare partener poate învăța de la celălalt despre cum să asigure împreună nevoile de educație și dezvoltare ale copilului.

b. Cunoștințe inegale sau putere inegală ale partenerilor.

În timp ce părinții au mai multe cunoștințe despre copilul lor, ei sunt adesea dezavantajați atunci când este vorba de cunoașterea sistemului educațional în general. Este important ca părinții să înțeleagă drepturile și responsabilitățile lor și cum funcționează sistemul de educație. Cereți și citiți materialul informativ al școlii dvs pentru părinților.

c. Neînțelegeri ale rolurilor și responsabilităților.

Dificultățile în parteneriate sunt adesea generate de la neînțelegeri privind rolul fiecărui partener și cine este responsabil pentru diverse sarcini. Puneți întrebări pentru a afla cine din școală poate lua

decizii cu privire la diverse probleme. Aflați care este structura de luat decizii și de coordonare în cadrul parteneriat și încercați să adresați întrebările sau preocupările dvs. persoanei potrivite.

d. Gestionarea conflictului.

- i. Asigurați-vă că, atunci când nu sunteți de acord cu o opinie, nu veți fi reacționa într-un mod neplăcut pentru celălalt. Separați persoana cu care discutați de problema cu care nu sunteți de acord. În cele mai multe cazuri, dvs. și copilul veți avea o relație permanentă cu școala, după ce conflictul a trecut. Este în primul rând în interesul copilului dumneavoastră să aveți o relație sănătoasă cu cadrul didactic respectiv, chiar și atunci când nu sunteți de acord cu opinia acestuia.
- ii. Păstrați problemele adulților între adulți. Copiii nu au niciun beneficiu dacă sunt implicați într-un conflict și pot simți efectele negative mult timp după ce conflictul a trecut.
- iii. Dacă aveți conflicte mai profunde cu un anumit profesor și nu puteți rezolva direct problema solicitați o discuție cu directorul.
- iv. Concentrați-vă asupra găsirii de rezolvări sau soluții ale unei probleme în loc să vă consumați toată energia și discuția asupra definirii și detalierii problemei pentru care nu ați ajuns la un acord.
- v. Când nu sunteți de acord cu privire la o problemă comună, fiți dispus să folosiți o metodă nouă de rezolvare, pe bază de încercare, urmând să observați atent rezultatele obținute.
- vi. Atunci când este bine gestionat și rezolvat corect, conflictul poate duce la rezultate pozitive pentru copilul dumneavoastră.

În timp ce participarea într-un parteneriat poate fi o adevărată provocare pentru ambele părți, un parteneriat adevărat părinți – școală poate deveni o sursă de satisfacții. Partenerii câștigă prin îmbogățirea cunoașterii nevoilor copiilor, metode noi și complexe de rezolvare în comun a unor probleme comune și și vor învăța noi abilități. Prin cooperarea reciprocă și împărțirea responsabilităților, parteneriatul părinți - școală poate să-și atingă scopul final de a permite copilului să reușească în procesul de învățare și în viață.

Agenda mea – evaluarea zilei

Precizați o idee care v-a plăcut în cadrul întâlnirii de astăzi, despre:

- a. Parteneriatul părinți – școală
- b. Comunicarea dintre părinți - școală

Agenda mea – tema pentru acasă

(de adaptat după cum apreciază facilitatorul)

Completați împreună cu alți părinți fișa privind informațiile pe care le puteți transmite dvs școlii privind copilul dvs dar și informațiile pe care le doriți dvs de la școală cu privire la copilul dvs:

3.2. SPRIJIN ÎN ACTIVITATEA ȘCOLII. IMPLICAREA PĂRINȚILOR.

Provocare:

Părinte activ, cu inițiativă, sau părinte pasiv, care așteaptă să fie invitat la școală?



Obiective

În cadrul acestei întâlniri, vom discuta despre:

- Cum se pot manifesta părinții activ părinților în relație cu școala copiilor;
- În ce constă de fapt rolul de partener al părinților, care sunt drepturile și îndatoririle lor;
- Exemple sau moduri concrete de implicare a părinților în activitatea unei școli.

Agenda întâlnirii

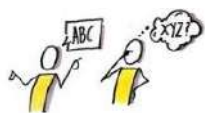
Timp (min)	Temă	Mod de organizare
5	Reactualizare ideea întâlnirii precedente	
20	Rolul părinților în viața și activitatea școlii	Activitate practică Discuție
20	Drepturi și responsabilități	Exercițiu în grupuri Prezentare PPT
25	Direcții de implicare în activitatea școlii	Prezentare PPT Exerciții
5	Concluzia zilei - 1 idee care mi-a plăcut din discuțiile de azi	discuție
5	Tema pentru acasă – Cum aș vrea și pot să mă implic/să ajut școala (2 direcții)	Discuție

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Rolul părinților** în activitatea școlii;
- ✓ **Drepturi și responsabilități** părintești;
- ✓ **Modalități de implicare** a părinților în activitate școlii.

Activități practice

Activitatea 1. (Discuție) - Rolul părinților



Discuție liberă pe tema “rolul părinților în raport cu școala copilului”:

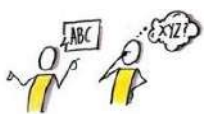
- De ce este nevoie ca părinții să colaboreze și să se implice în activitatea școlii?
- De ce nu se descurcă școala și singură?
- Ce au părinții de făcut în legătură cu școala? Pentru ce trebuie să se implice în diferite aspecte ale vieții școlare?

De obicei școala încurajează părinții să se implice activ în educația copiilor. Cel care va beneficia direct este chiar copilul. Părinții implicați în educație vor întări bazele parteneriatului dintre părinți - școală și vor oferi comunității modele foarte bune de interacțiune de calitate pentru ajutor reciproc. Atunci când părinții își fac timp să mergă la școală și să discute cu învățătorul ori cu dirigintele sau când se oferă voluntar să participe la acțiunile școlii, părinții dau semnale foarte puternice copiilor că ei apreciază rolul școlii, educația și învățarea pe care aceasta le-o oferă copiilor.

Școlile și sistemul de educație încurajează participarea activă a părinților în educație. Documentele oficiale emise de Ministerul Educației (ordinul de ministru și metodologii de aplicare a legii educației) stabilesc că „**părinții sunt partenerii educaționali principali ai școlii**” care au drepturi și îndatoriri, că sunt așteptați și bineveniți în școală, că se pot organiza în asociații și grupuri de inițiativă, că sprijinul lor pentru școală acordat în orice formă este așteptat și necesar.

În concluzie, părinții nu sunt doar aparținătorii și reprezentanții legali ai copiilor în relație cu școala. Părinții sunt partenerii principali ai școlii, au rolul de a o sprijini în procesul de îndeplinire a obiectului comun de educare și pregătire a copilului pentru cerințele vieții de adult, pentru echiparea acestuia cu abilități și informații de care va avea mai nevoie în etapele următoare ale vieții lui de elev sau de adult pe piața muncii.

Activitatea 2. (Discuție) - Drepturi și responsabilități ale părinților



Drepturi și responsabilități ale părinților (conform OMEN 3.027/2018 pentru completarea și modificarea anexei regulament 5079/2016 privind aprobarea Regulamentului-cadru de organizare și funcționare a unităților de învățământ

preuniversitar):

Potrivit actelor normative menționate, **drepturile părinților** sunt următoarele:

- sunt parteneri educaționali principali ai școlii;
- au acces la toate informațiile, legate de sistemul de învățământ, care privesc educația copiilor lor (obiective școlare, conținuturi de învățat, standarde pentru notare și evaluare);
- au dreptul de a fi susținuți de sistemul de învățământ, pentru a se educa și a-și îmbunătăți aptitudinile ca parteneri în relația familie-școală;
- să fie informați periodic despre situația școlară și comportamentul propriului copil (și numai referitor la situația propriului copil);
- are acces în incinta unității de învățământ în concordanță cu procedura de acces stabilită de consiliul

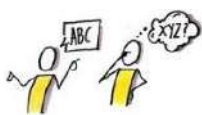
de administrație al școlii, dacă:

- i. a fost solicitat/a fost programat pentru o discuție cu un cadru didactic sau cu direcțiunea școlii;
 - ii. desfășoară activități în comun cu cadrele didactice;
 - iii. depune o cerere/alt document la secretariat;
 - iv. participă la întâlnirile programate cu învățătorul/ profesorul diriginte/directorul, etc;
 - v. participă la acțiuni organizate de asociația de părinți.
- f. să se organizeze ca asociații cu personalitate juridică, conform legii
- g. de a participa la discuții cu școala pentru rezolvarea situațiilor conflictuale. Dacă discuțiile amiabile nu conduc la rezolvarea conflictului, părintele are dreptul de a se adresa conducerii, prin cerere scrisă, pentru mediere și rezolvarea problemei. Părintele are dreptul de a se adresa mai departe, în scris, inspectoratului școlar pentru a media și rezolva conflictului dacă problema nu a putut fi rezolvată la școală.

Potrivit actelor normative menționate, **responsabilitățile sau îndatoririle părinților** de școlari (tutorilor sau susținătorilor legali) sunt următoarele:

- a. să asigure participarea la școală a elevului până la finalizarea învățământului obligatoriu. Părintele, tutorele sau susținătorul legal care nu asigură școlarizarea elevului, în perioada învățământului obligatoriu, poate fi sancționat, cu amendă.
- b. să prezinte documentele medicale necesare solicitate la înscrierea copilului la școală;
- c. să ia legătura cu învățătorul /profesorul diriginte pentru a cunoaște evoluția copilului/elevului cel puțin o dată pe lună;
- d. să răspundă pentru distrugerile bunurilor școlii cauzate de copilul lui;
- e. să-l însoțească pe copil până la intrarea în școală iar la terminarea orelor de curs să-l preia. În cazul în care părintele nu poate, împuternicește o altă persoană;
- f. **IMPORTANT:** este interzis oricăror persoane agresarea fizică, psihică, verbală etc., a copiilor/elevilor și a personalului școlii;
- g. să respecte Regulamentul de organizare și funcționare a școlii - ROFUL.

Activitatea 3. (Exercițiu în grup) - Direcții de implicare a părinților în activitatea școlii - Cum sunt încurajați părinții să se implice în acțiunile școlii?



- a. Ce știm despre implicarea părinților? Cine se ocupă din școală de relația cu părinții?
- b. Care părinți se pot implica?
- c. De ce să ne implicăm la școală?
- d. Cine are de câștigat dacă ne implicăm?
- e. Cât de implicat în acțiunile școlii am fost până acum? Cum doresc să continui?

