

**LARISA CUZNEȚOV**

**CULTURA  
EDUCAȚIEI FAMILIALE  
sau  
MICA ENCICLOPEDIIE DE  
FORMARE  
COMPETENȚELOR  
PARENTALE**

**CHIȘINĂU, 2020**

**LARISA CUZNETOV**

**CULTURE  
FAMILY EDUCATION  
or  
SMALL ENCYCLOPEDIA  
OF FORMATION  
PARENTAL  
COMPETENCES**

**CHISINAU, 2020**

**CZU 37.018.1**

**C 97**

Aprobat pentru editare de catedra „Științe ale Educației și Management” și de Senatul UPS „Ion Creangă” din Chișinău (Proces verbal nr. 9 din 21.05.2020).

**Recenzenți:**

**Opriș Dorin**, dr. hab. în șt. educației, conf. univ., România, Universitatea „1 Decembrie 1918 din Alba Iulia”

**Platon Carolina**, dr. hab., prof. univ., USM

**Șevciuc Maia**, dr. conf. univ., USM

**Carabet Natalia**, dr. conf. univ., UPSC

Descrierea CIP a Camerei Naționale a

Cărții **Cuznețov, Larisa Leonid**

*Cultura educației familiale sau Mica enciclopedie de formare a com-petențelor parentale./* Monografie/ Larisa Cuznețov. Universitet. Ped. de Stat „Ion Creangă” din Chișinău. – Chișinău, str. A. Mateevici, 60. 2020. Tipografia CEP USM. – 306 p.

Bibliogr.: p.301-304 (48 tit.)

Ex. 200

ISBN 978-9975-152-21-1

37.018.1 C 97

© *Autor: Larisa Cuznețov*

ISBN 978-9975-152-21-1

## PREZENTAREA AUTORULUI

**Larisa Cuznețov**, profesor universitar, doctor habilitat în pedagogie, catedra *Științe ale Educației și Management*, UPS „Ion Creangă” din Chișinău. A obținut titlul științifico-didactic de profesor universitar în 2008, domeniul de interes investigațional: fundamentele științelor educației, filosofia și axiologia educației; teoria și metodologia cercetării educației; pedagogia și psihologia familiei, educația și consilierea familiei/ a părinților și copiilor; soluționarea conflictelor familiale, cultura și etica educației familiale etc.

A publicat circa 210 de lucrări științifice, printre care: *Relațiile adolescenți-părinți* (1995); *Intercomunicarea familială. Modalități de soluționare a conflictelor adolescenți-părinți* (1997); *Etica educației familiale* (2000); *Dimensiuni psihopedagogice și etice ale parteneriatului educațional* (2002); *Filosofia educației* (2004); *Curriculumul Educația pentru familie* (2004); *Jocul copilului și cultura educației familiale* (2007); *Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei* (2008); *Educație prin optim axiologic* (2010); *Filosofia practică a familiei* (2013); *Consilierea parentală* (2013); *Educația pentru familie din perspectiva educației permanente. Repere conceptuale și metodologice* (2013); *Pedagogia și psihologia familiei* (2013); *Consilierea și educația familiei. Introducere în consilierea ontologică complexă a familiei* (2015); *Consilierea și educația pentru sănătate a familiei* (2016); *Filosofia și axiologia educației* (2017); *Parteneriatul și colaborarea școală-familie-comunitate. Educația de calitate a copiilor și părinților* (2018); *Consilierea ontologică complexă a familiei* (2018); *Familia ca proiect existențial. Managementul familial* (2018) etc.

## PRESENTATION OF THE AUTHOR

**Larisa Cuznetov**, university professor, PhD in pedagogy, the Department *Educational Sciences and Management*, „Ion Creanga” SPU of Chisinau. In 2008 has obtained the scientific-didactic title of university professor, the field of interest investigation: the fundamentals of educational sciences, philosophy and axiology of education; theory and methods of education research; pedagogy and psychology of family, education and counseling of the family/parents and children; settlement of family conflicts, culture and ethics of family education, etc.

She published about 210 scientific researches, among which: *Relations adolescents-parents* (1995); *Family intercommunication. Conflict settlement skills between adolescents and parents* (1997); *Ethics of family education* (2000); *Psycho-pedagogical and ethical dimensions of educational partnership* (2002); *Philosophy of education* (2004); *Curriculum Family Education* (2004); *Children play and family education culture* (2007); *Treaty for Family Education. Family Pedagogy* (2008); *Education through the axiological optimizing* (2010); *Family applied philosophy* (2013); *Parenting counseling* (2013); *Family Education from the perspective of lifelong learning. Conceptual and methodological landmarks* (2013); *Family pedagogy and psychology* (2013); *Family counseling and education. Introduction into complex ontological family counselling* (2015); *Counseling and education for family health* (2016); *Philosophy and axiology of education* (2017); *Partnership and school-family-community collaboration. Quality education for children and parents* (2018); *Complex ontological family counselling* (2018); *Family as existential project. Family management* (2018).

## CUPRINS

PREZENTAREA AUTORULUI.....	4
PRESENTATION OF THE AUTHOR .....	5
PREFAȚĂ.....	12
ARGUMENT (ÎN ENGLEZĂ) .....	16
SEMNE CONVENȚIONALE PENTRU CITITORI.....	20

### CULTURA EDUCAȚIEI FAMILIALE: FUNDAMENTE GENERALE

Să fim părinți competenți: explicația noțiunilor generale.....	22	
Factorii care pot provoca dificultăți de înțelegere a copilului..	24	
• Dezvoltarea psihică a copilului: aspecte esențiale.....	27	
• Principiile conduitelor parentale .....	32	
• Unele reguli și ritualuri familiale .....	34	
• Strategii educative eficiente .....	37	
Vectorul DA, al permisivității și vectorul NU al interdicției în educația familială. Educăm curajul și responsabilitatea. Educația libertății prin libertatea rezonabilă .....	39	
• Depășirea fricii.....	42	
• <small>Cunosc=Vreau =Pot =Trebuie</small> .....	și autoritatea parentală .....	43
• Semnalul SOS în comportarea copilului .....	46	
• Comunicarea pozitivă: <i>frază-aripi</i> .....	47	
• Fraze-cătușe .....	52	
• Conștientizăm, reținem, exersăm.....	54	

### COPILUL ÎN PRIMUL AN DE VIAȚĂ

• Implicații educative în primul an de viață a copilului .....	55
• Educația pruncului prin joc .....	62
• Tipuri de jocuri pentru copiii primului an de viață .....	64
• Jocuri-activități pentru prunci.....	67
• Conștientizăm, reținem, exersăm.....	85

**VÂRSTA FRAGEDĂ ȘI EDUCAȚIA**

Principalele achiziții psihice și fizice la vârsta fragedă a copilului .....	88
• Strategii educative .....	91
Etica și optimul familial în educația copilului de vârstă fragedă .....	93
• Cultura familiei = cultura copiilor .....	97
Medităm asupra unor situații familiale și acțiuni educative..	103
Jocuri și activități educative pentru copiii de vârstă fragedă..	106
• Tipuri de jocuri.....	108
• Ghidul părinților: jocuri și activități pentru copiii de vârstă fragedă.....	112

**EDUCAȚIA FAMILIALĂ ÎN PREȘCOLARITATE**

• Dezvoltarea și educația preșcolarului în cadrul familiei .....	139
• Educația familială și lumea interioară a copilului .....	145
• Cultura dirijării jocului în preșcolaritate .....	154
• Selectarea, crearea și conducerea jocului .....	159
• Model al unei zile de odihnă în familie .....	168
Educația armonioasă a preșcolarului prin joc. Jocul în educația intelectuală și educația morală .....	171
• Jocuri distractive .....	177
• Munca și jocul. Educația estetică și educația psihofizică .....	184
• Repere orientative: principii, strategii, etapele jocului.....	188
• Mica agenda a educației pentru credință .....	191

**EDUCAȚIA FAMILIALĂ A COPIILOR ÎN ȘCOLARITATEA MICĂ, PREADOLESCENȚĂ ȘI ADOLESCENȚĂ**

• Dezvoltarea micului școlar și unele implicații educative.....	195
Preadolescența: debutul maturizării fizice, psihologice și educația .....	203

Adolescența: vârstă a conturării profilului moral și a opțiunilor profesionale de viitor .....	206
• Atitudini și stiluri parentale.....	213
• Metode și strategii aplicate în educația familială .....	219
Forme aplicate în educația familială și clasificarea meto- delor educației.....	226
• Laboratorul educației familiale.....	231
• Studiem și cunoaștem temperamentul copilului .....	239
Unele mijloace de autoperfecționare a competențelor parentale. Respectăm drepturile copilului .....	249
• Strategii pozitive de viață și educație familială .....	270
• Sugestii care vă pot ajuta permanent.....	287
• Fișa rezumativă a dezvoltării psihofizice și sociale a copilului 289	
<b>BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ .....</b>	<b>302</b>



## CONTENTS

<b>PRESENTATION OF THE AUTHOR</b> .....	5
<b>ARGUMENT</b> .....	16

### CULTURE OF FAMILY EDUCATION: GENERAL FUNDAMENTALS

• To be competent parents: explanation of general notions .....	22
• Factors that may cause understanding difficulties of the child	24
• Child's psychological development: key issues .....	27
• Principles of parental behavior .....	32
• Family rules and rituals .....	34
• Effective educational strategies .....	37
• The YES vector of the permissiveness and the vector NO – of the interdiction in family education. Freedom education through reasonable freedom .....	39
• Overcoming fear .....	42
• <small>I know ≠ I want ≠ I can ≠ I need</small> .....	43
• SOS signal in child behavior .....	46
• Positive communication: <i>wing-phrases</i> .....	47
• Phrase shackles .....	52
• We raise awareness, we retain, we practice .....	54

### THE CHILD IN THE FIRST YEAR OF LIFE

• Education involved in the child's first year of life .....	55
• Baby education through play .....	62
• Types of games for children in the first year of life .....	64
• Games-activities for babies .....	67
• We raise awareness, we retain, we practice .....	85

## **EARLY AGE AND EDUCATION**

- The main psychic and physical acquisitions at the young age of the child..... 88
- Educational strategies ..... 91
- Family ethics and optimality in the education of the child at an early age ..... 93
- Family culture = children's culture ..... 97
- We meditate on family situations and educational actions..... 103
- Games and activities for young children ..... 106
- Types of games ..... 108
- The parents' guide: games and activities for children from an early age..... 112

## **FAMILY EDUCATION IN PRE-SCHOOL**

- Development and pre-school education in the family ..... 139
- Family education and the child's inner world..... 145
- The culture of game management in preschool ..... 154
- Selection, creation and management of the game ..... 159
- Model of a rest day in the family ..... 168
- Harmonious preschool education through play. Play in intellectual education and moral education..... 171
- Fun games..... 177
- Work and play. Esthetic education and psychophysical education..... 184
- Highlighted guidelines: principles, strategies, stages of the game 188
- The small agenda of faith education..... 191

## **FAMILY EDUCATION OF CHILDREN IN SMALL SCHOOLS,**

### **PREADOLESCENCE AND ADOLESCENCE**

- The development of the small school and some educational implications..... 195

Preadolescence: the beginning of physical, psychological maturation and education .....	203
Adolescence: the age of contouring the moral profile and future career options .....	206
• Attitudes and parenting styles.....	213
Methods and strategies applied in family education.....	219
• Forms and methods applied in family education.....	226
Family education laboratory.....	231
• We study and know the temperament of the child .....	239
Other means of self-improvement of parental competences.	
We respect the rights of the child.....	249
Positive life strategies and family education.....	270
Suggestions that can help you permanently.....	287
Summary sheet of psychophysical and social development of the child .....	289
<b>SELECTIVE BIBLIOGRAPHY.....</b>	<b>302</b>

## PREFAȚĂ

Educația constituie axa centrală a politicii unui stat. Pe parcursul evoluției civilizației, obiectivele și tehnologiile educației s-au modificat continuu, dar valorile, esența finalităților și a conținuturilor educației au rămas aceleași: pregătirea tinerei generații pentru viață și integrarea cu succes în societate.

Politica națională în domeniul educației se concretizează în *Codul Educației al Republicii Moldova*, care se reflectă la rândul său în decizii la nivel macrosocial și se exprimă printr-un ansamblu de norme, opțiuni generale privind dezvoltarea și modificarea sistemului educațional. Acest lucru este evidențiat în *Strategia intersectorială de dezvoltare a abilităților și competențelor parentale pentru anii 2016-2022* și *Planul Național de Implementare a Strategiei intersectoriale de dezvoltare a abilităților și competențelor parentale pentru anii 2016-2022*, prin care sunt implicați în educația familiei toți actorii sociali cu influență educativă: instituțiile de învățământ, biserica, instituțiile medicale, jurisprudența, bibliotecile și alte instituții de promovare a culturii.

Experiența avansată a altor state și logica procesului, a acțiunii educaționale, confirmă necesitatea unirii eforturilor actorilor formali, nonformali și a celor informali în vederea susținerii educației, enculturației familiei, a modernizării învățământului pentru a realiza în practică principiile *educației permanente*.

Pornind de la aceste realități și deziderate, considerăm că lucrarea de față vine să ajute familia, să îmbogățească părinții cu noi cunoștințe și abilități, să susțină dezvoltarea competențelor de auto-educație și autoactualizare în formarea copiilor și adolescenților.

Lucrarea este orientată explicit spre acordarea unui ajutor concret familiei, pedagogilor și psihologilor, care se ocupă de educația copiilor și susțin implicarea părinților în activitatea școlilor/atelierelor de perfecționare pentru formarea competențelor parentale și optimizarea educației familiale.

Considerăm pozitiv faptul că cercetătoarea abordează educația familială și problema jocului într-o perspectivă sistemică coerentă, plasând în centrul atenției devenirea personalității copilului prin aplicarea integrată a strategiilor și tehnologiilor moderne, originale și, totodată, accesibile pentru adulți la nivelul valorificării conținuturilor generale ale educației (educația. morală, intelectuală, tehnologică, estetică, psihofizică).

Apreciem faptul că în lucrare se propun:

- analiza esențializată și accesibilă a factorilor, a acțiunilor și a influențelor educative familiale;
- precizările conceptuale privind funcțiile familiei, educației familiale și jocului;
- tabloul psihocomportamental și caracteristica succintă și explicită a etapelor de vârstă a copiilor;
- organizarea conduitelor pruncului, îngrijirea acestuia și implicațiile educative ale ambilor părinți;
- principiile culturii dirijării jocului și ale conduitei parentale, în corelație cu ansamblul demersurilor formative din cadrul educației familiale;
- jocuri – activități pentru dezvoltarea moral-etică, intelectuală, estetică și psihofizică a copilului;
- recomandări privind educația, inițierea și dirijarea jocurilor în baza analizei așteptărilor copilului și a examinării atente a lumii lui interioare;

modelul unei zile de odihnă și jocurile ce pot fi desfășurate într-o zi de odihnă în cadrul familiei;  
posterul faptelor bune ca metodă de stimulare și aprobare familială;  
mica agenda a educației pentru credință (conține unele rugăciuni pentru copii, poezii, jocuri);  
forme, strategii și metode de educație a copilului;  
ansamblul de reguli privind comunicarea pozitivă;  
descrierea esențializată a particularităților de vârstă și de personalitate a preșcolarilor, școlarii mici, preadolescenților și adolescenților;  
analize ale stilurilor parentale, corelate cu educația copilului de la naștere și până la 18 ani;  
descrierea formării trăsăturilor de personalitate în contextul educației familiale.

Problematika educației familiale devine una prioritară dat fiind faptul oportunităților mari de care dispune în perioada contemporană pentru a contribui la formarea armonioasă a personalității copilului în afara tendințelor coercitive și a celor didactice din spațiul formal. Valorificarea optimă a potențialului familiei este posibilă dacă părinții continuă să se perfecționeze, să învețe a înțelege și ghidă copiii în cunoașterea și edificarea unei vieți demne.

Valoarea lucrării este susținută de originalitatea și accesibilitatea abordării conceptelor, de logica structurării textului, de organizarea acestuia în capitole și subcapitole completate de sinteze de ordin sociopsihopedagogic destinate părinților, de tipul: *Conștien-tizăm, Reținem, Exersăm*.

Prezentarea originală a lucrării și sugestiile cu caracter aplicativ îl invită pe cititor la o lectură participativă, la acțiuni creative de

extindere a documentării; de observare, cercetare, elaborare și valorificare a noilor activități, jocuri; de reactualizare a experienței avansate privind strategiile și cultura educației familiale.

În concluzie, opinăm că lucrarea va fi de un real folos părinților, cadrelor didactice, psihologilor și studenților de la facultățile pedagogice, persoanelor aflate în căutarea unor soluții, repere fundamentate de cercetări relevante în domeniul psihologiei și pedagogiei familiei. Lucrarea va ajuta adulții să se autoperfecționeze pentru a contribui la sporirea calității educației propriului copil și la armonizarea vieții sale familiale.

***Conf. univ., dr. hab., Dorin Opreș Universitatea „1  
Decembrie 1918” din Alba Iulia, România***

## ARGUMENT

Education is the central axis of the policy of a state. Throughout the evolution of civilization, the goals, content and technologies of education have changed continuously, but the essence of the goals has remained the same: preparing the young generation for successful integration into society.

The national policy in the field of education is embodied in the Education Code of the Republic of Moldova, which in turn is reflected in macrosocial decisions and is expressed through a set of norms, general options regarding the development and modification of the education system.

This is reflected in the Cross-sectoral Strategy for the development of parental skills and competences for the years 2016-2022 and the National Plan for the implementation of the Cross-sectoral Strategy for the development of parental skills and competences for the years 2016-2022, through which all social actors are involved in the education of the family with educational influence: educational institutions, the church, medical institutions, jurisprudence, libraries and other institutions for the promotion of culture.

The advanced experience of other states and the logic of the process, of the educational action confirms the need to unite the efforts of the formal, non-formal and informal actors in order to support, educate, family enculturate, modernize education in order to implement the principles of *lifelong learning*.

It is for these reasons that I believe that this work comes to help the family, to enrich parents with knowledge and skills, skills of self-education, self-actualization, education of children and adolescents.



The work is oriented towards giving concrete help to the family, the educators and the psychologists, who deal with the education of the children and the involvement of the parents in the activity of the schools/workshops of improvement, formation of the parental competences and optimization of the family education.

We consider positively that the researcher approaches the family education and the problem of the game in a coherent systemic perspective, placing in the center of attention the becoming of the child's personality by applying modern and original strategies and technologies, and at the same time accessible for adults at the level of capitalization of the general contents of the education (moral ed., intellectual, technological, esthetic, psychophysical). We appreciate the fact that the paper proposes:

- essentialized and accessible analysis of family educational factors, actions and influences;
- conceptual specifications regarding family functions, family education and play;
- the psycho-behavioral picture and the brief and explicit characteristic of the age stages of the children;
- organizing the child's behaviors, caring for him and the educational implications of both parents;
- the principles of the culture of game management and parental conduct in correlation with the application of various games within the family education;
- games – activities for developing moral and ethical, intellectual, aesthetic and psychophysical child;
- recommendations regarding the education, initiation and management of games based on the analysis of the

expectations of the child and the analysis of his inner world;  
the model of a day of rest and the games that can be played on a day of rest within the family;  
poster of beautiful and good deeds as a method of family stimulation and approval;  
small agenda of faith education (contains some prayers for children, poetry, games);  
forms, strategies and methods of child education;  
the set of rules regarding positive communication;  
the essentialized description of the particularities of the age of the preschoolers, small schoolchildren, pre-adolescents and adolescents;  
analysis of parental styles, correlated with the education of the child from birth to 18 years;  
description of personality traits in the context of family education.

The issue of family education becomes a priority also because of the great possibilities of harmoniously forming the personality of the child outside the coercitive and didactic tendencies, to organize and maintain the dignified and healthy way of life, the empathetic relationships, of collaboration within the family.

The originality of the work is also supported by the logical structuring of the text, which is divided into chapters and sub-chapters, followed by syntheses with a socio-psycho-pedagogical character intended for parents of the type: *We are aware, We retain, We practice.*

The original presentation of the paper and the application suggestions invites the reader to a participatory reading, creative

actions to extend the documentation, observation, research, elaboration and capitalization of the new activities, games; to update the advanced experience regarding the family education culture.

I am firmly convinced that the work will be of real benefit to parents, teachers, psychologists and students from the pedagogical faculties, to those who wish to self-perfect, to enhance the quality of their own child's education and family life.

*Opriș Dorin, PhD associate professor,  
University 1 Decembrie 1918 from Alba Iulia, Romania*

## *Semne convenționale pentru cititori*



**INFORMAȚII FUNDAMENTALE**



**INFORMAȚII CU CARACTER APLICATIV**



**STRATEGII EDUCATIVE**



**INFORMAȚII CARE NECESITĂ  
O ATENȚIE DEOSEBITĂ**



**JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI PENTRU COPII**

*Cel mai cuminte lucru este să se păstreze familiei dreptul pe care în mod natural îl are, lucrând la educația părinților așa, încât statul să ajungă a avea în ei un bun sfătuitoare și, chiar, o opoziție puternică, dar luminată...*

CONSTANTIN NARLY

*... Educația pentru familie, de rând cu educația de calitate în cadrul familiei și formarea pozitivității socio-umane, realizată în instituțiile de învățământ și în contextul întregii comunități, au un rol decisiv în dezvoltarea personalității umane integrale doar atunci când persoana urmează un mod demn de viață, iar valorile etern-umane au devenit călăuze ale conștiinței și conduitei sale morale...*

LARISA CUZNEȚOV

## CULTURA EDUCAȚIEI FAMILIALE: FUNDAMENTE GENERALE



### SĂ FIM PĂRINȚI COMPETENȚI: EXPLICAȚIA NOȚIUNILOR GENERALE

Categorie fundamentală a pedagogiei, *educația* a fost definită în diverse moduri. Noi vom prezenta definiția care ne-a părut mai originală și explicită. Astfel, cercetătorul român, Nicola I. consideră că *educația este o cultivare, o formare a ființei umane, care înseamnă a scoate individul din starea de natură și a-l introduce în starea de cultură*. În ipostaza desfășurării sale în timp, educația este un proces organizat, o expresie a două laturi complementare: *socializarea și individualizarea*, care înscriu ființa umană pe traiectoria umanizării sale [Apud 11, p. 7]. Dacă comparăm aceste două laturi, observăm că *socializarea presupune un ansamblu de influențe din exterior*, orientate spre interior, acestea fiind concentrate și exprimate într-un ideal social din care rezultă idealul educațional.

*Individualizarea* presupune dezvoltarea forțelor ce aparțin eredității. Ea reprezintă o *coacere*, o dezvoltare a trăsăturilor psihice moștenite, care urmează direcția din interior spre exterior.

Așadar, *socializarea* constă într-o adaptare la mediu, într-o modelare a personalității umane în corespundere cu cerințele acestuia, pe când *individualizarea* stimulează dezvoltarea potențialului biopsihic individual, face o diferențiere a ființei umane de altele.

După opinia mai multor pedagogi, în cadrul socializării copilul se prezintă ca *obiect* al educației, iar în cadrul individualizării

acesta reprezintă *subiectul* educației [5; 6; 10; 12; 40 etc.]. Psihologii consideră că socializarea pornește de la copilul abstract, în timp ce individualizarea este axată pe copilul concret și particularitățile sale [1; 8; 22; 26; 30; 47; etc.].

***Efectuând o sinteză a celor expuse conchidem că educația este un proces complex în cadrul căruia socializarea și individualizarea interacționează immanent, se completează reciproc, cultivând omul și transformându-l în personalitate.***

*Conceptul de educație familială se referă la precizarea aplicării diverselor forme, metode, mijloace de educație a copiilor în cadrul familiei, a determinării principiilor și conținuturilor acțiunilor și influențelor educative ce vin de la părinți spre copii.* Acest concept ne orientează spre context, condiții, competențele parentale și este aplicat frecvent de pedagogi, psihologi, sociologi și alți specialiști din variate domenii. Evident că educația familială a copiilor include **îngrijirea și ghidarea** acestora în viața cotidiană. **Îngrijirea** copiilor cuprinde un amalgam de acțiuni parentale. În viziunea noastră, îngrijirea copilului este axată pe respectarea drepturilor copilului în direcția de a realiza acțiuni speciale de ocrotire a sănătății psiho-logice și fizice a acestuia (acțiuni igienice, de călire, de alimentație rațională, de vaccinare etc.) și acțiuni speciale de ocrotire și oferire a securizării moral- spirituale a copilului. În sensul vizat, mențio-năm rolul decisiv al **modelului parental pozitiv**, care ține de o conduită demnă, o comunicare și interrelaționare empatică, responsabilă, centrată pe respectarea personalității copilului. Următorul aspect important al educației familiale este jocul [11].

***Jocul reprezintă activitatea dominantă a copilului mic. El penetrează întreaga viață a copilului, contribuind la dezvoltarea psihofizică, intelectuală, morală, estetică a acestuia. Jocul reprezintă o sursă enormă de cunoaștere, el oferă copilului informații într-o formă accesibilă, interesantă și plăcută [11].***

Jocul ca mijloc și metodă de educație familială necesită o atenție deosebită, de aceea, în lucrare, îi vom dedica jocului capitole întregi.

Copilul are nevoie de joc la fel ca și de aer, apă, alimentație. El poate fi comparat doar cu nevoia de părinți; de atenția și îngrijirea acestora; de securizare, ocrotire și iubire.

Comunicarea mamei cu bebelușul, chiar din primele zile, denotă o pornire firească de interacțiune și relaționare prin contact direct, tactil, vizual, comunicativ, inclusiv prin intermediul jocului. Comunicarea și jocul tatălui, relaționarea cu copilul, este la fel de importantă ca și comunicarea și relaționarea acestuia cu mama.

Cercetarea realizată recent pe un eșantion reprezentativ (2400 s.) a demonstrat faptul că părinții foarte puțin comunică și se joacă cu copiii lor, justificând acest lucru prin lipsa de timp, prin oboseală, incompetență și nedorință (*nu le arde de joc*).

Pentru a completa acest gol și a încuraja părinții să se joace cu copiii lor am decis să precizăm unele concepte, să conturăm condițiile și strategiile educației familiale, a educației prin joc în core-lație cu formarea *competenței parentale* privind cultura organizării jocului și dirijării vieții și a educației familiale optime. Așadar, **com-petența parentală** presupune un ansamblu de cunoștințe, abilități și capacități de comunicare, relaționare cu copilul, educația acestuia. Competența parentală mai asigură informarea, autoperfecționarea, capacitatea de acțiune pentru soluționarea variatelor situații, probleme și aspecte existențiale în funcția complicată de părinte.



## **FACTORII CARE POT PROVOCA DIFICULTĂȚI DE ÎNȚELEGERE A COPILULUI**

Apariția copilului pe lume este o minune. Cu adevărat fericită devine familia în care se naște un copil. Viața de familie se schimbă



și se corelează cu acest fenomen frumos, multașteptat de ambii soți. Fenomenul vizat pune la încercare iubirea și maturitatea partenerilor conjugali, dragostea lor, responsabilitatea, disponibilitatea pentru dăruire, altruism, stăpânire de sine, tact și compasiune.

Părinții trebuie să conștientizeze faptul că nașterea este un proces complicat nu numai pentru mamă, tată, rude dar și pentru copil. Nașterea, ca act fiziologic, reprezintă un șoc pentru copil, o periclitate totală a echilibrului interior ce presupune o trecere bruscă dintr-un mediu în altul, de la o temperatură constantă la una variabilă, de la un mediu lichid, cald, comod, la altul mai rece și distant, expus la o mulțime de stimulări externe neplăcute.

Din primele zile copilul are nevoie de aer, hrană, somn, căldură, apă. Treptat apare și se manifestă nevoia de apărare, orientare, investigare, de mișcare, relaxare, vocalizare, comunicare și relaționare, de semnale informaționale, care mai apoi vor fi recepționate și prelucrate de copil. Toate acestea sunt trebuințe, stări de adaptare și de sensibilizare a organismului la condițiile mediului extern [12; 23; 38; 43].

Trebuințele reprezintă nevoile esențiale ale vieții noului-născut. Ele sunt procesele fundamentale care pun în mișcare întreaga viață psihică și fizică a copilului, determinând începuturile organizării ei, pentru ca mai târziu să contribuie la apariția și dezvoltarea unor noi structuri psihocomportamentale decisive [11; 12].

Trebuințele și satisfacerea lor asigură formarea complexelor polisenzoriale, ce vor sta la baza apariției percepțiilor și reprezentărilor, memoriei, gândirii, limbajului și imaginației. Crescând și dezvoltându-se copilul necesită din partea adulților multă atenție. Părinții trebuie să cunoască foarte bine particularitățile dezvoltării

copilului, caracteristicile de vârstă, dificultățile posibile ce apar în procesul creșterii, îngrijirii și educației copilului.

**Dificultățile sesizate de părinți** în procesul educației familiale le putem diviza în două grupuri mari conform criteriului de înțelegere și influențare a copilului.

Astfel deosebim:

**dificultăți de înțelegere a copilului;**

**dificultăți de influență/ educație a copilului.**

Dificultățile de înțelegere și cele de influență / educație, la rândul lor, se pot diviza în:

**Dificultăți parțiale**, ce reflectă necesitatea înțelegerii unor particularități psihologice, de vârstă ale copilului sau a importanței corectării unor comportamente eronate sau greșite.

Părinții deseori formulează aceste dificultăți astfel: *Nu înțeleg de ce copilul se încăpăținează...*, *Copilul meu se joacă prea mult...*, *Copilul nu ascultă...*, *Totul e bine cu copilul meu, dar uneori el este foarte leneș...* etc.

**Dificultăți generale**, acestea pot fi reale și imaginare, manifestându-se prin expresii de tipul: *Copilul nostru este de nedirijat...*, *Copilul nu ascultă de loc...*, *Copilul este obraznic total...*, *Nu înțeleg ce se întâmplă cu copilul...*, *Numai jocul îi este în cap...* etc. [11, p.10-11].

Dacă reflectăm pe marginea situației familiale apoi ușor depistăm cauzele apariției acestor dificultăți. În acest sens, observăm influența sau/și interferența a patru factori importanți, pe care convențional i-am numit:

**părinte-factor**, ce reflectă particularitățile individuale și cele atitudinale ale părinților; competența, conduita, cultura și eficiența lor parentală;

**copil-factor**, vizează particularitățile individuale ale copilului, profilul psihofizic al acestuia, care în anumite perioade de timp este dependent de dezvoltarea biologică;

**bunici-factor**, care reflectă unele aspecte și influențe (uneori cu caracter excesiv de ocrotitor, alții excesiv de exigent cu tinerii părinți și prea permisiv pentru nepoți), ale bunicilor prea implicați în educația nepoților;

**instituție-factor**, care include influențele socioculturale care parvin din mediile de tip instituționalizat (creșă, grădiniță de copii, școală etc.).

Cunoașterea și conștientizarea fiecărui factor în context cu detaliile lor specifice permite adulților să cunoască și să se înțeleagă mult mai bine pe sine, pe copilul lor, să-și perfecționeze și să-și completeze permanent competențele, cunoștințele privind cultura educației copilului la general și a educației în familie; a dirijării propriei personalități, a organizării și respectării unui mod sănătos și demn de viață. Menționăm că dezvoltarea psihică, fizică și socială a copilului se sprijină pe ereditate, își extrage conținutul din datele furnizate de mediul sociocultural și este dirijată de educație.



### **DEZVOLTAREA PSIHICĂ A COPILULUI: ASPECTE ESENȚIALE**

Părinții trebuie să știe că *dezvoltarea psihofizică a copilului nu este liniară, uniformă, continuă, ci este polimorfă și discontinuă*. Ca urmare a faptului că dezvoltarea psihică depinde de variabila „timp”, aceasta decurge ca o succesiune de faze, etape/stadii în care echi-librul alternează cu dezechilibrul, iar perioadele de transformare psihică, sub formă de explozie sau criză sunt urmate de perioade calme, relativ inerte.

Pe acest fundal de metamorfoze neconținute putem detecta un anumit tablou psihocomportamental asemănător la toți copiii care se încadrează în anumite limite de vârstă.

Perioadele de vârstă în care tabloul psihocomportamental este relativ asemănător la toți copiii au fost denumite **etape/stadii de dezvoltare psihică**.

Trecerea de la o etapă la alta are un specific și este legată de schimbarea activității dominante (Bojovici L., Elkonin D., Crețu T., Leontiev A., Zlate M).

*Stadiile dezvoltării psihice au fost definite de psihologul Osterreth Paul A. ca fiind momente caracteristice dezvoltării, ce se manifestă printr-un ansamblu de trăsături coerente și structurate, care constituie o nouă formațiune achiziționată de individ.*

*Depistarea și demarcarea stadiilor dezvoltării psihice au o mare însemnătate pentru cunoașterea particularităților psihocomportamentale ale copiilor.*

**În stabilirea stadiilor dezvoltării psihice se pornește de la un ansamblu de criterii printre care mai importante sunt:**

***rolul și locul individului în sistemul relațiilor sociale;  
tipul de activitate dominantă;  
vârsta cronologică.***

**În funcție de aceste criterii, deosebim următoarele stadii de dezvoltare psihică a copilului:**

***Pruncia – de la naștere până la 1 an.***

***Vârsta fragedă sau ante-preșcolară – de la 1 an până la 3 ani.***

***Vârsta preșcolară – de la 3 ani până la 6-7 ani.***

***Vârsta școlarului mic – de la 6/7 ani până la 10/11 ani.***

***Vârsta pubertară (școlară mijlocie) – de la 10/11 ani până la 14/15 ani.***

***Adolescența (vârsta școlarului mare) – de la 14/15 ani până la 18 ani.***

Să analizăm foarte concludent stadiile dezvoltării psihice și particularitățile de vârstă a copilului:

### **1. Pruncia**

**Cele mai importante achiziții ale acestei perioade sunt:** poziția verticală, pronunțarea primelor cuvinte, apucarea și manipularea cu obiectele. Acțiunile directe cu obiectele contribuie la formarea schemelor intelectuale și senzoriomotorii, care vor sta la baza formării operațiilor mintale.

Are loc socializarea generală a comportamentului copilului, se constituie și se consolidează unele conduite. O caracteristică esențială este dependența profundă și multidimensională a copilului de mamă. Pentru prunc activitatea dominantă este contactul emoțional cu adultul (în primul rând cu mama).