- (1) **Adunarea generală a părinților** - în orice școală sau grădiniță, părinții din fiecare clasă sau grupă formează acest organism care:
- a. este constituit din toți părinții elevilor de la clasă;
 - b. se convoacă semestrial sau ori de câte ori este nevoie;
 - c. hotărăște în legătură cu activitățile de sprijin pentru cadrele didactice și direcțiunea școlii în demersul de asigurare a condițiilor necesare educării copiilor/elevilor;
 - d. În AG a părinților se discută problemele generale ale colectivului de elevi și nu situația concretă a unui copil/elev. Situația individuală se discută doar în prezența părintelui respectiv.

- (2) **Comitetul de părinți** - Comitetul de părinți al clasei este cea mai puternică și sănătoasă formă de organizare a părinților care vor să sprijine cu adevărat educație și școala copiilor. Implicarea individuală în activitatea școlii se poate manifesta în diferite moduri însă comitetul de părinți reprezintă deciziile și direcțiile luate în comun pentru binele întregii clase de elevi, al tuturor copiilor. Părinții trebuie să se asigure că dorințele și interesele copiilor lor sunt reprezentate în discuțiile și acțiunile comitetului de părinți.

Comitetul de părinți:

- a. se organizează la nivelul fiecărei grupe/clase și se alege de către părinți la începutul anului școlar;
- b. consiliul de conducere al comitetului de părinți (un președinte și doi membri pe clasă aleși de părinți) reprezintă interesele părinților, în adunarea generală a părinților pe școală, în consiliul profesoral, în consiliul clasei și în relațiile cu echipa managerială.

Atribuții ale Consiliului de conducere al Comitetului de părinți:

- a. pune în practică deciziile luate de către adunarea părinților clasei
- b. susține organizarea și desfășurarea de proiecte și activități extrașcolare la nivelul clasei și a școlii
- c. susține organizarea și desfășurarea de programe de prevenire și combaterea violenței, asigurare a siguranței și securității, combatere a discriminării și reducere a absenteismului în școală
- d. susține dezvoltarea, modernizarea bazei materiale a clasei și școlii în diferite moduri
- e. sprijină și se implică activ în activități de consiliere și orientare socio-profesionale
- f. se implică în asigurarea securității copiilor/elevilor în cadrul activităților educative, extrașcolare și extracurriculare
- g. prezintă, semestrial, adunării generale a părinților, justificarea utilizării fondurilor alocate, dacă acestea există
- h. face propuneri școlii discipline și domenii care să se studieze prin curriculumul la decizia școlii, inclusiv din oferta națională
- i. sprijină parteneriatele educaționale între școală și instituțiile/organizațiile cu rol educativ din comunitatea locală;
- j. susține școala în acțiuni de prevenire și de combatere a absenteismului și a violenței în școală, promovează imaginea școlii în comunitate
- k. se ocupă de conservarea, promovarea și cunoașterea tradițiilor culturale specifice minorităților în

plan local, de dezvoltarea multiculturalității și a dialogului cultural;

- l. susține unitatea de învățământ în organizarea și desfășurarea tuturor activităților;
- m. susține direcțiunea în organizarea consultațiilor cu părinții
- n. colaborează cu diferite instituții pentru rezolvarea situației elevilor care au nevoie de ocrotire;
- o. sprijină direcțiunea școlii în întreținerea și modernizarea bazei materiale;
- p. susține școala în activitatea de consiliere și orientare socio-profesională sau de integrare socială a absolvenților;
- q. propune măsuri pentru școlarizarea elevilor din învățământul obligatoriu și încadrarea în muncă a absolvenților;
- r. se implică direct în derularea activităților din cadrul parteneriatelor ce se derulează în unitatea de învățământ, la solicitarea cadrelor didactice;
- s. sprijină conducerea unității de învățământ în asigurarea sănătății și securității elevilor;
- t. are inițiative și se implică în îmbunătățirea calității vieții, în buna desfășurare a activității în internate și în cantine;
- u. susține conducerea unității de învățământ în organizarea și desfășurarea programului „Școala după școală”.

(3) ***Sprijin în general pentru educația copilului:***

Rezultatele școlare ale copiilor depind destul de mult și de sprijinul pe care copiii îl primesc de la părinți în legătură cu școala. Sprijinul părinților se poate manifesta diferit; de exemplu: copilul odihnit, bine hrănit, curat, dispus să învețe, stabilirea unor așteptări mai mari și realiste de la rezultatele școlare ale copilului. Câteva sugestii pentru părinții care vor să sprijine educația copiilor:

a) **Sprijiniți copilul să frecventeze școala**

Învățarea și rezultatele școlare depind de prezența la școală a copilului. Când un copil lipsește de la ore pierde partea esențială a învățării – predarea. Părinții trebuie să verifice dacă copilul merge la școală, ora la care copilul ajunge și pleacă de la școală și să nu-i ceară acestuia să plece în timpul programului școlar.

b) **Arătați-vă părerea și atitudinea pozitivă față de școală și educație**

Dacă părinții au o atitudine pozitivă față de școală și copiii vor avea aceeași atitudine. Vom fi atenți cu modul în care ne exprimăm îngrijorările în fața copiilor cu privire la școală. Dacă vom avea îngrijorări și le vom manifesta negativ, și ei vor avea același comportament.

c) **Puneți școala/educația copilului dvs pe primul loc:**

Ca să fie importantă și pentru copii, părinții trebuie să le arate că prețuiesc educația/școala.

d) **Implicați-vă în acțiuni și proiecte ale școlii** care răspund și intereselor dvs de oferire a unei educații de calitate copilului dvs.

e) **Ajutați-i la teme sau proiecte școlare:** Copiii au nevoie de ajutorul nostru la teme sau pentru un anumit proiect de la școală. Când copilul are nevoie de sprijin, trebuie să găsim timp să-l ajutăm, chiar dacă și noi să cerem ajutor mai departe unui alt părinte cu mai multă experiență.

- f) **Dați-i un exemplu bun:** Părinții trebuie să fie un exemplu bun pentru copil prin felul în care îl vor ajuta să își formeze părerile și atitudinea legate de școală.
- g) **Fiți implicați la școală:** Elevii au rezultate școlare mai bune și o părere mai bună despre ei (o stima de sine crescută) atunci când părinții se implică în activitatea școlii. Implicarea părinților la școală îi motivează pe copii și le transmite acestora ideea că școala este importantă pentru ei.
- h) **Comunicați cu școala cât mai des:** Părinții trebuie să țină legătura cu școala și să aibă o relație bună cu învățătorul sau dirigintele dar și cu ceilalți profesori.

(4) **Organizarea mediului de învățare de acasă**

Fiind primii lor profesori, părinții pot face multe lucruri pentru a le asigura acasă copiilor un spațiu și o atmosferă bună de și pentru învățare. Câteva sugestii pentru organizarea mediului fizic și a timpului de calitate de acasă:

a) **Citiți-le cât de des puteți și cereți-le să citească**

Cel mai important lucru pe care părinții îl pot face acasă pentru copii este să le citească copilului sau să le ceară copiilor să le citească părinților. Părinții trebuie să îi îndrume pe copii să citească singuri mai ales dacă și părinții citesc. O vizită împreună la biblioteca școlii va fi de mare ajutor;

b) **E bine să aveți așteptări mari (dar realiste) legate în învățare și comportamentul copilului.**

Ca părinți, nu îi lăsați pe copii să se mulțumească cu puțină învățare. Arătați-le că sunteți siguri că ei pot să facă mai mult și că au nevoie să facă mai mult pentru a se autodepăși. Ajutați cât de des puteți să depășească situațiile în care nu se descurcă;

c) **Lăudați și încurajați efortul pe care îl face copilul**

Părinții trebuie să laude eforturile făcute de copil pentru învățare și să aprecieze rezultatele bune pe care acesta le are. Când îl lăudați copilul pentru efort, explicați-i că există legătură între munca și efortul lui și rezultatele bune pe care le-a obținut.

d) **Rutinele**

Stabilirea rutinelor zilnice care să cuprindă timpul necesar pentru finalizarea temelor, treburi casnice, masă și ora de culcare

e) **Televizorul/electronicele**

Părinții trebuie să fie atenți la timpul petrecut la televizor și în fața altor dispozitive electronice dar și la ce anume se uită (controlul conținutului pe care îl văd copiii). Îi puteți lăsa pe copii să vadă emisiuni prin care aprofundează învățarea lucrurilor de la școală.

f) **Ascultați păsurile copilului**

Încurajați-i pe copii să povestească și să comunice despre școală, ascultați-i și răspundeți-le celor povestite cu multă înțelegere. Mulți copii, din păcate, nu povestesc lucrurile neplăcute care li se întâmplă la școală.

g) **Aprofundarea învățării**

Aproape oricare părinte își poate ajuta pe copilul să fixeze ce a învățat la școală (să aprofundeze) prin următoarele:

- i. îi cere copilului să îi explice ce a învățat de la școală;

- ii. îi arată acasă copilului (sau în gospodărie, la magazin, în relație cu alte persoane) cum se poate folosi de ceea ce a învățat, la ce îl poate ajuta învățarea;
- iii. îl implică într-o activitate casnică (de socotit sau planificat treburile casei, de scris o cerere, de căutat informații pe Internet despre cum se poate rezolva o anumită problemă, etc.);
- iv. îl trimite la o bibliotecă, muzeu, altă instituție de documentare sau culturală pentru a afla sau pentru a căuta informații suplimentare.

h) **Monitorizarea notelor (rezultatelor școlare)**

Părinții trebuie să cunoască tot timpul situația notelor copilului, îi va susține și va lauda realizările, îi va oferi sprijinul de care va avea nevoie.

(5) **Sprjin pentru proiecte și programe ale școlii**

O altă direcție de implicare a părinților în activitatea școlii este acordare de sprijin voluntar pentru activități și proiecte derulate pe o perioadă mai lungă de timp. Părinții se pot implica în foarte multe feluri în proiectele școlii:

- i. Inițierea, planificarea și desfășurarea de activități demonstrative la școală sau în comunitate, în domenii profesionale sau casnice la care părinții se pricep (cum se pregătește un fel de mâncare, cioplitul în lemn, tricotat, organizare în gospodărie, redactarea unui proiect școlar al elevilor, etc);
- ii. Sprijinirea echipei cadrelor didactice în excursii tematice;
- iii. Coordonarea unor inițiative parentale;
- iv. Sprijin cu supravegherea și realizarea efectivă a unor programe de pregătire educațională suplimentară pentru copiii cu nevoi educaționale suplimentare/programe remediale;
- v. Implicarea în planificarea și desfășurarea programului Săptămâna Altfel, excursii ale clasei sau tabere;
- vi. Reprezentarea comunității părinților către autoritățile locale pentru inițiative destinate școlii și elevilor.