**Vârsta fragilă** se caracterizează prin trei mari achiziții:

**mersul**, care îmbogățește și aprofundează experiența copilului, asigură varietatea contactelor sale senzoriomotorii și afective cu mediul ambiant;

**reprezentarea**, capacitatea de a înlocui acțiunea concretă, directă cu imaginea ei, ceea ce are repercusiuni asupra jocului, asupra manipulării cu obiectele și asupra dezvoltării gândirii;

**limbajul** ca mijloc de comunicare interumană, care folosește ca simbol cuvintele.

**Vârsta preșcolară** care se mai consideră drept o perioadă a descoperirii realității și a relației umane. Această perioadă începe cu autodescoperirea *Eu-lui personal*.

Savanții delimitează câteva substadii ale preșcolarității:

preșcolarul mic (3-4 ani);

preșcolarul mijlociu (4-5 ani);

preșcolarul mare (5-6/7 ani).

**Preșcolarul mic** este investigativ, curios, memorizează relativ repede și ușor, gândirea îi este subordonată acțiunii cu obiectele, procesele de gândire sunt incluse nemijlocit în activitatea practică, limbajul își păstrează caracterul situativ.

Copilul este instabil în plan afectiv. Trăiește intens emoțiile, se observă ambivalența acestora. Copilul nu înțelege încă prea bine indicațiile verbale care i se dau. Se observă instabilitate la nivelul motricității, care-i insuficient coordonată. La această vârstă copiii manifestă interes pentru adulți, preferă să fie plimbați, adresează părinților multe întrebări „*în lanț*” (copiii încep a devî *deceluși*).

**La preșcolarul mijlociu** se conturează caracterul voluntar al proceselor psihice, apar unele modalități psihocomportamentale noi, apare limbajul intern, are loc lărgirea intereselor, încep să se formeze primele atitudini, încep *a se instală* mai evident unele deprinderi morale și trăsături de caracter.

Copilul manifestă interes pentru jocurile colective, este în stare să-și controleze unele reacții afective, își coordonează mai bine mișcărilor și acțiunile la cerințele adultului; are loc un început al concentrării organizării și manifestării voinței.

Dacă analizăm minuțios relațiile noastre cu copilul de această vârstă, înțelegem că rădăcinile multor conflicte le aflăm aici. Prezentăm *cele mai des întâlnite greșeli ale părinților ce se comit în comunicarea cu copilul la vârsta respectivă:*

*nu luam în seamă Eu-l copilului;*

*nu întotdeauna răspundem la întrebările copilului;*

*il certăm pentru curiozitatea lui;*

*nu ne jucăm cu copilul;  
nu-l includem la timp în colectivul de copii;  
nu stimulăm creativitatea și inițiativele de autoservire;  
nu-i susținem interesul pentru lectură, (privirea  
ilustrate-lor, apoi citirea de către adult etc.);  
nu respectăm un regim stabil și sănătos de viață etc.*

**Preșcolarul mare** se adaptează mai repede la mediu, limbajul devine mai coerent, se manifestă primele forme ale gândirii logice, orientate spre sistematizare și observare a particularităților obiectelor, atenția voluntară își prelungește durata. Preșcolarul mare dispune de mai multă forță și abilitate în acțiuni, poziția față de adult oscilează, predominând tendința de reconciliere cu acesta.

*Literatura de specialitate denotă o anumită mobilitate a hotarelor de vârstă.*

**În acest context trebuie să cunoaștem și cele 4 aspecte ale perioadelor de vârstă:**

**aspectul cronologic** (se mai numește și cel din buletinul de identitate a persoanei de la naștere până la momentul dat);

**aspectul biologic** (se determină prin gradul de maturizare a organismului);

**aspectul psihologic** (determinat de schimbările calitative în dezvoltarea și manifestarea psihică);

**aspectul sociologic** (denotă maturitatea socială, adică totalitatea rolurilor și funcțiilor realizate).

*Atât limitele cronologice ale vârstei, cât și conținutul celorlalte limite depind de experiența socială a copilului, de educație și pot fi un pic strămutate [1; 8; 29; 30; 38; 43; 47].*

Organizarea structurilor psihocomportamentale, integrarea mai eficientă a copilului în mediul social constituie premise impor-

tante pentru începutul școlarității. Activitatea dominantă rămâne jocul cu subiect și pe roluri, iar tendința spre activitățile sociale cu caracter etic și cognitiv se manifestă tot mai mult [12].

*De exemplu: hotarele vârstei școlare mici s-au schimbat de nenumărate ori în ultimii ani, fiind: 8-12 ani; 7-11 ani; 6-10 ani.*

***Între cele trei forme ale dezvoltării umane: biologică, psihică și socială, există o strânsă legătură și interdependență. Dezvoltarea psihică se corelează cu cea biologică, dar nu se produce simultan. De asemenea, dezvoltarea biologică (creșterea) influențează dezvoltarea psihică, însă nu se manifestă absolut și în mod uniform de-a lungul ontogenezei individului.***

*Vârstele au hotare mai mult sau mai puțin distincte ale începutului și sfârșitului lor, în timp ce termenele vârstelor critice se determină după punctele culminante ale crizei, luând drept început jumătatea de an precedentă care e apropiată de acest termen; iar drept sfârșit – jumătatea de an apropiată de vârsta ulterioară.*

***În copilărie deosebim următoarele crize: a noului născut; criza de la 1 an; de la 3 ani; de la 6/7 ani; de la 10/11 ani; de la 14/15 ani; de la 17/18 ani.***

***Toate perioadele de criză se constituie din trei faze: antecritică, critică și postcitică.***



## **PRINCIPIILE CONDUITELOR PARENTALE:**

### **CONȘTIENTIZĂM:**

**Principiile conduitelor parentale am putea să le esențializăm în patru strategii:**



**dragoste, dăruire:** țineți minte, copilul este o minune, un dar, un mister dăruit familiei, o picătură de soare...;

**stabilitate și echilibru:** reflectați cât mai mult pe marginea rostului vieții, a omului în viață, natură și societate; gândiți bine acțiunile. Organizați viața copilului conform unui regim rațional și stabil în conformitate cu vârsta lui și starea sănătății, sfaturile medicului de familie;

**dialog și valorizare:** comunicați cât mai mult cu copilul, inclusiv în timpul gravidității; proiectați pozitiv acțiunile și faptele proprii și ale copilului;

**organizarea și respectarea modului sănătos de viață** în conformitate cu normele moralei, eticii creștine, igienei personale. Ele vor asigura optimul familial pentru educația copilului.

### REȚINEM:

**Acțiunile părinților pot fi orientate:**

**direct asupra copilului;**

**asupra mediului de viață al copilului;**

**asupra persoanelor ce-l înconjoară pe copil.**

Pentru a fi eficiente acțiunile trebuie să fie bine gândite, analizate și discutate în cadrul familiei; corelate, ajustate la condițiile și situațiile concrete (vârstă, stare a sănătății, trebuințe, anotimp, gen etc.).

Acțiunile sunt conștiente, iar influențele parvin de la felul de a fi al individului, de la modelul său comportamental. Influențele se controlează mai anevoios, ceea ce ar trebui să convingă părinții în favoarea respectării permanente a unei conduite blânde, echilibrate din punct de vedere moral-etic.

**Jocul organizat și dirijat competent de către părinți repre-zintă factorul și mijlocul principal de intervenție familială educativă eficientă, care va asigura optimul dezvoltării armonioase a copilului.**



### **EXERSĂM PERMANENT:**

acțiunile și comportamentele demne și calme;  
atenția, grija, responsabilitatea, pozitivismul și optimismul;  
acțiunile morale și faptele pozitive;  
comunicarea echilibrată, empatică, expresivă și persuasivă.



### **UNELE REGULI ȘI RITUALURI FAMILIALE**

Educația copilului în familie se desfășoară în cadrul și în contextul vieții cotidiene. Ea nu trebuie să depindă de dispoziția părinților, de timpul de afară sau de alte evenimente. Adică, mai precis, educația familială este influențată de mulți factori, însă părinții trebuie să înțeleagă și să se conducă de un ansamblu de reguli stabilite de ei în comun acord (cu soțul/soția), pe care convențional le putem clasifica *în reguli de bază/fundamentale și reguli auxiliare*, ajutătoare. Primele vor fi respectate sistematic, celelalte vor fi res-pectate ocazional, în anumite condiții și situații.

**REGULI DE BAZĂ/FUNDAMENTALE:**

Întocmim și respectăm un regim sănătos general de viață și un regim adecvat al zilei pentru copii (acesta urmează a fi revăzut în funcție de vârsta copiilor, de anotimp, vacanțele copiilor, activitățile lor etc.).

Respectăm toate procedurile de igienă personală pe parcursul zilei, ceea ce va asigura nu numai sănătatea membrilor familiei, dar va forma și deprinderi sănătoase.

Respectăm normele și regulile de comportare morală.

Respectăm drepturile și obligațiunile (discutate și precizate pentru fiecare adult și copil).

Frecventăm policlinica, efectuăm vizite la medicul de familie și alți specialiști, realizând investigațiile și procedurile medicale necesare (vaccine, control profilactic sau necesar, efectuarea analizelor etc.).

Stabilirea și respectarea ritualurilor familiale: comportarea la masă, la sărbători, plecarea la somn (*sărutul de seară* și *urarea de noapte bună*), plecarea adulților la serviciu (urarea succesului părinților, iar adulții le pot ura copiilor o zi interesantă și frumoasă acasă sau la grădiniță, școală etc.).

***Ritualurile*** în familie pot fi diferite, totul depinde de inteligența, creativitatea, cultura și dorința părinților. ***Să reținem că orice ritual frumos are caracter moral, este un imbold și un ghid pentru formarea bunelor maniere, a unei conduite pozitive, echilibrate, respectuoase și blânde. Anume ritualurile/obiceiurile, tradițiile familiale, fiind repetate se consolidează și se transformă în cele mai frumoase amintiri din copilărie și adolescență ale omului adult.***

## De exemplu:

**Ora de seară împreună** în cadrul familiei: se pot organiza jocuri, lecturi, se discută despre ziua care a trecut, pot fi relații succinte despre evenimentele cele mai importante ale fiecărui membru; se ascultă și copiii; se pot discuta planurile pentru ziua următoare etc.

**Povestea de seară** (citită sau povestită; se aleg povesti sau poveștioare cu un conținut și final pozitiv, fără evenimente care ar speria și excita copilul. În acest sens, sunt binevenite poveștile și poveștioarele care redau evenimentele frumoase din viața copiilor, familiei sau natură/flora și fauna pământului).

**Rugăciunea de seară și de dimineață.**

**Împodobirea bradului de Anul Nou cu părinții.**

**Servirea/organizarea meselor de sărbătoare.**

**Cina împreună cu toți.**

**Vizionarea unei emisiuni TV sau a unui film împreună, săptămânal și discutarea acestora.**

Este evident faptul că dacă toți membrii familiei participă la **Sfatul familiei** când se discută, se negociază și se stabilesc normele, regulile și responsabilitățile familiale, iar monitorizarea se efectuează reciproc și permanent, vor exista mai puține dificultăți de comunicare și relaționare. **Ar fi bine de elaborat o Agendă a familiei unde semnează toți membrii familiei pentru deciziile luate și acordul de a le îndeplini.**

Din cadrul **regulilor auxiliare**/ ajutoare fac parte: comportarea copiilor și a membrilor familiei în prezența oaspeților; comunicarea și relaționarea cu vecinii, cu alte persoane; manifestarea

ospitalității, bunăvoinței în diferite contexte sociale (în curte, pe stradă, la plimbare etc.). Regulile auxiliare, la fel, sunt axate pe respectarea acțiunii și conduitei morale, ele consolidează și fortifică cultura individului, dar au un caracter mai situativ.

### *Atenție!*

**Noi nu suntem în stare să schimbăm cardinal omul, dar suntem apti a ne schimba pe noi înșine. Numai așa vom fi eficienți în educația copilului. Autoeducația noastră ne face părinți conștiințioși, competenți și educatori buni.**



### STRATEGII EDUCATIVE EFICIENTE

**Ascultarea activă** asigură înțelegerea și susținerea copilului. Ascultăm tăcut, dar atent copilul, într-o *poză deschisă* (nu încrucișăm mâinile sau picioarele), privim copilul calm, uneori spunem *da*, zâmbim încurajator, dăm din cap etc.

**Comportarea adultului calmă și atentă contribuie la stimu-larea judecării și raționamentelor copilului.** Astfel creăm o atmosferă pozitivă, un spațiu favorabil și liber pentru o exprimare sinceră. Numai așa vom percepe și înțelege grijile, sentimentele, fobiile, dificultățile, trăirile copilului și-l vom putea real ajuta să se dezvolte armonios.

**Contactul vizual** în timpul comunicării trebuie să fie delicat, blând și duos, să reflecte înțelegerea și iubirea noastră.

**Oglindirea** reprezintă un procedeu eficient de redare întocmai a unor comportamente de ale copilului. Ea ne ajută să

creăm un climat plăcut, care-i demonstrează copilului că suntem pe *aceeași undă* cu el. Putem *oglinzi/reda* poza copilului, unele gesturi, fraze, mimica, intonația, accentele etc. Acest lucru se face atent, fără ironie, pentru a forma *comuniunea psihologică* cu el. Oglinzirea nu este o imitație brutală, ci-i o observație strategică, redare atentă și delicată a unor acțiuni pentru a înțelege mai bine copilul.

**Precizarea esenței** unor gânduri, idei pe care copilul le expune este foarte importantă și productivă la toate vârstele acestuia, dar, mai cu seamă, în preadolescență și adolescență (când copilul este frământat de amalgamul de sentimente, dificultăți de autodeterminare/autoidentificare, autoînțelegere și autoapreciere).

Precizarea o facem atent, respectuos, prin intermediul ascultării active, a parafrazării, a întrebărilor, a dialogului de tip Socratic (întrebări de tip reflexiv pentru a-l face să gândească) etc.

**Rezumarea și concluzia** pot fi mult mai eficiente dacă îi propunem copilului să le facă. Dacă nu este în stare – îi ajutăm, formulând întrebări de tipul: *totuși, ce ai decis în final...*; *care a fost scopul discuției noastre...*; *ce alternativă alegi...* etc.

**Rețineți Dvs. și insuflați copilului că doar trei cauze ne fac nefericiți: frica, invidia și sentimentul vinovăției/culpabilității.**

**Comunicați cât mai frecvent cu copilul.** Folosiți corect **Dialogul Socratic**, valorificați optim **sincriză** (comunicarea diferitor puncte de vedere/opinii asupra aceluiași subiect) și **anacriză** (provocarea interlocutorului pentru ca acesta să-și expună ideea, poziția, opinia sa).

Vorbiți calm, pe rând, învățați-vă a asculta interlocutorul.



## VECTORUL *DA* AL PERMISIVITĂȚII ȘI *NU* AL INTERDICȚIEI ÎN EDUCAȚIA FAMILIALĂ

*Da*, înseamnă a aproba, a permite, a accepta, a afirma ...

*Nu*, înseamnă a nega ceva, a interzice, a nu accepta unele lucruri. Sigur că este mai plăcut să spui *da* decât *nu*, dar în orice situație de viață apar momente când aprobăm sau invers, dezaprobatăm ceva. Aceste cuvinte scurte și clare, de fapt, reprezintă vectorii permisivității și a interdicției (interzicerii).

Atunci când părinții expun clar limitele conduitei, în familie există un *Cod al normelor și regulilor morale*, părinții sunt modele demne de urmat, în esență, nu prea apar probleme din cauza unor interdicții (fiindcă ele se cunosc din timp, se respectă și sunt bine explicate și argumentate).

Dacă dorințele copiilor nu sunt în detrimentul sănătății lor sau ale altor persoane, nu vin în contradicție cu morala, părinții trebuie să fie conștienți de faptul ca nu este corect a interzice ceva permanent.

### EDUCĂM CURAJUL ȘI RESPONSABILITATEA. EDUCAȚIA LIBERTĂȚII PRIN LIBERTATEA REZONABILĂ

Un scop important al părinților constă în educarea independenței, curajului, responsabilității și a încrederii în propriile forțe. Aceste calități se educă de la cea mai fragedă vârstă prin exersarea copilului în luarea deciziilor și realizarea conștientă a acțiunilor de autoservire și de îndeplinire a obligațiilor sale (a pune la loc jucăriile, a aranja hainele, a face ordine pe masa de lucru, a face temele pentru acasă etc.).

Comunicând și discutând cu copilul îi sugerăm cum să facă unele alegeri. La început chiar îi explicăm cum noi facem alegerile; îl orientăm pe copil în determinarea rezultatelor și/sau a consecințelor posibile; îl învățăm a observa și a stabili *plusurile/avantajele* și *minusurile/dzavantajele* unor acțiuni/ comportamente. Treptat, cu susținerea adultului, copilul exersează și învață a aprecia alternativele, a-și onora deciziile și a estima îndeplinirea lor. **Responsabilitatea** se formează mult mai repede în familiile în care adulții manifestă sistematic această calitate; unde se discută despre îndeplinirea unor responsabilități, se subliniază faptul cât de bine se simte persoana care este capabilă de a-și asuma și valorifica responsabilitățile de familist, profesionist, cetățean.

#### **EDUCAȚIA LIBERTĂȚII ÎN CADRUL FAMILIEI SE REALIZEAZĂ PRIN OFERIREA LIBERTĂȚII REZONABILE**

Educația familială prin oferirea libertății este oare posibilă?

Da, este posibilă și este foarte necesară. Experiența educației copilului demonstrează că cea mai eficientă cale reprezintă oferirea dozată, treptată și rezonabilă a libertății, desigur cu respectarea particularităților de vârstă, de temperament, caracter, numai acolo unde ea este necesară și atunci când copilul este capabil s-o valorifice adecvat și înțelept.

Atunci când copilul cere voie pentru a face ceva, a pleca undeva, a se întâlni cu un coleg, a viziona un film etc., iar Dvs. permanent interziceți unele acțiuni – copilul va fugi, se va învăța a spune minciuni, va manipula, a deveni încăpăținat, neascultător ș.a.

În cazul când părintele află toate amănunțele necesare și-i permite copilului, el își consolidează autoritatea sa și îi demonstrează încrederea în el.



**În educația libertății copilului în cadrul familiei urmați patru reguli: *respectarea timpului liber a copilului; libertatea în alegerea jocului sau a activităților, stabiliți clar limitele de comportare a copilului și respectați spațiul personal al lui.***

### ***Atenție!***

Copilul are nevoie de timp liber, anume atunci el face ceea ce dorește; se află *singur cu sine*; se odihnește, se studiază pe sine (cunoaște Eu-l său), visează, face planuri de viitor etc.

Adulții deseori greșesc când *încarcă* copilul cu variate sarcini, activități, pentru ca acesta să nu aibă timp pentru a face prostii...

***Opinie preconcepută!*** Dacă noi, părinții suntem modele pozitive, demne de urmat și copilul crește într-o familie unde fiecare își onorează funcțiile/obligățiile, unde se comunică deschis, sincer; se ascultă interlocutorul; se îmbină exigența cu bunăvoința și libertatea rezonabilă; se relaționează echilibrat în baza respectului și a înțelegerii – copiii învață maniere frumoase, manifestă un comportament moral, responsabil, demn și respectuos.

Acum, imaginați-vă că noi totul decidem pentru copil: ce face, cu cine comunică, cu cine se joacă, la ce secție sportivă merge, la ce trebuie să se gândească, ce să citească ș.a. Gândiți-vă cum va crește, cum va fi copilul Dvs. în maturitate.

Noi dorim ca copiii noștri să devină persoane independente, cu spirit de inițiativă, să manifeste înțelepciune; să fie responsabili și liberi în judecăți, să-și atingă scopul... să fie fericiți, valorificând libertatea de a-și edifica și trăi propria viață!

***Dacă până la 2-3 ani părinții au stabilit hotarele/limitele comportării, au fost consecvenți în acțiunile sale, au fost adecvați***

*și conștiincioși; au folosit corect cuvintele reglatorii: se poate; nu se poate; este frumos; este corect; este periculos; este bine... – atunci copilul însușește un comportament corect și o libertate demna.*

### DEPĂȘIREA FRICII

Frica este o stare de neliniște adâncă, de tulburare, provocată de un pericol real sau unul imaginar. **Frica împiedică omul, dar poate fi și de folos. Ea ajută persoana, asigură mobilizarea forțelor acesteia în variate situații critice, ea ne ajută să acumulăm o experiență unică și dictează strategia de comportare în caz de pericol.**

Frica este negativă, dar ea ne încurcă doar atunci când noi cădem în dependență de ea.

***Iată câțiva pași pentru a ajuta copilul să depășească frica:***

ajutăm copilul să înțeleagă de ce anume se teme (identificarea fricii și cauzei acesteia);

vorbim cu copilul despre această stare și-i explicăm că frica este o stare omenească firească;

în cazul când starea de frică este dificil de identificat și copilul spune *mă tem, îmi este strașnic* – ne străduim să ședem lângă el, să-l netezim, să-i vorbim calm și fără ironie, să spunem o rugăciune împreună etc.;

când crește mai mare, începe a frecventa grădinița, apoi școala, vorbim cu copilul despre această stare, aducându-i exemple din viața proprie și desigur că împreună căutăm soluții de depășire a fricii;

transformăm starea de frică într-o altă stare, indiferență sau chiar curaj. În acest sens, ne ajută așa procedee ca: să desenăm sau să pictăm frica, apoi să distrugem această imagine; putem

modela din lut sau plastilină frica noastră – apoi distrugem acest chip și creăm altul. Eficiente sunt dramatizările/scenetele în care părintele joacă rolul copilului care se teme, iar copilul este frica, monstrul care-l atacă, însă până la urmă, părintele în rolul de copil, biruie. În cadrul scenetei trebuie să predominie umorul, veselia, bucuria. Râsul distruge frica și incertitudinea, nesiguranța, creează o dispoziție bună;

consolidăm comportamentul curajos prin laude, aprobări și exersăm permanent atitudinea și conduita precuată, atentă a copilului [5; 28; 38; 43; 45 etc.].

***Totodată explicăm copilului când anume frica este de folos, deoarece ea ne ajută să evităm situații de risc pentru viață.***

CUNOSC ⇔ VREAU ⇔ POT ⇔ TREBUIE...

### ȘI AUTORITATEA PARENTALĂ



**De când medităm asupra vieții omului ca fenomen social și o comparăm cu educația copilului putem stabili un algoritm al acțiunilor de succes, pe care l-am numit astfel: Cunosc ⇔ Vreau ⇔ Pot ⇔ Trebuie...**

***Pentru a trăi demn, omul se străduie să cunoască Lumea, viața, mediul ambiant, posibilitățile sale și ale altora, să se orienteze în tot ce-i oferă cultura, știința, comunitatea etc.***

Concomitent cu studierea și cunoașterea merge dorința, adică tendința omului de a vrea să facă ceva, să cunoască, să învețe, să se dezvolte, să muncească etc., acțiuni care îi permit să verifice ce poate face și ce nu, pentru a-și determina potențialul său, limitele și/sau rezervele sale. Dacă copilul este susținut în acțiunile sale, el se

convinge că *poate multe* să facă, exersându-se, treptat el începe a înțelege de ce este în stare, ce poate face și ce încă nu poate face.

Imperativul *Trebuie* îl obligă pe copil să acționeze în concordanță cu esența ființei sale raționale, adică în baza a ceea ce a cunoscut sau cunoaște, dorește și planifică, poate face și depune efort pentru a fi în stare de a demonstra sie și lumii că este responsabil și conștiincios, este un *Om adevărat!*

*Educația familială se poate considera reușită dacă am învățat copilul algoritmul acțiunilor de succes: cunosc ⇔ vreau ⇔ pot ⇔ trebuie.... Acest algoritm într-o acțiune echilibrată și competentă a părinților reprezintă profilaxia infantilismului, care se manifestă printr-o dependență excesivă de adult; prin incertitudine; nehotărâte, pasivitate și lipsă de inițiativă.*

Deseori auzim că tinerii și copiii contemporani nu simt necesitatea în modele, autoritate...

Nu este chiar așa, avem de-a face doar cu o opinie preconcepută și desigur că greșită și departe nu toți copiii cred așa.

*Copiii cresc, se dezvoltă, încearcă o mulțime de scenarii comportamentale, deci au necesitatea de a urma pe cineva, a lua exemplu de la cineva, a observa cum se procedează într-o anumită situație, deseori au nevoie de sfaturi și unele sugestii etc.*

*Acestea toate sunt trebuințele reale ale copiilor, pe care le pot satisface, în primul rând, părinții, care au autoritate și experiență de viață mai mare decât copilul.*

În esență, acesta este motivul pentru care părinții trebuie să fie modele demne de urmat, să aibă autoritate la copii, să fie competenți, axați pe autoperfecționare, pozitivism și acțiunea morală. Observațiile empirice și cercetările din domeniul psihologiei sociale

[3; 24; 25; 33; 34 etc.] și pedagogiei familiei [12; 13; 20; 30 etc.] arată că **autoritatea părinților se deosebește de autoritarism**. **Autorita-tea parentală** reprezintă un fenomen social și pedagogic, care se rezumă la capacitatea părinților a valorifica ansamblul de cunoș-tințe și competențe pe care la posedă adulții, dreptul și împuter-nicirea socială și morală de a crește și educa copiii, iar **autorita-rismul** părinților presupune o conduită axată pe acțiuni abuzive, uneori, chiar despotice, care impune dur copilului ascultare, ne-admițând autonomia acestuia, unele replici, poziții de colaborare și/sau negociere în luarea deciziilor.

**Dacă medităm asupra acestor trăsături apoi putem conchide următoarele: uneori autoritatea părinților, atunci când nu este controlată, nu are la bază principiile morl-etice, democratice, cele de relaționare empatică cu apropiații, inclusiv cu copiii, are toate posibilitățile să se transforme în autoritarism**. Pentru a evita această metamorfoză periculoasă, adulții sunt obligați să conștientizeze că cea mai eficientă cale de a comunica și relaționa în cadrul familiei, cu partenerul conjugal și copiii, este centrarea pe acțiunea morală și poziția sociocentrică, care valorifică nucleul responsa-bilizării comune – Noi. Cu acest scop părinții însușesc, exersează și aplică frazele de tipul:

noi vom discuta și decide împreună;

noi vom analiza situația și vom lua decizia;

noi trebuie să fim modele demne de urmat;

noi vom observa cum merg lucrurile și apoi vom discuta și decide împreună etc.;

noi ne-am asumat răspunderea...

Dacă această poziție a părinților nu este formală și se valorifică de la cea mai fragedă vârstă a copilului, ea asigură o implicare activă a acestuia în treburile familiei și contribuie la formarea unei personalități responsabile, creative și independente.



## SEMNALUL SOS ÎN COMPORTAREA COPILULUI

Viața reprezintă un *Dar*, însă, totodată este și un fenomen uman extrem de complicat. Pe parcursul ei, omul crește, se dezvoltă, învață, acumulează experiență existențială, iubește, muncește etc. și tot în cadrul și pe parcursul ei, întâmpină multe dificultăți. Unele situații îl fac pe om mai puternic, mai curajos, mai isteț și mai rezilient, altele – îl dezorientează, dezorganizează, decepționează, provocându-i durere psihică și fizică, îl frustrează.

Uneori nu pot evita ***experiența frustrărilor*** nici familiile cu un climat psihologic pozitiv, dar care au manifestat o conduită hiperpro-tectoare față de copil, *i-au permis prea multe*, l-au tutelat excesiv, ferindu-l de situațiile dificile, l-au crescut în *condiții de seră*, au decis pentru el, l-au alintat și răsfățat.

Ca rezultat copiii nu sunt gata pentru viața reală, nu sunt *psihologic căliți*; ei nu s-au învățat a fi independenți, a depune efort, a decide, a răbda, a aștepta, a munci etc. Desigur că astfel de copii trăiesc emoții negative foarte puternice la cel mai mic insucces sau dificultate. Acest lucru se manifestă mai frecvent în preadolescență și în adolescență. Starea de frustrare rareori, dar provoacă gânduri de suicid. Cercetările statistice ne arată că la fiecare al cincilea preadolescent pot să apară gânduri de suicid, iar realitatea ne demonstrează

faptul că marea majoritate a acestor preadolescenți nu doresc să moară, pur și simplu nu sunt în stare să depășească o careva situație dificilă, care le provoacă durere sufletească sau fizică [45, p.152].

**Deseori preadolescenților suicidul le pare o unică cale de soluționare a problemelor legate de pedepse, înjosiri din partea adulților sau colegilor; o cale de scăpare de singurătate, rușine, decepție – de tot ce-l necăjește și derutează.**

Iată de ce adulții trebuie să comunice permanent cu copiii lor, să le cucerească încrederea, să-i provoace la discuții, să-i asculte, să facă tot posibilul pentru a asigura maturizarea psihologică a copilului.

**În cadrul unei ședințe de consiliere a unui grup de părinți, cineva a spus: „Prea multe se cere de la un părinte, el ce trebuie să fie psiholog?...”**

**Eu cred că răspunsul este evident. Fiecare om trebuie să fie, într-o anumită măsură psiholog, să învețe a se cunoaște pe sine și pe alți oameni, să comunice și să relaționeze eficient, cu atât mai mult cu copiii lor. Astăzi adulții au multe posibilități de a fi eficienți în calitatea sa de părinte, de a învăța și a acționa adecvat și anticipat, nu-mai să dorească sincer acest lucru și să fie consecvenți în acțiuni !!!**



### **COMUNICAREA POZITIVĂ: FRAZE-ARIPI**

Înțelegem foarte bine că copiii sunt viitorul nostru. Dorim să-i educăm bine, să le cultivăm un mod sănătos și demn de viață, să-i facem fericiți și împliniți.

Viața de părinte este interesantă, dar, totodată este și dificilă, are urcușuri și coborâșuri, este însoțită de bucurii, dar și de multe dificultăți, crize, situații de incertitudine. Maternitatea și paternita-

tea reprezintă fenomene extrem de frumoase, dar care sunt complicate și responsabile. Evident că în *poziția de contemplare*, pe care deseori o ocupă mulți tătici și de *oaspete*, care se joacă ori comunică cu copilul un timp redusei, nu pot înțelege de ce mama obosește repede, îi oferă mai puțină atenție partenerului conjugal, este nervoasă și epuizată psihofizic.

Fericită este familia în care soții s-au înțeles de la bun început despre faptul cum vor organiza și realiza, creșterea și educația propriilor copii. Această înțelegere necesită o atitudine conștiințioasă a ambilor adulți și un șir de competențe și acțiuni din ambele părți.

Creând condiții favorabile pentru educația copilului părinții învață a comunica și a relaționa calm, echilibrat, pe o notă respectuoasă, edificând un climat familial pozitiv. Acesta va fi suportul de bază care va asigura dezvoltarea armonioasă a copilului. ***Adulții trebuie să fie atenți la limbajul utilizat, cuvintele și frazele să fie accesibile, să exprime clar mesajul, să stimuleze copilul, să-l orienteze în fapte și gânduri pozitive, să -i creeze încredere în forțele sale, să-i asigure o dispoziție bună, să-l facă fericit.*** Cercetătorii din domeniul psihologiei și comunicării [18; 19; 21; 23; 34; 47 etc.] au stabilit că există cuvinte și fraze care pot distruge omul și invers, ***există cuvinte și fraze miraculoase, care asigură bunăstarea psihologică și morală a omului. Cât privește copilul, dacă vorbim cu el frumos și respectuos din primele zile de viață și folosim zilnic fraze care-l susțin, îl alină, îl orientează și îl axează pe sentimente și gânduri pozitive, acestea se sedimentează în subconștient și de acolo îi influențează conduita într-un mod benefic.*** Propunem să folosiți aceste **fraze pozitive**, numite **fraze-aripi** sistematic, unele chiar zilnic, în comunicarea cu copiii Dvs. și să observați schimbările care vor parveni în comportarea acestora.





## FRAZE-ARIPI

***Eu te iubesc.*** Frază care se spune de câteva ori pe zi. Această frază îl învață pe copil a fi sigur pe sine, îl stimulează și-l învață să aibă încredere în oameni, să iubească. Nici odată nu-i spuneți copilului că nu-l iubiți, aceasta îi provoacă durere sufletească și tristețe.

***Eu am încredere în tine/ eu cred în tine.*** Frază, care acționează magic asupra copilului. Dacă folosești frecvent această frază și o argumentezi cu anumite acțiuni și fapte pozitive și de succes ale copilului, ea îi fortifică încrederea în sine, îl motivează pe copil să fie mai curajos, perseverent și creativ.

***Eu mă mândresc cu tine...*** Fraza este binevenită pentru a scoate în evidență o acțiune sau un comportament deosebit al copilului. Ea stimulează dorința și tendința copilului spre autodepășire, autoperfecționare, orientându-l spre succes.

***Eu te înțeleg...*** Frază care-i ajută copilului să învețe a comunica, a asculta și a observa manifestările sale și ale celorlalți membri ai familiei. Constatarea dată se face, mai cu seamă, atunci când dorim să susținem copilul în unele situații complicate. Ea cere o enumerare a fenomenelor pe care le-am înțeles și o specificare a cauzei, situației, consecințelor și/sau a aprecierii unor comportamente.

***Eu știu că tu vei reuși...*** Frază ce cultivă încrederea în sine, ajută copilului să se mobilizeze, să depună efort, stimulează voința, asiduitatea, curajul, consolidând orientarea de principiu și capacitatea de autoapreciere pozitivă.

***Eu sunt fericit cu tine...*** O frază care-l face fericit pe copil, dar și pe persoana ce o pronunță. Sigur că este necesar să

demonstrăm această stare prin zâmbet, intonație și prin întreaga făptură (poză, expresie a feței etc.).

***Eu stimez decizia ta...*** E normal să spunem acest lucru când suntem de acord cu copilul. Atunci când avem alte opinii, propuneri și viziuni asupra unor situații sau comportamente îi comunicăm copilului acest fapt, dar o facem calm, echi-librat, aducându-i argumentele potrivite.

***Tu ești o persoană deosebită și interesantă...*** Frază necesară fiecărui din noi, dar mai cu seamă copilului, care crește, se dezvoltă și are nevoie de susținere și stimulare. Puteți menționa *punctele lui tari/forte* sau explicați prin ce copilul este interesant, deosebit, punând accentul pe faptul că fiecare om dacă-și dorește poate deveni interesant.

***Tu ești bravo...*** Apreciind copilul îl laudăm, desigur pentru acțiuni și fapte concrete (cu caracter moral, pozitiv). Fiecare succes, chiar cât de mic al copilului, ne străduim să-l apreciem. Lauda poate fi îmbinată și cu alte tipuri de stimulare, ca de exemplu: ...ești bravo, mă mândresc cu tine... și cred că meriți o plimbare în plus cu prietenii etc.

***Îți mulțumesc pentru înțelegere... pentru comportarea responsabilă...*** Găsiți variate pretexte să mulțumiți copilul pentru anumite fapte, fiți obiectivi, sinceri și manifestați respect pentru el. Așa el se va învăța a fi amabil și atent cu semenii lui și cu alte persoane.

***Îți mulțumesc mult pentru ajutorul acordat...*** Această frază dezvoltă receptivitatea copilului, îl face atent, empatic, săritor la nevoie, contribuie la formarea interesului și a capacităților de interacționare, colaborare și cooperare.

***Eu sunt cu tine și te susțin...*** Frază pronunțată în cazuri dificile, când copilul trece prin unele încercări, situații noi pentru

el, aceasta contează foarte mult. Ea îi insuflă încredere în adulți, în forțele proprii, îl încurajează, îi demonstrează gătița noastră de a-i acorda suport moral sau un alt ajutor concret.

***Totul este în regulă, mai încearcă odată...*** Frază necesară pentru a îndemna copilul să fie insistent și coerent în acțiuni, fa fel, îl orientează spre înțelegerea și acceptarea unor eșecuri. Totodată îi sugerează că succesul nu întotdeauna se obține îndată, deseori omul trebuie să facă mai multe încercări, să depună un efort mai mare, să-și re/structureze acțiunile pentru un efort mai mare pentru a atinge scopul.

***Mulțumesc pentru timpul petrecut cu mine...*** Frază ce-i con-solidază înțelegerea importanței sale. Stimulându-i dorința de a comunica respectuos și de a mai petrece timp cu adultul, care este atât de atent cu el (mai cu seamă dacă i-a reușit adultului să organizeze o activitate interesantă... o excursie în natură, la muzeu, lecturarea unei povești etc.).

***Tu ai muncit mult și rezultatul e unul extraordinar...*** Frază ce fortifică încrederea în forțele proprii și-i sugerează copilului faptul că munca și voința îi asigură omului dobândirea unui rezultat deosebit de valoros.

***Mulțumesc pentru comportarea ta frumoasă...*** Fraza îl incită pe copil să se comporte frumos, îi ajută să înțeleagă importanța unor fapte și desigur că servește drept exemplu de amabilitate, atenție și apreciere.

***Hai, să discutăm despre evenimentele de astăzi...*** Cu această frază îl îndemnăm pe copil la comunicare, la evaluarea conduitei. Dacă o facem sistematic, în fiecare seară (oferind un mic timp înainte de toaleta de seară) îi formăm copilului deprinderea să-și analizeze acțiunile sale, să le aprecieze și

să-și planifice următoarea zi. Evident că o astfel de frază îl disciplinează și-l învață a acționa coerent.

***Tu ești deștept... disciplinat... bun... etc.*** Astfel de constatări se fac frecvent pentru a-i arăta copilului că noi observăm performanțele lui și-l apreciem. La fel, aceste fraze consolidează conduitele morale, pozitive ale copilului.

***Eu știu că tu ești puternic și sănătos...*** O afirmație care influențează subtil asupra sănătății fizice și psihice a copilului. În diferite contexte familiale, fraza dată îi sugerează copilului gândul că omul trebuie să depună efort moral și volitiv pentru a-și păstra sănătatea.

***Eu îi mulțumesc lui Dumnezeu în fiecare zi că te am pe tine...*** Afirmația dată, în primul rând, îl ajută pe adult, îi fortifică forța și încrederea în sine, iar copilului îi demonstrează faptul că omul trebuie să fie recunoscător, să fie apt pentru a mulțumi, a aprecia bunăstarea sa morală și spirituală.

### FRAZE-CĂTUȘE

În educația copilului evitați să gândiți și să spuneți copilului:

nu ești bun de nimic;

ești un ratat;

nu poți face nimic absolut;

ești un descreierat;

nu am încredere în tine;

m-am săturat de tine, nu te iubesc...;

fără tine eu aș fi obținut multe, tu mă frânezi în toate...;

nu am dorit să am copil/ să te am pe tine, dar tata a

insistat...; nu vreau să te ascult...;

te urăsc...; nu te pot suporta etc.;

nu am nevoie de tine...;  
 nu te iubesc;  
 ești un prost, netrebnic, încăpăținat... (uneori aceste etichetări sunt chiar necenzurat formulate și expuse).

**Lucrați asupra transformării gândurilor și sentimentelor negative, găsiți alte modalități de expunere a nemulțumirii sau indignării, ca de exemplu:**

**Mesaje negative:**

... nu poți, ești de nimic, nu mai știu ce să fac cu tine...

... ți-am spus să închizi gura, ești capabil doar de rele; vorbești prostii și faci tot prostii...

n-am încredere în tine, ești un *papă-lapte*, nu te duce capul...

... cât am să te dădăcesc, ești un leneș, nu poți nimic face fără mine...

**Mesaje transformate:**

... eu cred în tine, sunt sigură că vei reuși, doar că trebuie să depui mai multă străduință...

... înainte de a spune ceva gândește-te bine și atunci vei fi convinsător... tu la mine ești deștept, analizează situația, planifică acțiunile tale și vei avea un rezultat bun...

eu cred că vei reuși, tu la mine ești deștept și descurcăreț... te rog să fii mai insistent...

ești mare deja, dorești să fii independent, demonstrează-ne acest lucru. Eu am absolută încredere în tine.

***Gândirea pozitivă* are o particularitate care merită să fie cunoscută și valorificată de toți, ea provoacă sentimente și comportamente pozitive, asigurând centrarea omului pe acțiunea morală.**

Sunt de acord cu **ideea centrală a psihologiei pozitive: numai faptele bune ne fac fericiți cu adevărat.**



## CONȘTIENTIZĂM, REȚINEM, EXERSĂM

Părinții sunt cele mai importante persoane în viața copilului. Această axiomă este decisivă în procesul de stimulare a responsabilității, creativității, pozitivității, eficienței personale și autoperfecționării parentale.

Primul capitol al cărții oferă părinților posibilitatea de a cunoaște, a sistematiza și valorifica în practică fundamentele științifice teoretico-aplicative ale culturii educației familiale.

Educația familială conștiincioasă a copiilor presupune implicarea ambilor părinți (chiar și în situațiile de dezintegrare a familiei/divorț). ***Rețineți faptul evident: divorțează adulții – partenerii conjugali; părinții nu divorțează cu copiii lor, adulții nu trebuie să întreruptă relația cu copiii săi (cu excepția unor cazuri deosebite, ca de exemplu, situațiile de violență domestică, manifestată de unii părinți).***

Înainte de a da viață unui copil, gândiți-vă și meditați asupra faptului dacă sunteți pregătiți moral, spiritual, fizic și material pentru a crește și educa destoinic copiii.

Sintetizând conținutul primului capitol, plasăm accentul pe necesitatea de a comunica și relaționa într-o cheie pozitivă.

Străduiți-vă cu orice preț să evitați gândurile și ***frazele negative***, numite de psihologi ***fraze-cătușe***. Acestea blochează dezvoltarea personală a părinților și dezvoltarea psihică normală a copiilor.

## **COPILUL ÎN PRIMUL AN DE VIAȚĂ**



### **IMPLICAȚII EDUCATIVE ÎN PRIMUL AN DE VIAȚĂ A COPILULUI**

Educația noului-născut începe de la simpla satisfacere a trebuințelor fiziologice ale acestuia, care au un caracter ciclic și se desfășoară în anumite intervale de timp, presupunând un ansamblu ceremonial special. Astfel, trebuința de hrană se îmbină cu anumite comportamente de semnalare a necesității ei manifestate de către copil (țipete, plâns, reacții de solicitare etc.) și cu un șir de comportamente de satisfacere din partea mamei (luarea copilului în brațe, apropierea de sân, alăptarea, mângâierea etc.).

Concomitența și repetarea acestora la anumite intervale de timp conduc la formarea și consolidarea unor formațiuni polisenzoriale. Sub aspect psihologic fiecare componentă contribuie la formarea unor așteptări și comportamente. Dacă satisfacerea trebuințelor copilului se desfășoară normal, așteptările lui se confirmă, acesta se simte în siguranță, manifestă emoții pozitive. În cazul în care apar unele disfuncții în satisfacerea trebuințelor, copilul manifestă neliniște, devine anxios, frustrat [8; 11; 22; 23; 38; 46].

În această ordine de idei, adulții trebuie să conștientizeze faptul că toate evenimentele din viața pruncului (pregătirea pentru plimbare, plimbarea, jocul, baia, somnul etc.) generează același tip de efecte. Satisfacerea unor trebuințe creează posibilitatea apariției altora, ceea ce lărgeste și variază considerabil registrul vieții psihice a copilului și asigură formarea preferințelor și a deprinderilor pozitive ale acestuia.

Iată de ce procesul de îngrijire și comportare a adultului cu copilul sunt atât de importante chiar din primele zile. Psihologii și pedagogii denumesc acest proces – **organizarea conduitelor nou-născutului** [22, p. 59]. De calitatea organizării conduitelor nou-născutului va depinde ulterior conduita generală a copilului.

În virtutea faptului că organizarea și stimularea conduitelor pruncului stă la baza educației familiale, vom urmări evoluția tipurilor de comportamente ale copilului în corelație cu dezvoltarea psihică și implicațiile educative ale adultului (Tabelul 1).

**Tabelul 1**

**Tipuri de comportamente a pruncului și implicații educative**

Nr. d/o	Tipuri de comportamente	Dezvoltarea psihică a copilului	Implicații educative
1	2	3	4
1.	<b>1 lună:</b> mobilitate diferențiată în zona bucală (suge, caută cu buzele) și la nivelul ochilor (începe a fixa cu privirea obiectele, urmărește stimulii ce se deplasează în câmpul vizual).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se formează complexe polisenzoriale: gustative, olfactive, tactile, vizuale;</li> <li>• Apar primele forme ale comunicării nonverbale (CNV);</li> <li>• Emoțiile sunt vagi, confuze, imprecise;</li> <li>• Apar treptat lacrimile.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Îngrijire impecabilă axată pe satisfacerea trebuințelor fiziologice;</li> <li>- Organizarea și respectarea regimului de viață adecvat vârstei (alternanța strictă a alăptărilor, a momentelor igienice, a plimbărilor, a somnului etc.);</li> <li>- Mama și tata vorbesc cu copilul în procesul îngrijirii lui.</li> </ul>



1	2	3	4
2.	<b>2-4 luni:</b> capul este ținut drept, devine mobil, întoarce capul spre zona de unde vine sunetul, întinde brațele spre obiecte; reacționează la vocea mamei, o cunoaște.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apare și se dezvoltă coordonarea oculomotorie;</li> <li>• Ginguritul se perfecționează: se observă articularea vocalelor cu consoanele;</li> <li>• Zâmbește, surâde ca răspuns la vocea și surâsul mamei/tatei.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se favorizează activitatea vizuală și cea oculomotorie prin aplicarea unor jucării cu sunet, mișcare;</li> <li>- Adulții vorbesc cu copilul calm, blând, cu zâmbet;</li> <li>- Îl țin în brațe, se joacă cu el.</li> </ul>
3.	<b>5-6 luni:</b> prinde obiectele cu mâinile, duce la gură tot ce ține; mai frecvent folosește mâna dreaptă.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se dezvoltă activ lalațiunea;</li> <li>• Copilul participă direct la tot ce se întâmplă în jur, este activ, zâmbește, râde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jocuri cu copilul în care se arată, apoi se ascunde obiectul și se imită sunete (ceasul face <i>tic-tac</i>, pisica face <i>meau...</i> etc.).</li> </ul>
4.	<b>6-7 luni:</b> șade rezezat; apucă obiectele orientându-se după vâz, le pipăie, manipulează cu ele, le trece dintr-o mână în alta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Are loc descoperirea treptată a obiectelor;</li> <li>• Se poate observa starea de frică, anxietate sau bucurie, plăcere.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Copilului i se dau jucării ce imită sunete, cubușoare care se pot include unul în altul;</li> <li>- Se provoacă mișcările de tipul târâ-tului după minge;</li> <li>- Se vorbește corect, pronunțându-se cuvintele în întregime.</li> </ul>

1	2	3	4
5.	<p><b>7-8-9 luni:</b> șade singur bine, stă în picioare, ținându-se, de mobilă; se poate ridica în picioare, se lasă în jos; târâtu începe a fi înlocuit cu primii pași.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sfera cunoașterii se lărgeste considerabil; se uită curios pe fereastră, urmărește imaginile la televizor;</li> <li>• Manifestă activism, bucurie, plăcere sau invers, emoții negative.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jocuri cu scopul provocării mișcărilor: a se ridica în picioare, a se așeza, a se târî, a merge, ținându-se de un bastonaș;</li> <li>- Jocuri axate pe imitarea sunetelor, ascunderea, căutarea jucăriilor.</li> </ul>
6.	<p><b>10 luni:</b> târâtu este foarte activ, rapid, uneori alternează cu mersul, care este încă neîndemânatic; explorarea vizuală și digitală devin dominante în studierea obiectelor</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Copilul învață să caute obiectele și persoanele;</li> <li>• Copilul devine selectiv: poate să vină la cei cunoscuți sau să se ferească, să se separe de ei;</li> <li>• Pronunță cuvinte simple, frecvent imită diverse sunete.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jocuri cu poezii mici, ritmice; cântece pentru copii cu caracter vesel;</li> <li>- Provocarea conduitei inteligente: repetarea actelor și a mișcărilor cu diverse obiecte și jucării.</li> </ul>
7.	<p><b>11-12 luni:</b> stă în picioare fără ajutor: merge, sprijinindu-se de mobilă mult mai sigur; manipulează mai precis cu obiectele (apucă, pipăie, include un obiect mai mic în unul mai mare, ține creionul și face mâzgălituri etc.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sunt sporite posibilitățile de acțiune, de contacte directe cu obiectele, persoanele apropiate;</li> <li>• Copilul cercetează cu atenție obiectele;</li> <li>• Pronunță cuvinte;</li> <li>• Vine la chemare.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se observă o conduită inteligentă axată pe executarea unor mișcări sau acte propuse de adult;</li> <li>- Provocăm conduitele inteligente: a-și ajunge jucăria; a găsi jucăria; a repeta unele cuvinte, acțiuni.</li> </ul>

În această ordine de idei observăm cum *conduita senzorio-perceptivă* se manifestă la copil prin capacitățile senzoriale, percepție, care treptat dezvoltându-se devin mai diferențiate, iar spre sfârșitul primului an de viață conduita poate fi dirijată și prin intermediul limbajului, exemplului, a stimulării imitării.

*Conduita motorie* se manifestă de la început prin mișcări spasmodice, necoordonate, care mai apoi devin diferențiate la nivelul gurii și ochilor, apoi în regiunea capului, gâtului și umerilor. Ulterior mișcările se diferențiază în regiunea trunchiului, brațelor, mâinilor, iar către 12 luni se extind asupra membrilor inferioare. Posedarea mersului îi asigură copilului descoperirea diferitor obiecte noi, a particularităților acestora, repetabilitatea acțiunilor, trăirea unor experiențe noi în relația cu diferite persoane, fenomene, obiecte, mediul ambiant.

*Conduita verbală* se înscrie în achizițiile ce-i acordă copilului caracterul specificității umane, constituind aspectul fundamental al adaptării și factorul de interacțiune și echilibru cu persoanele apropiate. De la început amorf, din punct de vedere al posibilităților de comunicare, către sfârșitul primei luni apar formele inițiale ale comunicării nonverbale (CNV), ce se perfectează treptat, completându-se cu *gânguritul* (2-3) luni, apoi cu *lalatația* (4-6 luni) zâmbetul, gestică, întinderea mâinilor pentru a fi luat în brațe. Privirea capătă nuanțe emoționale clare: plăcere, bucurie, spaimă, nemulțumire etc. [8; 11; 22; 23; 46 etc.].

După 9-10 luni copilul se centrează pe cuvinte, chiar dacă, în esență, acestea sunt mai mult niște imitări de sunete (tic-tac; ma-ma; ba-ba; ta-ta; ham-ham etc.). Ele îl ajută pe copil să-și exprime stările afective, dorințele; îi permit să realizeze conduite relativ

complexe de imitație a sunetelor, a acțiunilor la cererea adulților sau la propria dorință [11; 38; 46 etc.).

**Conduita afectivă** este într-o strânsă corelație cu cea verbală, formele comunicării nonverbale fiind principalele mijloace de exteriorizare a ei. La început emoțiile sunt vagi, confuze, imprecise, extrem de fluctuante, au un pronunțat caracter situațional și sunt determinate numai de prezent.

Treptat afectivitatea evoluează: plăcerea începe a fi manifestată la 2 luni, râsul la 5-6 luni, bucuria – la 7-8 luni.

Emoțiile negative, la început strâns legate de satisfacerea trebuințelor fiziologice, se manifestă de timpuriu: la 2-4 săptămâni apar reacțiile de suferință, între 1-2 luni apar lacrimile, după 3 luni se stabilizează mimica ce redă nemulțumirea, pe la 5-6 luni apare frica, anxietatea, furia/agresivitatea.

Cercetările psihologilor au demonstrat că emoțiile negative totuși predomină, ceea ce denotă că viața sugarului nu este atât de plăcută [22, p. 62].

**Conduita sociabilității** apare și se manifestă în strânsă interacțiune cu conduita afectivă, exteriorizându-se prin surâsul ce apare în jurul a 2 luni, mai întâi ca răspuns la vocea blândă și zâmbetul mamei. Pe la 4-6 luni copilul devine selectiv, intenționat, orientat spre persoanele cunoscute. Persoanele necunoscute îl inhibă, ceea ce denotă că copilul diferențiază pe un *altul* de cei apropiați. Natura relațiilor cu adulții, îndeosebi cu părinții, este caldă, bogată în reacții afective, îi provoacă emoții pozitive, pe când relația cu copiii de seama lui, relațiile cu ei sunt sobre, agresive.

**Conduita inteligentă** în evoluția dezvoltării copilului se manifestă prin trei momente importante: a) **repetarea acțiunilor și**

*a mișcărilor*, ca de exemplu: plânge pentru a fi luat în brațe, lovește o jucărie pentru a obține sunetul produs de ea etc.; b) *subordona-rea unei mișcări la un scop simplu propus de adulți*, de exemplu: ridică șervețelul pentru a găsi jucăria; la cerința mamei se culcă pe pernă etc.; c) *executarea unei acțiuni sau mișcări într-o manieră creativă*, adică în afara reproducerii și imitării, copilul descoperă și alte fenomene, de exemplu; aruncă o jucărie și urmărește rezultatul; mișcă un obiect sau îl plasează într-o anumită poziție și observă ce se întâmplă etc. [11; 23; 38 etc.].

Conduitele descrise ne servesc drept punct de reper pentru înțelegerea trebuințelor copilului și a organizării procesului de îngrijire, educație, stimulare a dezvoltării lui prin intermediul jocului și incită curiozitatea părinților de a afla mai multe despre copilul lor și-i orientează în crearea optimului familial educativ

*Vârsta prunciei se deosebește radical de celelalte. Caracteristica de bază o constituie dependența copilului de mamă. Mama, de fapt, satisface toate trebuințele pruncului. Cercetările relației mamă-prunci/sugar au demonstrat că lipsa sau izolarea de aceasta, despărțirea temporară de mamă provoacă fragilizarea psihică și fizică a copilului, care se soldează cu tulburări de somn, indispoziții, anxietate, teamă. Se modifică echilibrul psihic, se afectează conduita inteligentă a copilului și dezvoltarea lui psihofizică ulterioară (Barcan A., Golu P., Șchiopu U. etc.).*

Consultarea literaturii de specialitate, experiența de consiliere a familiei, a mamelor și asistența psihopedagogică acordată copiilor din familiile în care lipsește mama, ne-a permis să conturăm un set de recomandări ce vor contribui la dezvoltarea creativității parentale și optimizarea strategiilor educative familiale.



## EDUCAȚIA PRUNCULUI PRIN JOC

Dezvoltarea psihofizică, formarea conduitelor copilului nu se realizează de la sine doar ca rezultat al desfășurării și *coacerii* forțelor înnăscute, ci și în rezultatul educației, exersării realizate de către adulți. Claparede E. consideră că în educația bebelușului important este să apelăm, *în mod obligator*, la două instrumente fundamentale: **jocul și imitația**. *Jocul oferit copilului chiar de la naștere reprezintă prima lui formă de activitate, imitația apare deja după câteva luni* [Apud 11, p.34].

Faptul că jocul are un rol deosebit de important în viața și evoluția copilului este demonstrat de cercetările unui număr mare de savanți. La fel, există și multiple clasificări care elucidează funcțiile, scopul și conținutul jocului.

Astfel, cercetătorii din domeniul științelor educației consideră că *funcția principală a jocului se exprimă în cogniție prin asimilarea practică și mintală a caracteristicilor lumii și vieții. Funcția de cunoaștere garantează dozarea informației, familiarizarea cu caracteristicile cognitive ale jocului, a specificului lui, aprofundează cunoștințele copilului* [11; 12; 13; 20; 30; 43 etc.].

O altă funcție importantă este aceea *de exersare complexă stimulativă a mișcărilor, de contribuție activă la creșterea și dezvoltarea armonioasă a copilului*.

*Funcția formativ-educativă* este deosebit de importantă, deoarece asigură cultivarea simțurilor, dezvoltarea gândirii, memoriei, imaginației și formarea conduitelor copilului. Această funcție a fost evidențiată de pedagogul german Fröbel și dezvoltată de pedagogia modernă [Apud 11].

**Jocurile sunt considerate prima școală a energizării copilului, a dezvoltării lui intelectuale, a formării conduitei, gesturilor, imaginației etc. Cel mai bun lucru din viața unui copil este jocul. Savanții susțin ca este posibilă supraviețuirea fără joc, dar asigurarea calității vieții și a educației copilului în afara jocului este imposibilă. Toți copiii sănătoși se joacă. Este un aspect atât de evident și firesc încât părinții nu acordă mare atenție competenței necesare pentru a se juca cu copilul, adică nu conștientizează faptul că un copil trebuie să fie învățat a se juca. Astfel după cum adulții dezvoltă limbajul copiilor, vorbindu -le, la fel, adulții trebuie să se joace cu ei pentru a le dezvolta și forma capacitatea de joc. Jocul copiilor este o activitate complexă, un context de interacțiune a unor factori psihosociopedagogici interdependenți. Jocurile formează un cadru favorabil de stimulare a sferei cognitive, afectiv-volitivă, îi ajută pe copii să descopere și să cunoască lumea. Este benefic contactul fizic cu copilul și aplicarea unor elemente de joc atunci când este ținut în brațe. Adultul descrie ceea ce vede și aude, vorbindu-i micuțului; îi stimulează activitatea musculară. Toate acțiunile care se întâmplă atunci când ții un copil în brațe, când îl schimbi, îl hrănești, îi vorbești și îi cânti, trebuie să fie însoțite de elemente de comunicare prin joc. Aceste activități sporesc interesul copilului pentru mediul său și îl încurajează să descopere lumea. Astfel de acțiuni formează baza conduitei umane: abilități și priceperi de a putea primi și oferi; a înțelege și crea, a vedea, a observa și auzi pentru tot restul vieții [11].**

*Așadar, reținem că pruncul este capabil de:*

- a vedea, dar nu și a înțelege ce vede;
- a auzi, dar nu și a asculta;
- a zâmbi, dar nu și a râde;
- a face zgomot, a gănguri dar nu și a vorbi.

Copilul învață aceste lucruri comunicând și jucându-se cu adulții. Jocurile se pot desfășura pe parcursul primului an de viață a copilului în cadrul interacțiunilor cu adultul și cu frații/surorile. În familie se creează condiții favorabile pentru joc. Trebuie să fie un loc special pentru joc, jucării și timp rezervat pentru a se juca cu copilul.

**Jocul presupune folosirea tuturor simțurilor. Vocile, comu-nicarea și acțiunile oamenilor apropiați, ale mamei, tatălui, sunt jucăriile cele mai frumoase și importante.**

#### TIPURI DE JOCURI PENTRU COPIII PRIMULUI AN DE VIAȚĂ

**Jocurile cu bebelușul reprezintă modalitatea cea mai eficientă de educație și dezvoltare a acestuia.**

Convențional, jocurile pe care le pot practica părinții la vârsta prunciei le-am repartizat în conformitate cu conduitele caracterizate anterior.

Astfel, deosebit:

#### **Jocurile ce dezvoltă conduita senzorio-perceptivă.**

Aceste jocuri pot fi gândite de mamă sau selectate din literatura specială consacrată creșterii și educației bebelușului.

Principalele elemente aici trebuie să fie **contactul vizual și cel senzorial** variat cu copilul:

mama sau tata netezesc blând diferite părți ale corpului bebelușului, comunicând cu el sau cântându-i ceva melodios;  
mama sau tata privesc copilul, îi zâmbesc, spunându-i *cuvinte dulci*;

îngrijind copilul, mama sau tata numesc acțiunile sale;

în primele luni de viață jucăriile se atârnă de asupra copilului, iar mai apoi îi demonstrăm copilului cum ele sună, sar (mingea), se cotilesc etc.;



în a doua jumătate a anului, când copilul șade rezemat, îi propunem să manipuleze cu diverse jucării: să țină, să netezească, să pipăie, să arunce, să sune etc.;

sunt benefice jocurile ce sunt însoțite de netezirea/masajul, *ciupirea* ușoară a degetelor de la mâini, picioare, a tălpiilor, brațelor în îmbinare cu zâmbetul, fredonarea unor melodii plăcute, imitarea sunetelor;

odată cu posedarea târâului, apoi a mersului se propun copiilor mingi mici de culori aprinse, jucării de diverse forme și culori care se mișcă, emană sunete.

***Jucăriile trebuie să corespundă unor exigențe igienice:*** să fie posibil de spălat, dezinfectat, să nu fie periculoase (prea mici, ascuțite, aspre etc.). Sunt necesare jucării de tipul piramidelor, cubușoa-relor ce se includ unul în altul, se pot desface; jucării pe care le vom aplica în timpul scăldatului copilului, la plimbare etc.

**Jocurile ce dezvoltă conduita motorie** vor contribui la dezvoltarea mișcărilor copilului, coordonarea lor, formarea ținutei copilului, activismului fizic. Acestea pot fi variate în funcție de vârsta copilului. Jocurile pot fi cu obiecte, jucării speciale (mingi, bastonașe, cuburi etc.), dar pot fi și jocuri de tip distractiv, de exemplu a desfășurării unor exerciții de tipul *Tăpușele-tăpușele*, *Mare-mare-măricel*, *Fâl-fâl ...* etc.

Părinții provoacă atent, blând, dar insistent acțiunile și mișcările bebelușului prin diverse procedee de tipul: *Să ajungem mingea*; *De-a ascunselea*; *Prinde-mă* etc.

**Jocurile ce dezvoltă conduita verbală** a pruncului se pot găsi în literatura consacrată folclorului pentru copii (de etnopedagogie și psihopedagogie).

În esență, aceste jocuri pot fi create și de părinți. Astfel, conduita verbală a copilului imită acțiunile și cuvintele adultului. La 2-3 luni se pot demonstra diverse jucării – chipuri ce emit sunete, se mișcă etc., care mai apoi se pot propune copilului pentru a opera cu ele, a răspunde prin gestică la întrebări de tipul: *Unde-i ceasul?*, *Unde-i mînea ta?*, *Unde-i iepurașul?* etc.

Se organizează cu copilul **jocuri vocalice**, care încep cu repetarea unor silabe de tipul: *ma, ta, ba, da, cu* etc., mai apoi încurajăm copilul să le repete. Putem îmbina aceste jocuri cu demonstrarea jucăriilor. Sunt binevenite jocurile-distrații ce conțin poezii, cântece, numărători etc.

Jucăriile-chipuri se prezintă copilului, făcând o descriere elementară și expresivă.

**Exemplu:** Demonstrăm jucăria ce reprezintă o pisică și spunem:  
*Eu sunt pisică și mă numesc: Mur-Mur.*

*Locuiesc în casă și-mi place laptele. Cer lapte așa: meu-meu-meu...*

*Mulțumesc pentru lapte așa: mur-mur-mur.*

**Jocurile ce dezvoltă conduita afectivă** sunt variate. Principalul aici rezidă în formarea unei dispoziții pozitive și a atitudinii binevoitoare a copilului față de apropiați. Comunicând cu copilul, zâmbim, urmărim ca vorbirea noastră să-i trezească interes, plăcere, reacții pozitive.

**Jocurile ce dezvoltă conduita sociabilității** includ atât elemente cognitive de dezvoltare a motricității și a afectivității, cât și familiarizarea copilului cu mediul ambiant al familiei, cu apropiații, rudele. Adultul comunică, dezmierdând copilul, încurajându-l la diverse contacte, treptat lărgind sfera lui de relații.

**Jocurile ce dezvoltă conduita inteligentă** sunt variate, complexe și, de fapt, includ toate tipurile de elemente ce dezvoltă toate conduitele nominalizate.

Important este ca aceste jocuri să fie axate pe implicarea senzațiilor, percepțiilor, mișcărilor, sentimentelor și a inteligenței, care pentru prunc este una concretă, practică, ce se manifestă în acțiuni de manipulare cu obiectele în diverse coordonate spațiale limitate, dar cunoscute [8; 11; 30; 38; 43 etc.].

În concluzie, progresul observat în dezvoltarea pruncului se datorează satisfacerii trebuințelor biologice și a celor superioare de investigare a ambianței, persoanelor, obiectelor. **Cele mai importante achiziții ale acestei perioade sunt: apucarea și manipularea cu obiectele, poziția verticală, pronunțarea primelor cuvinte, ceea ce va contribui la umanizarea treptată a copilului.**

Explorarea dozată, bine gândită a jocului va facilita dezvoltarea senzorio-motorie, intelectuală, psihofizică a copilului și va contribui la socializarea comportamentului acestuia [6; 8; 11; 47 etc.]. Propunem în continuare un program de activități-jocuri pentru familie, orientate spre dezvoltarea armonioasă a bebelușului.



## JOCURI-ACTIVITĂȚI PENTRU PRUNCI

### Jocuri axate pe stimularea vizuală generală (1-2 luni)

Apropiati fața de copil în timp ce vorbiți cu el sau îi cântați. La această vârstă bebelușul atrage atenție mai mult la oameni decât unor obiecte.

Plasați copilul la celălalt capăt al pătucului pentru ca lumina să excite ambii ochi. Atârnați jucăriile astfel ca copilul să le poată apuca. Copiii mici sunt atrași de obiectele colorate de diverse mărimi și forme.

Plasați atent copilul la diferite înălțimi: pe podea, pe canapea sau în manejul/țarcul pentru copii.

Arătați-i copilului mâinile și picioarele sale. Mișcați-le, masați-le, vorbiți cu el blând.

Puneți copilul în diferite părți ale odăii. Lăsați-l să urmărească familia în diverse momente: discuții, lecturi, servirea mesei etc.

Puneți o jucărie în mâinile copilului.



### **Jocuri axate pe stimularea tactilă generală (1-2 luni)**

Comportați-vă cu bebelușul într-un mod blând și iubitor. Nou-născuții sunt foarte sensibili la sunetele stridente, la mișcările pripite.

Unii copii plâng mai puțin dacă sunt ținute lângă pieptul mamelor sale.

Masați ușurel corpul copilului cu loțiune pentru copii.

Lăsați copilul să stea culcat în pătucul său, alternând pozițiile (pe spate, partea dreaptă, partea stângă). Dezbrăcați copilul într-o cameră caldă și culcați-l pe ceva neted și moale.



## **Jocuri-acțiuni ce asigură stimularea auditivă generală (1-2 luni)**

Cântați-i copilului, recitați-i poezii, repetați anumite cuvinte cu sonoritate asemănătoare.

Lăsați copilul să audă bătăile ceasului de perete. Aceasta ar putea să-l liniștească, când copilul este agitat.

Variați tonalitatea vocii, când vorbiți cu el. Intonația este mai importantă decât cuvintele folosite.

Vorbiți-i sau cântați-i copilului în timp ce îl spălați, îl îmbrăcați, îl hrăniți sau îl legănați.

Când copilul plânge, înfășați-l strâns într-o pătură subțire.

Plimbați-vă prin cameră, ținându-l în brațe, vorbiți-i blând.

Evitați să luați copilul frecvent în brațe. Încercați să-l mângâiați sau să-l atingeți ușurel în timp ce este în pătucul său.

Găsiți un loc de unde copilul vă poate vedea bine. Chemați-l.

Dacă nu vă privește, apucați-i blând bărbia și întoarceți-i fața spre dvs. Acționați sau vorbiți în mod plăcut, pentru ca copilul să continue să vă acorde atenție.

Țineți și mișcați jucării intens colorate în fața ochilor copilului astfel, ca el să-și formeze deprinderi de concentrare. Jucăriile le puteți atârna de asupra copilului.

Rostiți-i prenumele de mai multe ori. Schimbați intonația vocii în continuu atât timp, până nu atrageți atenția copilului.

Apropiati-vă de fața copilului și retrageți-vă/ plecați din câmpul lui de vedere. Apropiati-vă din nou și spuneți-i „Salut”

sau „Cu-cu”. Repetați aceasta până când copilul începe să vă privească. Apoi, plasându-vă în câmpul de vedere al bebelușului, zâmbiți-i și vorbiți cu el blând.

Răspundeți repede la plânsul copilului prin acțiuni potrivite momentului dat.

***Cu toate că individualitatea copiilor variază, de obicei, când copiii plâng de durere, plânsul este tare și acut, întrerupt de scâncete; când copilul plânge de foame – plânsul este tare și acut ca un bocet. Plânsul provocat de disconfort constă din gemete și scâncete joase, iar când copilului îi este somn, plânsul este un scâncet continuu [11].***

Ascultați plânsul și încercați să identificați ce vrea copilul să vă comunice.

Răspundeți la plânsul copilului de parcă ar fi o formă de comunicare. Dacă pare că plânge de foame, răspundeți-i prin alăptare, dacă plânge de durere, cercetați motivul.

Zâmbiți în timp ce vorbiți cu copilul, ținându-l sau poziționându-l la cel puțin 30 cm de fața dvs.

Zâmbiți și vorbiți cu copilul când îngrijiți de el, de exemplu, după alimentare, sau când se trezește din somn. Nu-l gădilați și nu vorbiți cu el pentru a-l face să zâmbească. Tot ce doriți este de a-l face să imită zâmbetul. Când a zâmbit cu adevărat – laudați-l și apoi zâmbiți-i din nou. Efectuați aceste exerciții de câteva ori pe zi.

Culcați copilul pe spate în pătuc sau pe genunchi. Țineți mâna copilului și mișcați-o încet înainte și înapoi în fața ochilor săi.