(6) **Ajutorul la teme**

Așa cum deja a mai fost precizat, copiii nu pot reuși la școală de unii singuri. Ei au nevoie de sprijinul părinților. Ajutorul la teme este una dintre modalitățile prin care părinții îi pot sprijini pe copii. Acest tip de sprijin dat de părinte școlii și copilului în același timp va fi abordat și prezentat în detaliu în întâlnirea următoare.

Agenda mea – evaluarea zilei

Prezentați o idee care v-a plăcut, despre implicarea părinților în activitatea școlii.

Agenda mea – tema pentru acasă

Cum aș vrea și aș putea să mă implic/să ajut școala (prezentați 2 direcții).

3.3. SPRIJIN PENTRU ÎNVĂȚARE. TEMELE DE ACASĂ.

Provocare: Cu sau fără teme pentru acasă?



Obiective

- Clarificarea rolului pentru învățare al temelor de acasă;
- Stabilirea modului de implicare a părinților în temele de acasă;
- Discutarea unor modalități de motivare a copiilor pentru efectuarea temelor acasă.

Agenda întâlnirii

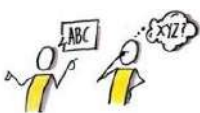
Timp (min)	Temă	Mod de organizare
5	Reactualizare tema întâlnirii anterioare	Frontal
15	Ce sunt temele pentru acasă. Durata teme	Prezentare
20	Sprijin la teme – cum	Discuție liberă Prezentare
20	Motivare a copiilor pentru efectuarea temelor - rutine	Prezentare Exercițiu în grupuri
20	Motivare a copiilor pentru efectuarea temelor - sisteme de recompense	Prezentare
5	Agenda mea - Evaluarea zilei	Frontal
5	Agenda mea - Tema pentru acasă	Frontal

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Temele pentru acasă** – explicare;
- ✓ **Sprijinul parental** pentru temele de acasă;
- ✓ **Motivarea copiilor pentru efectuarea temelor** pentru acasă.

Activități practice

Activitatea 1. (Discuție) - *Ce sunt temele pentru acasă?*



Orice părinte de elev s-a întâlnit cu temele pentru acasă și mai ales cu întrebări și îngrijorări despre ce sunt temele, de ce trebuie făcute, de ce copiii au în continuare teme dacă nu le pot face sau, cât de mult ar trebui să se implice ca părinte în temele copilului.

Temele sunt sarcinile date copiilor, de către profesori, de rezolvat acasă, în continuarea și pentru aprofundarea a ceea ce învață în clasă. Rezolvarea temelor este o „sarcină școlară” pe care copilul trebuie să o îndeplinească acasă. Copiii primesc teme de când încep să meargă la școală.

Prin temele pentru acasă cadrele didactice încearcă:

- Să le formeze elevilor o anumită disciplină a minții (disciplină intelectuală) pe o pot folosi și mai târziu la serviciu sau acasă;
- Să le dezvolte obișnuința de a învăța de unul singur (studiul individual);
- Să îi responsabilize pe elevi cu realizarea unor sarcini mici, simple și să le arate că așa mici cum sunt pot face lucruri de unii singuri sau cu puțin ajutor;
- Să îi implice în activități pentru completarea și aprofundarea învățării de la clasă;
- Să îi încurajeze să exerseze sau să repete cele învățate la școală, pentru a înțelege mai bine cele învățate și pentru a nu le uita;
- Să îi pregătească pentru etapele următoare ale școlii, dar mai ales să îi pregătească în pași mici pentru viață;
- În plus, temele ajută la dezvoltarea inițiativei, independenței și responsabilității elevilor dar și a unei relații de colaborare școală – familie.

Rezultatele bune la școală, mai ales în clasele primare, sunt influențate de implicarea și ajutorul părinților oferit copilului pentru realizarea temelor.

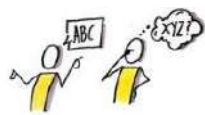
Durata temelor pentru acasă

Se întâmplă adesea ca școala, dar și părinții, să transmită copiilor mesaje prin care le cer „*studiu îndelungat și serios, mai multă muncă*”. Pregătirea temelor de către copil nu trebuie să fie însă imposibilă și nici să se transforme într-o corvoadă.

Timpul pentru temele de acasă crește în funcție de clasă/nivel. Potrivit OMEN 5893/2016:

- la clasa pregătitoare nu se dau teme;
- timpul total alocat temei obligatorii pentru acasă la învățământul primar va fi de maximum 1 oră;
- pentru celelalte niveluri de învățământ, timpul alocat efectuării temei obligatorii va fi de maximum 2 ore.
- timpul necesar realizării temelor însumează toate disciplinele și este calculat astfel încât media zilnică a pregătirii elevului, în clasă și în afara ei, să se încadreze în 5 – 8 ore zilnic.
- tema obligatorie are un nivel mediu de dificultate, pentru toți elevii clasei;
- tema suplimentară, individuală și diferențiată, este pentru activități de recuperare sau activități de dezvoltare, pregătirea unor concursuri, etc.

Activitatea 2. (Discuție) - *Ajutorul la teme – Cum sprijiniți copilul la realizarea temelor?*



Fie că începe primul an de școală sau trece în clasa a V-a, copiii vor avea de făcut teme care cel mai adesea le dau stări de neliniște. Copiii se pot văita des că au teme și vor amâna cât de mult pregătirea lor.

În principal, sprijinul părinților poate fi dat:

- a. prin încurajări și crearea unei stări de bine pentru teme (suport moral)
- b. direct, dacă părintele cunoaște subiectul temelor, prin implicarea în explicarea sau clarificarea unor concepte pe care copilul nu le-a înțeles în clasă.

Comunicarea cu copiii pe acest subiect trebuie să conțină mesaje clare prin care părinții vor prezenta copiilor beneficiile imediate ale temelor:

- ✓ Învățarea mai bună a unor lucruri noi, necunoscute și care îl pot ajuta mai departe;
- ✓ Construirea unei imagini bune la școală;
- ✓ Câștigarea de aprecieri și încredere, inclusiv autoapreciere și autoîncredere;
- ✓ Starea de bine și confort că și-a făcut treaba bine.

Cât de mult și cum să îl ajut pe copil la teme?

Rolul părintelui este să sprijine învățarea, prin supravegherea copiilor când își fac temele. Acest lucru presupune suport pentru concentrare, motivare și consiliere pentru ce și cum au de făcut. Uneori devenim prea implicați și îi ajutăm mai mult decât este cazul, făcând temele în locul lor sau oferindu-le direct rezolvările. O astfel de implicare îi poate afecta negativ în timp: nu vor putea înțelege cerințele, subiectul temei și nici materia pentru care fac teme. Prin efectuarea temelor pentru copil nu îl veți ajuta să învețe și va avea rezultate slabe în clasă dar și mai târziu, în viață.

Studiile sugerează că, prin ajutorul pentru teme, părinții ar trebui să se ocupe mai exact de:

- (1) Sprijin pentru organizarea programului de teme, împreună cu copilul;
- (2) Gestionarea timpului: supravegherea modului în care copilul folosește timpul avut la dispoziție;
- (3) Crearea unui mediu pozitiv pentru învățare:
 - ✓ stabilirea unui spațiu de învățare: lumină, căldură, curățenie, masă și scaun;
 - ✓ îndepărtarea lucrurilor care l-ar putea distra;
 - ✓ asigurarea rechizitelor necesare (pixuri, hârtii, cărți, caiete);
 - ✓ ghidarea copilului către aflarea răspunsurilor pentru exerciții și probleme FĂRĂ a-i da răspunsurile.

Cum ar trebui să-i sprijinim pe copii la teme - idei:

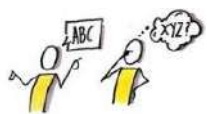
- a. Faceți un program cu copilul pentru pregătirea și durata aproximativă a temelor;
- b. Dați-i copilului mesaje și încurajări pozitive despre temele pe care le are de făcut;
- c. Părinții îl pot ajuta oricând are nevoie de ajutor dar clarificați-i că părinții NU pot face temele în locul lui;

- d. Alocați copilului un spațiu liniștit și curat în care își va face temele (un colț în care să aibă masă, scaun, lumină, căldură);
- e. Asigurați-vă că are tot ce îi trebuie pentru a-și face temele: rechizite (creion, stilou, riglă, radieră etc), manual, caiete;
- f. Oferiți-i consiliere, lămuriri dar NU răspunsurile la exerciții;
- g. Ajutați-l să folosească bine timpul, ajutați-l să stea concentrat pe ce are de făcut dar NU îl presați prea tare cu momentul la care trebuie să termine tema;
- h. Observați și învățați în timp cum învață el mai bine, care este stilul lui personal de-a face teme și ajutați-l cu discuții sau imagini să înțeleagă mai bine lucrurile neclare;
- i. Încurajați-l să se descurce singur și mai ales să învețe în timp să se ajute singur la teme (autonomia);
- j. Verificați zilnic cu copiii ce au de făcut ca temă/teme și stabiliți rutine clare pentru teme;
- k. Supravegheați copilul să își facă temele dar nu-l instruiți pas cu pas; ajutați-l să își facă un sistem de pregătirea a temelor (un calendar);
- l. Cereți ajutor de la alte persoane: atunci când nu știți cum să-l ajutați pe copil, discutați cu alți părinți, cu cadre didactice, persoane de sprijin;
- m. Stabiliți canale de comunicare cu profesorii;
- n. Dacă copilul nu-și poate face temele, discutați la școală pentru activități suplimentare de sprijin (activități de sprijin suplimentar, activități remediale).

Putem spune că îi ajutăm în mod corect la teme pe copiii noștri atunci când:

- a. Încep să ne povestească ce au de făcut fără să se uite în caiet (rețin în linii mari ce au de făcut ca temă);
- b. nu au nevoie să fie trimiși prea des la teme de părinți și nici ținuți sub observație prea mult;
- c. reușesc să își găsească o direcție potrivită și care dă rezultate care se observă la clasă (fac temele bine);
- d. sunt din ce în ce mai motivați și au curaj să pregătească singuri face temele;
- e. reușesc să își găsească și singuri căi de rezolvare a problemelor mai dificile;
- f. aflăm că cer explicații suplimentare la școală de la cadre didactice sau de la colegi despre cum să rezolve ceea ce nu știu;
- g. își dau seama singuri ce știu și ce nu știu să rezolve din teme și la ce exerciții au nevoie de ajutor; etc.