Când privirea copilului s-a fixat asupra mâinii, mișcați-i degetele așa ca el să le privească.

Inițiați mișcarea mâinii copilului și aveți grijă să observați dacă micuțul va privi la ea.

Pișcați ușurei mâna bebelușului când el nu privește la ea sau atingeți-o cu ceva cald.

Împingeți ușurel tălpile copilului cu *mișcări lente și repetate* în sus și în jos. Reduceți presiunea treptat, pe măsură ce copilul începe să împingă singur cu piciorușele.

Oferiți-i copilului posibilitatea de a împinge cu picioarele în pernă, într-o minge; a da din picioare în apă în timpul băiței.

Aplecați-vă deasupra copilului și lăsați-l să vă împingă cu picioarele în abdomen. Folosind exclamații plăcute verbale, retrageți-vă în urmă. Repetați acțiunea de 2-3 ori.

Folosind o jucărie sau un obiect, mișcați-l în sus, în jos, lateral. Astfel copilul va simți necesitatea să urmărească în continuu jucăria cu privirea.

Apropiati fața la nivelul ochilor bebelușului, mișcați-vă și vorbiți cu copilul ca el să-și întoarcă capul spre dvs. pentru a menține contactul vizual.

Având baloane colorate, aruncați în aer unul de culoare aprinsă. Copilul va urmări căderea lentă a balonului.

Întoarceți copilul pe burtă pentru o perioadă de 5-10 minute astfel, încât să-i oferiți posibilitatea de a ridica capul, a urmări ambianța (pentru consolidarea mișcărilor capului).



### **Jocuri-activități pentru stimularea dezvoltării copilului de 2-4 luni**

După alăptarea copilului, țineți-l în brațe și dezmierdați-l. Gânguriți împreună cu el. Zâmbiți-i și mângâiați-l ușurel, când scoate sunete.

Suflați ușor pe gâtul copilului și gânguriți-i; după ce ați scădat micuțul, în timp ce faceți gimnastică, îl îngrijiți, vorbiți cu el. Încurajați orice gângurit al copilului prin zâmbet și prin repetarea aceluiași sunete.



### **Acțiuni ce asigură familiarizarea copilului cu mediul ambiant**

Fixați deasupra leagănului două obiecte viu colorate, diferite după formă și material. Periodic schimbați poziția obiectelor sau înlocuiți-le cu altele.

Plasați obiecte interesante, producătoare de sunete la o distanță mică de copil. Produceți sunete pentru a stimula bebelușul să se întindă spre jucărie. Apoi, oferiți-i obiectul și ajutați-l să-l manipuleze.

Țineți copilul astfel, ca el să se poată vedea în oglindă, comentând: *Uite bebelușul, Ionel, băiețelul mamei etc.*



Puneți la dispoziția copilului o oglinjoară, care nu se sparge. Dacă copilul nu zâmbește imaginii sale din oglindă, țineți oglinda în așa mod, ca el să se poată vedea în ea, văzând și un membru al familiei sale.

Când copilul se uită în oglinda, luminați în ea cu o lanternă.

Zâmbiți în oglindă și spuneți: *Uite luminița!*

Plasați copilul seara la fereastră, arătându-i reflecția de pe suprafața sticlei. Spuneți: *Uite bebelușul.*

Aplecați-vă spre copil, lăsând o eșarfă să atârne deasupra micuțului. Încurajați-l s-o apuce.

Luați mâna bebelușului și puneți-o pe nasul dvs. Conduceți mâna lui să vă apuce de nas, însoțindu-i mișcările cu sunete amuzante de felul: *Vai-vai-vai* pentru a-l face să râdă.

Luați-i mâna cu palma deschisă și loviți cu ea ușurel mingea.

Plasați mâna copilului pe fața dvs. în timp ce vorbiți cu el și numiți organele respective (nas, ochi, urechi, gură etc.).

Încurajați copilul să-și întindă mâinile spre brațele dvs. și întrebați-l dacă dorește să fie luat în brațe.

Propuneți persoanelor din familie să întindă brațele spre micuț, încurajând copilul să facă același lucru.

Dacă copilul solicită atenția adulților, stați în fața lui cu brațele întinse, iar o altă persoană să-i ajute a întinde brațele, ținându-l din spate. Orice mișcare a copilului trebuie încurajată.

Agitați o jucărie ce sună în fața copilului sau oferiți-i un obiect care excită ochiul prin culoarea aprinsă, mișcare. Ajutați-l cu mâna dvs. să țină obiectul.

Atârnați inelușe sau jucării ce emit sunete de asupra leagă-nului sau locului de joacă al copilului la o distanță accesibilă. Includeți aparatul de radio sau casetofonul, telefonul mobil pentru a-i ține companie.

Țineți obiectul preferat sau anumite alimente în fața copilului. Cereți copilului să solicite verbal obiectul dorit. Nu anticipați orice necesitate a copilului.

Răspundeți jocurilor verbale ale copilului cu un zâmbet și repetați sunetele pe care le rostește. Dacă copilul trece de la plâns la vocalizare, răspundeți-i imediat cu zâmbete.



### **Jocuri – activități pentru dezvoltarea copilului de 4-5 luni**

Uitați-vă / ițiți-vă de după scaun, masă, zâmbiți și spuneți: *ți-i-i-i.....* sau *cu-cu*. Apoi pitiți-vă din nou. Faceți așa, până când copilul nu va spune *cu-cu* în locul dvs.

Folosind mâinile, un ziar, o jucărie, un ștergar, acoperiți cu ele fața și ițindu-vă de după ele spuneți *ți-i-i-i.....* sau *cu-cu*. În continuare acțiunea este preluată de către copil, fiind stimulat să spună *ți-i-i-i.....* sau *cu-cu*.

Luați palmele micuțului și începeți a bate cu ele *tăpușele*. În timpul activității date zâmbiți și lăudați copilul. Treptat încetați să-l mai ajutați și lăsați-l s-o facă singur.

Bateți *tăpușele* și stimulați copilul să vă imite. Dacă e necesar, ajutați-l să-și apropie palmele.

Când copilul face ceva bine, de exemplu, mănâncă totul ce i se oferă, adulții trebuie să-și exprime mulțumirea prin cuvinte sau aplauze.

Recitați versurile *Tăpușele*, însoțindu-le cu mișcările respective (batem din palme). Încurajați copilul să imite bătălie din palme. Stimulați-l să îndeplinească treptat, singur, celelalte acțiuni, perfecționându-și deprinderea de imitare.

Învățați copilul să spună *pa*, la revedere și să dea din mână când pleacă cineva.

Rugați membrii familiei să dea *pa* din mână, când pleacă de acasă.

Luați mâna copilului și faceți *pa* în locul lui, atunci când cineva spune *pa*.

Treptat lăsați-l să facă singur *pa*. Când s-a spus *pa*, ajutați micuțul să ridice mână, dar lăsați-l să facă *pa* singur. Răspălățiți-i reușită prin îmbrățișări și laude.

Jucați-vă de-a ascunselea, spunând *pa-pa*, dând din mână când vă ascundeți. Încurajați copilul să facă același lucru.

### **Jocul *Tâta mare ...***

Așezați copilul în fața oglinzii. Întrebați: *Cât de mare este Ionel?* și ajutați-l să-și ridice brațele, când răspundeți *Tâta mare....* Treptat lăsați-l s-o facă singur pe măsură ce-și perfecționează deprinderea. Susțineți-l cu laude și aplauze.

Ridicați mâinile copilului spunând: *Tiii-ta mare*. Faceți activitatea dată cât mai veselă și amuzantă.

Lăsați alți copii sau membri ai familiei să imite acțiunea pentru copil. Întrebați: *Cât de mare e tăticul?!* Și răspundeți:

*Tâta mare....* Situația se poate repeta pentru fiecare membru al familiei Dvs.

### **Manipularea cu jucăria/ obiectul**

Arătați-i copilului cum să ridice de jos diferite obiecte.

Loviți cu o jucărie în masă; mișcați-o înainte, înapoi. Conduceți mâna copilului în efectuarea aceluiași acțiuni.

Puneți și luați jucăria dintr-o cutie, dirijați mânuța copilului pentru a efectua aceeași acțiune.

Sunați din clopoțel, apoi propuneți-i copilului clopoțelul și încurajați-l să vă imită, învărtiți un titirez, agitați o jucărie sunătoare și încurajați-l să repete acțiunile împreună cu adultul și de sine stătător. Lăudați succesele.

Atârnați jucării de asupra leagănului, locului pentru joacă. Asistați și ajutați copilul să tragă, să lovească sau să strângă în mână jucăriile. Treptat reduceți ajutorul. Încurajați-l prin laude și aplauze.

Puneți obiectul în mâna copilului. Oferiți-i indicații de tipul: *Dă-mi mie* și țineți mâna întinsă spre el. Dacă e necesar, conduceți mâna sa pentru a îndeplini acțiunea.

Folosind o jucărie muzicală, demonstrați-i cum o porniți. Periodic cereți apoi restituiți jucăria copilului, astfel el va înțelege că o jucărie poate fi propusă cuiva.

### **Repetă silabele de 2-3 ori (ma-ma-ma)**

Repețiți cu voce tare anumite sunete, apoi în șoaptă, la urechea copilului. Repetați sunetul asociat cu jocul sau jucăria, respectivă. De exemplu *tic-tac, poc-poc, tronc-tronc*.

După ce copilul repetă sunetul, lăudați-l, apoi repetați sunetul produs de el.

Atunci când copilul repetă o silabă, de exemplu, *-ma* sau *-ta* repede, imitați-l, pronunțând silabă de două ori și încu-rajând copilul să va imite.

### **Jocul: *Găsește jucăria***

#### **Acțiunea: Răspunde la întrebări simple cu ajutorul răspunsurilor nonverbale**

Faceți copilul să vă imite, atingându-l, privindu-l sau indicându-i acțiunea.

În timp ce întrebați: *Unde-i mingea?* duceți copilul spre minge și spuneți-i: *Iată mingea* sau întrebați: *Unde-i ceasul?*, ca, împreună cu copilul să arătați ceasul și să spuneți: *Iată ceasul* etc. Reduceți ajutorul dvs. îndată ce copilul capătă îndemânare.

Când veniți spre copil, întrebați-l: *Dorești să vii în brațe?* Înainte de a-l ridica, așteptați până își întinde mâinile pentru a fi luat în brațe.

### **Joc vocalic**

#### **Acțiunea: *Îmbină două silabe diferite***

Spuneți copilului un șir de silabe diferite. Începeți prin repetarea lor: *ma-ma; ba-ba; ta-ta...* de câteva ori, încu-rajându-l apoi să le repete. Orice repetare, stimulați-o prin laude, îmbrățișări. Atunci când se automatizează unele îmbinări de sunete se substituie cu altele. Inițial, încurajați orice asemănare cu sunetul, iar treptat cereți copilului să le pronunțe mai bine.

Atunci când îl îngrijești sau în timp ce stă în leagăn, se joacă sau șade în scăunel ascultați vocalizările copilului. Când copilul îmbină silabe diferite, stimulați-i conduita prin laude, atingeri plăcute, precum și prin repetarea silabelor imediat după ce le-a pronunțat.

### **Jocul: *Ține bine sticluța***

#### **Acțiuni:**

Puneți mâinile copilului pe sticluță, treptat slăbind ajutorul din partea dvs., până când copilul nu va ține singur sticluța. Țineți dvs. un timp sticluța când îl hrăniți, apoi permiteți copilului să acționeze.

Umpleți sticluța pe jumătate, pentru ca copilului să nu-i fie greu să o țină. Fiți lângă copil și supravegheați-l atent.

Când copilul este flămând, lăsați-l să țină sticluța în timpul părții inițiale a procesului de alimentare. Pe măsură ce copilul se satură și nu mai este atât de motivat, ajutați-l dvs. Treptat cereți copilului să țină sticluța singur perioade mai îndelungate de timp.

### **Jocul: *Găsește-mă***

#### **Acțiuni:**

Culcați copilul pe spate în pătucul său. Acoperiți fața copilului cu un șervețel curat. Vorbiți cu micuțul ca el să simtă prezența dvs. Zâmbiți-i și strângeți-l la piept după ce copilul scoate șervețelul de pe față.

Ajutați copilul să pipăie șervețelul. Treptat reduceți ajutorul. Mulțumiți copilului prin mângâiere, zâmbete, expresie plăcută a feței, când șervețelul este înlăturat.

Acoperiți cu șervețelul ochii copilului și treptat vă îndepărtați de el. Ajuțați copilul să tragă șervețelul pentru a-și descoperi ochii. Puteți îmbina jocul cu vocalizarea de tipul: *au-au-au; cu-cu; țî-i-i-i* etc.

### **Jocul: *Caută obiectul***

#### **Acțiuni:**

Arătați copilului o jucărie de culoare aprinsă. Deplasați încet jucăria din câmpul vederii directe a copilului. Folosind un clopoțel, îndepărtați jucăria și sunați din el pentru a atrage atenția copilului.

Dacă copilul urmărește cu privirea persoana și nu jucăria, plasați jucăria aproape de fața dvs. și îndepărtați-vă din aria vederii directe a copilului. Verbalizați acțiunea. Treptat îndepărtați jucăria de la fața dvs. ca copilul să poată urmări numai jucăria.

Puneți la gât un lanț de jucării mărunte. Aplecați-vă deasupra copilului ca el să observe lanțul, dar să nu-l poată ajunge, îndepărtați-vă încet de copil, lăsându-l să privească lanțul de jucării și să pronunțe diverse sunete.

### **Jocul: *Plasează obiecte în container***

#### **Acțiuni:**

Spuneți copilului *pune în* și demonstrați-i acțiunea. Lăudați și zâmbiți-i copilului când pune obiectul în container.

Ajuțați-l să plaseze obiectul în container. Cuprindeți-l și lăudați-l pentru fiecare obiect plasat în container. Treptat reduceți participarea dvs.

Folosiți obiecte care produc zgomot, se cotilesc, s-ar pentru a le pune într-un container (mingi, zurgălăi, bile).

### **Jocul: Ridică jucăria**

#### **Acțiuni:**

Arătați cu degetul la jucăria de jos și spuneți: *Ridică jucăria.*

Lăudați-l când o face.

Ajutați-i să ridice jucăria prin dirijarea mâinii copilului. Reduceți participarea din partea dvs. când copilul capătă experiență.

Dacă copilul scapă jos obiectele, ajutați-l să le ridice. Dacă copilul capătă deprinderea dată, susțineți-l verbal să ridice jucăriile sale de jos.

### **Jocul: Învăță gestul**

#### **Acțiuni:**

Arătați copilului cum să bată din palme, spunând: *ta-ta-ta.*

Apoi luați mâinile copilului și le împreunați, spunând: *ta-ta-ta.* Ajutați copilul să-și coordoneze mișcărilor.

Încurajați copilul să imite următoarele gesturi:

să ridice receptorul unui telefon-jucărie, spunând „Alo!”;

să miroase o floare;

să agite o jucărie în aer;

să țină câte un cub în fiecare mână și să le lovească unul de altul;

să dea din mână, spunând *pa* etc.

### **Jocul: Învăță poziția**

#### **Acțiuni:**

Culcați atent copilul pe burtă și vorbiți cu el pentru a-i câștiga atenția.

Puneți copilul pe burtă și țineți jucăria sau sunătoarea deasupra capului lui. Astfel el va trebui să se ridice sau să se



întoarce pentru a o vedea. Ridicați jucăria în sus pentru ca copilul să ridice capul.

Plasați copilul pe o pernuță mică de canapea sau pe o pernă mare cu mâinile întinse pe podea și încurajați-l prin cuvinte să se uite la dvs. Înlocuiți perna cu una mai mică pentru ca copilul să depună un efort independent mai mare.

Puneți o oglindă în fața copilului în timp ce el este pe burtă. Produceți zgomot, vorbiți cu copilul sau încurajați-l să ridice capul.

Puneți copilul pe burtă și antebrațe. Țineți un obiect viu colorat, jucăria preferată într-o parte ca copilul să întindă o mână pentru a obține obiectul. Ajutați-l dacă este necesar.

Puneți copilul pe podea. Puneți-i pe față o batista astfel, încât să-i acopere ochii. Încurajați-l să ridice mâna în sus și să o îndepărteze.

Utilizați o jucărie-chip construită pe principiul de tracțiune care produce zgomot la mișcare. Punând sfoara ei în mâna copilului încurajați-l să tragă jucăria spre el ca să producă zgomot, mișcare.

### **Jocul: *Sus – jos***

#### **Acțiuni:**

Sprijiți copilul într-o poziție aproape așezată. Ținând copilul de mâini ajutați-l să se ridice din poziția – așezat.

Culcați copilul pe spate pe covor. Provocați-l să se ridice din poziția inițială, apoi culcați-l ușurel.

Culcați copilul pe genunchii dvs. și ajutați-l să-și ridice corpul. Chiar puteți pronunța sus... jos...

Folosiți un scrânciob pentru micuți. Ajutați-l inițial să se legene, pentru ca copilul să deprindă ritmul, spunând sus... jos...

**Jocul: Pune – ia – dă**

**(Pune jos și ia un obiect în mod intenționat)**

**Acțiuni:**

Dați copilului câte o jucărie să țină în fiecare mână. Apoi oferiți-i o altă jucărie. Ajutați-l să se elibereze de primul obiect dintr-o mână și să apuce altul. Dacă el nu face acest lucru singur, ajutați-l, spunându-i: *Pune cubul jos, ia păpușa. Dă păpușa mie.* Țineți o mână a copilului. Faceți ca el să țină obiectul cu mâna liberă. Apoi oferiți-i obiectul preferat pentru ca el să se elibereze mai întâi de celelalte obiecte.

Când vedeți că copilul pune un obiect jos pentru a ridica altul, încurajați-l cu zâmbete și laude.

Puneți copilul în picioare pe genunchii dvs. și săltați-l în sus și în jos, spunând *sus – jos ....*

Ajutați copilul să stea, ținându-se de marginea pătucului și îndemnați-l să sară sau să se salte în sus, apoi să se așeze.

**Jocul: Noi citim**

**Acțiuni:**

Citiți copilului povestioare, poezii simple și arătați-i cum se întorc filele. Ajutați copilul să întoarcă filele, conducându-i mâna. Treptat lăsați-l să vă ajute.

Dați copilului un catalog vechi sau o revistă veche ca el să se joace cu ele sau o carte de povești cu file mai groase, incitați-l să le răsfoiască.

Rugați copilul să găsească în cartea sa preferată diferite imagini; căsuța, păpușa, pisica etc. Lăudați-l că întoarce filele și citește.

### **Jocul: *De-a târâtelea***

#### **Acțiuni:**

Puneți copilul pe podea. Plasați o jucărie la o distanță doar puțin mai mare decât cea accesibilă pentru copil. Lovind cu obiectul de podea și vorbind cu el, îndemnați-l să se deplaseze pe târâte. Dacă copilul reușește să ajungă obiectul spre care a tins dăruitiți-l. Treptat măriți distanța dintre obiect și copil.

Puneți un prosop/ o fâșie lungă sub pieptul copilului și apucați prosopul de capete. Ridicați-l astfel încât numai mâinile și picioarele copilului să atingă podeaua. Lăsați-l încet pe podea, lăudându-l.

Atunci când copilul este ținut în poziția *de târâre*, atingeți și împingeți ușurel fundulețul copilului și apoi dați-i drumul. Va urma o mișcare de târâre activă.

Folosind două persoane, modelați mișcarea de târâre. O persoană mișcă mâinile, cealaltă mișcă picioarele copilului. Târâți-vă spre ceva, pentru ca mișcărilor să aibă un sens pentru copil. Spuneți: *Hai să găsim jucăria.*

### **Jocul: *Hai, să stăm***

#### **Acțiuni:**

Puneți copilul în picioare într-o parte a pătucului și puneți mâinile lui pe peretele / marginea acestuia. Ajutați-l să se apuce de pat.

Faceți ca copilul să apuce degetele dvs. și apoi trageți-l în poziția *copăcel*, lăudându-l și verbalizând orice acțiune: *stăm în picioare, bravo...*

Puneți mâinile dvs. sub mâinile lui atunci când se ține de pătuc sau de altceva. Treptat reduceți ajutorul pentru ca el să-și găsească independent echilibrul.

După ce copilul a deprins poziția *în picioare*, lângă scaun sau canapea, așezați-vă pe podea lângă el și țineți o jucărie suficient de aproape pentru ca micuțul să întindă o mână spre obiectul preferat.

Puneți jucăriile preferate pe canapea. Încurajați copilul să stea și să se joace cu jucăriile, utilizând pentru sprijin canapeaua.

### **Jocul: *Hai să mergem, hai să ne plimbăm***

#### **Acțiuni:**

Sprijiniți umerii copilului din spate. O presiune ușoară asupra umerilor îl va ajuta să mute picioarele.

Faceți ca copilul să ducă obiecte (jucării, cuburi). Sprijiniți-l de sub brațe. Treptat reduceți ajutorul dvs.

Puneți copilul în picioare în pătuc, ajutându-l să se țină cu mâinile de pereții acestuia. Oferiți-i un obiect astfel, încât el să facă câțiva pași, ținându-se de perete pentru a-l ajunge. Treptat măriți distanța.

### **Jocul: *Vino la mine***

#### **Acțiuni:**

Stați în fața copilului, ținându-l de ambele mâini. Trageți-l atent înainte. Încetșor dați-i drumul. Lăudați-l și încurajați-l.

Două persoane pot șede pe scăunele mici cu fața unul spre altul la o distanță de circa 60-80 cm depărtare. Puneți copilul între scaune și ținându-se de un adult, stimulați-l să pășească. Cealaltă persoană îi întinde mâna sa, chemând copilul pe nume. Măriți treptat distanța între scaune.

Puneți copilul la câțiva pași distanță de obiectul dorit (o jucărie moale pe scaun, scrânciob). Treptat retrageți suportul pe măsură ce copilul înaintează spre obiect.

Dacă veți da copilului ceva în mână sau dacă îl veți încuraja să se țină de haina dvs., acest fapt l-ar putea ajuta să-și mențină echilibrul și să pășească.



### CONȘTIENTIZĂM, REȚINEM, EXERSĂM:

Distanța dintre adult și copil e mare, adultul este în stare s-o micșoreze prin intermediul comunicării.

Învățăm a comunica cu copilașul încă atunci când el este în burta mamei și se află cu ea într-o simbioză fizică.

Savantii din domeniul fiziologiei și psihologiei au stabilit că mesajele transmise fătului în perioada gravidității sunt fundamentale pentru viața ulterioară a acestuia [22; 23; 46 etc.].

**Mesajele trebuie să fie transmise de ambii părinți, de mamă și de tată. Ele reprezintă niște afirmații pozitive de tipul:**

*Tu, scumpul nostru băiețel, ești bun, sănătos, frumos și cuminte.*

*Lumea este mare, frumoasă, ea te așteaptă.*

*Eu, mama sau tata te iubesc mult și am să-ți ajut să crești mare, sănătos, deștept. Am să te iubesc, am să fiu grijuliu cu tine, am să te ocrotesc și am să te apăr.*

*Tu ai să comunici și ai să stabilești relații frumoase cu noi, familia ta și cu ceilalți oameni.*

**Mesajele pozitive transmise sistematic fătului protejează dezvoltarea mintală și fizică a acestuia, deoarece ele determină emoțiile, sentimentele, atitudinile și comportamentele induc schimbări în biochimia creierului, corpului și vor contribui la nașterea unui copil sănătos.**

Perioada gravidității și a primului an de viață, organizate rațional, ciclic și binevoitor, produc un sentiment extrem de profund de siguranță și constituie fundamentul unei educații armonioase ce va cultiva conduite pozitive.

**Comunicăm, ne jucăm cu copilul, dar atunci când este necesară interdicția spunem: nu/ nu se poate; nu este bine, nu este frumos etc. ferm, clar, echilibrat, explicând motivul.**

Apariția copilului în familie este un mare miracol și-i un imbold pentru perfecționarea personalității adultului, dezvoltarea competențelor parentale și a creativității individului.

Educația se realizează prin modele atitudinale și comportamentale. **Părinții sunt acele persoane de la care copilul învață viața.** Fiți exemplu pentru copil în toate și atunci veți fi convingător și veți trăi în armonie cu sine, cu ceilalți și cu Lumea.

**Stabiliți în familie un regim rațional, o tradiție a unui mod sănătos de viață, exersați virtutea și veți fi răsplătiți de o existență demnă și o bătrânețe liniștită.**

**În relația cu copilul și ceilalți membri ai familiei conduceți-vă de bunul simț, onestitate, responsabilitate. Valorificați la maximum Adevărul, Binele, Frumosul, Sacrul. Nu uitați să respectați *Drepturile copilului*, învățând cu el că fiecare om și el – au drepturi, dar au și obligațiuni.**

Combateți sau transformați ferm emoțiile și sentimentele distructive ale Dvs. prin intermediul culturii fizice sau a unor activități ce necesită efort fizic (plimbări, alergări ușoare, a face curățenie, tăiatul lemnului etc.).

**Zâmbiți, emanați empatie și înțelegere. Trăiți cu plăcere și faceți bine. Spuneți **NU** celor 7 emoții și stări negative: invidiei, răzbunării, urii, indignării, apatiei, răutății, geloziei.**

## VÂRSTA FRAGEDĂ ȘI EDUCAȚIA



### PRINCIPALELE ACHIZIȚII PSIHICE ȘI FIZICE LA VÂRSTĂ FRAGEDĂ A COPILULUI

Perioada de vârstă cuprinsă între 1-3 ani ocupă un loc deosebit în evoluția ontogenetică a copilului, deoarece anume aici copilul capătă circa 50% din experiența fundamentală de viață [23; 43]. Trei mari achiziții psihice ne rețin atenția: *mersul*, ce lărgeste spectrul experienței copilului, multitudinea și varietatea contactelor senzorio-motorii și afective cu realitatea înconjurătoare; *reprezentarea*, capacitatea de a înlocui acțiunea concretă, directă cu imaginea ei, fapt ce asigură dezvoltarea gândirii; *realizarea acțiunilor* în cadrul jocului, *manipularea cu obiectele și limbajul*, ca mijloc de comunicare interumană, în care se aplică ca simbol cuvintele. Aceste achiziții îl instrumentează pe copil sub raport psihic, intelectual și fizic, sporindu-i inteligența și dezvoltarea psihofizică, capacitatea de adaptare la socium [11; 23; 38; 43].

Specific pentru vârsta dată este ritmul intens de creștere și dezvoltare fizică. Dacă la 1 an de zile greutatea copilului variază de la 9,5 la 10,5, apoi la 3 ani ea ajunge la 14-15 kg. Au loc osificări importante la nivelul coloanei vertebrale, a craniului, membrelor și dentiției. Până la 3 ani se completează treptat dentiția provizorie a copilului. Concomitent cu sistemul osos se dezvoltă sistemul muscular, ligamentele, ceea ce va spori capacitățile motrice. Schimbări importante au loc în evoluția creierului: acesta crește în greutate de la aproximativ 980 gr./ la 1 an, ajungând la 1100 gr. la 3 ani. Cir-



comvoluțiunile se adâncesc; se dezvoltă analizatorii, încep a se forma stereotipurile dinamice complexe, se intensifică funcția analitico-sintetică a scoarței cerebrale. ***Celebra formulă Eu singur dovedește dorința expresă a copilului de implicare directă și independentă în acțiuni. Datorită conturării mai clare a conștiinței de sine, se va produce delimitarea Eu-lui de Non-eu*** [22; p. 65].

În al doilea an de viață are loc trecerea spre reprezentarea acțiunii înainte de executarea ei. În locul imaginilor primare, obiectuale, prezente în percepții, copilul începe a opera în plan mental cu imaginile secundare, furnizate de reprezentări, care sunt simboluri ale obiectelor. Astfel, mișcând mâna în care ține o imagine a unui automobil, copilul are senzația mișcării acestuia, fiind în stare sa imite sunetele respective și să numească obiectul.

Expansiunea motricității la această vârstă se manifestă în conduita copilului prin diverse acțiuni. Copilul merge, aleargă, sare, apucă, trage, se cațără, desface, ridică, împinge, aruncă etc. Funcțiile motricității sunt multiple, ea oferă copilului posibilitatea de a simți și a trăi o mulțime de senzații, paralel cu diversificarea experienței cognitive, a celei de descoperire de sine ca personalitate și agent al mișcării, al anumitor acțiuni și comportamente [8; 11; 38]. Lumea în care trăiește copilul este una imaginară, în care absolut totul este posibil. ***Aici obiectele, plantele, animalele gândesc, doresc, se supără, simt, se schimbă rapid în ceea ce dorește copilul. Un băț poate fi cal, pușcă, baston, sabie etc. De aici fenomenul numit animism și antropomorfism, caracteristice esențiale ale gândirii, imaginației copilului de vârstă fragedă/antepreșcolară*** [22, p. 66].

**În evoluția limbajului descoperim câteva etape:**

***cuvântul-frază*** se manifestă de la 1 an până la 1 au 6 luni și se caracterizează prin aceea că cuvântul are o mare încărcătură

informațională, exprimând atitudinile afective și mintale ale copilului;

**etapa pre-frazei** se manifestă în a doua jumătate a anului doi de viață prin *înșirarea câtorva cuvinte unul după altul* în funcție de importanța lor afectivă;

**etapa preconceptelor**, care, conform opiniei lui Piaget J., se *află la jumătatea drumului între general și individual* (după 2 ani);

**etapa frazei gramaticale** prin care copilul exprimă judecăți, relații între noțiuni și se manifestă după 2 ani și jumătate;

**etapa structurii sintactice**, care se manifestă la 3 ani – 3 ani și câteva luni.

**etapa diferențierii formelor gramaticale** se manifestă în vorbire prin diferențierea pronumelui personal, îndeosebi a persoanei întâia, Eu, ceea ce dovedește *existența conștiinței de sine/* al 3-lea an de viață [30].

În procesul comunicării intră în acțiune toate funcțiile limbajului: cognitivă, comunicativă, reglatorie, ludică/ de joc. O deosebită plăcere copilul antepreșcolar are de la jocul cu cuvintele, el trece de la jocul vocal la jocul verbal, repetă cuvintele, formează cuvinte noi, face asociații etc..

**Motricitatea, reprezentarea și limbajul constituie achiziții importante psihofizice, care sunt și mijloace, adică instrumente, dar și posibilități, cadru prin intermediul și cu ajutorul cărora, copilul își dezvoltă și perfecționează conduita** [11; 23; 38 etc.].

Gândirea antepreșcolarului se dezvoltă în contextul comportamentului și a acțiunii cu obiectele și a acțiunii verbale, pornind de la operarea cu simbolurile verbale, deoarece acestea sunt gata elaborate și oferite de socium ca instrumente cognitive, puse în slujba gândirii [22, p. 70].

*În conduita inteligentă și cea verbală descoperim două etape interogative, în jurul vârstei de 2 și 3 ani), în care copilul mai întâi dorește să afle cum se numește fiecare lucru („ce este aceasta?”), apoi începe a fi obsedat de relația dintre obiecte și fenomene, formulând cunoscuta întrebare „De ce?”. Cea de a doua etapa va continua în preșcolaritate și va contura dezvoltarea gândirii cauzale, stabilirea raportului cauză-efect.*

Conduitele socio-afective ale antepreșcolarului suportă modificări importante. Ele se manifestă prin fluctuații de dispoziție, comportamente ciudate, care spre vârsta de 2 ani și jumătate se exprimă printr-un fel de **opoziție/ confruntare** cu adultul.

**Piaget J. consideră că această fază este de fapt expresia unei crize de independență a copilului.** Ea se manifestă acut atunci, când copilul este educat în baza limitării acțiunilor lui, este hipertutelat sau când adulții operează cu interdicții foarte des [30].

Un alt moment-cheie este începutul cooperării cu adultul, care presupune o anumită colaborare și coordonare a acțiunilor, o interacțiune conștientă o disciplinare a conduitei copilului.

**Dacă fază opoziției copilului este corect și adecvat înțeleasă și dirijată de adult, putem evita fenomenul negativismului, agresivității și încăpăținării acestuia.**



## STRATEGII EDUCATIVE

Sintetizând cele relatate evidențiem următoarele strategii și principii ale conduitelor parentale, ce vor ghida educația copiilor de vârstă fragedă:

***manifestarea stimei față de personalitatea copilului, care ar fi prezentă permanent în cadrul familiei, educației, comunicării și relațiilor părinți-copii;***

***dragostea, dăruirea în îmbinare cu exigențele rezonabile, echilibrate și stabile,*** ce vor fi axate pe organizarea vieții copilului în baza respectării unui regim stabil prin intermediul exemplului, încurajării, laudei, aprobării, exersării;

***valorizarea copilului în joc și exersări de autoservire,*** axate pe realizarea funcției ludice și a procesului de apariție și dezvoltare a identității de sine, exprimate prin sintagma ***Eu singur;***

***stimularea cooperării și colaborării cu adultul în îmbinare cu reglarea conduitei*** copilului, ce va asigura dezvoltarea armonioasă a acestuia prin îmbogățirea comportării inteligente, aplicarea cuvintelor reglatorii: ***faci bine, este frumos, nu-i frumos, se poate, nu se poate*** etc.;

***antrenarea activă a tatălui în educația copilului*** la această vârstă este importantă nu numai pentru reglarea conduitei copilului, a extinderii sferei cognitive, ci și în scopul cultivării culturii și adecvanței relațiilor de gen.

Acțiunile părinților trebuie să fie echilibrate, axate pe dezvoltarea conștiinței de sine a copilului, dezvoltarea conduitei inteligente și stimularea relațiilor de colaborare cu adultul.

**Metode și procedee eficiente:** exemplul adultului, jocul, exercițiul și deprinderea, explicația și conversația (elementară), lectura și demonstrarea ilustratelor.

În pofida faptului că mulți părinți permit accesul nelimitat la valorificarea gadgeturilor, vizionarea emisiunilor TV, va fi mult mai

bine și sănătos dacă vom evita acest lucru sau vom asigura o vizionare scurtă a emisiunilor pentru copii (15-30 min).



## ETICA ȘI OPTIMUL FAMILIAL ÎN EDUCAȚIA COPILULUI DE VÂRSTĂ FRAGEDĂ

Achizițiile, pe care conștiința de sine le-a înregistrat pe parcursul primului an de vârstă, vor genera la vârstă fragedă un salt cantitativ și calitativ, ce se manifestă în conduita copilului.

**Eu-l** copilului dobândește forme de exprimare pentru toate cele trei aspecte ale sale:

**Eu-l corporal.** Copilul își cunoaște diferite părți ale corpului, dobândește controlul sfincterian etc.;

**Eu-l spiritual.** Se schițează primele porniri valorice sufletești: empatia, dorințele, interesele etc. Antepreșcolarul consideră că experiența sa cognitivă este singura adevărată;

**Eu-l social.** Copilul antepreșcolar achiziționează unele reguli elementare de comunicare, conduită civilizată, spălatul pe mâini, pe dinți etc. În plus, știe ce *este permis* și *ce nu*.

De reținut că **atenția** la vârsta fragedă reprezintă o calitate foarte fragilă, așa încât până către 2 ani copilul trece spontan de la o activitate la alta. După 2 ani, datorită jocului, copilul se poate implica într-o activitate timp de 10 minute, iar după 3 ani durata acesteia atinge 15 minute [8; 11; 20; 23 etc.].

Pe fondul dezvoltării psihice generale viața afectivă a copilului se diversifică și se nuanțează. Afectivitatea copilului antepreșcolar *la un an și jumătate este dominată de atașamentul față de mamă*.

Conform opiniei lui K. Lewin, la 2 ani, copilul tolerează mai bine plecarea mamei de acasă, dacă aceasta îi face o explicație pentru lipsa ei. Atunci când mama nu îi oferă nici o justificare sau explicație copilul manifestă reacții negative [11].

După 2 ani tatăl trece, pentru un anumit timp, în vârful piramidei afective, iar la 2 ani și jumătate apare încă un destinatar al afecțiunii sale: **jucăria preferată**, pe care copilul o poartă cu sine pretutindeni [11; 12; 22; 23; 38 etc.].

Dintre stările afective ce imprimă culoare primei copilării menționăm următoarele: receptivitatea mare, copilul este gata să plângă dacă aude o melodie tristă. Este orientat spre afecțiune, motiv pentru care apelează la orice conduite pentru a fi mângâiat. Devine foarte gelos ori de câte ori mama acordă atenție și bunăvoință altei persoane.

Când copilul este certat, trăiește un sentiment de abandon și tristețe, plânge, face capricii.

*Anxietatea este prezentă în gama de stări afective ale antepreșcolarului. Sursele ei sunt dintre cele mai diverse: separarea de părinți (mai ales, de mamă), teama de pedeapsă, prezența unei persoane străine sau alte situații necunoscute. Datorită reprezentărilor pe care deseori părinții le explorează greșit, apare teama de personaje imaginare: Baba-Cloanța, Zmeul rău, piticii răzbunători etc. Prezența persoanelor străine este anxiogenă, declanșându-i timiditatea copilului, reacții de agresivitate. Dacă inițial copilul are o atitudine negativă față de străini, după ce perioada de familia-rizare cu acesta trece, el devine acaparant, copleșind cu atenția sa persoana respectivă. O serie de cercetări interculturale au evidențiat că *teama față de străini are un caracter universal la copilul mic, indiferent de coordonatele spațio-temporale din care provine acesta.**

Fenomenul apare încă din etapa anterioară, mai precis după vârsta de 6 luni, apoi înregistrează un puseu între 8-12 luni, dar se conservă până la 3-4 ani. Indiferent de cauza anxietății, conform literaturii speciale, individul apelează pentru a o contracara la unele mecanisme de apărare, cele mai aplicabile fiind îndepărtarea și negarea. Părinții pot utiliza eficient câteva strategii simple pentru a combate stările anxioase ale copilului. De exemplu, în cazul anxietății de separare, cuplul parental trebuie să pună la curent copilul cu intențiile lui de a lipsi o perioadă, iar în caz că întârzie, să dea un semn de viață pentru a-și liniști odrasla, explicându-i cauza prelungirii absenței sale de acasă [8; 11; 43 etc.].

**După 2 ani, copilul este receptiv față de umor, îi plac jocurile hazlii, glumele, păcălelile și distracțiile.**

**La 2 ani și jumătate, suferința cuiva îi provoacă milă și compasiune. Devine deosebit de atent când este lăudat.**

Copilul este atașat de mamă, el o urmează peste tot și cu toate că ar putea fi încă puțin autonom, de îndată ce s-a depărtat ceva mai mult de ea, vine repede înapoi. Acest *comportament de atașare*, este specific vârstei de 2-3 ani: copilul încearcă mereu să se agațe de mâna sau de haina mamei sale. Dacă încearcă să meargă, se va așeza în fața mamei, întinzând mâinile ca să fie luat în brațe. Dacă este pus în cărucior ca să se odihnească mama, el va dori, totuși, să fie dus mai târziu în brațe. Când iese la plimbare și o are pe mama în preajmă, se joacă liniștit cu ceilalți copii. Dacă mama sa îl părăsește și îl lasă în grija altei persoane, antepreșcolarul se va ține strâns de supraveghetora sa și, pentru un anumit timp, va fi inactiv, anxios, trist sau capricios.

Un alt fenomen de care trebuie să țină cont părinții este *frica de ciopârțire*. Aceasta se explică prin spaima față de o jucărie muti-

lată, o păpușă fără un braț sau o mașinuță căreia îi lipsește o portieră, ca și în fața unui biscuit rupt, sau a unei bucăți de zahăr care se topește. Copilul își imaginează unitatea formată de diferitele părți ale corpului său și îi este frică să nu fie făcut bucăți. Anume acum se formează schema corporală, dar nu este constituită încă. Copilului îi este frică să nu piardă una din părțile componente ale corpului său. Fiindu-i teamă să nu se dezintegreze, vrea un lucru întreg. Este inutil să-i explicați că două jumătăți de biscuit fac cât un biscuit întreg sau că o prăjiturică *fără colțuri* are același gust ca una *cu colțuri*: el nu o vrea! Crescând, această teamă va trece în mod spontan [Apud 11].

Rezumând, menționăm faptul că copilul de trei ani, dacă este bine educat, are o mare autonomie: merge, vorbește, este curat, mănâncă singur, se îmbracă aproape singur, se încălță, deși nu poate încă să-și lege șireturile. Este pregătit să înceapă a frecventa grădinița. Dacă vârstele mici constituie baza dezvoltării personalității, preocuparea educației este de a interveni cât mai devreme în formarea și dezvoltarea armonioasă a copilului.

**Conceptul de educație timpurie** aplicat frecvent astăzi se referă la două dimensiuni:

*începerea preocupărilor educaționale de la vârstele mici;*

*implicarea familiei și comunității în educarea copilului*

*mic.* La vârstele timpurii, educația are caracteristici și funcții cu nuanțe specifice. În primul rând, copilul este supus primelor influențe educative în mediul familiei și acestea trebuie să fie plasate pe un suport moral-etic consistent.

La vârsta dată începe a se realiza o selecție și transmitere a valorilor morale, intelectuale, estetice, religioase, culturale și științifice, desigur la acel nivel care le face accesibile copilului.



Formarea personalității, ca funcție generală a educației, se regăsește cu nuanțe specifice și la vârsta timpurie:

părinții acționează de la nașterea copilului în direcția dezvoltării psihofizice armonioase, prin mijloacele educaționale și îngrijirea adecvata;

dezvoltarea intelectuală este abordată implicit și cu nuanțe explicite în familie;

dezvoltarea dimensiunilor moral-etică și estetică ale personalității, aflate la începuturile formării ei, încorporează modalități de acțiune adecvate vârstei;

creativitatea în joc și activități se stimulează, desigur în concordanță cu potențele oferite și susținute de celelalte dimensiuni ale personalității;

sociabilitatea este o arie în care, între 0 și 3 ani, se fac pași *de urias* așa cum s-a putut constata din prezentarea tabloului psihologic al vârstelor.

***Educația timpurie aduce o contribuție imensă la transformarea ființei umane din pretendent la umanitate în personalitate umană.***



## **CULTURA FAMILIEI = CULTURA COPIILOR**

Familia, ca factor educațional, acționează în cea mai mare măsură în fazele de început ale ontogenezei. De modul în care familia influențează dezvoltarea copilului în primii ani de viață depinde comportamentul socio-relațional al viitorului adult. De aici și necesitatea acută astăzi de educație a părinților și eficientizare a familiei. Părinții și ceilalți actori care contribuie la educarea copiilor în primii ani de viață trebuie să mediteze asupra responsabilității pe care

o au în formarea personalității acestora, familia fiind cea dintâi școală în care copiii învață să se comporte în viață și societate.

În procesul educației familiale, părinții trebuie să țină cont de particularitățile de vârstă și individuale ale copilului, de faptul că fiecare etapă de vârstă se caracterizează prin trăsături definitorii, care o delimitează pe cea precedentă de următoarea. După naștere, de exemplu, în viața copilului intervin transformări atât din punct de vedere fizic cât și psihic. Sub influența condițiilor de viață, ca și a educației, copilul poate fi ușor dirijat în direcția dorită, întrucât organismul se găsește în perioada creșterii și dezvoltării.

Relațiile care se stabilesc între părinți și copii trebuie să fie binevoitoare, armonioase, calde, de responsabilitate reciprocă.

Fără îndoială, exemplul personal al părinților constituie forța educativă inestimabilă, care se completează cu un șir de metode, ca de exemplu: explicația, convorbirea, lectura ghidată, jocul, povestirea, lauda, exersarea, povestirea, convingerea, îndemnarea etc.

**Formula educativă eficientă pentru oricare vârstă este familia completă formată din mamă, tată, copil, la care se adaugă ne-cesitatea unui climat armonios, pozitiv deoarece, așa cum sesizează Stekel W., oamenii nefericiți nu au dreptul de a avea copii** [Apud 11].

*Nuanțând și completând ideea expusă mai sus, rezultă că părinții nu trebuie să trăiască prin „procură”, adică prin viața copiilor, să transforme copilul într-un idol, ci să aibă dreptul la o viață și o profesie, la unele hobby-uri, care să le asigure realizarea personală, împlinirea și fericirea umană.*

Prezența unui singur copil într-o familie nu este alternativa cea mai adecvată, întrucât el va avea parte de o educație anxioasă, supraprotectoare, care deseori face din copil un inhibat sau îl pre-dispune la nevroză.

Având în vedere că de la naștere oricare copil este un individ unical, un miracol, o personalitate, educația acestuia trebuie să evite rețetele gata și să se axeze pe specificul fiecărui copil și caz.

Există cercetători care percep și reflectă existența unor deosebiri pe care le fac părinții între copiii în funcție de apartenența lor sexuală sau a poziției după numărul de copii: primul, al doilea, mezinul [1; 6; 8; 22; 38].

Astfel, este observat că fetele plâng, în general, mai mult decât băieții (mai ales, prin contagiune), vorbesc, merg mai repede și manifestă un interes particular față de chipul uman, comparativ cu copiii de sex masculin, care sunt mai rezervați. Fiul/fiica mai mare este mai răbdătoare, rezistentă, comunicabilă, volitivă, iar mezinii deseori sunt mai firavi, bolnăvicioși, alintați, anxioși, mai puțin organizați, capricioși [11; 33; 47; 48].

Aceste diferențe, inițial minore, se vor accentua sau diminua pe parcursul evoluției ontogenetice datorită educației și condiționării sociale. Astfel, o serie de caracteristici declarate, prin tradiție, ca fiind masculine (curajul, emotivitatea redusă, aptitudini tehnice) sunt preponderent opera discriminărilor educative de gen, care se practică de la cea mai fragedă vârstă.

S-a constatat că băieții beneficiază de o mai mare libertate în escapadele lor de explorare a mediului și sunt mai puțin controlați de părinți. De asemenea, ei sunt îndemnați mereu să -și cenzureze emoțiile, comparativ cu fetele, care sunt stimulate să le exteriorizeze fără nici o rezervă.

Chiar și jucăriile se transformă în niște pârgii de consolidare a diferențelor dintre sexe. Ca urmare, accesul precoce și preferențial al copilului de sex masculin la jucăriile mecanice, contribuie, alături de unele particularități native favorizante, la abilizarea lui pentru domeniul tehnic.

De aceea părinții au datoria, încă din primul an de viață, să presteze o educație democratică și corectă de gen, adică să stimuleze, deopotrivă copilul, indiferent de sexul acestuia. Orologiul suprem, după care ei trebuie să se ghideze, este zestrea nativă a copilului. Dacă această potențialitate este stimulată să se exprime și să se dezvolte liber, fără prejudecăți, există toate premisele ca la vârsta adultă, copilul respectiv va deveni o ființă activă, creativă, interesantă, armonioasă și împlinită [44; 45].

Având în vedere complementaritatea rolurilor jucate de cei doi părinți este foarte important ca, încă din primele săptămâni de viață ale noului-născut, ambii părinți să se implice în educația copilului. Alături de o mamă tandră și stimulativă, bebelușul are nevoie și de prezența tatălui, care în limita timpului disponibil, trebuie să se implice concret în educația copilului și în multiplele probleme care survin.

*Conform celor menționate, tatăl este considerat ca fiind primul partener de joacă al copilului, întrucât el petrece de 4-5 ori mai mult timp jucându-se cu acesta, decât îngrijindu-l (datorie ce revine prin tradiție preponderent mamei).*

Dacă universul socio-comunicativ este dominat de părinți s-a constatat că prezența în preajma copilului și a altor persoane, frați, surori, bunici, are un rol pozitiv, deoarece prilejuiește o inserție socială mai rapidă și mai bogată [43; 44; 48].

După opinia unor autori de talie psihanalitică, o educație eficientă, presupune ca părinții să-și asume câteva **interdicții**:

***mai întâi, ei trebuie să manifeste un comportament adecvat, calm; respectiv să nu-și expună nuditatea în fața copilului oricât ar fi acesta de mic, fiindcă acest lucru îl complexează;***

*întrucât surprinderea relațiilor intime dintre părinți este deosebit de traumatizantă pentru copil, acesta nu trebuie să doarmă în aceeași odaie cu mama și tată; familia trebuie să evite erotizarea prea timpurie a unor zone tactile de pe corpul copilului, prin practici nesănătoase ca sărutul pe ureche, mângâieri în zona genitală. Cât privește sărutul pe gură, acesta trebuie definitiv scos din arsenalul de gesturi parentale tandre. De altfel, până la 2 ani, copilul confundă sărutul cu un fel de canibalism [18; 24].*

O problemă majoră a vârstei de după 1 an este cea legată de perfecționarea conduitei igienice, respectiv a deprinderii sfincteriane (să se ceară la oliță). Formarea acestei deprinderi nu este posibilă înainte de 1 an 6 luni, întrucât copilul nu este apt de aceste acțiuni. Mai precis, instalarea comportamentului respectiv presupune o anumită maturizare, atât în plan cerebral, motric (pentru a menține sfincterele închise), cât și verbal (pentru ca să poată cere olița în timpul necesității). S-a constatat că tulburările climatului afectiv, cauzate de apariția unui nou-născut în familie, sau absența iubirii, atașamentului parental, poate întârzia instalarea acestei deprinderii igienice [11].

Cercetătorii din domeniul vizat au observat că disciplinarea intestinului se realizează mai repede decât cea a vezicii urinare. De asemenea, copilul învață, mai întâi, să fie curat ziua (la 2 ani – 2 și jumătate), apoi și noaptea (la 2 ani și jumătate – 3 ani). De aceea, este inutil și dăunător să fie trezit copilul noaptea pentru a fi așezat pe oliță. Fetele dobândesc această deprindere mai repede decât băieții (21 luni față de 23 luni) [17].

Pentru a forma deprinderile igienice la antepreșcolar, părinții trebuie să respecte următoarele reguli:

adultul să manifeste o atitudine calmă, înțelegătoare și nu una crispată, nervoasă, agresivă etc.;

după 1 an 6 luni copilul trebuie instalat, cu regularitate, pe oliță și ridicat imediat după ce și-a făcut nevoile;

nu trebuie ținut copilul mai mult de 10 minute, transformând statul pe oliță într-o pedeapsă;

copilul trebuie lăudat pentru orice reușită. Utilizarea unei olițe muzicale (existente deja în comerț) și care oferă o recompensă prin melodie, este o soluție deosebit de ingenioasă;

când copilul refuză să se așeze pe oliță, nu trebuie forțat.

Ca urmare, pot fi întrerupte *ședințele* vizate pentru o perioadă. După ce copilul a uitat evenimentele negative, așezarea pe oliță se reia după un anumit interval de timp, dar cu atenție [22; 23].

**Referitor la vizionarea programelor TV, utilizarea planșetului, telefonului mobil etc. s-a constatat că aceste activități stimulează lenea intelectuală, dacă sunt în exces. După 3 ani copilul nu trebuie să stea în fața micului ecran mai mult de o oră pe zi și atunci doar la emisiunile potrivite vârstei și cu cel puțin o întrerupere de 10-15 min.**

**În perioada antepreșcolară debutează educația sexuală. În realizarea ei, familia trebuie să țină cont de câteva reguli:**

*părinții nu trebuie să evite răspunsurile la întrebările copilului, indiferent cât ar fi ele de indiscrete;*

*să nu mintă, dar nici să nu dea prea multe amănunte;*

*să răspundă prompt, cu naturalețe, făcând apel la exemple din lumea plantelor și animalelor;*

*dacă întrebarea îl surprinde nepregătit pe părinte și el are nevoie ca în prealabil să reflecteze, atunci copilul este sfătuit să redeschidă subiectul mai târziu, pentru a avea mai mult timp ca adulții să-i satisfacă dorința;*

*părinții nu trebuie să insufle copilului ideea că sexualitatea este un fenomen trivial, vulgar, dezgustător.*

*Comportamentul agresiv oscilant, care se instalează către vârsta de 2 ani și jumătate, este expresia unei stări critice, datorită incapacității sale de a se adapta la noile exigențe. Fenomenul, descris de specialiști cu numele de **negativism primar**, trebuie anihilat treptat de către părinți cu suplețe, calm și cu răbdare. Regimul stabil al vieții copilului, unitatea cerințelor din partea adulților, cordialitatea în comunicare vor contribui la combaterea negativismului și la consolidarea deprinderilor pozitive.*



### **MEDITĂM ASUPRA UNOR SITUAȚII FAMILIALE ȘI ACȚIUNI EDUCATIVE**

Există câteva procedee eficiente pe care familia le poate utiliza în scopul atenuării agresivității și conduitei de protest a copilului:

**să i se sustragă atenția, oferindu-i un lucru, un obiect nou, amuzant și/sau interesant;**

**întrucât starea de nervozitate este contagioasă, părintele trebuie să-și păstreze calmul; orice greșală comisă de copil trebuie dezaprobată adecvat, iar după consumarea pedepsei se recomandă reluarea bunelor relații;**

**interdicțiile formulate de părinți trebuie să fie concrete, ferme și clare, fără moralizări; în fața unor eventuale gesturi agresive, violente ale copilului să nu i se răspundă la fel, deoarece i se exersează gustul pervers pentru senzații tari sau se formează psihologia de rob; negativismul nu se poate rezolva decât prin căldură, exigențe și limitare clară și permanentă, prin suplețe și flexibilitate educativă.**

**Prima copilărie trebuie să ofere posibilități concrete pentru cristalizarea *educației religioase* a individului, prin mici povestiri inspirate de *Biblia pentru copii* sau create spontan, prin frecventarea bisericii, respectarea sărbătorilor religioase, răsfoirea unor cărți cu poze din viața și faptele lui Isus Hristos etc. De asemenea, copilul va fi învățat să se roage, părinții vor familiariza copiii cu rugăciunile pentru copii [28].**

În concluzie, părinții trebuie să-și asume responsabilitatea de timpuriu a cultiva copilului o atitudine pozitivă, demnă, filosofică față de viață, față de om, Univers, Lume și față de Credință.

Pe parcursul multor generații, părinții au impus disciplina, folosind în calitate de pedeapsă loviturile cu palma, cureaua sau alte forme de pedepse fizice. Cercetătorii din domeniul psihologiei dez-voltării, atrag atenția asupra consecințelor negative ale aplicării pedepselor fizice. Întrucât, disciplinarea este o măsură educativă, trebuie de gândit cum putem învăța copilul fără pedepse fizice sau abuz psihologic. Pedeapsa fizică poate opri pentru un moment comportamentul inadecvat, dar copiii vor însuși o regulă greșită: **este acceptabil să-ți pierzi controlul și chiar să lovești o altă per-soană când ești supărat.**



Prin pedepse fizice și abuz psihologic (țipete, presiuni etc.) îi învățăm pe copii că a cauza durere altor persoane este o acțiune justificată atunci, când este necesar controlul asupra lor, chiar și în cazul persoanelor iubite. Din cauza pedepselor fizice, copiii pot deveni violenți și iraționali, bolnăvicioși sau invers: anxioși, fricoși în relațiile cu alte persoane. Pedepsele fizice îi pot speria și le pot inhiba dorința firească de a învăța de la persoanele iubite.

**Un element important al disciplinării este instruirea copilului, dar este și mai important de demonstrat prin propriul exemplu ce reprezintă un comportament disciplinat/adekvat. Copiii învață multe despre temperament și autocontrol, observându-i pe părinți și pe alți adulți în timp ce interacționează. Dacă adulții din jur comunică într-o manieră pozitivă, copiii vor însuși că anume acesta este modelul corect de comunicare cu alte persoane.**

Până la 6-7 luni, o disciplinare directă este ineficientă, deoarece copilul nu realizează conexiunea necesară între faptă și pedeapsă. Conform opiniei lui Bouchard R., începând cu vârstă de 6 luni, în arsenalul educativ utilizat de părinți pot fi introduse, pe un ton netraumatizant, dar ferm, primele interdicții, utilizând sintagmele reglatorii (nu este bine, nu este frumos, este urât etc.).

În a doua jumătate a primului an, pe măsură ce copilul crește, muștrarea adecvată devine un procedeu eficient. Important este ca de la început, părintele să contureze clar acțiunile pozitive, interdicțiile, limitele comportării și să fie consecvent și ferm în respectarea lor.

**De la cea mai fragedă vârstă, copilul va testa calitatea auto-rității parentale. De aceea părintele nu are nici un drept să se confrunte cu propriul său copil, deoarece astfel va compromite imaginea și autoritatea sa.**

După consumarea interdicției sau a pedepsei (care întotdeauna trebuie să fie echilibrată și nuanțată), este necesar ca părintele să renunțe la orice atitudine negativă, pentru a restaura un climat plin de afecțiune și securitate.



### JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI EDUCATIVE PENTRU COPIII DE VÂRSTĂ FRAGEDĂ

Copilul are nevoie de un adult, care ar fi alături de el și în care poate avea încredere. Jocurile cele mai tipice pentru copiii de doi – trei ani constau în *imitarea celorlalți, adulți și copii*.

La această etapă de vârstă copiii încep să-și imagineze unele acțiuni și lucruri. Între un an și doi ani copiii se uită la ceea ce fac alți oameni. Ei imită comportamentul adulților.

Uneori sunt necesare doar câteva lucruri pentru a impulsiona și sprijini imaginația copilului. Adultul nu trebuie să fie surprins dacă, în jocurile acestuia, păpușa reprezintă altceva, sau dacă un băț reprezintă o păpușă, iar o cutie este o *corabie*. Copilul începe acum să aibă mai multă experiență, așa încât poate crea unele acțiuni imaginare proprii. Bețele ușor devin *cai*, iar nisipul – *mare* etc.

Este extrem de important ca adultul să nu distrugă jocul, să demonstreze stimă față de inventivitatea copilului.

**Sentimentul descoperirii** se dezvoltă, acum copilul ascultă și observă mai multe. Investigațiile sale sunt însoțite de întrebarea: *Ce-i asta?* El pune în repetate rânduri aceeași întrebare. Copilul întreabă pentru că vrea să cunoască. El trimite semnale. El vrea să audă, dar vrea să audă același lucru în mod repetat. Întrebările

constituie și ele un mod de a intra în contact. Adultul poate urma inițiativa copilului și poate încuraja curiozitatea acestuia. *Jocurile de tipul: Răspunde – numește; Informează – continuă; Adaugă – participă*, sunt binevenite, deoarece stimulează creativitatea copilului.

**Jucăriile-chipuri**, animalele și păpușile moi, care sunt ușor de confecționat, sunt foarte potrivite pentru un copil de 2-3 ani. Este important faptul ca jucăria să reprezinte ceva: o păpușă, un animal, un obiect ce devine simbol cu care copilul poate realiza multe și diferite acțiuni. Sunt binevenite jocurile de construcție.

Copiii se joacă pentru a primi informații, pentru a gândi și pentru a dobândi o imagine mai clară a realității. Este extrem de important ca părinții să se joace cu copiii lor, să arate față de *partenerul de joc* respect și considerare. Adulții trebuie să țină minte că copiii imită felul în care ei vorbesc și acționează.

Următorul pas în dezvoltarea copilului sunt jocurile cu subiect/de rol. Atunci când copilul devine conștient de sentimentul propriei identități și se poate preface a fi altcineva (intră într-un rol) e bine să organizăm variate înscenări, jocuri cu anumite subiecte („La plimbare”, „La medic”, „La magazin” etc.).

Jocul este ca o poveste sau o povestire și copilul mic se poate autoexprima mai bine în joc decât în limbaj. Dacă un adult nu poate alege jocul, atunci este mai bine ca copilul să decidă. Locul pentru joc poate fi acum puțin mai departe de adult, dar copilul încă are nevoie să fie lângă el, omul în care are încredere și pe care îl poate imita. Cei mai buni parteneri de joc sunt părinții sau o persoană care știe cine este copilul. Această persoană poate fi o rudă apropiată, dădacă, dar și alți copii mai mari.

Jucăriile stimulează imaginația copilului. Ele nu trebuie să reflecte în mod special un anumit joc al copilului. La vârstă de 1-3

ani, copiii au nevoie de câteva jucării de același fel, pentru că acestor copii le place să fie împreună, jucându-se în același joc [11].

Părinții pot influența jocul copiilor prin intermediul atitudinii lor. Dacă jocul nu este privit ca un factor și mijloc important de dezvoltare, nu este depus un efort suficient în ceea ce privește educația prin joc a copilului, înseamnă că părinții ratează ocazia de a-l face fericit pe acesta în cadrul familiei. Posibilitățile copilului de a se dezvolta prin joc depind de înțelegerea, aprecierea și crearea condițiilor favorabile din partea adultului.



## TIPURI DE JOCURI

**Jocul nu este un simplu factor de consumare a timpului, ci este o necesitate vitală pentru dezvoltare. Șchiopu U. [38] clasifică jocurile în primii ani de viață după mai multe criterii:**

a) *după structura psihologică a componentelor care se organi-zează și se integrează în activitatea și comportamentul de tip ludic:*

jocuri simple;

jocuri de exercitare generală motorie și senzorio-perceptivă;

jocuri verbal-intelectuale;

jocuri cu antrenări complexe psihologice (în special organizate de adult prin intermediul jucăriilor);

*după funcțiile formative îndeplinite:*

joc cu rol de organizare și fixare a unor structuri simple și complexe de mișcări și intenționalități (jocuri de mânuire);

jocuri care organizează și fixează structurile verbale simple și complexe;  
jocuri prin care se dezvoltă suplețea planului general intelectual (jocuri cu subiect foarte simplu, sugerat de jucării sau de momentele concrete ale vieții cotidiene). Prima formă elementară de conduită ludică este conțm-plarea activă *apărută din necesitatea de orientare-investigare a copilului*, ca expresie a trebuinței elementare de cunoaștere [38].

Copilul realizează actele de cunoaștere în conformitate cu intenționalitatea și conduitele sale simple. În plan motor acestea sunt însoțite de un acompaniament afectiv cu valențe energizante.

*Jocul de vocalizare* apare tot în această perioadă. Combinațiile dintre jocurile de manipulare și cele de vocalizare stimulează relațiile cu adulții, având importante valențe și în planul socializării.

Vârsta antepreșcolară este perioada când copilul se joacă singur, dar începe să prefere prezența unui *spectator, partener*, chiar dacă jocul cu acesta este mai dificil.

Jocul penetrează din ce în ce mai mult viața copilului și devine o cale, un mijloc și o metodă eficientă și importantă de educație, dezvoltare psihică în etapa de debut a existenței sale.

Conduita de mânduire a jucăriilor devine mediată de un plan mental relativ evoluat. Acum se schițează primele motive ludice interne, conduita ludică devine treptat releu de transmitere a informației dar și rezultat al cunoașterii. Treptat *jocul devine o activitate investită cu funcții formative*, o formă de activitate prin care se reflectă realitatea obiectivă. Jucăria își câștigă din ce în ce o mai mare importanță în lumea copilului.

Copilul de 1-3 ani continuă să fie preocupat de manipularea obiectelor din preajmă. În contextul jocului de manipulare

cu obiectele se înregistrează o serie de aspecte noi. Se câștigă în pre-cizie și rapiditate; copilul sesizează mai ușor caracteristicile deosebite ale obiectelor și are tendința de a transforma tot ceea ce este mai deosebit în câmpul său de percepție în acțiune și în obiecte de joc. Fantezia copilului câștigă în suplețe. Curiozitatea lui se mani-festă din ce în ce mai mult. Copilul caută obiecte chiar prin răsturnare de sertare, coșuri, prin crearea *dezordinii*. După părerile adultului aceasta fiind *pasiunea* lui de bază la vârsta antepreșcolară.

Începând cu vârsta de doi ani, odată cu posibilitățile mai largi de deplasare și cu o mai mare siguranță în mișcare, copilul câștigă o notă nouă în conduita sa, apare jocul: *De-a terminarea acțiunilor* (Șchiopu U.). Copilul duce la bun sfârșit o acțiune propusă de adult sau inițiată de el însuși (închiderea ușii, așezarea unei jucării) și atrage insistent atenția spre faptul că a realizat ceea ce i s-a cerut sau ceea ce a vrut. Aceste conduite sunt *jocuri* pentru că se efectuează din interes, din plăcerea de a le face, de a explora jucă-riile și nu din necesitatea actului în sine [38, p. 56].

*O altă formă de joc specifică acestei vârste este dansul după muzica ritmică.* Acest joc este practicat, în special, pentru a atrage atenția celor din jur asupra sa, cu atât mai mult cu cât reacția acestora consolidează plăcerea copilului. Este caracteristic pentru această perioadă faptul că o serie de activități ocupaționale capătă nota *jocului-exercițiu/ repetarea acțiunilor de joc.*

*Pe la 3 ani copilul începe a se juca cu creionul și hârtia,* manifestând din ce în ce o deschidere mai mare pentru influențele educative. Perioada la care ne referim marchează și *începuturile simbolisticii ludice.* Ea se manifestă pe la un an și câteva luni; apare în forma *animării jucăriei.* Astfel, *păpușa este pusă să meargă, mașinuța este pusă în mișcare* etc. Pe la trei ani simbolistica se poate complica.

Astfel sunt imitate prin utilizare de simboluri o serie de conduite ale celor din jur. „*Fetița poate șede pe scaun la medic, discutând cu acesta despre copilul său care nu prea mănâncă*”, reprezentat de păpușa aflată în brațe. Formele de joc menționate se pare că au o durată relativ scurtă de manifestare acum și aici. Utilizarea de simboluri are caracter episodic, sunt relativ incoerente. Odată cu înaintarea în vârstă jocurile copilului vor cuprinde din ce în ce mai multe motive și acțiuni simbolice [Apud 11].

În această perioadă copilului îi face o deosebită plăcere să se joace cu adultul. Dacă adultul *face ceva* în contextul jocului (construiește, deplasează o jucărie), copilului îi place să completeze cu ceva acțiunea acestuia, amuzându-se de contribuția proprie. De asemenea, copilul participă cu plăcere la jocurile cu mingea, avându-l ca partener pe adult. Într-o măsură mai mare copilului îi place să se afle în postură de *jucărie a adultului* în jocurile de tipul: *Tăta mare!* Când copilul este aruncat în sus de adult sau când este trântit în joacă pe pat, el se bucură, râde.

Perioada la care ne referim are o deosebită importanță în evoluția psihologică a copilului, iar, în contextul ei, jocul își aduce o contribuție majoră. Astfel, jocul se constituie ca:

- un izvor bogat de impresii, distracții și atitudini;
- prim-cadru de manifestare a simbolisticii ludice, cu rol deosebit în dezvoltarea gândirii copilului;
- context care rezolvă conflictul afectiv generat de dispro-porția imensă dintre ceea ce vrea și ceea ce poate să facă un copil de această vârstă;
- cadru de socializare, chiar dacă jocul copilului acum este mai degrabă marcat de individualism.



## GHIDUL PĂRINȚILOR: JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI PENTRU COPIII DE VÂRSTĂ FRAGEDĂ

Jocurile și activitățile propuse au fost selectate din literatura de specialitate, fiind adaptate la condițiile și cultura noastră.

Jocurile-activități sunt plasate în funcție de vârstă și acțiunea dominantă:

### Activități educative:



#### **Acțiunea: Cercetează activ mediul în jurul tău**

Arătați copilului ambianța și lucrurile ei, numiți clar obiectele și demonstrați importanța lor.

În timpul vizitelor în alte case, arătați-i copilului ambianța și explicați-i unde se află lucrurile. Spuneți: *Aici este odaia de baie; Aici noi luăm masa; Aici este dormitorul etc.*

Faceți plimbări în jurul blocului sau prin curte. Opriți-vă pentru a privi și explica cele văzute.

Rugați copilul să găsească unele lucruri. Spuneți ceva de felul:

*Du-te în dormitor și adă pernuța ta sau adă păpușa etc.*



#### **Acțiunea: Îmbrățișează și poartă în brațe păpușa**

Rugați/ provocați copilul să vă imite îmbrățișând păpușa. Spuneți ceva de felul: *Păpușa Ana este bună, frumoasă, drăguța etc.*

Propuneți-i copilului să dezmierească păpușa și s-o îmbrățișeze.

Dați păpușa copilului, rugați-l să aibă grijă de păpușă: să ducă păpușa la culcare, să-i cânte un cântec de leagăn, să ducă păpușa tăticului, bunicii etc.



●

**Acțiunea: Oferă cartea adultului pentru a citi copilului**

Dacă copilul dorește să-i citiți, așezați-vă și rugați-l să vă aducă o carte. Dați-i o sugestie dacă e necesar *Adu-mi cartea ta preferată*.

Manifestați interes față de cartea propusă de copil pentru a fi văzută și citită.

Copiii adoră pozele care îl reprezintă pe el și propria familie. Puneți la dispoziția copilului un album cu fotografiile pentru a fi privite și comentate. Însoțiți acțiunile dvs. cu descrierea celor efectuate de copil în poză.

Când citiți o revistă sau un ziar, arătați-i copilului pozele accesibile, interesante (de exemplu, cele cu animale, copii etc.).

●

**Acțiunea: Cheamă o persoană pentru a-i arată careva acțiuni sau obiecte**

Admirați-i jucăriile, când vi le arată.