Activitatea 3. (Discuție) – *Cum motivăm copiii pentru implicarea în rezolvarea temelor?*



Copiii sunt motivați diferit pentru teme și învățare. Sugestii care ar putea să vă ajute să îi motivați să învețe:

- a. Comunicați cât mai bine și des cu copilul despre cum se simte, ce nu știe;
- b. Aveți răbdare cu copilul până se obișnuiește cu un program de teme;
- c. Dați-i sfaturi despre cum să rezolve ce nu știe și nu răspunsuri;

- d. Supravegheați-l cu blândețe și evitați să vă comportați ca un inspector;
- e. Asigurați-vă că este odihnit; copilul poate rezolva teme după o perioadă de scurtă relaxare;
- f. Observați ce anume îl motivează pe copilul dvs să-și facă temele și folosiți-vă de aceste indicii;
- g. Apreciați tot timpul eforturile pe care le face copilul pentru teme, spuneți-i cât de mândru sunteți de el și mai ales de faptul că nu se dă bătut;
- h. Fiți consecvenți: ajutați-l așa cum ați observat că îi face bine la teme; rețineți că schimbările dese în programul de teme nu fac bine copiilor;
- i. Fiți calm și interesat de ce are de rezolvat, discutați dacă și ce anume nu înțelege. Dacă nu îl puteți ajuta (nu știți cum), cereți ajutor unui alt părinte.

Activitatea 4. (Exercițiu individual) - *Ce știm despre cum își fac copiii noștri temele - ce ar trebui să mai știm?*



În general sunt două direcții principale de lucru pentru efectuarea temelor pe termen mai lung și în condiții de confort reciproc părinte – copil:

- (1) *Stabilirea unor rutine de efectuare a temelor: incluzând ora și locul de pregătire a lor;*
- (2) *Sisteme de recompense, mai ales pentru copiii care nu sunt motivați să facă teme doar pentru note.*

(1) Rutinele de făcut temele:

Sarcinile de lucru sunt mai ușor de realizat când sunt urmate anumite rutine. Prin urmarea rutinelor veți contribui atât la pregătirea temelor pentru școală dar îl veți obișnui să fie ordonat și mai târziu, la liceu și apoi ca angajat. Aplicați acasă pașii de mai jos și apoi discutați rezultatele:

Pasul 1: Găsiți spațiul din casă în care copilul își va face tema

- a. Discutați cu copilul și alegeți împreună camera/colțul de făcut temele;
- b. Întrebați-l unde îi place să stea când lucrează (birou, pat). Unii copii (de gimnaziu) învață mai bine la masă în timp ce alții învață mai bine în pat.
- c. Ajutați-l să aibă ordine în zona respectivă.

Pasul 2: Organizați spațiul de teme

- a. Toate materiale necesare la îndemână: cărți, caiete, ghiozdan, pixuri, consumabile diferite să fie la îndemână;
- b. Dacă este posibil, să existe o listă la vedere (gen calendar) în care sunt trecute proiectele speciale și datele de finalizare.

Pasul 3: Stabiliți ora de teme, în fiecare zi, la aceeași oră

- a. Este de preferat ca temele să înceapă cât mai devreme astfel încât copilul să nu fie foarte obosit.

Pasul 4: Stabiliți un program de teme zilnic

- a. De obicei trebuie să înceapă cu o discuție părinte – copil și stabilirea programului de teme.
- b. Verificați cu copilul tot ce are de făcut pentru a doua zi și asigurați-vă că înțelege cum să le facă și are tot ce îi trebuie.

- c. Întrebați-l cât timp are nevoie.
- d. Dacă are nevoie de ajutorul dvs trebuie să vă spună de la început.

(2) **Motivarea copiilor pentru efectuarea temelor - sisteme de recompensare**

Copiii care nu sunt motivați de plăcerea de a face teme pot fi motivați de notele bune pe care speră să le primească la școală, ca rezultat al efectuării temelor și învățării. Notele sunt pentru unii o recompensă. Aceștia își doresc să își facă temele bine și la timp.

Pentru copiii care nu sunt motivați de note trebuie folosite alte recompense. Există recompense simple și recompense elaborate.

Recompense simple: cea mai simplă recompensare pentru copil este să poată face ceva distractiv după ce termină temele:

- a. Iese afară la joacă cu alți copii;
- b. Poate deschide televizorul la emisiunea preferată;
- c. Poate suna sau da mesaje unui prieten;
- d. Un joc cu un părinte sau frate, prieten, etc.

Sistemele complexe de recompense: acestea presupun ceva mai multă organizare și muncă din partea părinților dar în anumite cazuri au rezultate bune, când trebuie rezolvate probleme mai complexe care țin de teme și învățare.

Activitatea 6. (Exercițiu în grup) - Cum se relaxează copilul meu după teme – proiectați un sistem de beneficii.



Stabilirea sistemului de beneficii

Sistemul complex de recompense înseamnă acumulare de puncte care pot fi folosite de copil, atunci când îndeplinește o sarcină ca să obțină niște “beneficii”. Acumularea de puncte și beneficiile se discută cu copilul. Se pot introduce și penalizări pentru cazuri în care copilul nu îndeplinește sarcina stabilită.

De exemplu: putem stabili că pentru fiecare 5 zile în care copilul își face temele la timp, în afară de recompensa simplă, copilul primește o bulină pe fișa de teme din programul lunar de monitorizare a temelor. La fiecare bulină obținută, copilul poate primi la alegere un obiect pe care și-l dorește (dar nu un obiect scump), o surpriză, o înghețată, o ieșire în parc, etc).

1) Lucrul la teme cu pauze

Când stabilim rutinele pentru teme, este important să stabilim și momentele de pauză. Unii copii nu pot face temele fără o mică recompensă – pauză de 5 minute. Unii copii au nevoie să ia pauze la fiecare 15 minute în timp ce alți copii doresc pauză după ce termină tema. Un program zilnic de teme trebuie să includă pauzele și celelalte beneficii acumulate.

2) Posibilitatea de a face alegeri

Alegerile sunt o variantă foarte bună pentru copiii care se obișnuiesc repede și rezistă la teme.

Copilul poate alege ordinea în care să-și facă temele și programul temelor (durata). Faptul că poate alege nu doar îl motivează pe copil dar ne ajută să eliminăm neplăcerile părinți – copil.

Agenda mea – evaluarea zilei

Din discuția de azi despre , cel mai mult mi-a plăcut ...

Agenda mea – tema pentru acasă

Discutați cu copilul și completați împreună un program zilnic de teme.

CAPITOLUL 4:
provocări ale părinților
vs
preocupări ale copiilor/elevilor



4.1. ACCESUL LA TEHNOLOGIE

Provocare: Internetul – un rău necesar



Obiective

Schimbările rapide din societate îi pun pe părinți în situația de a aborda și a reglementa o serie de situații pe care nu le-au experimentat în propria copilărie. Accesul la noua tehnologie și la Internet pare un domeniu în care adesea copiii au mai multă experiență decât părinții lor. Iar părinții observă cum astfel de activități, necunoscute lor, ocupă din ce în ce mai mult din timpul copiilor, îi entuziasmează și devin experiențe tot mai importante și interesante pentru ei.

Ca de obicei, ceea ce este nou și necunoscut provoacă deseori îngrijorare și este perceput ca fiind negativ. Cu atât mai mult cu cât părinții pot observa anumite schimbări în comportamentul copiilor, nu toate având darul să îi liniștească. Și, într-adevăr, dezvoltarea tehnologiei aduce cu sine și anumite dezavantaje. Pe de altă parte, nimeni, și cu atât mai mult copiii, nu mai poate să își imagineze existențe fără avantajele și facilitățile pe care tehnologia le-a adus în viața noastră. Și în acest context, ca de obicei, rolul părintelui este de a găsi echilibrul în ceea ce privește folosirea dispozitivelor electronice de către copiii, astfel încât să profite la maxim de avantajele pe care le oferă, dar să îi și protejeze de efectele negative pe care acestea le pot produce asupra copiilor.

Din acest motiv, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să identifice activități în care poate utiliza tehnologia în sprijinul dezvoltării copilului;
- Să stabilească reguli privind accesul la tehnologie.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Care este relația copilului meu cu tehnologia?	Exercițiu în echipe
15	Aprob sau nu această relație?	Discuție frontală
10	Ce ne aduce tehnologia	Prezentare
10	Obiceiurile se schimbă în familie	Exercițiu în perechi
15	... pentru a valorifica avantajele tehnologiei	Discuție frontală

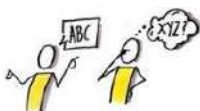
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Comunitate virtuală** = grup de persoane care comunică (întrețin legături) frecvent între ele prin telefon sau internet, făcând schimb de păreri și informații (text, foto, video, audio, etc.), fără a avea contacte personale, "față la față";
- ✓ **Dispozitive electronice** = aparate care permit accesul la internet (calculator, lap-top, telefon mobil inteligent / smartphone, tabletă etc.);
- ✓ **Internet** = rețea internațională de calculatoare, formată prin interconectarea rețelelor locale și globale, destinată să faciliteze schimbul de date și informații în diverse domenii;
- ✓ **On-line** = conectare la internet prin intermediul diferitelor dispozitive electronice;
- ✓ **Tehnologie** = categorie generală care include un număr imens de dispozitive electronice, caracterizate prin schimbări rapide și complexitate ce conduc la miniaturizare și perfecționarea produselor.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în echipe) - *Care este relația copilului meu cu tehnologia*



Participanții sunt împărțiți pe echipe și sunt rugați să își prezinte reciproc două momente în care au discutat cu copilul lor despre utilizarea dispozitivelor digitale de care dispun. Sunt rugați să redea motivele/ideile:

- a. unei discuții contradictorii/conflictuale;
- b. unei discuții în care au fost de acord cu copiii pe acest subiect.

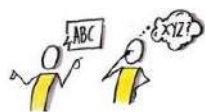


Idei pentru discuția frontală:

Aprob sau nu această relație:

- ✓ Tipul de dispozitive la care au acces copiii;
- ✓ Scopul, durata și situațiile în care copilul folosește diapozitivele digitale (cu prietenii, seara înainte de culcare, la teme, în drum spre școală etc.);
- ✓ Obiceiuri bune, cu care părinții sunt de acord, și obiceiuri considerate nepotrivite în folosirea dispozitivelor;
- ✓ Rolul familiei în modelarea acestor obiceiuri.

Activitatea 2. (exercițiu în perechi) - *Obiceiurile se schimbă în familie ...*



Părinții sunt rugați să stabilească o listă de schimbări pe care și-ar dori să le facă copiii lor, cu privire la folosirea dispozitivelor electronice și accesul la Internet, precum și o listă similară de schimbări personale.



Idei pentru discuția frontală:

... pentru a valorifica avantajele tehnologiei:

- ✓ Argumente pentru schimbare;
- ✓ Caracterul concret și realizabil al schimbării dorite, adaptat mediului real de viață al familiei;
- ✓ Ce și cum trebuie să schimbe adulții;
- ✓ Ce și cum trebuie să schimbe copiii.

Texte suport



Dispozitivele electronice și accesul la Internet au devenit părți ale realității noastre pe care nu le mai putem ignora: copiii nici nu își pot imagina cum ar arăta lumea fără ele, iar părinții au renunțat de mult la ideea că pot evita în vreun fel contactul copilului cu acest domeniu. Prin urmare, părinții trebuie să învețe mai degrabă să folosească și să gestioneze situația în beneficiul dezvoltării copilului. Pentru aceasta, primul pas este să înțeleagă ce **presupune** accesul la internet, ce avantaje oferă, dar și ce riscuri implică.



Internetul oferă, în primul rând **acces la o cantitate uriașă de informații** din orice domeniu, informații cu caracter **științific** și educațional (cărți enciclopedii, referate școlare, manuale etc.), dar și de **divertisment** (ziare, filme, jocuri etc.). Practic, pornind de la 1-2 cuvinte cheie, importante, putem obține nenumărate documente în care acele cuvinte sunt menționate.

În același timp, internetul a adus cu sine un nou mod de **comunicare**, mai rapidă și cu un conținut mai bogat, prin intermediul:

- a. **poștei electronice** (e-mail) - permite transmiterea unor mesaje, asemănătoare unor scrisori, în format electronic și a unor documente atașate acestor mesaje;
- b. **mesageriei instantanee** (Whatsapp, Skype, Facebook Messenger) - permite comunicarea în timp real. Astfel de servicii de mesagerie oferă posibilitatea alcătuirii unui grup propriu de persoane, care să comunice între ele atunci când sunt conectate la rețeaua respectivă. Mai mult, de fiecare dată când o persoană intră în rețea sau trimite un mesaj, ceilalți membri ai grupului sunt anunțați și pot răspunde imediat. Dacă o persoană din grup nu este conectată la acel serviciu, poate vedea mesajul respectiv de îndată ce o face. Această comunicare instantanee se poate face nu doar în

scris, ci și prin intermediul vocii (asemănător unei convorbiri telefonice) sau prin intermediul imaginilor video. Se pot transmite în acest fel nu doar mesaje, dar și diverse documente atașate, ca și în cazul poștei electronice;

- c. **comunităților virtuale** – permit conectarea și comunicarea între persoane care au în comun anumite interese: dezvoltare profesională, prieteni, fotografii, cărți etc. Avantajul accesării unor astfel de comunități constă în faptul că permite:
- aflarea ultimelor știri și evenimente în domeniu;
 - căutarea prietenilor, cunoștințelor, colegilor de școală;
 - împărtășirea cu membrii comunității a unor materiale audio (muzică) sau video (fotografii, filme, proiecte școlare);
 - exprimarea unor comentarii, păreri, recomandări referitoare la ceea ce împărtășesc ceilalți membri.

Pentru a deveni membru al unei astfel de comunități este nevoie de crearea unui cont care solicită anumite informații personale despre educație, loc de muncă, date de contact.

Pe de altă parte, Internetul ne asigură accesul la anumite **servicii**, permițându-ne să realizăm **instantaneu, cu economie de timp și efort**, activități cum ar fi: plăți sau cumpărături, traducerea unor texte în limbi străine diferite, găsirea unui loc de muncă, identificarea rutelor spre o anumită destinație dorită, vizionarea unor emisiuni, documentare, etc.



Așadar nu putem nega **influența pozitivă** a Internetului la nivelul tuturor domeniilor de dezvoltare ale ființei umane:

- **Cognitiv** - este o inepuizabilă **sursă de informații** din care putem **învăța** despre orice, inclusiv despre cum să realizăm anumite activități. Dată fiind **atractivitatea** lumii virtuale pentru copii, ei sunt motivați să învețe mult mai repede să citească și să scrie, ceea ce poate avea un efect benefic asupra abilităților lor de comunicare. În general, folosirea tehnologiei face învățarea **interactivă** (copiii pot învăța făcând anumite lucruri, interacționând cu materialul de învățat, nu doar citind de mai multe ori aceleași informații până le rețin) și mai interesantă pentru copii;
- **Emoțional** – este o sursă de **divertisment și relaxare**. La fel de important este și faptul că facilitează realizarea unor activități, ceea ce oferă **timp liber** suplimentar pentru propria persoană sau familie;
- **Social** - permite **conectare și comunicare** nu doar prin mijloacele pe care le oferă mediul virtual, ci și prin faptul că este **subiect** important pe care copiii îl **discută** și în mediul real (jocuri, evenimente sau informații relatate pe Facebook – uneori se întâmplă ca, neavând astfel de informații și cunoștințe, un copil să fie ridiculizat și marginalizat).



În aceeași măsură însă, este adevărat și reversul: **efectele** tehnologiei la nivelul fiecărei arii de dezvoltare pot fi și **negative**:

- **Cognitiv** - accesul rapid la numeroase informații poate afecta **capacitatea copilului de a o analiza, evalua și a o folosi** pentru a rezolva o problemă. Poate ajunge să nu mai sesizeze o informație

neadevărată găsită pe Internet (iar riscul să se confrunte cu astfel de situații este extrem de mare având în vedere că oricine poate publica orice) sau să nu mai reușească să rezolve probleme simple fără ajutorul tehnologiei (calculare simple, orientarea în spațiu etc.). Este obișnuit să i se ofere rapid răspunsuri și subiecte variate care să îi stârnească interesul, ceea ce are efect nedorit asupra capacității de **menținere și concentrare** a atenției;

- **Emoțional** – accesul la anumite **conținuturi nepotrivite** (filme sau jocuri video de groază sau violente, filme cu conținut sexual), care depășesc capacitatea de înțelegere, pot da naștere unor dezechilibre emoționale, nefiind capabil să sesizeze întotdeauna diferența între lumea reală și lumea imaginară/virtuală. De multe ori, părinții oferă copilului acces la dispozitive pentru a-i distra atenția atunci când este necăjit sau își dorește ceva, ceea ce **împiedică dezvoltarea unor strategii sănătoase de gestionare a emoțiilor**. Un alt efect important asupra dezvoltării emoționale a copilului este acela că, petrecând mai mult timp cu tehnologia și mai puțin timp cu familia, copilul este **lipsit de momentele de afecțiune**, inclusiv fizică, care are un rol hotărâtor în dezvoltarea unei relații pozitive cu părinții care să îi ofere încredere și siguranță, prin urmare, relaxare și calm;
- **Social** – tehnologia ia în primul rând din timpul la dispoziția familiei, ceea ce înseamnă că **scad oportunitățile** prin care părinții își pot **învăța** copiii comportamente, atitudini și valori care să îi asigure **interacțiuni sociale** pozitive și autentice. Uneori copiii, chiar dacă stau împreună, dacă au dispozitive electronice la îndemână, nu interacționează unul cu altul în mod real, ceea ce îngreunează dezvoltarea abilităților sociale necesare pe parcursul întregii vieți. Mai mult decât atât, prin oportunitățile de comunicare pe care tehnologia le oferă, copilul poate veni în contact cu **persoane necunoscute**, care îl pot atrage în acțiuni extrem de riscante (întâlniri reale, înșelăciuni financiare etc.);
- **Fizic** – deseori excesul de tehnologie afectează **starea de sănătate** a copilului: acesta doarme mai puțin, se mișcă mai puțin. Apar astfel probleme de obezitate, deformări ale oaselor, tulburări de vedere.

Având în vedere toate aceste implicații ale utilizării tehnologiei, pozitive și negative, avem și aici nevoie de **REGULI** care să asigure siguranța copiilor noștri (la fel cum avem nevoie de reguli în orice aspect al vieții noastre). Acestea ar trebui să exprime anumite limite în ceea ce privește cantitatea și calitatea timpului dedicat acestor activități.

În ceea ce privește **durata timpului** petrecut pe dispozitive electronice (conectate sau nu la Internet), se recomandă următoarele:

- a. **Copiii mai mici de 18 luni nu ar trebui expuși** la dispozitivele electronice;
- b. **După 2 ani**, copiii pot avea **acces la anumite activități** (desene animate sau cărți de pe Internet, jocuri educative cu forme sau culori), dar nu mai mult de o oră pe zi și doar în prezența adultului care să îl ajute pe copil să înțeleagă ce vede;
- c. **După 9 ani**, copiii pot petrece **maximum 2 ore pe zi** folosind tehnologia, pentru a căuta informații, a intra în legătură cu prietenii sau a juca anumite jocuri. Toate aceste activități trebuie să fie supravegheate de adult.

De asemenea, atunci când se stabilesc limitele legate de accesul la tehnologie, părinții trebuie să aibă în vedere ca această activitate să nu afecteze programul de somn al copilului, activitățile fizice, pregătirea temelor și îndeplinirea altor responsabilități casnice. Este mai ușor să obțineți acest **echilibru în programul copilului** ținând seamă de următoarele principii:

- Stabiliți o anumită zonă din casă (de preferat zonele în care copilul nu poate fi supravegheat) sau un anumit moment al zilei (de exemplu, masa de seară) în care accesul la tehnologie este interzis;
- Discutații cu copilul despre ceea ce face pe Internet și despre cum poate să fie în siguranță accesând internetul;
- Interesați-vă și încercați să identificați activități educative care pot fi realizate cu ajutorul dispozitivelor electronice, surse de informații și conținuturi care să promoveze valori în acord cu cele ale familiei și comunității dvs.



Pentru a-l ajuta pe copil să urmeze aceste principii generale, ele pot fi „traduse”, împreună cu acesta, într-un **orar zilnic** legat de **folosirea dispozitivelor**, cum ar fi:

Dimineața		La finalul zilei
Dimineața poate folosi dispozitivele electronice numai după ce: ✓ a mâncat ✓ și-a strâns masa ✓ s-a îmbrăcat ✓ s-a spălat pe dinți ✓ s-a pieptănat ✓ și-a îndeplinit treburile zilnice.		La finalul zilei, copilul poate să aibă acces la tehnologie numai dacă în ziua respectivă a realizat activitățile de mai jos: ✓ și-a rezolvat temele; ✓ s-a jucat afară sau a mers cu bicicleta (cel puțin 30 de minute); ✓ a citit sau rezolvat teme suplimentare (cel puțin 30 de min.); ✓ a făcut curățenie în cameră / alte responsabilități casnice.

Așadar, limitarea timpului petrecut de copil utilizând dispozitive electronice înseamnă mai mult decât simpla interdicție și presupune de fapt, oferirea, pe lângă **responsabilitățile** pe care copilul trebuie să le îndeplinească, de **activități plăcute alternative**: activități fizice, întâlniri cu prietenii, participarea la anumite evenimente culturale, timp plăcut în familie, participarea la cursuri extrașcolare, participarea la activități de voluntariat.