Arătați copilului un obiect, care credeți că l-ar putea interesa (o jucărie nouă, un acvarium, o frunză, o floare). Rugați-l să arate lucrul tatălui sau să cheme surioara să-l vadă și ea.

Plimbați-vă cu copilul în jurul casei. Atrăgeți-i atenția asupra obiectelor care nu se văd de la fereastră (de exemplu, o florică nouă, un câine sau o pisică în stradă etc.).

●

**Acțiunea: Retrage mâna și spune „nu”, când se află lângă obiectul marcat ca interzis**

Decideți care locuri și obiecte vor fi considerate interzise pentru copil. Când copilul atinge ceva interzis, spuneți cât mai ferm *nu, nu se poate*. Încercați să impuneți cât mai puține restricții copilului.

Marcați obiectele interzise pentru ca copilul să rețină interdicția de a nu atinge obiectul. Puteți folosi un cerc mare roșu sau imaginea unei fețe supărate.

Dacă copilul se apropie de obiectul interzis spuneți *nu, nu se poate* și puneți-l să repete acest cuvânt, apoi luați-l de lângă el.



**Acțiunea: *Împarte obiectul/ jucăria cu alt copil***

Rostogoliți înainte și înapoi o minge, luați-o și dați-o înapoi ca să-i arătați copilului că va recupera mingea.

Împingeți un automobil micuț înainte și înapoi spre copil.

Folosind o jucărie, faceți de mai multe ori schimb cu ea sau dați-o pe rând copilului apoi fratelui pentru a-i arăta că jucăria poate fi recuperată.



**Acțiunea: *Salută semenii și adulții cunoscuți***

Creați situații pentru ca copilul să salute adulții, de exemplu, luați-l cu dvs. când vă duceți să deschideți ușa de la intrare și îndemnați-l să spună: *Bună ziua*.

Folosiți un telefon-jucărie și un telefon adevărat; încurajați copilul să vă imite, când spuneți: *Alo, bună ziua, ce faci?*

Încurajați și modelați-i comportamentul atunci, când tatăl, frații, surorile vin acasă și salută micuțul. Lăudați copilul, când el imită adulții, încercând să salute persoana ce intră în casă. ●

**Acțiunea: *Spune cinci cuvinte diferite (este posibilă utilizarea unui cuvânt pentru a desemna mai multe obiecte)***

Când vocabularul copilului este limitat, deseori el utilizează unul și același cuvânt pentru a exprima mai multe înțelesuri (în funcție de situație). Încurajați copilul să utilizeze cuvintele pe care le cunoaște:

**prenumele:** Copilul poate spune *tati Ion*, atunci când părintele intră în odaie. Spuneți: *Da, acela e tăticul tău, Ion*;

**localizarea:** Dacă părintele este în odaie, copilul poate indica și spune *tati*. Spuneți: *Da, tăticul e aici sau șade la masă*.

**posesia:** Dacă un obiect de-al părintelui este găsit, copilul poate spune *tati* și arată spre obiect. După aceea dvs. spuneți: *Da, boneta este a lui tati*.

Utilizați cuvântul tăticu/tati sau mămica/mami în diverse situații. Atunci când el spune acest cuvânt singur, lăudați-l și extindeți activitatea copilului. Spuneți *Da, acela este ... al mamei, ... al tatălui* etc.

### ● **Acțiunea: Cere, spune încă**

Când copilul arată ce dorește cel mai mult din toate, spuneți *încă* și provocați copilul să repete *încă-încă...* înainte de a-i da acel obiect. Atunci când copilul începe singur să folosească aceste cuvinte, nu le mai repetați.

Folosiți jucăriile preferate a copilului: păpuși, baloane, automobile mici, piramide etc. Dați-i numai câteva și rugați-l să le ceară, spunând: *încă*.

Folosiți activități și jocuri mobile, cum ar fi *De-a căluțul*, *De-a avionul* etc. Oprăți activitatea și propuneți copilului să ceară *încă*, înainte de a reveni la joc.

Odată ce copilul utilizează cuvântul *încă* în vorbirea spontană, încurajați-l să combine cuvântul *încă* cu alte cuvinte. Spre exemplu: *Încă lapte, încă joc cu mingea, încă legănat*. Când copilul spune *încă*, extindeți aria sa de exprimare, spunându-i *încă lapte* sau orice își dorește el și rugați-l să repete. Treptat reduceți ajutorul, întrebând *încă ce?*, până când copilul va îmbina independent cuvântul *încă* cu alte cuvinte.



**Acțiunea: Să răspundă la DĂ sau ARATĂ**

Alegeți 3-4 obiecte de care sunteți siguri că copilul le cunoaște denumirea.

Puneți mai întâi un singur obiect în fața copilului. Spuneți Arată sau dă ... După aceea luați mâna copilului și ajutați-l la ridicarea, arătarea sau oferirea obiectului. Lăudați-l. Continuați exersarea până când copilul va iniția singur activitatea la rugămintea dvs.

Alegeți obiectele preferate ale copilului și rugați-l să vă ofere sau să indice obiectele.



**Acțiunea: Arată și numește părțile corpului tău**

Întrebați: *Unde-i capul / nasul / ochii etc. tău?* Luați mâna copilului și plasați-o pe una din părțile corpului, numite spre exemplu, nas. Spuneți: *Acesta este nasul.* Spuneți: *Bine, acela-i nasul.* Întrebați iarăși: *Unde-i nasul?* Treptat retrageți ajutorul când copilul indică la cerere partea numită a corpului.

Propuneți copilului să indice părțile corpului mamei: *Unde-i nasul mamei?* Când copilul se descurcă cu activitatea, spuneți *Bine, acela-i nasul mamei.* (Repetăți propoziția).

Folosiți oglinda, stând lângă copil. La început, faceți-l să imite mișcările dvs. Când numiți părțile corpului, copilul trebuie să le atingă. Lăudați-l.

Lucrați un timp cu o parte a corpului și numai după ce copilul știe foarte bine părțile învățate anterior, puteți să mai adăugați și altele noi.

Numiți și atingeți părțile corpului în timp ce faceți baie copilului (aceasta îl va ajuta să consolideze cuvintele și sensul lor).



**Acțiunea: Numește membrii familiei**

Asigurați-vă că folosiți numele tuturor membrilor de familie atât de des, încât copilul să le poată auzi frecvent. Încurajați copilul să facă distincție între membrii familiei: mama, tata, frate, soră, bunica, bunelul.

Aranjați membrii familiei după o linie dreaptă. De fiecare dată când copilul numește pe cineva corect îi aruncăm mingea acestuia. Fiecare membru prinde mingea și spune: *Eu sunt tata. Am prins mingea.*

Membrii familiei îl întrebă pe copil numele lor.

Un timp potrivit pentru această activitate este după ora mesei, atunci când are ocazia de a auzi frecvent numele membrilor familiei.

**Acțiunea: Reproduce sunetele produse de animale sau folosește sunetul pentru a denumi animalele (ex.: vaca face mu-mu)**

Alegeți două sau trei animale ce sunt cunoscute copilului. Folosind desene sau jucării-chipuri, numiți animalele și pronunțați sunetele pe care acestea le produc. Stimulați copilul să repete sunetele, numaidecât lăudați-l.

Arătați imaginea animalelor sau a jucăriilor, produceți sunetele și rugați copilul să determine animalul ce produce acel sunet.

Imitați animalele domestice. Atrageți copilul prin sunetul produs de lătratul câinelui, mieunatul pisicii. Propuneți copilului să repete din nou sunetul. Produceți sunetul împreună cu copilul, iar apoi lăsați-l să pronunțe/ imite un animal domestic cunoscut.

**Acțiunea: Ține cănuță cu o singură mână și bea din ea**

Folosiți o cănuță cu mâner.

Ajutați copilul, conducându-i mâna, lăudați-l când duce cana spre gură.

Puneți și cealaltă mână a copilului pe cană. Astfel el va folosi ambele mâini pentru a ține cănuța.

Apoi ajutați copilul să țină cana cu o mână. Treptat lăsați-l să o țină singur, lăudați-i acțiunea.

Nu turnați mult lichid în cănuță ca să nu se verse.

Arătați-i copilului cum să pună atent cana pe masă.



**Acțiunea: *Își pune pălărioara pe cap și o scoate.***

Dați-i copilului o pălărioara, conduceți-i mâinile și aranjați-o pe cap. Menționați faptul că este frumos copilul în pălărioară și lăudați-l

Folosiți o oglindă pentru ca copilul să poată privi cum o face.

Lăsați copilul să vă pună dvs. pălărioara pe cap și să o scoată.

Puneți-vă o pălărie pe cap în timp ce copilul vă privește.

Scoateți-o și apoi dați-o copilului să încerce.

Puneți pălării pe capul păpușilor și scoateți-le.

Dați-i copilului să încerce a măsura un chipiu, o pălărie, o căciulă, numiți-le și lăudați acțiunile reușite.



**Acțiunea: *Scoate pantofii (când șireturile sunt dezlegate).***

Dacă este posibil, începeți cu pantofi puțin mai mari decât cei purtați în mod obișnuit de copil, așa ca pantofii fratelui mai mare sau ai surorii și încurajați-l să-și scoată pantofii din poziția așezat, ajutați-l.

Puneți-i pantoful numai pe degetele piciorului și încurajați-l să-l scoată singur. Repetați acțiunea și încălțați pantoful tot mai mult pe piciorul copilului.

Încurajați copilul să scoată pantofii unui păpușe etc. Repetați acțiunea cu pantoful copilului, utilizând același procedeu și lăudați-i succesul obținut.

●

**Acțiunea: *Construiește un turn din cuburi***

Începeți cu cuburi mai mari cu o latură de 5-10 cm. Arătați-i copilului cum să construiască un turn, atent aranjând cuburile, plasând fiecare și zicând: *Întâi acesta, apoi acesta și mai apoi acesta*. Dați-i cuburile copilului și rugați-l să construiască și el un turn ca la dvs. Lăudați și aprobați copilul prin zâmbete și mângâiere.

Indicați unde trebuie să stea fiecare cub. Lăudați progresele copilului. Puteți numi culoarea cubului.

Folosiți 6 cuburi pentru a construi împreună două turnuri. Lăsați copilul să imite mișcările dvs., în timp ce îi arătați foarte lent cum se construiește turnul.

Demonstrați copilului că turnul se poate răsturna și construi din nou. Repetați acțiunile.

●

**Acțiunea: *Desenăm/ pictăm***

Arătați copilului cum să execute mișcări pe hârtie pentru a obține niște linii. Dați copilului un creion și, dacă este necesar, dirijați-i mâna. Treptat reduceți ajutorul la o încurajare verbală pentru ca copilul să deseneze ceva.

Creta și tabla, creta sau vopsele de apă pe asfalt, creionul mar-ker, acuarelele, bastonașele de cărbune pot fi folosite ca materiale pentru activitatea dată.

Fixați o hârtie pe perete sau pe o oglindă ca copilul să ajungă și îndemnați-l să deseneze.

Dacă lucrați la masă, fixați hârtia ca copilul să nu se gândească la faptul că hârtia poate cădea.



**Acțiunea: *Decupați și adunați imaginile jucăriilor***

Dați-i copilului o păpușă și rugați-l să găsească imaginea ei pe o ilustrată. Repetați activitatea pentru orice obiect cunoscut de copil. Îl lăudați dacă s-a isprăvit cu sarcina.

Arătați imaginea unui obiect și spuneți *Iată păpușă. Acum găsește altă păpușă*. Ajutați-l să stabilească care este obiectul și care este imaginea. Continuați activitatea dată până când copilul va putea găsi obiectul și imaginea pe ilustrată singur.



**Acțiunea: *Se ridică în picioare din poziția așezat***

Când copilul șede pe podea, țineți mai sus jucăria și încu-rajați-l să se ridice în picioare. Dați-i jucăria când se ridică.

Întindeți mâna spre el și ajutați-l să se ridice, apoi lăudați-l și dați-i jucăria.

Reduceți ajutorul și lăsați-l să efectueze majoritatea activității independent pentru a se ridica în picioare.

Folosiți un scaun. Lăsați copilul să se folosească de el pentru a se ridica în picioare. Treptat înlocuiți scaunul cu altele mai joase.

Așezați copilul pe un scaun mic; puneți un scaun greu și mare în fața lui ca să se poată ținea de el când încearcă să se ridice în picioare.



**Acțiunea: *Pune câteva mingi sau inele în cutie***

Utilizați mingi sau inele colorate de lemn sau din plastic și o cutie mare. Lăsați copilul să examineze obiectele și cutia. Apoi luați un inel și puneți-l în cutie. Dați-i copilului un inel și,



dacă este necesar, conduceți-i mâna să pună inelul în cutie.  
Lăudați copilul.

Pe măsura ce acumulează experiență ajutați copilul mai puțin.  
Puteți numi culorile inelelor: roșu, verde, albastru, galben.  
Dați-i copilului un inel. Spuneți-i: *Pune inelul* și indicați-i unde (arătați spre cutie). Lăudați-l dacă reușește. Când copilul poate pune un inel fără ajutor sau fără indicații, dați-i inele suplimentare sau mingi și continuați să-l lăudați dacă reușește. ●

### **Acțiunea: *Se așează singur***

Puneți un scaun mare lângă scăunelul copilului. Așezați-vă încet în scaunul de lângă copil și, arătând copilului la scăunelul său, îndemnați-l să se așeze cum v-ați așezat dvs.  
Puneți-l în picioare lângă scaunul său și așezați-l apoi.  
Lăudați-l.

Ridicați-l din nou în picioare. Dați-i drumul și observați dacă se așează. Puneți-i mâinile pe marginile scaunului (pentru a se ține) când se așează. Lăudați-l dacă reușește.

Puneți-l în picioare lângă scaun. Ajutați-l să întindă mâinile înapoi și să se apuce de scaun înaintea de a se așeza.



### **Acțiunea: *Se așează și se ridică în picioare***

Jucați-vă cu copilul cu mingea sau în alte jocuri, unde acesta trebuie să ridice obiectul pentru a se juca cu el.

Lăsați copilul să ridice jucăriile și să le pună la o parte.

Puneți unele din obiectele sale preferate astfel ca copilul să se aplece sau să se întindă pentru a le ajunge.

Faceți ca el să vă imite, *suntem mici* (și așezați-vă) și *suntem mari* (îndreptați-vă înapoi).

Țineți-l de mâini pentru a-l susține când se așează.



**Acțiunea: *Se ridică pe scări fiind ajutat***

Începeți cu primele două trepte. Lăsați copilul să se apuce cu o mână de balustradă, iar de cealaltă țineți-l. Urcând pe scări, trageți atent copilul după dvs., încurajându-l să ridice piciorul pentru a pași. Lăudați-l când reușește.

Mișcați-i picioarele în sus și în jos. Apoi puneți-i un picior pe o treaptă. Puneți mâna după genunchiul lui și mutați-i piciorul pe următoarea treaptă. Lăudați-l și încurajați-l pentru fiecare pas făcut.

Urcați scările împreună, încurajându-l și lăudându-l pentru fiecare treaptă pe care acesta o ridică.



**Acțiunea: *Arătăm copilului cum să deseneze un cerc***

Luați mâna copilului și ajutați-l să facă mișcări circulare cu creionul. Lăudați copilul.

Punând copilul să practice mișcările circulare cu degetul pe hârtie, în nisip, îi veți asigura un antrenament suplimentar înainte de utilizarea creionului.

Lăsați copilul să miște degetul pe cercul care îl desenați dvs. Apoi încurajați-l să deseneze singur un cerc. În cercurile reușite desenați fețe zâmbitoare (în interiorul lor).

Lăsați copilul să deseneze cercuri, făcând mișcări largi cu mâna. Se pot aplica creioane colorate (roșu, galben, verde, albastru).



**Acțiunea: *Îndeplinirea sarcinilor simple***

Cereți copilului să-și cheme tatăl, surorile, frații la masă.

Trimiteți copilul să îndeplinească mici servicii, de tipul: *Du-i lui tati ziarul, sau Pune, te rog, cana pe masă, Pune mîrul în coșuleț, Adă cănuța ta.*

La început, duceți-vă cu copilul și ajutați-l să îndeplinească sarcina. Mai târziu, lăsați-l să meargă singur, în timp ce dvs. îi dați indicații verbale. Lăudați reușita.

Inițial dați-i indicații simple, care să nu necesite ieșirea lui în afara zonei apropiate. Complicați treptat sarcina.



**Acțiunea:** *Ascultă muzică și povestioare (timp de 5-10 minute)*

Citiți-i copilului o poveste simplă și impresionantă. Explicați-i desenele. Rugați-l să vă spună ce vede în poză.

Puneți-i întrebări simple despre poveste, ca să aflați dacă într-adevăr v-a ascultat.

Citiți-i copilului zilnic, fixând o anumită oră a zilei. Transformați activitatea dată în ceva interesant și relaxant pentru ambii. Permiteți-i copilului să aleagă povestea.

Includeți o muzică și dansați împreună cu copilul.



**Acțiunea:** *Spune TE ROG și MULȚUMESC*

Amintiți-i copilului să folosească aceste cuvinte ... nu-i oferiți jucăria până nu folosește cuvântul corect.

Folosiți cuvintele date când rugați copilul să facă ceva: *Te rog, închide ușa. Mulțumesc.*

Membrii familiei trebuie să folosească permanent aceste cuvinte în comunicarea lor cu copiii și adulții.

De la început ați putea avea nevoie să-i spuneți să pronunțe cuvântul în întregime (de exemplu: *Spune mulțumesc*), treptat reduceți ajutorul dvs. la sugestii de felul: *Ce trebuie să faci?*

Încurajați copilul când dă dovadă de politețe.



**Acțiunea:** *Ajută părintele prin îndeplinirea unei părți a sarcinii*

Încurajați copilul să vă ajute la activități, mai întâi fiind responsabil de a-și strânge propriile jucării.

Când ștergeți praful, dați-i și copilului o cârpă umedă ca să vă poată imita mișcărilor.

Permiteți-i să-și ducă vesela la lavoar și lăudați-l pentru inițiativa de a vă ajuta la îndeplinirea sarcinilor casnice.

Când măturați, lăsați copilul să observe acțiunile dvs.



**Acțiunea: *Face o alegere când i se cere***

Luati două jucării și oferiți-i posibilitatea să aleagă, întrebându-l dacă dorește păpușa sau mașina, barca etc. Așteptați până face alegerea. Dacă nu o face, atunci puneți ambele obiecte într-o parte și întrebați-l din nou ce vrea.

Numiți-le, întindeți ambele obiecte spre el pentru a-l ajuta să înțeleagă că poate lua un obiect sau altul.

Da-ți posibilitate copilului să aleagă lucrurile astfel: o cămășuică roșie sau albastră ca s-o îmbrace; o carte cu povești sau despre jucării pentru a-i fi citită; un ursuleț sau o păpușă s-o ia cu el la culcare sau la plimbare.



**Acțiunea: *Manifestă înțelegerea sentimentelor prin exprimarea verbală a dragostei, supărării, râsului***

Relatați copilului despre sentimentele dvs. Întrebați-l ce simte el.

Dacă fratele sau sora exprimă unele emoții, rugați copilul să descrie starea lor emoțională. Oferiți-i o alegere: să manifeste supărare sau bucurie.

Citiți copilului o carte, care descrie oamenii plângând sau râzând. Discutați situația.

Îmbrățișând copilul, spuneți-i cât de mult îl iubiți.

Când sunteți supărat, spuneți copilului: *Sunt supărat, deoarece n-ai pus jucăria la loc.* Astfel îi veți oferi un model pentru a putea pe viitor să-și exprime sentimentele.



**Acțiunea:** *Aplică expresii din două cuvinte (două substantive sau un substantiv și un adjectiv).*

Atunci când copilul spune un singur cuvânt; cum ar fi *minge*, îmbinați acest cuvânt cu altul, astfel încât să spuneți copilului ceva de genul: *minge mare, mingea mea, mingea pe scaun*. Încurajați copilul să spună cuvintele împreună.

Dacă copilul spune numele său, încercați să-l faceți să îmbine aceste cuvinte cu altele, la fel cum a fost menționat mai sus (Mîngea-i mare... Rochiță roșie...).

Atunci când copilul spune aceste două cuvinte, de fapt el poate avea în vedere mai mult decât spune. *Minge – scaun* poate însemna: *mingea e pe scaun* sau *pune mingea pe scaun*. Atunci când copilul rostește două cuvinte împreună, extindeți sensul a ceea ce a spus, dar nu-i cereți să repete. Spre exemplu, dacă copilul spune: *lapte – cană* și indică spre cană, spuneți: *Ionel, vrea lapte în cană, da? În cană este lapte* sau orice altceva ce credeți că copilul ar dori să spună.

Folosiți propoziții simple atunci când vorbiți cu copilul.

Utilizați cuvintele pe care sunteți sigur că copilul le înțelege.



**Acțiunea:** *Îmbinarea unui substantiv și a unui verb într-o expresie din două cuvinte*

Spuneți ce face copilul în activitățile cotidiene. Începeți cu expresii din 2-3 cuvinte. *Ionel mănâncă* sau *Ionel ia dejunul*. Apoi întrebați: *Ce faci?* Dacă e necesar, repetați: *Ionel mănâncă, ia dejunul* sau *Ionel ia dejunul*.

Desfășurați activitățile sub formă de joc – pieptănați părul, închideți ușa, spălați mâinile, loviți mingea, întrebând: *Ce fac?*; *Ce faci tu?*

Începeți prin a privi desene ce reprezintă acțiuni simple sau desene grafice simple, după care întrebați: *Ce face?* sau *Ce s-a întâmplat?*

Folosiți evenimentele ce se desfășoară în decursul zilei, descriindu-le copilului. Aplicați expresii din două cuvinte și încurajați copilul să le repete.



**Acțiunea: *Aplică negația în vorbire***

Atunci când copilul își mișcă capul pentru a indica un răspuns negativ, mișcați și dvs. capul și spuneți: *Nu*. Apoi rugați-l pe copil să repete cuvântul.

Arătați-i diferite obiecte și numiți-le. Apoi ascundeți-le și spuneți: *nu-i...* . Rugați-l pe copil să repete expresia. După ce ați îndeplinit această activitate de câteva ori, ascundeți obiectul și lăsați copilul să spună *nu-i...* . Dacă el nu o spune, faceți-l să repete după dvs.

Continuăți cu astfel de activități până când copilul începe să aplice *Nu* în vorbirea lui cotidiană.



**Acțiunea: *Pune întrebarea: Ce faci?***

Numiți activități obișnuite ce se desfășoară în casă. Descrieți ce faceți în timpul zilei: mâncați, pregătiți masa, coaseți, măturați, vă pieptănați, legănați, alergați, dormiți...

Începeți prin a întreba copilul: *Ce faci?* Dacă copilul nu răspunde, spuneți-i cum se numește activitatea. Nu vă așteptați ca copilul să pună cuvântul la timpul respectiv, dați-i numai forma inițială a verbului, cum ar fi: *a alerga, a sări, a merge, a citi, a cânta* etc.

Priviți desenele din cărți și rugați copilul să vă spună ce fac oamenii, de exemplu: *sar, aleargă, merg, râd* etc.



**Acțiunea: *Reproduce sunete***

Când auziți un sunet, întrebați copilul: *Ce-i asta?* Apoi duceți-l pe copil la sursă și descoperiți de unde a venit și cum a fost acel sunet. Numiți obiectul sau animalul ce a produs sunetul. Repetați sunetul împreună cu copilul.

Reproduceți sunete cunoscute și rugați copilul să le repete.

Înregistrați pe o bandă sonoră sunete și propuneți copilului să potrivească desenele obiectelor cu sunetele pe care le aud.

**Acțiunea: *Folosește degetele pentru a-și arăta vârsta***

Înainte de toate faceți o demonstrație pentru copil. Spuneți: *Tu ai 2 ani*, și ridicați numărul corect de degete, numărați-le și cereți copilului să repete sau, cel puțin, ajutați-l să ridice corect numărul de degete ce corespunde vârstei lui. Treptat retrageți ajutorul, apoi lăsați copilul să vă arate singur câți ani are. Lăudați-i performanța.

Uneori este mai simplu de început când copilul folosește ambele mâini, ridicând două degete de la o mână și încă unul de la cealaltă.

Poate fi mai ușor să învățați copilul să țină în jos degetele ce nu sunt necesare cu ajutorul celeilalte mâini.

Odată ce copilului îi reușește aceasta, întrebați-l cât mai des câți ani are, oferindu-i șansa de a practica activitatea și asigurați-l că îl veți ajuta dacă nu va putea.

**Acțiunea: *Numește sexul său***

Aduceți jucării potrivite pentru joc. Spuneți copilului că e băiat ca și tata sau fată ca și mama. Apoi întrebați copilul dacă e băiat sau fată.

Spuneți copilului ceva de genul *ești un băiat drăguț, care aleargă repede sau ești fetiță drăguță, semeni cu mama.*

Ora dejunului este o bună ocazie pentru a explica copilului că toți, fetele și băieții vor lua masa împreună.

Întrebând copilul dacă e băiat sau fată, lăudați-i reușita.



### **Acțiunea: *Repetă indicațiile adultului***

Organizați un joc de îndeplinire a unor sarcini simple. Încercați cu o indicație, apoi adăugați alta. Dacă copilul îndeplinește bine indicațiile, desfășurați activitatea împreună, acor-dându-i ajutor.

Rugați copilul să repete indicațiile date înainte de a începe a le urma, ajutați-l și menționați reușita.

Pentru a dezvolta abilitatea copilului de a-și aminti ordinea lucrurilor, folosiți exemplul: *mai întâi mănânci, apoi îți ștergi gurița.* Mai târziu omiteți cuvintele *mai întâi* și *apoi*, cerându-i doar să îndeplinească activitatea.

*Exemple de indicații:*

*pune mingea pe podea și lovește-o;*

*bea laptele și pune cana pe masă;*

*du-te la geam și spune ce vezi afară;*

*culcă păpușa etc.*



### **Acțiunea: *Întrebă: Ce este aceasta?***

Împreună cu un adult sau un copil mai mare modelați pentru copil situații, folosind întrebări și răspunsuri de tipul: *Ce este aceasta?*

Organizați un joc de identificare a obiectelor din odaie; a animalelor, după sunetul produs de ele; a obiectelor ascunse într-un săculeț, scoțând pe rând și întrebând *Ce-i aceasta?*



Puneți întrebări copilului, indicând spre o parte a corpului sau spre un obiect ce îi aparține. Lăudați reușita.

Puneți niște obiecte pe masă. Acoperiți-le. Lăsați copilul să întrebe *Ce este aici?*, apoi descoperiți și numiți obiectul.



### **Acțiunea: *Își controlează intensitatea vocii***

Organizați jocuri, modulând vocea dvs., astfel, încât copilul să asculte și să observe schimbările vocii: tare, încet etc.

Citiți expresiv copilului o povestire sau poveste interesantă. Cereți copilului să vă povestească ceva, preluând intonația folosită de dvs.

Șoptiți copilului mici *secrete* și organizați un joc, în care să vă șoptească și el dvs. ceva la ureche.

Arătați copilului desene și modelați situații în care sunt potrivite vocea tare și vocea înceată. Lăsați copilul să împartă desenele în două grupuri. Demonstrați-i situații în care este potrivită șoapta și cele în care e potrivită vocea tare. În cazul situațiilor reale, lăsați copilul să vă demonstreze anumite intonații.



### **Acțiunea: *Aplică cuvântul ESTE în afirmații***

Arătați diferite obiecte copilului și numiți-le, folosind expresii de tipul: *Mingea este a mea, Câinele este afară* etc. Dați copilului un obiect și lăsați-l să folosească expresii similare, apli-când verbul *este*. Dacă nu vă poate spune nimic, ajutați-l dvs. și cereți copilului să repete.

Folosiți jucării compuse din mai multe piese. Jucați-vă cu copilul și comentați activitatea ce o desfășurați, folosind cuvântul *este*. Spre exemplu, punând fața de masa, comentați *Fața de masă este frumoasă*. Dați-i o jucărie copilului și lăsați-l să se

joace cu ea, stimulându-l să spună cum este ea. Modelați: dacă copilul spune *este pe scaun*, dvs. extindeți afirmația: *Corect, jucăria este pe scaun*.

Va fi foarte util ca în timp ce modelați activitatea să accentuați verbul *este* în vorbirea dvs. Aceasta va contribui la atragerea atenției copilului asupra cuvântului și aplicării lui în vorbire.



**Acțiunea: Clasifică obiectele/jucăriile**

Amestecați desene, obiecte, jucării de categorii diferite și cereți copilului să aleagă toate obiectele care reprezintă ani-malele.

Dacă nu le poate găsi pe toate, spuneți *Eu văd încă o jucărie – animal și cereți-i să-l găsească*.

Oferiți-i copilului posibilitatea de a alege. Când ridicați obiectul sau desenul întrebați-l: *Ce este acesta? E jucărie sau cănuța ta?*

Pentru activitatea dată utilizați obiecte și jucării. Numiți fiecare obiect, spunând: *Câinele este un animal și este jucărie; Pâinea se mănâncă*. Apoi, ridicați fiecare obiect și cereți ca copilul să vă spună dacă este mâncare, jucărie sau obiect.



**Acțiunea: Determină obiectele ca fiind deschise sau închise**

Utilizați următoarele obiecte: cutii, uși, sertare. Demonstrați și numiți-i copilului fiecare obiect deschis și fiecare – închis.

Închideți sau deschideți un obiect și întrebați copilul: *Este închis sau deschis?* Lăudați copilul când răspunde corect. Dacă răspunde incorect, spuneți-i răspunsul și lăsați-l să repete.

Spuneți-i să închidă sau să deschidă diferite obiecte. Lăudați-l în cazul îndeplinirii corecte.

Organizați un joc, ascunzând un obiect mic sau o jucărie într-un vas. Cereți-i să vă spună să deschideți sau să închideți

diferite vase sau obiecte. Dați-i jucăria ca recompensă atunci, când, urmând instrucțiunile dvs., a deschis vasul corect. Fiți atent la situațiile din timpul zilei și lăsați să vă spună dacă sunt închise sau deschise diferite obiecte.



**Acțiunea: *Folosește lingura și cana***

Puneți porții mici în farfurie și turnați puțin lichid în cană pentru a transforma sarcina alimentării în una mai simplă. Lăsați copilul să ia masa cu familia astfel încât să poată privi și imita pe ceilalți. Încurajați copilul în timp ce mănâncă singur și lăudați-l pentru reușită. Mențineți o atmosferă veselă și calmă. Dacă copilului îi este mai ușor să mănânce dintr-un castro- naș, permiteți-i să mănânce, înlocuind mai târziu vasul cu o farfurie, iar cana cu o ceașcă.

Ar putea apărea necesitatea ca părintele să încheie procesul alimentării, în caz dacă copilul a obosit.

Nu muștrați copilul dacă varsă ceva sau *face dezordine*. ●

**Acțiunea: *Aplică șervețelul***

Arătați copilului cum trebuie să îndeplinească această sarcină, conducându-i mâinile și dând instrucțiuni. Rugați copilul să repete acțiunile, stimulați-l și ajutați-l la necesitate

Lăudați copilul pentru că s-a șters bine.

Încurajați jocul *Ne spălăm și ne ștergem față și mânuțele*.

Lăsați copilul să folosească un șervet de mâini în locul celui de baie, pentru ca să-l poată mânui mai ușor.

Dați copilului un ștergar care ar fi numai al lui. Decorați-l sau brodați-i numele pe el, arătând acest lucru și explicați că-i aparține.



**Acțiunea: Mânuieste furculița**

Utilizați feluri de mâncare care pot fi ușor luate cu furculița (bucăți mari de legume, carne, bucăți de fructe).

Încurajați utilizarea furculiței, când copilul mănâncă din farfurie. Puneți furculița pe masă numai când serviți.

Lăudați copilul când ia mâncarea cu furculița.

Luați cu furculița cartofii sau alte legume pentru a-i trece dint-un vas în altul. Țineți mâna copilului cu a dvs. și ajutați-l să folosească furculița. Reduceți treptat ajutorul, când copilul poate mânui furculița singur. Lăudați-l în caz de reușită. ●

**Acțiunea: Merge la baie**

Urmăriți atent timpul și întrebați copilul dacă are nevoie să meargă la baie.

Evitați haine strâmte sau care sunt greu de scos. Țineți copilul îmbrăcat în pantaloni cu elastic.

Reamintiți-i periodic și lăudați-l generos când se cere la baie.

Ignorați *accidentele*; schimbați imediat pantalonașii copilului și încurajați-l să vă ajute.

Rugați membrii familiei să menționeze și să laude reușitele copilului.

●

**Acțiunea: Încalță pantofii**

Începeți cu pantofi a căror mărime este cel puțin cu un nu-măr mai mare. Arătați-i copilului cum să-i încalțe. Împingeți degetele în pantofi și trageți pantoful peste călcâi. Treptat treceți la mărimea necesară.

Începeți cu pantofi ce au călcâi tare.

Jucați-vă cu păpușile, practicând încălțarea și descălțarea pantofilor lor. Lăudați copilul: *Bravo, ai învățat cum să încalți singur pantofii.*

Introduceți piciorușul copilului aproape în întregime în pantof și lăsați-l să împingă singur călcâiul în pantof. Când a însușit acest lucru, încălțați pantoful pe jumătate pe talpa copilului. Lăsați copilul să încalțe pantoful doar cu un pic de ajutor din partea dvs.

Arătați-i copilului cum să slăbească șireturile dacă pantofii sunt legați prea strâns. Inițial se propun pantofi fără șireturi.



### **Acțiunea: *Se spală pe dinți***

Păstrați pasta și periuța de dinți a copilului într-un loc special. Spălați-vă pe dinți în același timp cu copilul, astfel încât el să vă poată privi și să vă imite mișcărilor. Lăudați-l că învață repede și face totul bine.

Îndrumați copilul în timpul spălării pe dinți. Treptat, reduceți ajutorul acordat copilului, pe măsură ce se perfecționează. Lăsați copilul să se privească în oglindă în timp ce se spală pe dinți.

La început, puneți mâna dvs. peste a lui și ajutați-l să facă mișcări în sus și în jos. Continuați să-i dați instrucțiuni verbale până când copilul se va putea spăla corect pe dinți. ●

### **Acțiunea: *Pune/agață haina într-un cui (fixat la înălțimea copilului)***

Coaseți un lăntișor metalic în formă de semicerc pe partea interioară a gulerului paltonului. Rugați copilul să apuce de acest lanț și să atârne haina într-un cui, la care copilul poate ajunge cu ușurință.