Este evident că părintele nu poate impune astfel de reguli, dacă el însuși nu le respectă și nu **modelează, prin propriul exemplu**, comportamentul copilului în raport cu tehnologia. Este extrem de important să pună el însuși în practică ideea de zone sau momente fără internet și să aibă un program, pe cât posibil, variat și echilibrat de activități.



În ceea ce privește **calitatea timpului** petrecut pe Internet, în primul rând există câteva reguli extrem de importante pe care părintele trebuie să le transmită copilului, care îl ajută să fie în **siguranță**:

- a. Este interzis să ofere informații personale, precum nume, adresă, număr de telefon, școala unde învață, parole;
- b. Este interzis să comunice cu persoane pe care nu le cunoaște pentru că pe Internet oricine poate pretinde că este altcineva;
- c. Este interzis să se întâlnească cu persoane cu care comunică pe Internet fără acordul părinților;
- d. Trebuie să spună imediat cuiva dacă cineva îl face să se simtă inconfortabil (jignește, amenință, propune întâlniri „față în față”);
- e. Trebuie să ia în considerare consecințele posibile atunci când intenționează să facă publică o anumită informație: cum s-ar simți persoana despre care vorbește, cum s-ar simți copilul dacă ar trebui să spună același lucru în fața unui adult. Este important să subliniem faptul că internetul este un loc public, la care poate să aibă acces toată lumea.



Pe de altă parte, părinții trebuie să negocieze cu copiii și să stabilească împreună timpul de activități pentru care utilizează Internetul și **echilibrul** dintre acestea. Desigur că nu putem să interzicem accesul la comunitățile de prieteni online (Facebook) sau la alte surse de **divertisment** (Youtube), atâta timp cât sunt respectate regulile de siguranță.

În același timp, copiii trebuie învățați să folosească corect resursele oferite de Internet în realizarea **sarcinilor școlare**. În acest sens, părinții trebuie să își încurajeze copiii să caute o **informație** din mai multe surse pentru a se asigura că ea este **adevărată** și să se bazeze pe acele informații cărora le pot identifica sursa. De asemenea, trebuie să îi atenționeze pe aceștia că atunci când copiază ca atare o lucrare/un referat de pe internet, încalcă legea și pot fi pedepsiți dacă în tema copilului nu este menționat clar că aceste **informații sunt preluate** și care este sursa de unde le-a preluat. Informațiile sau documentele de pe internet pot fi folosite numai dacă sunt prelucrate de copii, interpretate și redactate cu propriile cuvinte, pentru a-și susține o părere personală.

Nu în ultimul rând părinții trebuie să știe că pot apela la firmele care oferă acces la Internet sau de la care au achiziționat dispozitivele electronice pentru a le oferi servicii de ceea ce se numește **control parental**. Ele îi permit să urmărească ceea ce face copilul cu dispozitivul său, limitând accesul la anumite surse de informații nepotrivite sau la anumite comunități virtuale, precum și intervalul de timp în care dispozitivul poate fi utilizat.

Desigur că această realitate a tehnologiei evoluează extrem de rapid, depășind uneori posibilitățile părintelui de a ține pasul cu toate schimbările care au loc. În această situație și părintele poate face apel la una din regulile siguranței pe internet: atunci când se simte inconfortabil și nesigur poate întotdeauna să se sfătuiască și caute informații și **ajutor** la cei din jur: prieteni, părinții colegilor copilului, cadre didactice.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație importantă pe care ar împărtăși-o și altor părinți

Agenda mea – tema de acasă

Discutați și agreeți cu copilul 3 schimbări pe care să le faceți acasă legate de folosirea dispozitivelor electronice, pornind de la nevoile și dorințele dvs., dar și ale lui. Motivați schimbările și decideți pe care le veți pune în practică:

Schimbări dorite	Argument pentru nevoia de schimbare
Schimbări agreeate	
1	
2	
3	

4.2. DESPRE AGRESIVITATE

Provocare: Agresivitatea – utilă sau periculoasă?



Obiective

Școala nu este locul unde copiii doar învață, ci preia din exterior modelul și valorile societății în care trăim, cu avantajele și dezavantajele ei. Preia aspectele pozitive, cum ar fi dezvoltarea tehnologiei, dar și pe cele mai puțin plăcute, cum ar fi agresivitatea. La școală vin copii care aduc cu ei toate caracteristicile comunității în care trăiesc, astfel încât școala devine oglinda mediului social în care ea funcționează. Nu este străină așadar de incidente violente: de agresivitate manifestată de către cadre didactice asupra copiilor, de către copii asupra colegilor, de către copii asupra cadrelor didactice. Auzim despre astfel de situații aproape zilnic.

Părinții nu pot alege sau influența mediul în care trăiesc și modelele pe care societatea le oferă copilului (în viața reală sau la televizor), dar se văd puși tot mai des în situația de a-și sprijini copiii să facă față acestui fenomen într-o manieră potrivită. Este mai greu de decis ce înseamnă însă potrivit, ce ar trebui copilul să facă: să răspundă cu aceeași monedă și să se impună în orice situație sau să cedeze și să găsească o altă modalitate de a rezolva disputele. Părintele poate să decidă direcția pe care o va urma gândindu-se la adultul în care și-ar dori să se transforme copilul său și la consecințele pe termen lung: agresivitatea îl poate ajuta în anumite situații pe copil să câștige, dar uneori prețul este mult prea mare, mergând de la dificultăți în relațiile sociale și până la riscuri privind siguranța fizică ce pot presupune de sancțiuni din partea societății.

Din acest motiv, în cadrul acestui modul ne propunem ca părinții:

- Să conștientizeze formele de manifestare ale agresivității;
- Să recunoască cauzele și consecințele comportamentelor agresive ale copiilor;
- Să identifice indicatori comportamentali ai implicării în incidente cu potențial agresiv;
- Să cunoască modalitățile de sprijin pentru copiii implicați.

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
15	Trecerea în revistă a temei de la sesiunea precedentă	Discuție frontală
10	Copilul îmi povestește ce se întâmplă la școală (studii de caz)	Exercițiu în echipe

15	Cum pot să îl ajut	Discuție frontală
10	Violența văzută și nevăzută	Prezentare
10	Familia mea..	Exercițiu în perechi
15	... îl apără pe copil de violență	Discuție frontală
10	Agenda mea – ce am aflat la întâlnirea de azi	Discuție frontală
5	Agenda mea – ce fac până la următoarea întâlnire	Prezentare

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Act reparator** = realizarea unui gest personal cu valoare de scuză față de un coleg (oferit ajutorul, oferit un desen/scrisoare prin care își cere scuze, invitat la joacă, realizat împreună o activitate școlară);
- ✓ **Agresivitate** = atac, provocare;
- ✓ **Empatie** = capacitatea de a identifica emoțiile altuia și de a se pune în locul său;
- ✓ **Violență** = folosirea forței, a puterii.

Activități practice

Activitatea 1. (exercițiu în echipe) - *Copilul îmi povestește ce se întâmplă la școală*



Participanții sunt împărțiți pe echipe care analizează studiile de caz primite de la facilitator.

Sarcinile echipelor și ale participanților sunt:

- (a) să își imagineze că, la școală, copilul trece prin situațiile descrise în exemple;
- (b) să se gândească și să discute în echipă:
 - i. cum reacționează - ce simt, ce gândesc, ce fac - atunci când copilul le împărtășește astfel de situații; și
 - ii. ce îl sfătuiesc pe copil să facă în astfel de situații.



Idei pentru discuția frontală:

Efectele sfaturilor mele:

- ✓ Agresivitatea ia forme mai puțin evidente decât cea fizică;
- ✓ Reacția față de incidentele agresive poate duce la stingerea sau amplificarea conflictelor, având efecte nu doar imediate, ci și pe termen lung;
- ✓ Reacția față de incidentele agresive ține seama de contextul în care a apărut și de nevoile celor din jur;
- ✓ Părinții pot oferi sprijin pentru rezolvarea problemei sau pot rezolva problema în locul lor.

Activitatea 2. (exercițiu în perechi) - Familia mea ...



Împărțiți în perechi, părinți sunt rugați să identifice acele influențe din familie care l-ar putea determina pe copil să reacționeze agresiv, și elemente care ar putea să prevină implicarea lui în incidente violente.



Idei pentru discuția frontală:

... îl apără pe copil de violență

- ✓ Reacția părintelui în raport cu incidentele violente: le aprobă și găsește justificare pentru ele sau le dezaprobă și identifică modalități potrivite de abordare a lor;
- ✓ Modul în care părintele rezolvă situațiile conflictuale cu copilul său;
- ✓ Exemplul părintelui aflat în situații conflictuale pune accente pe rezolvarea de probleme prin găsirea unor soluții de compromis sau prin impunerea unei soluții favorabile pentru sine;
- ✓ Modelare pentru gestionarea emoțiilor într-o manieră adaptativă, care să nu aibă efecte negative asupra sa și a celor din jur;
- ✓ Dezvoltarea empatiei și exemplul oferit de părinte în ceea ce privește luarea în considerare a emoțiilor și nevoilor celor din jur.

Texte suport



Agresivitatea și comportamentele agresive presupun **folosirea forței, impunerea puterii** pentru a obține ceva, **nevoile proprii** fiind cele mai importante, în timp ce nevoile celorlalți nu sunt luate în considerare. Concret, se poate manifesta sub diverse forme, unele mai greu de observat decât altele. Putem identifica:

- a. comportamente de **agresivitate fizică** – lovit, îmbrâncit, distrus obiecte personale;
- b. comportamente de **agresivitate verbală** – poreclit, jignit, amenințări, șantaj;
- c. comportamente de **agresivitate relațională** – răspândire de zvonuri răutăcioase, ignorare/izolare.

Astfel de comportamente, neabordate de către părinți, pot să se transforme într-un stil general de interacțiune socială al copilului, cu **efecte negative** atât asupra victimei, cât și al agresorului, mult mai profunde decât durerea/rana fizică, fiind afectată în primul rând, dezvoltarea socio-emoțională.

- a. Copiii **victime** (ai altor copii sau ai adulților) sunt nefericiți și suferă de probleme legate de **stima de sine și încrederea în propria persoană**. Ei simt frică, rușine și chiar vinovăție pentru ce li s-a întâmplat. **Relațiile lor de prietenie** sunt adesea afectate din cauza unei frici sporite de a avea încredere în ceilalți. Pe acest fond, pot scădea chiar și **rezultatele academice**, dorința lor de a merge la școală și de a învăța, preocupările lor fiind legate de ceea ce li se întâmplă.
- b. Copiii **agresori** resimt și ei o serie de efecte negative. Pe termen scurt sunt **respinși** de cei din jur, chiar dacă uneori, la prima vedere, comportamentul lor îi face populari printre ceilalți copii (este mai degrabă o reacție izvorâtă din frică și nu o apreciere autentică a comportamentului agresiv). Pe termen lung, efectele sunt și mai serioase, existând riscul de agravare și evoluție spre **infrațiuni cu consecințe penale**.



În apariția acestui tip de comportamente, **părinții au o influență** mai mare decât își dau seama. Această influență este dată de gesturi mici ale părinților sau de lipsa unor reacții potrivite și consecvente. Este posibil ca părintele nu mai aibă timp să observe sau să reacționeze la micile acte de agresivitate (jignirea unui copil în drum spre școală). Numai că semnalul pe care îl transmite copilului este unul cu efecte ce se amplifică treptat și se resimt pe termen lung.

De asemenea, copilul poate manifesta comportamente agresive atunci când părintele nu stabilește reguli în funcție de care să stabilească comportamentele potrivite. Aceasta atitudine a părintelui creează la copii așteptarea că pot face orice doresc. În momentul în care părintele **nu intervine** atunci când observă un comportament nepotrivit la copil (smulge jucăria fratelui lui), mesajul pe care îl transmite este unul de încurajare a copilului, care își dă seama că poate face orice pentru a obține ceea ce își dorește. Dacă smulsul l-a ajutat să obțină jucăria dorită, probabilitatea să repete acest comportament este foarte mare.

Mai mult decât atât, uneori părintele transmite chiar anumite semnale de **aprobare**, îi zâmbește și îi face cu ochiul, considerând că ceea ce face copilul fie este amuzant, fie este un semn că nu se lasă intimidat

("nu este fraier"), că este puternic și își poate atinge obiectivele urmărite. Aceasta credința a părinților, că un copil trebuie să se impună cu orice preț, deseori duce chiar la **încurajări** adresate copilului ("dacă te lovește, dă și tu") sau **amenințări** ("dacă mai vii și îmi spui că te-a lovit, îți mai trag și eu o mamă de bătaie")

Această lipsă de limite se întoarce cu ușurință împotriva părintelui, copilul încercând același tip de comportamente în relațiile cu acesta. Când se ajunge la un nivel care nu mai poate fi ignorat, de obicei **părintele se impune făcând apel tot la comportamente nepotrivite și exagerate** (țipă, lovește). Copilul nu învață nimic din astfel de reacții căci, din punctul său de vedere, comportamentul părintelui ține mai degrabă de dispoziția sa, și nu de comportamentele sale, atâta timp cât în anumite momente reacția nepotrivită a copilului este ignorată, în timp ce în alte momente ea este sancționată. În plus, pe termen lung, mai învață că, atunci când ești furios, poți să îți exprimi emoția prin agresivitate sau că, atunci când nu ești ascultat, poți să obții ceea ce ții dorești prin comportamente agresive (fizic sau verbal).

Nici abordarea în care părintele încearcă să **își protejeze exagerat** copilul, ferindu-l de orice dificultate și făcând totul în locul lui, nu are rezultate mai bune. Copiii crescuți într-un asemenea mediu devin **indiferenți față de nevoile altora**, considerând că totul li se cuvine. Pe termen lung însă ei nu învață să facă față unor interacțiuni sociale în care nu totul se întâmplă conform dorinței lor, iar efectele sunt timiditatea, nesiguranța, pasivitatea, o stimă de sine scăzută. Astfel de trăsături fie îl transformă pe copil în țintă ușoară a agresivității altora, fie, în încercarea de a-și masca teama și neîncrederea, îl fac să manifeste comportamente agresive pentru a obține statutul pe care și-l dorește.

Un alt principiu după care părintele își poate orienta intervențiile astfel încât să prevină apariția comportamentelor agresive la copii este să îl **învețe pe copil să fie bun**. Și de această dată tot **modelarea** funcționează, pornind de la exemplul personal. În tot ceea ce faceți, țineți seama de regula de aur „ce ție nu îți place, altuia nu îi face” sau, în varianta pozitivă, comportă-te cu ceilalți așa cum ți-ai dori să fi tratat la rândul tău. De asemenea, discutați cu copilul ori de câte ori observați gesturi de bunătate în viața reală, în povești sau la televizor.



Situația ideală ar fi ca un copil să povestească părinților săi despre faptul că este implicat în incidente agresive. În realitate însă victimele **nu împărtășesc**, din rușine sau de frica răzbunării din partea agresorilor. Aceștia la rândul lor, nu au nici un interes să vorbească, căci riscă să piardă prestigiul printre colegi și capacitatea de a-i domina, dar și de teama că ar putea fi pedepsiți de către adulți.



În acest context, părinții este bine să își urmărească cu atenție copilul pentru a putea identifica **indicatori de observare** care ar putea sugera că acesta este implicat într-o situație ce presupune violență, ca victimă sau agresor:

a. Copilul **victimă**

- devine mai tăcut și mai trist;
- exprimă neîncredere în forțele proprii;
- se izolează, se retrage din interacțiunile cu familia;
- se izolează de prieteni, nu mai ia parte la activitățile care altă dată îi făceau plăcere, preferă să stea acasă;

- caută pretexte să lipsească de la școală (acuzând dureri de cap sau stomac, răceli etc.);
- refuză să meargă singur la școală;
- vine mai târziu de la școală (pentru a-și evita colegii);
- îi scade interesul pentru teme și, implicit, notele;
- îi scade pofta de mâncare;
- apar perturbări ale somnului care determină oboseală;
- se concentrează mai greu, uită (datorită oboselii sau a faptului că îl preocupă altceva);
- apare cu hainele murdare sau rupte, cu tăieturi sau vânătăi pe care nu le poate explica;
- apar reclamații de la școală privind lipsa de interes față de teme sau probleme de comportament (bătăi cu colegii).

b. Copilul **agresor**

- își schimbă grupul de prieteni,
- exprimă opinii negative față de cei din jur;
- apar reclamații de la școală privind implicarea în activitățile de la clasă, conflicte cu colegii;
- încearcă să iasă în evidență cu orice preț, face pe grozavul;
- vine acasă cu obiecte pe care nu le-ar fi putut cumpăra fără implicarea părinților;
- manifestă izbucniri furioase inexplicabile;
- se enervează ușor;
- refuză să își facă temele;
- încearcă să domine sau își lovește frații.

Observarea unor astfel de semne în comportamentul copilului ar trebui dublată de **colectarea de informații de la școală**. De data asta însă, discuțiile cu cadrele didactice nu se mai centrează în jurul performanței academice, așa cum se întâmplă de obicei, ci ar fi bine să aibă în vedere următoarele aspecte:

- a. schimbări în comportamentul copilului;
- b. colegii cu care își petrece timpul, schimbări în grupul de prieteni;
- c. gradul de implicare în discuțiile și activităților de la clasă, reacția colegilor la intervențiile lui;
- d. schimbări în calitatea temelor realizate;
- e. existența unor incidente violente la nivelul clasei.



Odată confirmată participarea copilului în incidente ce presupun agresivitatea, stă în puterea părinților să ia anumite măsuri pentru a-i **sprijini** copii:

a. victimă

- Încurajarea **solicitării sprijinului** unui adult atunci este agresat;
- Stabilirea cu copilul a ceea ce poate **spune** dacă este pus în astfel de situații („încetează”, lasă-mă în pace”) și a ceea ce poate **să facă** – să încerce să evite hărțuitorii, să evite să stea singur, să evite să stea în zone nesupravegheate de personalul școlii;
- Participarea la **activități în afara școlii**, unde ar putea să își facă prieteni, abilitățile sociale astfel dobândite putând fi transferate apoi în contextul școlar, prietenii de la școală fiind o resursă importantă care l-ar putea sprijini atunci când este agresat. Dobândirea de noi prieteni și rezultatele pe care le-ar putea obține în aceste activități (dacă ele sunt alese conform preferințelor și intereselor copilului) pot contribui la îmbunătățirea stimei de sine. Pe de altă parte, participarea la astfel de activități poate să fie o ocazie de a-și distrage atenția de la incidentele agresive, ajutându-l să se simtă mai bine.

b. agresor

- Dezvoltarea **empatiei** și conștientizarea efectelor comportamentului său asupra victimei, dar și a **consecințelor** care pot să apară pentru el însuși (rănirea gravă a victimei, pedepsirea agresorului). Sunt utile filmele vizionate împreună pe acest subiect sau discuțiile pornind de la comportamente observate (incidente pe care le observă împreună în parc);
- Stabilirea împreună cu copilul (chiar dacă neagă că el este agresorul) de lucruri concrete pe care acesta le poate în **sprijinul victimei**, pentru ca această să se simtă mai confortabil în școală;
- Încurajarea participării la diverse **activități de timp liber** în care ar putea obține recunoaștere și prestigiu, distracție (recompense pe care altfel le-ar obține în urma comportamentelor agresive).



Atunci când părinții sunt martori la incidente violente, trebuie să **intervenă**, oricât de puțin grave ar părea acestea, chiar dacă acestea nu implica neapărat agresivitate fizică.

a. victimă

Intervenția părintelui are ca obiectiv să învețe copilul care a fost ținta atacului cum să răspundă. Strategiile cu cea mai mare șansă să ducă stingerea unor astfel de incidente, fără să le agraveze sunt:

- **Exprimarea emoțiilor copilului** („*mă simt rău când îmi vorbești așa*”, „*mă doare când mă ciupești*”);
- **Ignorarea** (își încrucișează brațele și privește în altă parte) care îi arată celui care provoacă agresiunea că nu obține nici un rezultat.

Aceste metode pot fi învățate prin intermediul unor povești sau filme în care personajele trec prin situații asemănătoare. Într-o situație reală de viață, putem reaminti copilului cum s-au comportat cele două personaje („*îți mai amintești ce a făcut ursulețul atunci când a fost necăjit de iepuraș?*”)

b. agresor

Cel mai important este ca intervenția părintelui să fie imediată, cu scopul de a opri comportamentul agresiv și a oferi victimei siguranță, parcurgând următorii pași:

- **Stoparea** comportamentului agresiv („*oprește-te, nu este în regulă ce faci*”);
- Însoțirea într-un loc unde poate să se **liniștească** (“*acum liniștește-te câteva minute după care discutăm și vei continua jocul*”);
- **Discutarea** incidentului cu accent pe **efectele** comportamentului asupra celorlalți (lovindu-l pe celălalt copil, l-a rănit) și pe ceea ce poate face pentru a-și **repara fapta** („*trebuie să îți ceri scuze pentru ca să nu se supere pe tine și să poți continua jocul împreună*”). În cazul în care copilul dorește să își expună **punctul de vedere**, această discuție îi oferă posibilitatea să își exprime sentimentele negative;
- Aplicarea unor **consecințe logice** (de exemplu, părăsirea locului de joacă, reducerea timpului alocat activităților plăcute cu prietenii) atunci când copilul refuză să își ceară iertare și nu se liniștește. Și de această dată modelul adultului este foarte important: dacă părintele folosește agresivitatea verbală și fizică, copilul va imita aceasta metodă.