Practicați agățarea în cui a mănușilor pentru bucătărie care au cheutori. Începeți cu agățarea unei cheutori mari cusute în interiorul hainei copilului și, treptat, reduceți mărimea cheutorii.

Exersați această ocupație în practica de fiecare zi. Când copilul vine de afară, rugați-l să atârne haina în cui.

Marcați cuiul cu o imagine sau numele copilului, astfel încât copilul să știe care îi este locul lui pentru agățarea hainei.



### **Acțiunea: *Descheie nasturii de la haine***

Coaseți nasturii pe bucățele de stofă și lăsați copilul să-i descheie (alegeți nasturi frumoși și mari).

Folosiți articole vestimentare pe care nu le mai purtați pentru a practica descheierea nasturilor sau folosiți hăinitele păpușilor.

Pentru început ajutați copilul să scoată nasturele din *căsuța* lui.

Treptat reduceți ajutorul dvs. Țineți haina și lăsați copilul să tragă. Apoi lăsați-l să țină de o parte și să tragă de alta.

Când copilul poate descheia nasturele, lăsați-l să practice activitatea descheind singur nasturii de la o haină cu care este îmbrăcat. Lăudați reușitele copilului.

Transformați activitatea de descheiere a nasturilor de la haine într-o activitate practică ce intră în obligațiile zilnice ale copilului (dezbrăcarea hainelor).



### **Acțiunea: *Găsește o carte la rugămintea părintelui***

Păstrați cărțile copilului într-un anumit loc ca copilul să știe unde se găsesc cărțile lui (o etajeră separată).

La început folosiți două cărți. Vorbiți despre imaginile de pe copertă, iar apoi citiți cărțile date. Rugați copilul să găsească

cartea despre pisici sau despre alte jucării. Amestecați cărțile și rugați copilul să arate cartea despre pisici. Lăudați-l când acțiunea este îndeplinită corect.

Folosiți două sau trei cărți, dar care conțin ilustrate diferite (animale, mașini, oameni).

●

**Acțiunea: Completează tabla cu figuri decupate**

Înmânați copilului câte o figură, începând cu un cerc și o tablă specială. Dacă este necesar, indicați la decuparea corectă și dirijați mâna copilului. Când poate decupa cercul fără ajutor, înmânați-i pătratul și apoi triunghiul.

Lăsați copilul să atingă cu mâna marginile golului decupat, iar apoi să aleagă figura care se potrivește acestui gol.

Plasați figurile lângă goluri și rugați copilul să aranjeze figurile în golurile respective. Lăudați fiecare încercare reușită.

Colorați figurile astfel ca copilul să plaseze un cerc roșu într-o cutie roșie, sau un triunghi albastru într-o cutie verde. Completați culorile când copilul a căpătat experiență la acest nivel, adăugați galbenul, violetul etc.

●

**Acțiunea: Arată obiectul mai mare și cel mai mic**

Colectați exemplare mari și mici ale aceluiași tip de obiecte, jucării.

Puneți un creion mare și unul mic înaintea copilului. Rugați-l să facă un semn pe hârtie cu creionul mare apoi cu cel mic. Lăudați succesele copilului. Repetați această activitate cu alte obiecte.

Rugați copilul să găsească obiectele mari și cele mici prin casă.

Rugați copilul să numească obiectele mari și mici în discuții.

Faceți mișcări locomotorii ca: pași mari și mici, sărituri mari și mici, șezutul într-un scaun mare sau unul mic etc.



**Acțiunea: Numește obiectele care sună**

Când sună telefonul spuneți: *Sună telefonul*. Repetați aceleași cuvinte pentru sonerie, deșteptător, tractor, aspirator, avion etc. Când se aude un sunet, întrebați copilul: *Ce se aude?* Ajutați-l să răspundă.

Produceți singur niște sunete (lătrat de câine, mieunatul pisi-cii, mugetul vacii, măcăit de rață) și întrebați-l: *Cine face așa?*

Plasați în fața copilului imagini de animale decupate. Rugați copilul să găsească animalul, sunetul căruia îl imitați. De exemplu: *Cine face ham-ham-ham?*

Înregistrați niște sunete cunoscute din preajma copilului și rugați-l să spună: *Cine face așa, cine se aude?*



**Acțiunea: Construiește un turn mare (din 8-10 cuburi)**

Puneți în fața copilului 8 cuburi. Rugați-l să construiască un turn mare:

lăudați-l pentru fiecare cub pe care îl adaugă la turn; dacă el se oprește după trei cuburi, dați-i încă unul cub și îndemnați-l să-l pună în vârful turnului. Ajutați-l dacă este necesar. Lăudați-l dacă reușește; treptat ajutați-l mai puțin (atât fizic, cât și verbal).

Lipiți pe perete la înălțimea cuburilor o aplicație sau o steluță. Rugați copilul să construiască un turn până la steluță. Lăsați copilul să dărâme turnul ca *recompensă* și să construiască unul din nou.





**Acțiunea: *Întoarce câte o pagină***

Dați-i copilului cărți pentru a le privi și a se juca cu ele.

Rugați-l să întoarcă paginile în timp ce dvs. citiți.

Utilizați o carte cu desene și pagini groase din carton. Încurajați-l dacă reușește să le întoarcă.

Arătați-i copilului o fotografie cu el însuși. Puneți fotografia sub următoarea pagină care trebuie întoarsă, pentru a-l încuraja să o întoarcă și să găsească fotografia.

Faceți o cărțuție/un album cu imagini a obiectelor preferate. Puneți semne la colțurile paginilor pentru a ușura întoarcerea lor.

**Acțiunea: *Lovește cu piciorul o minge mare***

Arătați-i ce să facă: apropiați-vă de minge și loviți-o. Apoi îndemnați copilul să repete acțiunea.

Stați la mai mult de un metru de la copil loviți sau rostogoliți mingea spre el ca acesta s-o poată lovi cu piciorul spre dvs.

Arătați-i copilului cum să lovească mingea cu piciorul. Mișcați-i piciorul din genunchi și gleznă. Lăsați-l să-și mențină echilibrul, ținându-se de un scaun.

Demonstrați-i de câteva ori mișcarea de lovire și lăsați copilul să vă imite. Lăudați-l când reușește.

**Acțiunea: *Modelează bile din lut***

Folosiți lut, plastilină sau alt material la alegerea dvs.

Rupeți o bucățică de lut și arătați copilului cum să facă o bilă între palmele sale sau pe masă.

Modelați pentru copil din plastilină un cub și lăsați-l să pună bilele pe el.

Lăsați copilul să vă ajute să modelați din aluat niște bile pentru biscuiți și apoi să le turtească cu degetul.



**Acțiunea: Apucă creionul (între degetul mare și cel arătător și îl sprijină pe al treilea deget)**

Puneți creionul în poziția corectă în mâna copilului. Conduceți-i mâna scriind pe hârtie. Lăudați copilul pentru că scrie și ține creionul corect în mână.

Folosiți pixul. Arătați copilului cum să scrie. Ajutați-l să țină pixul, reducând treptat ajutorul. Încurajați-l dacă ține creionul corect.

*Notă: Jocurile au fost selectate din sursele indicate în reperere bibliografice, însă au fost adaptate de către cercetătorii și părinții care au participat la experimentul formativ.*

Programul elucidat a fost implementat în viața și educația copiilor de vârstă fragedă pe parcursul a 2 ani în circa 200 de familii tinere sub conducerea doctorandelor UPS „Ion Creangă” din Chișinău.

În procesul implementării programei experimentale cercetătorii și psihologii au realizat consultații, au aplicat chestionarul, discuția (individuală, în grup), observarea, în scopul evaluării eficienței acestora. Părinții au constatat că aplicarea activităților-jocuri au schimbat metodele de influență asupra copilului și au activizat educația morală, intelectuală, estetică, psihofizică, senzorială și cognitivă. Formarea cunoștințelor și competențelor pedagogice ale părinților, în sens, de optimizare a nivelului culturii pedagogice, reprezintă un proces îndelungat, care cere o muncă asiduă sistematică. S-a observat că succesele obținute în educația copiilor au influențat pozitiv comunicarea și relațiile interpersonale în cadrul familiei.

## EDUCAȚIA FAMILIALĂ ÎN PREȘCOLARITATE



### DEZVOLTAREA ȘI EDUCAȚIA PREȘCOLARULUI ÎN CADRUL FAMILIEI

Vârsta preșcolară reprezintă următoarea etapă foarte importantă în viața copilului. Ea aduce cu sine o avalanșă de schimbări în planul dezvoltării anatomofiziologice, dezvoltării psihice și fizice, dezvoltării intelectuale și morale ale copilului, în cadrul relațional și în formele de activitate ale acestuia.

După 3 ani, deși foarte mulți copii încep a frecventa grădinița, părinții continuă să rămână responsabili de formarea habitusului primar al copilului său. Adulții trebuie să cunoască factorii și condițiile de optimizare a educației familiale. În acest context părinții își completează și își perfecționează cunoștințele și competențele. Ei trebuie să contribuie la stimularea conduitelor pozitive ale copilului, să aplice principii, strategii și metode de influențare asupra acestuia, de individualizare și diferențiere a educației, de socializare tratată a copilului [11; 22; 23; 38 etc.].

Desigur că jocul continuă să rămână activitatea dominantă a preșcolarului, dar treptat spre 6-7 ani, acesta se corelează tot mai mult cu obiectivele de ordin instructiv. Fenomenul dat influențează adulții, care își diversifică mult conduitele, valorifică eficient rolurile sale: ei conversează, dirijează, îndrumă, controlează, exersează, aprobă sau dezaproabă copilul, observă și încurajează conduita acestuia, stimulând modificările moral-etice în funcție de anumite

circumstanțe. Ca urmare se perfecționează procesele psihice cognitive, se conturează mai pregnant imaginea și conștiința de sine a copilului. Părinții sunt obligați să-i ofere copilului nu numai condiții de securizare afectivă, morală, economică, dar și să respecte drepturile copilului, să dea dovadă de competență pentru a observa, a analiza, a susține creșterea și dezvoltarea optimă a copilului.

Considerăm că analiza și descrierea succintă a substadiilor preșcolărității și unele sugestii cu privire la educația copilului vor contribui la cizelarea competențelor parentale [11; 23; 38 etc.].



### **PREȘCOLARUL MIC (3-4 ANI)**

Copilul de această vârstă puțin se deosebește de antepreșcolar, dar în conduita lui se manifestă nevoia impetuoasă de mișcare, investigare, acțiune, joc și intercomunicare.

Procesele psihice cognitive și sfera afectivă, cea moral-volitivă sunt influențate de joc, de comunicarea cu adultul, de operarea cu diverse obiecte, cercetarea lor. Preșcolarul mic este curios, memorizează ușor, percepția începe a fi orientată, gândirea este subor-donată acțiunii și manipulării cu obiectele. În procesul comunicării intră în acțiune majoritatea funcțiilor limbajului: cognitivă, regla-toare, dar cel mai mult se realizează funcția ludică. Copilul trece de la jocul vocal la cel verbal, în care repetă cuvintele, formează singur cuvinte noi, ciudate. Începe stadiul diferențierii formelor grama-ticale și a structurării sintactice a limbii.

În plan afectiv este instabil, nu înțelege încă bine indicațiile verbale ale adultului, trăiește intens emoțiile, trece repede de la o stare afectivă la alta. Mișcările copilului devin mult mai coordonate și îndemânatice, dar totuși motricitatea rămâne instabilă.

Copiii de 3-4 ani sunt numiți deseori *deceluși* sau *mici curioși*, deoarece adresează adultului întrebări nenumărate, uneori acestea sunt formulate *în lanț*. Adultul trebuie să manifeste răbdare, tact și să răspundă clar la întrebările copilului.



### PREȘCOLARUL MIJLOCIU (4-5 ANI)

Copilul de această vârstă este activ, preocupările lui devin mai variate, jocul mai bogat în subiect, formă și conținut. Cunoștințele despre lume sunt mai largi, procesele intelectuale se detașează de acțiune și treptat se dezvoltă pregnant, contribuind la amplificarea forțelor imaginative și creatoare ale copilului. Se dezvoltă percepția, se conturează caracterul voluntar al proceselor psihice cognitive, îndeosebi, a percepției, memoriei, limbajului, gândirii concrete, a imaginației și creativității.

După cum am menționat limbajul evoluează, copilul este în stare să asimileze 50-60 cuvinte pe lună [22, p. 76]. Copilul de 4-5 ani este sensibil la diverse manifestări și evenimente din cadrul familiei și a grădiniței. Apar unele formațiuni psihocomportamentale noi. Către 5 ani se formează limbajul interior al copilului. Micuțul ușor se integrează în grupul de semeni, comunică cu ei, se orientează spre jocurile în grup.

#### ***Atenție:***

La această vârstă se conturează tot mai clar trăsăturile de caracter ce constituie nucleul viitoarei personalități.

Adaptarea la mediul grădiniței de copii durează de la 2 săptămâni până la maximum 4 săptămâni.

Copilul se dezvoltă foarte rapid: vorbește bine, vocabularul devine mult mai bogat și conține circa 2000 de cuvinte. Copi-

lul începe a aplica în limbaj noțiunile abstracte de tipul: bine, frumos, bucurie, fericire, dragoste etc.

Jocurile de rol, cu subiect devin tot mai preferate.

În educație axați-vă pe un regim stabil și continuați a-l exersa pe copil în formarea deprinderilor pozitive.



### PREȘCOLARUL MARE (5-6/7 ANI)

Copilul este mai rezistent, mai sociabil, ușor se adaptează la mediul grădiniței, dă dovadă de curiozitate, creativitate și interes pentru activitățile intelectuale și cele dinamice/ de mișcare.

Jocul rămâne activitatea dominantă, el se diversifică în continuare ca subiect, formă, conținut; se observă un interes evident pentru activitățile cu caracter creativ.

Limbajul interior continuă să se dezvolte și copilul devine capabil a-și planifica mintal acțiunile sale, a-și regla activitatea și conduita. Se observă creșterea stabilității și concentrării atenției, se mărește volumul ei și selectivitatea.

Sub influența gândirii și limbajului se dezvoltă treptat organizarea percepției, atenției, se consolidează efortul volitiv, memoria, mișcările devin mai coordonate.

*Gândirea are un caracter preoperatoriu* și se manifestă în interesul evident pentru studiul relațiilor cauzale [30] dintre obiecte și fenomene. Inconsistența reprezentărilor și incapacitatea de a folosi raționamentele îi oferă gândirii un caracter concret și intuitiv.

Cercetările realizate de psihologi demonstrează că *preșcolăritatea este o perioadă de organizare și pregătire a perfectării gândirii. Abia după 7-8 ani începe desăvârșirea operațiilor concrete* [11; 22; 23; 24; 30; 38; 47].

În corelație strânsă cu evoluția gândirii este și evoluția limbajului. Acesta se îmbogățește calitativ și cantitativ, copilul de 6 ani posedă un vocabular activ ce conține circa 3500 cuvinte. Se observă logica și coerența limbajului, acesta devine mai încheșat și contextual [30, p. 86].

Definitiviu pentru gândirea copilului de această vârstă este apariția noțiunilor empirice; organizarea structurilor operative; se conturează primele operații ale gândirii.

Conduitele emoționale ale preșcolarului se diversifică, se îmbogățesc și devin adecvate situațiilor.

***La copiii de 6 ani se observă criza de prestigiu***, mai ales în situațiile de mustrare publică [30, p. 91]. Afectivitatea preșcolarului este încă destul de instabilă, sunt posibile exploziile afective, stările de ambivalență, care se manifestă prin trecerea rapidă de la plâns la râs și invers. Se dezvoltă treptat capacitatea de a-și stăpâni emoțiile.

**Asistăm la conturarea tot mai clară a sentimentelor morale (rușinea, cordialitatea, plăcerea, atașamentul și dragostea față de apropiați, prietenia etc.), a celor intelectuale (mirarea, curiozitatea, mulțumirea ca rezultat al descoperirii cauzelor unor evenimente) și a sentimentelor estetice (satisfacția de la observarea unor lucruri frumoase, audierea muzicii ș.a.).**

### ***Atenție:***

Problema cea mai importantă a educației copilului o va reprezenta însușirea structurii gramaticale a limbajului și formarea conduitei inteligente.

Exersarea conduitei, a sentimentelor morale se realizează permanent în procesul vieții copilului și, desigur, prin intermediul jocului și urmării exemplului adulților (acesta trebuie să fie numai pozitiv, axat pe acțiunea morală).

Copilul devine conștient, el înțelege și îndeplinește cerințele adultului, se orientează adecvat în spațiu, în timp: învață alfabetul, scrie cu litere de tipar, numără până la 100 [11].

Copilul preșcolar de 6-7 ani poate afla de la părinți, într-o formă accesibilă, taina apariției lui pe lume.

Preșcolarul mare se familiarizează cu unele jucării complicate, începe a cunoaște computerul.

La această vârstă copilul poate fi învățat a înota, a alerga, a patina, a schia, a prinde și arunca bine mingea.

Copilul percepe frumosul, este cultivat din punct de vedere moral și estetic. Tinde spre activități cu caracter instructiv și jocuri creative.



### CONȘTIENTIZĂM REȚINEM, EXERSĂM

Către 5-6 ani ai copilului, părinții sunt în stare să *întrezărească* trăsăturile viitorului caracter cu toate virtuțile și neajunsurile lui.

Copilul la această vârstă își cunoaște sexul și asimilează rolurile sociale respective: de fetiță sau băiat.

Adaptarea la mediul grădiniței poate dura până la 1-2 săptămâni.

Jocurile și activitățile pot avea o durată scurtă (15-20 min.) și un conținut simplu axat pe familiarizarea cu mediul ambiant, o acțiune sau o jucărie.

Copilul are nevoie de comunicarea și jocul cu semenii. El începe a fi mai independent; relațiile cu părinții devin partenoriale, de colaborare și cooperare.

**Cea mai traumatizantă emoție pentru copilul de 5-6 ani rămâne frica. Mai cu seamă frica de întuneric, de singurătate, durere, spațiu limitat, de personaje feroase din povești.**



Atenție la faptul cum culcăm seara copilul, ce povești îi spunem; să evităm speriatul, graba comunicarea și acțiunile violente. Copilul se teme singur noaptea în pat, de aceea ritualul culcării trebuie să fie calm, îmbinat cu discuții liniștite, plăcute, culcarea unei jucării preferate; e binevenit cântecul de leagăn, rugăciunea împreună cu copilul.

În educația copilului mizați pe înțelegere, comunicarea echilibrată, explicită și exersarea permanentă. Orice acțiune sau activitate pentru a fi însușită de copil trebuie să fie demonstrată, explicată și exersată.



## EDUCAȚIA FAMILIALĂ ȘI LUMEA INTERIOARĂ A COPILULUI

Înainte de a prezenta diverse jocuri care pot fi aplicate în educația familială am decis să **concretizăm funcțiile părinților, să analizăm acțiunile și influențele acestora** în corelație cu esența, posibilitățile jocului, așteptările copilului și lumea lui interioară.

### **Atenție:**

**În familie părinții realizează următoarele funcții:**

- creează condiții optimale pentru creșterea și educația copilului, ocrotirea sănătății lui;
- asigură satisfacerea necesităților copilului;
- educă copilul, comunică și relaționează calm, orientându-l spre un stil sănătos și demn de viață;
- asigură tratarea individuală, respectarea drepturilor copilului, securitatea lui și integrarea socială.

Este cunoscut faptul că educația se realizează de către adulți prin intermediul **acțiunilor și influențelor**. Pentru a înțelege pro-cesul educativ precizăm conceptele nominalizate. **Acțiunile părinților orientate spre formarea personalității copilului ce au un scop, un instrumental și plan special (creat mental) pot fi definite ca acțiuni educative. Ele, de regulă, sunt gândite, planificate și conștientizate de agenții educației familiale (mamă, tată, bunici etc.).**

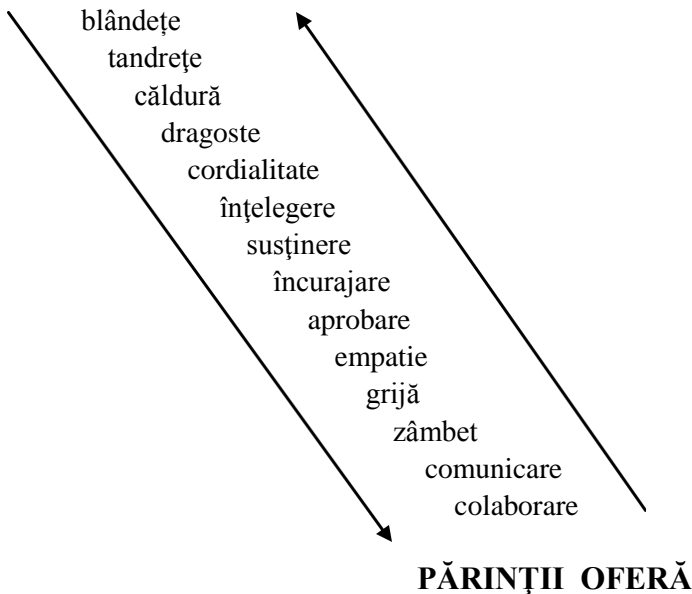
Acțiunile educative reprezintă un element important conștient al educației, pe când **influențele reflectă, mai frecvent tradiția, cultura relațiilor interpersonale familiale, inteligența și competența părinților într-un mod subtil. Influențele sunt cele mai numeroase și deseori adulții nu le conștientizează dacă nu-și propun să analizeze conduita lor și starea lucrurilor privind educația copiilor săi. În literatura de specialitate influențele educative sunt asociate cu o mulțime de săgeți, pe care le aplică părinții diferit, uneori reușit, alteori mai puțin reușit sau chiar nereușit** [11; 43].

Analizând natura, esența și funcțiile educației și a jocului, importanța lui în educația copilului de vârstă preșcolară, am stabilit că acțiunile și influențele părinților în procesul acestei activități devin mult mai eficiente. Organizarea și desfășurarea educației și a jocului în cadrul familiei obligă părinții să gândească bine acțiunile și influențele preconizate, corelându-le cu așteptările și lumea interioară a copilului.

Prezentăm două **instrumente teoretice care vor ajuta părinții în selectarea jocului, crearea optimului familial** pentru dezvoltarea copilului prin joc și asimilarea culturii desfășurării acestuia.

Astfel, **Scala așteptărilor copilului**, care am numit-o și **Scărița dispoziției** (Figura 1), conține un ansamblu de nuanțe afective și etice după care adulții pot aprecia dispoziția micuțului, dorințele și așteptările acestuia.

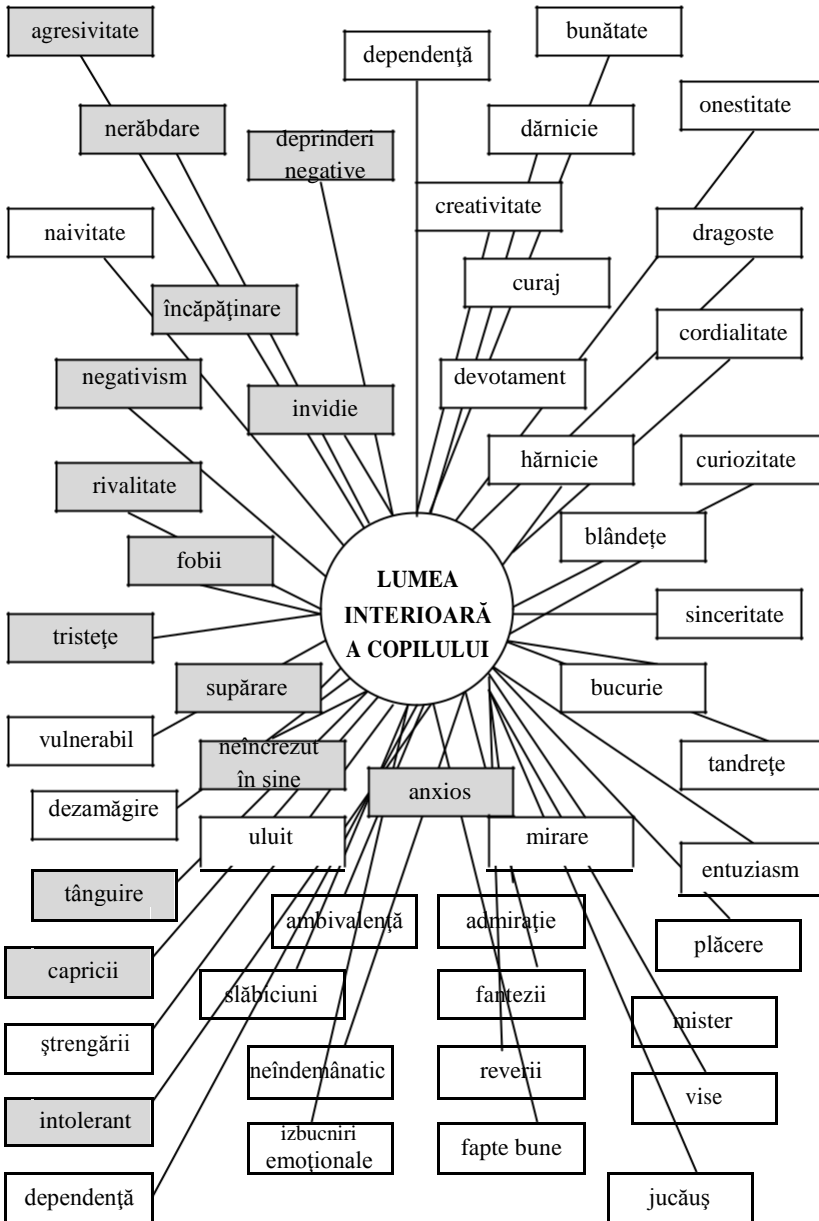
## COPILUL AȘTEAPTĂ



**Figura 1. Scala așteptărilor copilului**

Lumea interioară a copilului este foarte bogată și jocul cu posibilitățile sale va contribui la satisfacerea așteptărilor copilului, oferind condiții de valorificare a aptitudinilor, calităților pozitive și va neutraliza, corecta neajunsurile, greșelile micuțului. Analiza așteptărilor copilului, reflectate în scala propusă, asigură conștientizarea influențelor ce pot și trebuie să parvină din partea părinților [11, p.113].

Pentru sensibilizarea părinților propunem **Modelul lumii interioare a copilului** (Figura 2). Studiind acest model părinții vor înțelege și conștientiza faptul că copiii manifestă diverse emoții, senti-mente și, desigur, că au nevoie de variate situații în care își vor exterioriza cunoștințele, abilitățile, vor consolida noi priceperi, dar își vor *descărca* și emoțiile negative acumulate.



**Figura 2. Modelul lumii interioare a copilului**

În modelul propus, arătăm în special *partea luminoasă* a personalității copilului ce se reflectă prin calitățile, emoțiile și sentimentele pozitive, care sunt opuse trăsăturilor, emoțiilor și sentimentelor negative, asupra cărora trebuie de lucrat, pentru a le anihila, diminua, transforma sau chiar a le lichida treptat.

În calitate de consilier familial și psiholog am lucrat cu un număr mare de părinți în baza acestor două instrumente, pentru a-i învăța să înțeleagă mai bine copilul său și a le forma competențele parentale și deprinderile pozitive privind educația familială și comunicarea cu acesta.

În continuare, pentru consolidarea calităților pozitive și anihilarea celor negative, propunem atenției părinților următoarea activitate-joc [11, p.115].

**Scopul:** Formarea personalității integre, formarea deprinderilor morale și sănătoase/ la copii (modului sănătos și demn de viață al copilului).

**Obiective-cadru:**

Determinarea și fixarea calităților de temperament și caracter, a emoțiilor pozitive;

Stabilirea și observarea trăsăturilor și stărilor emoționale negative ale copilului său.

Transformarea, anihilarea și lichidarea trăsăturilor și emoțiilor negative.

**Acțiuni:**

Părinții analizează atent *Scala așteptărilor copilului* (Figura 1) și *Modelul lumii interioare a copilului* (Figura 2).

Părinții elaborează (întocmește) aceste două instrumente cu privire la propriul copil, analizând fiecare trăsătură a acestuia.

Trăsăturile și stările emoționale negative se hașurează cu roșu (ceea ce înseamnă atenție), cele pozitive – cu un verde sau albastru.

Elementele hașurate cu roșu cer nu numai atenție, dar și un plan de acțiuni sistematice, pe care trebuie să-l elaboreze părinții vizavi de corectarea, transformarea sau diminuarea acestora trăsături problematice.

Dacă s-a obținut rezultatul scontat, trăsătura sau emoția negativă se hașurează în culoarea ce denotă aspectul pozitiv (albastru sau verde).

Părinții trebuie să fie conștienți de faptul că planul de acțiuni educative și îndeplinirea lui sunt de durată, necesită efort moral, intelectual, volitiv, consecvență și abordare sistemică.

Este binevenită sărbătorirea performanței obținute de copil în corectarea și lichidarea trăsăturilor negative după ceea ce părinții s-au convins că în conduita copilului nu se mai observă acel neajuns.

Demonstrați și explicați copilului, accesibil, în baza exemplelor concrete că formarea virtuților necesită o muncă asiduă, sistematică, iar cea mai importantă biruință, o obține omul în viață atunci când se cultivă, adică devine bun, deștept, onest, mărinimos, frumos (în sens moral).

Către 6-7 ani învățați copilul să-și facă propriul portret. Acest autoportret desenat sau pictat trebuie să conțină o povestioară despre sine, în care sunt redată trăsăturile sale.

Comunicând cu copilul în situațiile potrivite, numiți, calitățile lui pozitive și trăsăturile negative. Urmăriți împreună cu el cum acestea dispar. Lăudați-l pentru efortul depus.

Puneți în mișcare imaginația, creativitatea copilului și încurajați imitarea modelului comportamental demn de urmat.

Această activitate-joc s-a dovedit a fi foarte interesantă și atrăgătoare pentru copii și părinți. Ea asigură observarea succesului și înregistrarea lui pe *Fișa ce reflectă lumea interioară a copilului, elaborată de către părinți*. Sub influența părinților, cu efortul ambilor părți, lumea interioară a copilului devine tot mai bogată în calități caracteriale pozitive. Această activitate-joc am numit-o **11 pași spre perfecțiunea formării personalității copilului**.

Experiența de consiliere, educare a familiei și cizelare a competențelor parentale a demonstrat eficiența acestei activități și pentru autoeducația adulților.

Acum analizăm **influențele părinților** pe care le- am scos în evidență pentru a le conștientiza, a le gândi, dirija, corecta și modela când este necesar.

### *Atenție!*

#### **INFLUENȚELE PARENTALE NEGATIVE (AU CHARACTER DISTRUCTIV)**

##### **În procesul educației părinții:**

- îi impun copilului în mod coercitiv regulile de comportare;
- îi insuflă variate comportamente;
- îi apreciază acțiunile;
- fac judecăți și reproșuri;
- îi controlează și dirijează acțiunile;
- decid pentru copil, și în locul lui;
- ignorează opinia copilului;
- dictează sau tutelează excesiv copilul;
- aprobă sau dezaprobă fără a argumenta;

provoacă emoții negative;  
manipulează cu copilul;  
deseori resping brutal copilul;  
curmă inițiativele copilului;  
alintă copilul, răsfățându-l;  
interzic, constrâng activitatea copilului;  
sunt duri sau prea permisivi;  
țipă, lovesc copilul;  
înjosesc copilul, curmându-i încrederea în forțele proprii.

### ***Exersați permanent!***

**Acțiuni educative pozitive cu caracter formativ:**  
**caută compromisuri;**  
**susțin și încurajează copilul;**  
**se joacă, discută;**  
**comunică, răspund calm și explicit la întrebările micuțului;**  
**îl ajută, îl învață, îi demonstrează o acțiune;**  
**se plimbă, frecventează spectacole pentru copii;**  
**organizează sărbători etc.**  
**implică copilul în activitățile familiale, în cele de menaj**  
**casnic; pregătirea pentru sărbători etc.**

Lecturând informația atent, observăm că *acțiunile părinților* sunt mai complexe, eficiente și sunt gândite mai bine, pe când *influențele* sunt prompte și în mare măsură au caracter coercitiv (de constrângere, de interzicere). Nu în zădar unii cercetători numesc influențele – *săgeți ale educației*, asociindu-le cu o lance aruncată [43], care provoacă durere, traume. **Pentru a evita traumatizarea copilului, părinții trebuie să analizeze permanent influențele sale și propria conduită.**



În mod evident, cunoscând particularitățile de vârstă ale copilului, lumea lui interioară, așteptările, conținutul, caracterul influențelor și acțiunilor sale, părinții înțeleg că au nevoie de cunoștințe și competențe cu privire la esența, importanța, tipurile jocurilor ce pot fi aplicate cu succes în educația familială.

Astfel, studiul literaturii de specialitate [3; 6; 11; 20; 30; 43 etc.] ne-a permis să stabilim că **jocul constituie:**

un cadru eficient de manifestare a copilului și prin care acesta își exteriorizează și consolidează cunoștințele, capacitățile, satisfăcându-și dorințele și interesele;

principalul instrument de dezvoltare a capacităților psihice și fizice la vârsta preșcolară;

un factor ce satisface la gradul superlativ nevoia de acțiune, mișcare, cercetare a copilului;

un mijloc bun și activ de inițiere și optimizare a relațiilor cu semenii și adulții;

o activitate ce oferă posibilitate copilului de a învăța viața, de a apropia realitatea de sine;

un exercițiu ce familiarizează copilul cu esența comportării și a activităților realizate de adulți;

o metodă eficientă de formare, corecție, dezvoltare și restructurare a întregii vieți psihice a copilului, ce contribuie la consolidarea deprinderilor comportamentale ale copilului;

o modalitate prin care copilul își formează capacitatea de observare, își amplifică posibilitățile percepției, memoriei, gândirii, imaginației, limbajului și a creativității;

un instrument reglator, deoarece conformându-se regulilor de joc, copiii se dezvoltă în plan volitiv (își formează-consolidează răbdarea, curajul, perseverența, stăpânirea de sine etc.);

o strategie complexă de promovare și cultivare a valorilor, fiindcă în joc și prin elementele jocului modelăm trăsăturile pozitive de personalitate: bunătatea, onestitatea, responsabilitatea, voința, respectul față de alte persoane sau invers, formăm unele trăsături negative.



### CULTURA DIRIJĂRII JOCULUI ÎN PREȘCOLARITATE

În științele educației s-a scris mult despre joc. Cercetătorii din domeniul vizat au elaborat o multitudine de definiții, teorii, clasificări ale acestuia. Iată câteva dintre acestea:

Conform viziunii lui **Bühler Ch.**, jocul reprezintă o exercitare musculară ce favorizează dezvoltarea biologică a copilului și o exercitare cognitivă, care dezvoltă intelectul acestuia [Apud 11].