Așadar, părintele este unul dintre factorii care influențează în mare măsură agresivitatea copilului. Copilul o învață prin modelare, în funcție de felul în care părintele se comportă în interacțiuni sociale, dar și prin experiența sa directă legată de felul în care reacționează părintele la ceea ce face copilul.

Agenda mea – evaluarea zilei

Fiecare participant menționează o informație nouă pe care a aflat-o în cadrul atelierului și o informație importantă pe care ar împărtăși-o și altor părinți.

Agenda mea – tema de acasă

Discutați cu copilul studiul de caz pe care l-ați analizat în echipă, adresându-i aceleași întrebări:

- a. cum ar reacționa el dacă ar fi în situația respectivă (ce ar simți, ce ar gândi, ce ar face);
- b. ce sfat ar da unui alt coleg dacă s-ar afla în astfel de situație.

Rugați-l să vă relateze 1-2 situații asemănătoare pe care le-a observat la școală și încercați să găsiți niște soluții pentru a le stopa.

- a. Discutați cu copilul studiul de caz pe care l-ați analizat în echipă, punându-i aceleași întrebări:
 - i. cum ar reacționa el dacă ar fi în situația respectivă (ce ar simți, ce ar gândi, ce ar face);
 - ii. ce sfat ar da unui alt coleg dacă s-ar afla în astfel de situație.
- b. Rugați-l să vă relateze 1-2 situații asemănătoare pe care le-a observat la școală și încercați să găsiți niște soluții pentru a le stopa, răspunzând la întrebările de mai jos:
 - iii. Ce s-a întâmplat?
 - iv. Ce ai simțit/făcut?
 - v. Ce reguli au fost încălcate?
 - vi. Ce efect a avut comportamentul nepotrivit?
 - vii. Cine și cum ar putea acționa diferit data următoare când se ajunge la o situație asemănătoare?

4.3. ÎNTÂLNIRE FINALĂ: EVALUAREA PROGRAMULUI: REDISCUTAREA AȘTEPTĂRILOR INIȚIALE

Provocare: Educația parentală: modă sau necesitate?



Obiectivele ultimei întâlniri

- Evaluarea calității și modului în care a fost primit programul de participanți
- Identificarea părinților resursă interesați și pregătiți să aloce timp și să se implice în sprijinirea școlii
- Valorizarea participării și implicării în a tuturor participanților

Agenda întâlnirii

Timp (min)	Temă	Mod de organizare
10	Reactualizare obiectivului programului de formare – ideea inițială	Discuție frontală
40	Evaluarea programului (chestionarului completat la începutul programului și compararea răspunsurilor)	Frontal
10	Feedback specific al părinților pentru programul de formare /informare	Exercițiu în grup
10	Feedback al formatorilor privind derularea programului Întrebări/răspunsuri	Prezentare
10	Diplome de participare / aprecieri de final	
10	Vizionare fotografii din cadrul întâlnirilor lunare	Frontal

Repere teoretice – concepte cheie

- ✓ **Situația inițială** - de ce s-a dorit acest program de formare (obiectivele);
- ✓ **Analizarea și evaluarea calității și utilității** programului - completare chestionar inițial și compararea modului în care a fost completat la început;
- ✓ **Identificarea aspectelor de îmbunătățit** în cadrul programului de formare-informare;
- ✓ **Feedback-ul direct al participanților** privind programul;
- ✓ **Feedback-ul formatorului.**

Activități practice

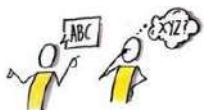
Activitatea 1. Trecerea în revistă a obiectivelor programului “Reușim, împreună!”



Prezentarea ideilor inițiale de la care a pornit pregătirea și organizarea acestui program. Ce ne-am propus prin aceste întâlniri și ce am reușit să facem împreună. Ce am urmărit cu ajutorul acestui program:

- Să ne cunoaștem unii pe ceilalți;
- Să venim mai des în spațiul școlii;
- Să ascultăm despre nevoile pe care le are școala de a fi sprijinită de părinți;
- Să discutăm despre cum ne putem mobiliza mai mulți să facem ceva pentru a-i ajuta pe copiii noștri;
- Să înțelegem că pentru a-i ajuta pe copii trebuie să îi cunoaștem bine și să învățăm să îi sprijinim;
- Să aflăm despre cum anume îi putem ajuta pe copiii noștri să devină tineri și adulți cu un rost: să aibă un comportament sănătos, rezultate școlare bune, să poată să se pregătească pentru o meserie și o viață decentă.

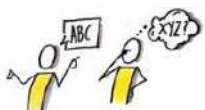
Activitatea 2. Evaluarea programului “Reușim, împreună!”



Pregătirea în prealabil a rezultatelor chestionarului inițial pentru a fi prezentat ca suport PPT sau cu două coloane: coloana răspunsuri inițiale, coloana cu răspunsuri finale (la aceleași întrebări). Opiniile diferite ar putea reprezenta îmbunătățiri ale opiniilor părinților despre realția cu educația copiilor și școala, implicarea lor în viața școlii, între momentul începerii întâlnirilor cu părinții și momentul finalizării programului.

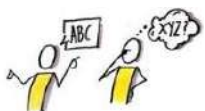
Se va completa același chestionar folosit la prima întâlnire și se vor compara răspunsurile (vezi chestionarul din mapa Consilierului).

Activitatea 3. Analiză și feedback al părinților



Părinții vor completa bilețele autoadezive (tip *Post-it*) cu impresiile privind programul (sau vor oferi feedback verbal, după caz).

Activitatea 4. Evaluarea și auto – evaluarea programului “Reușim, împreună!” - opinia formatorului



Formatorul implicat în programul de lucru cu părinții va pregăti câteva idei folosind structura de mai jos. Conținutul trebuie să fie simplu, clar, corect și bazat foarte mult pe exemple din cadrul întâlnirilor. Folosiți cât de mult puteți numele participanților și dacă puteți, amintiți situațiile amuzante. Introduceți, pe cât posibil, fotografii ale întâlnirilor anterioare.

Structura activității:

- Teama de orice nou început și evoluția prestației lui în cadrul programului (cum m-am simțit ca facilitator și instructor la aceste întâlniri);
- Relația facilitatorului cu părinții - cursanți:
 - Cele mai provocatoare momente?

- ii. Cele mai plăcute momente?
 - iii. Cel mai amuzant lucru?
 - iv. Ce crede formatorul că vor putea face părinții mai departe?
 - v. Despre curajul de a merge mai departe, orice ar fi ...
- c. Ce am învățat ca formator-facilitator de discuții în întâlnirile cu dvs.?



Activitatea 5. **Înmânare diplome, mulțumiri și aprecierea interesului, timpului și energiei investite.**

Agenda mea – tema pentru acasă

Să vă amintiți că:

- a. Ajutorul dvs pt educația copiii poate face minuni.
- b. Căutați să vă cunoașteți mai bine copiii.
- c. Dvs îi puteți ajuta cel mai mult.
- d. Comunicați cât mai des cu copiii.
- e. Comunicați cu școala, implicați-vă și informați-vă.
- f. Sprijin la teme, organizare, relaxare și bucurie,
- g. Părinți implicați = copii încrezători și mulțumiți.

FELICITĂRI TUTUROR!





Bibliografie

- (1) Australian Government Department of Education, Employment and Workplace Relations (2008). Family-school partnerships framework. A guide for schools and families. Canberra: Commonwealth of Australia
- (2) Emerson, L., Fear, J., Fox, S., and Sanders, E. (2012). Parental engagement in learning and schooling: Lessons from research. A report by the Australian Research Alliance for Children and Youth (ARACY) for the Family-School and Community Partnerships Bureau: Canberra.
- (3) Carte pentru profesioniștii care lucrează cu părinții, Vanemonde, 2005
- (4) Durrant Joan, Positive Discipline in Everyday Parenting, FRP Canada 2013
- (5) Educația părinților/Ministerul Educației și Cercetării; UNICEF – Reprezentanța în România, București: MarLink, (2006) Bibliogr, ISBN: 973-8411-50-5
- (6) Petrovai Domnica, Botiș Adina, Tudose Diana, Costandache Sorina, Cu părinții la școală. Vârsta școlară – Ghid pentru părinți, Speed Promotion, 2008
- (7) Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) Practitioner's Manual for Enhanced Triple P, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998
- (8) Mosley J, Sonnet H., 101 Games for Self-Esteem, LDA 2002
- (9) Butler, S. (2010). Family-school partnerships make a difference. Professional Voice, 8(2), 11-17.
- (10) Hattie, J. (2009). Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement. Abingdon: Routledge.
- (11) Gordon Thomas, Burch Noel, Părintele eficient, editura Trei, 2013
- (12) Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T. (1998) Practitioner's Manual for Enhanced Triple P, Brisbane, Australia: Families International Publishing, 1998
- (13) Salvați Copiii, Ghidul utilizării în siguranță a Internetului, 2014
- (14) Taylor R. Victoria, Unplugging: A Parent's Handbook for Children's Technology Use, University of Central Florida, 2017
- (15) PEG DAWSON, EDD, NCSP, Seacoast Mental Health Center, Portsmouth, NH, Homework: A Guide for Parents BY PEG DAWSON, EDD, NCSP, Seacoast Mental Health Center, Portsmouth, NH
- (16) Xu J. (2004) Family help and homework management in urban and rural secondary schools. Teachers college Record, 106, 1786-1803,
- (17) Larson J., Lochman J. E., Cope with Anger A Cognitive-Behavioral Intervention, 2011 The Guilford Press
- (18) Rivers Ian, Duncan Ian, Besang E. Valerie – "Bullying. A Handbook for Educators and parents" 2007 Praeger Publishers

- (19) Universitatea Babeș-Bolyai Cluj Napoca, Ghid de dezvoltare a abilităților la copii și adolescenți, Centrul Expert, 2007
- (20) https://www.edu.ro/sites/default/files/3027_2018_2.pdf
- (21) <https://www.edu.ro/sites/default/files/Educatia%20ne%20uneste%20-%20Viziune%20asupra%20viitorului%20educatiei%20in%20Roma%CC%82nia.pdf>
- (22) https://www.naspcenter.org/home_school/homework.html