**Groos C. K.** consideră că jocul exercită instinctele proprii vieții. El nu face nici o diferență între jocurile copiilor și ale animalelor. Jocul este un pre-exercițiu pentru viață, pentru însușirea viitoarei activități, pentru integrarea socială [Ibidem].

**Spencer M.** susține ca jocul se bazează pe surplusul de energie a copilului, care necesită o exteriorizare continuă.

**Claparede Ed.** este de părerea că jocul este activitatea ce satisface imediat dorințele și trebuințele copilului [Ibidem].

**Ушинский К. Д.** scoate în evidență rolul mediului social în determinarea caracterului și conținutului jocului.

**Schiopu U.** este convinsă că *jocul are funcția de o mare și complexă școală a vieții, el stimulează creșterea și capacitatea de a trăi din plin, cu pasiune. Datorită acestor efecte, jocul este considerat ca un tip fundamental de activitate a copilului preșcolar* [38].

Interesantă este viziunea lui Piaget J. cu privire la esența jocului. Savantul susține că *jocul este o formă de activitate a cărei moti-vație rezidă în asimilarea și ajustarea realului la Eu-l personal fără constrângeri și sancțiuni* [30].

### **Piaget J. clasifică jocurile în 4 categorii:**

**Jocuri-exercițiu**, care presupun repetarea unei acțiuni însușite în alte activități. Mai frecvent acestea sunt niște acțiuni ce se repetă, dar nu sunt finalizate.

**Exemplu:** Pregătim hainele păpușii, le aranjăm pentru a fi îmbrăcate, însă păpușa rămâne încă dezbrăcată etc.

*Obiectivul major rezidă în exersarea abilităților și deprinderilor de a aranja și pregăti hainele. Pe parcurs mai poate fi dezvoltat vocabularul: numim împreună cu micuțul fiecare element de vestimentație.*

**Jocuri simbolice**, care sunt axate pe transformarea rolului prin asimilarea lui la trebuințele *Eu-lui* (2-6 ani). Aceste jocuri necesită mai întâi dezvoltarea atenției, percepției, memoriei pentru a acumula un bagaj de reprezentări, care mai apoi sunt adaptate la particularitățile mediului sau a copilului.

**Exemplu:** tata cu copiii (de 4-7 ani) s-a plimbat prin pădure, demonstrându-le diferiți copaci. Au fost observate și discutate particularitățile acestora. Aici copiii au văzut o căsuță părăsită pentru vânători. Venind acasă în cadrul jocurilor sale, copiii și-au asumat anumite roluri; unul stătea trist, cu capul și mâinile în jos, imitând o salcie, altul – s-a cuprins strâns cu mâinile și a închis ochii, imitând căsuță părăsită.

La întrebarea tatălui *ce înseamnă acest lucru?*, copiii au fost foarte uimiți de faptul că tatăl nu a înțeles ce rol ei joacă.

**Jocuri cu reguli**, care presupun respectarea unor cerințe și se transmit în cadrul social de la copil la copil. Jocurile sunt variate,

esențialul constă în faptul că fiecare respectă regulile și urmărește respectarea lor de semenii.

**Jocuri de construcții**, care sunt continuări ale jocurilor simbolice, impregnate la început de simbolismul ludic, care mai târziu se subordonează rezolvării unor probleme de acțiune, creație și gândire. Clasificarea jocurilor elaborată de Piaget J. are la bază gradul de complexitate a jocului și ordinea evoluției ontogenetice a lor [30].

Zlate M. ne atenționează că de fapt putem întâlni și alte tipuri de jocuri, dar ele se încadrează ușor în clasificarea lui Piaget J. Astfel, jocurile cu subiect le putem încadra în jocurile simbolice, jocurile cu roluri distribuite copiilor – le putem încadra în jocurile cu reguli. Jocurile creative și cele dramatice le putem încadra în jocurile de construcții etc. [Apud 11].

Cercetătorii din domeniul pedagogiei preșcolare consideră că jocurile copiilor sunt foarte variate: unele au caracter mobil, altele sunt de construcție și/sau didactice, jocuri-înscenări, creative [6; 7; 11; 38; 43 etc.].

Este simplă și comodă *clasificarea jocurilor în două grupuri mari:*  
*jocurile autonome, independente ale copiilor;*  
*jocuri cu reguli, impuse de adulți sau de co.*

Observăm că această clasificare este realizată în baza criteriului modalității de organizare a jocului.

În pedagogia preșcolară *jocurile didactice se clasifică în trei grupuri mari:*

*jocuri cu obiecte, jucării, diverse materiale (din natură, pregătite special etc.);*  
*jocuri didactice de masă;*  
*jocuri verbale [6].*

Deseori jocurile sunt mixte, ele conțin elemente din mai multe sau chiar din toate categoriile de jocuri nominalizate.

**Exemplu:** Când copilul se joacă „*De-a avionul*”, aleargă peste tot cu mâinile întinse. Jocul este simbolic, dar totodată este și joc-exercițiu [16, p. 92-94]. Cercetătoarea rusă Баркан А. И. *Delimi-tează jocurile copiilor de vârstă preșcolară în individuale și colec-tive*. Ea consideră că elementul creației trebuie să fie prezent în toate jocurile copiilor. Principala rețetă pe care o prescrie părinților cercetătoarea este: *părinții trebuie să învețe copiii a se juca; să acorde o mare atenție jocului la fel ca și alimentației copilului, plimbărilor și educației* [43, p. 287].

### ***Atenție!***

Procesul jocului pentru copil este o sursă de plăcere, bucurie, fericire și un factor important de dezvoltare armonioasă. În joc și prin joc, copilul își manifestă dorințele sale, exteriorizează bucuriile și durerile, expune nemulțumirile sale, eliberându-se de emoțiile negative care deseori îl copleșesc [43, p. 287].

Pentru a se orienta mai rapid în multitudinea jocurilor, părinții trebuie să deosebească jocurile autonome/ independente ale copiilor și jocurile organizate de adulți, care presupun respectarea anumitor reguli și au un caracter preponderent didactic.

### **Părinții:**

susțin și încurajează creativitatea și fantezia copilului;  
 organizează un spațiu/ ungheraș de joc special;  
 observă ce jocuri preferă copilul și îl familiarizează cu particularitățile jocurilor (destinate vârstei preșcolare);  
 selectează și procură jucării în conformitate cu vârsta și interesele copilului;  
 trebuie să cunoască și să aplice metode netraumatizante de întrerupere a jocului.

Vă propunem o cale echilibrată, non-conflictuală de trecere de la joc la activitățile cotidiene prevăzute în programul zilei copilului.

Nu se admite ca adultul să întrerupă joaca în toi. Dacă apare o astfel de necesitate, părintele își asumă un rol adecvat și se implică în joacă, orientând atent procesul în direcția necesară situației.

**Model:** Trei copii de 3-4 ani se joacă *De-a șoferii*. Joaca este în toi, copiii *circulă* activ pe covor cu automobilele, comunică, sunt foarte preocupați să nu *se ciocnească*, să nu facă accidente.

Mama trebuie să-i așeze la masă, ea se implică un joc: începe a imita mersul automobilului, *circulă* alături de copii, apoi spune: *Bi-bi-bi-bi* – toți șoferii pleacă la masă. *Este ora mesei* – continuă mamă, – *toți șoferii merg după mine; după o muncă grea trebuie să ne odihnim și să luăm masa, iar mașinile le vom aranja în parcare...*

Cu copiii de 5-6 ani părinții ar putea deseori modela jocurile de rol. Astfel, în jocul *De-a școala* vor propune situații interesante axate pe învățare, rezolvarea unor probleme, observare, cercetare și interpretare.

În jocul *De-a familia*, copiii imită acțiunile părinților. Subiectul jocurilor de rol trebuie să fie variate (*De-a spitalul; La oficiul poștal; La magazin; La șantier* etc.), deoarece prin ele copilul asimilează cunoștințele vaste despre viață, muncă, comportarea oamenilor.

### ***Atenție!***

#### **Nu se admite:**

a trata joaca copilului ca un capriciu sau alintare;  
de certat copilul din cauza unor fantezii ieșite din comun (chiar dacă uneori copilul *comunică* cu un partener imaginațiv);

a ignora sau a pedepsi copilul pentru inventivitate/ creativitate;  
a pedepsi copilul pentru că nu a întrerupt la timpul indicat  
joacă.

### **Este bine ca părinții:**

- să observe cum și cu cine se joacă copilul lor;
- să fie atenți la faptul cum copilul comunică cu semenii în cadrul  
jocului;
- să observe ce jocuri și ce jucării preferă copilul;
- să consulte un specialist dacă observă că interesul pentru joacă  
lipsește sau copilul repede obosește, nu-l bucură jucăriile sau  
joaca etc.;
- să observe calitatea jocului și sentimentele pe care copilul le  
exteriorizează;
- să-și completeze și să-și perfecționeze cunoștințele și compe-  
tențele privind cultura jocului;
- să găsească timp a se juca cu copilul său și a-l învăța cum  
trebuie să se joace.



## **SELECTAREA, CREAREA ȘI CONDUCEREA JOCULUI**

Studiile realizate recent ne-au convins că părinții preferă a consulta literatura destinată educației familiale, dacă aceasta conține strategii și recomandări concrete și explicite privind formarea personalității copilului. Mai mult de jumătate (56%) dintre părinții chestionați ar dori să aibă la îndemână un ghid care ar elucida niște exemple de jocuri, activități ce ar contribui la dezvoltarea copilului, dar ar fi accesibile, simplu de organizat și dirijat. Din această perspectivă propunem mai multe modele:

## Jocuri de formare a conduitei civilizate

Obiectivul major, formarea-dezvoltarea conștiinței morale și a conduitei civilizate, îl vom realiza prin diverse jocuri în care se exersează reprezentările, noțiunile, judecățile, raționamentele morale și se consolidează comportamentele și deprinderile etice.

Aceste jocuri pot avea caracter diferit, principalul este să selectăm subiecte adecvate vârstei și modelului de conduită etică în diverse situații de viață. Pentru copiii de 1-3 ani sunt necesare jocurile cu păpușa, care primește un nume și se află în diverse situații: *la masă, în ospete, la bunici, lângă mama și tata, la plimbare, se joacă, la medic, la grădiniță, la școală, la menagerie* etc.

Fiecare acțiune cu păpușa se verbalizează. Cu copilul se vorbește corect, calm, explicit. Dacă părinții acționează în locul păpușii, ei comentează într-un mod accesibil fiecare moment, utilizând formulele cunoscute de politeță (mulțumesc; scuzați; bună dimineața, bună ziua, bună seara; la revedere; cu drag; cu respect etc.).

**Părinții procură jucării-chipuri nu prea mari, cu care micuții ar putea manipula. E bine de procurat variate păpuși, jucării ce reprezintă diverse animale, obiecte de uz casnic, mobilă, vestimentație, materiale speciale pentru jocuri de construcție etc.**

**Sunt necesare păpușile ce reprezintă ambele genuri: păpușe-fete, păpușe-băieți cu seturi de vestimentație pentru diverse anotimpuri și pentru ambele genuri, jucării de tipul: mobileirului, veselei, uneltelor de muncă complete de cubșoare, constructor, jucării – forme pentru jocurile cu nisip, apă etc.**

În scopul formării-dezvoltării conștiinței morale și a conduitei civilizate prin intermediul jocului cu copiii de vârstă preșcolară pot fi aplicate *puzzlele*, imaginea cărora reprezintă diverse momente din viața copilului, adulților, subiecte din povești, poezii



pentru copii etc. La fel, sunt binevenite jocurile didactice pe teme etice sau cele ce reprezintă relația om – natură – societate.

Jucându-ne cu copiii, modelăm situații din viața reală, punând accent pe comportarea frumoasă, adecvată a adulților și copiilor în familie, societate și în natură.

În jocurile tematice cu subiect, în cele didactice de masă sau dramatizările realizate, axăm acțiunile personajelor pe comportarea etică în mediul familial, în mediul social și în natură.

Astfel, jocurile: *De-a familia, De-a mama, De-a tata, La bunici, Primim oaspeți, Amenajăm casa, Culcăm copilul, În familie e sărbătoare* etc. – pot fi desfășurate în zilele de odihnă sau seara. Subiectele le putem schimba în funcție de faptul ce fel de modele comportamentale dorim să consolidăm.



**Model:**

**Jocul: *În familie e sărbătoare* (Anul Nou)**

**Scopul:** Consolidarea abilităților și deprinderilor de comportare civilizată în cadrul festivităților, primirii oaspeților și formarea atitudinii pozitive față de munca familială în comun.

**Materiale:** Completul de artă plastică, jucării-chipuri: păpuși ce reprezintă ambele genuri, veselă, mobilier etc.

**Condiții:** Cu copiii antepreșcolari pot fi organizate jocuri didactice, iar cu cei de 4-7 ani pot fi organizate jocuri de rol/ cu subiect.

**Scenariu:**

**VARIANTA I**

Mama – păpușa Vera și tata – păpușa Sandu împreună cu copilul lor – păpușa Ana se pregătesc pentru sărbătoarea de Anul

Nou: aleg jucării, împodobesc bradul, servesc masa și întâlnesc oaspeți, pe păpușile bunici Ion și Maria. Acțiunile se desfășoară în detalii: salutul, rudele se sărută, se invită la masă, participă la masa de sărbătoare, felicită, oferă cadouri, mulțumesc etc.

Pentru păpuși acționează și vorbește adultul, micuțul este implicat la împodobirea brăduțului, aranjarea mesei etc.

Adultul numește clar fiecare acțiune, explică comportarea păpușilor, provoacă interesul și implică copilul în conversații pe marginea subiectului derulat:

### ***Conversația finală:***

Ce sărbătoare este în familia păpușii Vera și a păpușii Sandu?

Da, Anul Nou. Bravo.

Cine a venit în ospeție la păpușa Ana?

Corect, bunicii au venit.

Cum familia s-a pregătit de Anul Nou?

Au împodobit bradul și au aranjat o masă de sărbătoare.

Întrebările pot fi foarte variate (despre jucăriile de brad, urări, felicitări, cadouri, comportarea păpușilor la masă etc.), este necesar să ținem cont de vârsta copilului și dezvoltarea lui.

### **VARIANTA II**

*Jocul de rol* cu caracter creativ poate fi organizat cu preșcolarii în preajma sărbătorii respective. Părinții împreună cu copiii confecționează jucării pentru brad, pentru amenajarea odăii. Aleg vesela pentru masa de sărbătoare, pregătesc cadouri etc.

Propun copiilor să repartizeze rolul mamei, tatălui, copiilor și să-și imagineze acțiunile lor, reproducându-le, inclusiv vorbirea.

Sarcina jocului poate fi completată prin a propune copiilor să compună o urare, felicitări, să gândească și să facă o compoziție din crenguțe de brad și jucării etc.

În joc și prin intermediul acțiunilor educative a părinților ce se implică sau organizează jocul copiii asimilează mai ușor:

comportarea civilizată în familie, în societate (în timpul plimbării, când primim oaspeți, la masă etc.);

comportarea în situația când cineva dintre adulți sau semeni necesită ajutor;

conduita amabilă, respectuoasă;

comunicarea calmă, politicoasă;

atitudinea grijulie față de om, natură;

cultura conduitei și cultura relațiilor interpersonale;

semnificația valorilor: Bine, Frumos, Adevăr, Sacru și a virtuților umane: onestitate, cinste, hărnicie, amabilitate, cordialitate, bunătate, perseverență, curaj etc.

**Pentru ca părinții să se orienteze mai ușor în jocurile ce contribuie la interiorizarea valorilor morale și a normelor etice propunem delimitarea a cinci teme:**

*copilul în cadrul familiei;*

*copilul în natură;*

*copilul între semeni (în colectiv);*

*copilul în societate;*

*relația copil – adulți.*

Exemple de jocuri ce țin de tema familiei am prezentat anterior. Jocurile din cadrul temei, *Copilul în natura*, pot fi variate, începând cu: *Ocrotim natura, Sădim livada, Cățelușul fermecat, Îngrijesc pisica, Întâlnim păsările, În pădure, În grădină, Strânsul roadei, Facem curat în curte, Curățim izvoarașul, La lac, Udăm florile, Îngrijim animalele etc.*

Pentru copiii mai mici modelăm situații de joc prin intermediul jucăriilor-chipuri și a accesoriilor necesare (rochițe, șorțulețe, bonete, veselă, instrumente etc.).

Cu copiii de vârstă preșcolară (3-7 ani) pot fi organizate diverse jocuri în natură cu scopul de a-i învăța a munci, a îngriji, a ocroti natura. Toate jocurile ce au ca subiect ocrotirea naturii se recomandă să le desfășurăm în condiții naturale/ firești.

De exemplu: dacă *sădim livada*, apoi chiar putem pregăti câțiva copaci, arbuști sau alte plante pe care le sădim împreună cu copilul, explicând toate acțiunile. Dacă întâlnim păsările, construim și aranjăm o graurniță în scuarul/ pădurea din apropiere etc.

După aceste jocuri organizăm observări sistematice ca să vadă copilul cum se dezvoltă și cum cresc copacii sădiți, cine trăiește în graurnița plasată pe copac etc.

### **TEMA: Copilul între semeni**

**Jocuri recomandate:** *Prietenul meu, Eu mă joc la grădiniță, Prietena mea, Îmi ajut colegul, Copiii la joacă, Între prieteni, Fetite și băieții, Micuții harnici, Jocuri de iarnă, Copiii la lac, Hai să ne jucăm împreună, Vom pleca la școală* etc.

#### **Model:**

#### **Jocul: Micuții harnici**

**Scopul:** Formarea abilităților și deprinderilor de comunicare interpersonală cu semenii (repartizarea obligațiilor) și munca în comun.

**Materiale:** Un set de unelte pentru copii: greblă, hârleț, mătură, stropitoare etc.

**Condiția:** Jocul se organizează în natură (pe o parcelă în grădină), e bine să implicăm și câțiva copii vecini (4-5).

Se anunță condițiile și regulile jocului.

Sarcina se poate complica prin: anunțarea rezultatelor muncii, analiza eforturilor comune în interpretarea copiilor. Se anunță

că seara vor desena/ picta un peisaj ce va oglindi munca copiilor în natură. Apoi va fi expoziția lucrărilor la cineva dintre copii, care mai apoi poate fi expusă pe rând la fiecare.

**Scenariu:** Tata anunță copiii precum că astăzi se vor juca cu semenii lor – copiii vecinilor. Astfel, în joc vor participa 6 copii, din care Ionel și Maria au câte 5 ani, Sandu, Stela și Ana au câte 6 ani, iar Aurica are numai 4 ani.

Jocul se numește **Micuții harnici**. Copiii vor face ordine pe o parcelă. Aici trebuie mai întâi de strâns frunzele, de scos rădăcinile uscate, de afânat solul, de săpat în jurul florilor, apoi de tăiat câteva flori de la toate tufele de crizantemă; de ales câte 5-7 frunze galbene, arămii, verzui și de compus 6 buchete de toamnă. Copiii trebuie să se străduie a repartiza obligațiunile singuri, să observe natura, comportarea colegilor, să muncească onest și bine.

Se poate organiza o expoziție a buchetelor de toamnă, a desenelelor copiilor în familie (în familia fiecărui copil).

### TEMA: Copilul în societate

**Jocuri recomandate:** *În stradă, În curte, În excursie, La teatru, La grădiniță, La biserică, La medic, În policlinică, La șezătoare, La sărbătoarea de Anul Nou, La Sf. Paști, În ospete, La bunica, La rude, În autobuz, În avion, La lac, La mare, La odihnă cu părinții.*

*În familie, Acasă, Lângă mama, Lângă tata, Eu sunt om, Oamenii și Lumea, Copilul și adultul, Adulții muncesc, Prietenia copil – adult, Viața copilului, Viața adultului, Adulții din jurul nostru, În ospete, La bunici etc.*

În raport cu tema și subiectul ales este gândit și interpretat conținutul jocului.

*Conținutul specific al educației morale reflectă două coordonate definitorii, care vizează raportarea omului la societate –*

*educația moral-civică și la sine – educația moral-individuală* [8, p.129]. În educația preșcolară, formarea – dezvoltarea atitudinilor morale, asimilarea cunoștințelor moral-etice asigură interiorizarea deprinderilor și obișnuințelor motivaționale, determină consecvența și coerența acțiunilor și a conduitei morale.

**În procesul educației familiale și a jocurilor, părinții pot aplica următoarele metode și procedee:**

**procedeele informării morale** (se oferă un anumit volum de informații vizavi de comportamentele personajelor jocului);

**explicația morală** (se argumentează accesibil specificul acțiunii sau conduitei morale);

**convorbirea morală** (poate fi desfășurată cu copilul sau personajele din jocul propus);

**dialogul moral** (poate fi unul concret, dar poate fi și unul imaginar pe marginea culturii conduitei);

**comentariul moral** (expunerea viziunii cu privire la o faptă, acțiune, comportament);

**demonstrație – pledoarie** (exteriorizăm și definim faptele bune, dar și emoțiile pozitive față de conduitele morale);

**exemplul moral** (exemplu de acțiuni, fapte, comportare ce corespund normelor etice);

**analiza/ studiul de caz** (o faptă/ conduita unui copil sau a păpușii ce se analizează prin optica valorilor: bine, frumos etc.);

**povestirea morală** (un subiect explicit de comportare morală în care sunt incluse jucăriile sau copilul);

**recomandarea morală** (se efectuează într-un limbaj explicit, succint și calm, sugestiv);

**aprobarea morală** (laudă, îndemn, încurajare, convingere, stimulare prin recompense morale);

**dezaprobarea morală** (observație, avertizare, sancțiuni, ironie în corespundere cu vârsta și fapta copilului. Nu se face abuz);

**îndemnul moral** (sugestie și implicare în conduite etice; apel);

**exercițiul moral** (antrenarea în variate acțiuni și situații; comportamente morale).

Metodele elucidate pot fi aplicate în variate îmbinări și situații.

### **Model:**

#### **Jocul: *În oșpeție la bunici***

**Scopul:** Consolidarea cunoștințelor cu privire la familie, relația copii -părinți-bunici și formarea abilităților de comunicare empatică cu bunicii.

**Materiale:** Cărți cu povești, poezii, ilustrate ce reprezintă diverse scene din viața familiei, a buniciiilor.

#### **Condiția:**

Dacă se organizează un joc didactic cu antepreșcolarii pot fi desfășurate scene din relația bunici-nepoți, viața familiei în raport cu bunicii, comunicarea cu bunicii, se pregătesc jucăriile și materialele necesare. De exemplu, o păpușa care va avea vestimentația adecvată și va fi folosită în rolul de bunică/ bunel.

În cazul de desfășurare a unui *joc de rol*, în care copiii vor evolua în calitate de bunică/ bunic se pregătesc elemente de vestimentație specifice pe care le vor îmbrăca copiii.

#### **Scenariu:**

Jocul poate începe de la o discuție, convorbire, poezie, povestire despre relația frumoasă a buniciiilor cu nepoții.

Pentru bebeluși și antepreșcolari se demonstrează scene la tema dată cu păpușile, iar preșcolarii improvizează situații și joacă rolurile de bunică, bunic, nepot etc.

Principala strategie educativă constă în verbalizarea, explicarea și argumentarea acțiunilor și a comportamentelor.

*La solicitarea părinților care au participat în experimentul nostru propunem un **model al unei zile de odihnă**.*

### **MODEL AL UNEI ZILE DE ODIHNĂ ÎN FAMILIE**

Ilustrăm jocurile și activitățile care pot fi desfășurate de părinți cu copiii de vârstă preșcolară într-o zi de odihnă:

**Componenta familiei:** Mama, tata, fiica Elena (5 ani).

**Anotimpul:** Toamnă (mijlocul lunii octombrie).

În timpul acțiunilor igienice de dimineață se poate propune copilului să numească fiecare element de autoîngrijire, de vestimen-tație, acțiunile sale, procedurile igienice etc.

După ce s-a pregătit copilul de dejun i se propune să-și aranjeze pătuțul său, menționând că acesta trebuie să fie așternut, îndreptat, pernuțele bătute, plasate frumos una peste alta, acoperite cu o micuță draperie fină de culoarea cuverturii.

Tata o ajută pe fetiță, iar mama pregătește dejunul.

Apoi copilul poate fi atras la servirea mesei.

După dejun familia pleacă la plimbare în parcul din vecinătate. Aici, plimbându-se pe alei, au observat de ce culoare sunt frunzele, au strâns diferite frunze, le-au aranjat în câteva buchete de toamnă și au conversat.

#### **Joc creativ: Copacii și frunzele**

Părinți i-au povestit Lenuței despre toamnă și i-au propus un joc: să adune câte trei frunze de diferite culori, mărimi și forme de la copacii din apropiere. Apoi au analizat împreună frunzele, au observat și admirat copacii. Tata i-a povestit Lenuței o poveste fru-



moasă despre viața copacilor primăvara, vara și toamna, i-a amintit că au fost aici și au admirat natura primăvara când înfloreau copacii și vara, când la umbra lor era răcoare. Mama s-a implicat în discuție, propunându-i fiicei să caracterizeze copacii de toamnă, de vară, de primăvară.

### **Joc-înscenare:**

Apoi cu toții s-au jucat într-o joacă inventată de familia lor: Lenuța imita și demonstra chipul fiecărui copac observat anterior, iar părinții trebuiau să descrie și să numească arborele.

*Arțarul*, în interpretarea Lenuței, era vesel, *se clătina ușurel; stejarul* – stătea mândru, măreț și foarte serios. *Mesteacănul* se legăna încet și tandru, iar *salcia* – *se îndoia și era tristă*. *Bradul* veșnic verde era împodobit cu mai mulți cucuruzi.

Părinții au lăudat fetița pentru inventivitate, spirit de observație și au compus împreună o poezie despre toamnă prin care, de fapt, au consolidat cunoștințele dobândite:

*Toamnă, toamnă aurie  
Și pe-alocuri arămie;  
Ai venit pe 'ntreaga glie;  
Ești frumoasă și-mi placi mie...*

În finalul plimbării, la propunerea fiicei, a fost inițiat un joc cu mingea.

### **Joc mobil: Mingea cea isteată**

**Materiale:** o minge

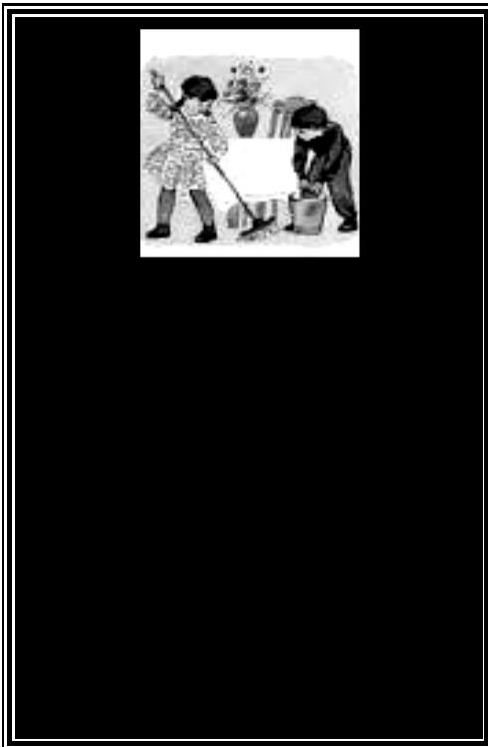
**Condiția:** Fiecare jucător trebuie să se miște în așa mod ca să nu fie lovit cu mingea.

Înainte de cină tata și Lenuța au făcut curățenie în curte, au hrănit iepurii, au strâns frunzele căzute și le-au pus în containere.

După cină familia s-a jucat în puzzle, apoi mama i-a citit fetei povestea *Fata babei și fata moșneagului* de I. Creangă.

Au analizat și apreciat comportarea fetei harnice și a celei leneșe și viclene. Au evidențiat faptele bune și au discutat comportarea pozitivă și cea negativă a fetelor și băieților. Au discutat despre ziua petrecută împreună, au apreciat și enumerat faptele bune.

Au decis să elaboreze un *Poster al faptelor frumoase și bune realizate în cadrul familiei de Lenuța.*



**Figura 3. Posterul faptelor frumoase și bune (model)**

Tata a luat o foaie curată, a desenat un chearnar frumos, a lipit o ilustrată selectată de Lenuța, apoi au analizat și au înregistrat faptele fiicei ce meritau atenție (Figura 3). Familia a menționat purtarea fetei prin aprecierea:

**Bravo, eu și tăticu ne mândrim cu tine, suntem fericiți că te avem; ești hărnică! Noi te iubim foarte mult.**

Elena a privit povestea de seară și a plecat să se pregătească de somn.

Astăzi era rândul mamei s-o ajute pe Lenuța să se pregătească de culcare [11, p. 135-136].

**Ritualul pregătirii copilului de somn:**

igiena de seară;  
despletirea și pieptănatul părului;  
rugăciunea de seară;  
stingerea și urarea de noapte bună.

*Nota: Fetița a fost implicată în calitate de ajutor al părinților la pregătirea tuturor momentelor/ cotidiene (pregătirea, aranjarea și strângerea meselor etc.).*



**EDUCAȚIA ARMONIOASĂ A  
PREȘCOLARULUI PRIN JOC. JOCUL ÎN  
EDUCAȚIA INTELECTUALĂ ȘI  
EDUCAȚIA MORALĂ**

**Scopul:** dezvoltarea proceselor psihice cognitive, a creativității și formarea atitudinii pozitive față de activitățile intelectuale desfășurate în cadrul familiei; cultivarea morală a copilului.

Plecând de la *principiul abordării sistemice a educației familiale* și asigurarea comodității părinților și a copiilor, propunem **Strategia exersării intelectuale și cultivării morale contextuale a preșcolarului**. Aceasta include forme, metode și procedee care presupun cultivarea morală; dezvoltarea capacităților, proceselor psihice cognitive, a creativității în cadrul vieții și în contextul cotidian al familiei, fără a transforma aceste jocuri în activități speciale de durată, asemănătoare celor din instituția preșcolară. Accentul se pune pe formarea unității conștiinței și conduitei morale a deprinderilor morale, dezvoltarea capacităților cognitive și intelectuale.

Jocurile intelectuale, neapărat vor conține componenta morală și pot fi foarte variate, fiind organizate în diverse condiții: la plimbare, în timpul odihnei la pădure, la lac, la mare, în zilele de

odihnă; seara, în timpul liber sau în timpul unor activități cotidiene de autoservire și menaj casnic.

## I

### **Dezvoltarea spiritului de observație, a memoriei și a limbajului**

#### **Jocul: *Describe jucăria preferată (ilustrată, obiectul etc.)***

Propunem copilului să descrie jucăria preferată, pe care a primit-o anterior sau cu care s-a jucat. Dacă jucăria reprezintă o fetiță sau băiețel, îi propunem copilului să vorbească pentru aceste personaje, modelând situații de salut, rămas bun, îndeplinirea unei rugăminți etc. Pentru preșcolarii de 5-7 ani sarcina se complică: descrie jucăria și jocurile în care te poți juca cu ea; descrie situația, comportarea ta și comunicarea cu adulți.

#### **Jocul: *Ce a-i observat la plimbare?***

Propunem copilului să descrie natura, acțiunile oamenilor, copiilor sau alte evenimente în funcție de vârstă și dezvoltarea inteligenței lui. Pentru a-i stimula imaginația putem începe noi povestirea.

Sarcina poate fi diversificată, simplificată sau completată.

De exemplu:

descrierea naturii și a anturajului din preajma lacului;

descrierea unui copac, a unei flori etc.;

explicarea unor comportamente ale oamenilor (ale constructorilor, a pescarilor, a copiilor etc.).

#### **Jocul: *A cui este imaginea/ Ce a desenat pictorul?***

**Materiale:** Cărți, ilustrații, reproduceri, desene. O foaie cu o *ferestruică* tăiată (diametrul ei depinde de mărimea imaginii, dar să nu fie mic).

**Condiția:** Foaia cu ferestruica tăiată se suprapune pe imagine și se propune copilului să povestească ce vede.

Sarcina se poate complica: se fac 2-3 ferestruici mai mici și se suprapun pe o imagine ce reprezintă subiecte din poveștile, poeziile cunoscute, iar copilul trebuie să le comenteze.

**Jocul:** *Ai observat totul?*

**Materiale:** 3-6 ilustrații.

**Condiția:** Se poate juca întreaga familie. Fiecare își privește atent timp de 2-3 min. ilustrația, străduindu-se să rețină conținutul imaginii în detalii. Dacă sunt copii sau adulți în imagine, e de dorit ca aceștia să primească un nume Ionel, Olgața; mama Vera, tata Marcel etc. Apoi se face schimb de ilustrații și adresează pe rând întrebări (unul altuia). Întrebările trebuie să fie axate și pe detaliile secundare. De pus accentul pe conduita personajelor (copiii se joacă frumos; copiii ajută o bunicuță; Ionel o ajută pe mama în grădină etc.). Pentru fiecare răspuns corect se dă câte 1 punct.

Învingător va fi acela care va acumula mai multe

puncte. **Jocul:** *Cunoaște sunetul*

**Materiale:** 10-15 obiecte (variate: un cub, un pahar, o sticlă, o jucărie de ceramică, o carte, o săpunieră, o minge etc.

**Condiția:** De ales un set de obiecte variate, pe care copilul trebuie să le vadă și să le audă. Le lovim pe rând cu o riglă ca acestea să sune. Apoi le ascundem sau legăm ochii participanților și le propunem să spună care obiect a fost lovit cu rigla.

Învingător devine participantul care a dat mai multe răspunsuri corecte.

## II

**Dezvoltarea percepției, memoriei, orientării în spațiu și a capacității de analiză și comparare:**

**Jocul:** *Numiți acțiunea*

**Materiale:** 5-10-20-obiecte (variate după formă, mărime, sunete etc.). Treptat măriți numărul obiectelor.

**Condiția:** Adultul acționează cu diverse obiecte, iar copilul trebuie să numească obiectul și să descrie acțiunea.

**Jocul:** *Ce s-a schimbat?*

**Condiția:** a) Ieșiți din odaie și schimbați ceva în imaginea dvs. Propuneți copilului să spună ce s-a schimbat.

Acest joc poate fi organizat și altfel.

Propuneți copilului să iasă din odaie și schimbați ceva în locul unde vă aflați sau ascundeți un obiect. Copilul trebuie să spună ce modificări au intervenit.

**Jocul:** *Cine și ce face?*

**Condiția:** Se joacă în grup sau cu toată familia. Fiecare jucător iese din odaie, iar ceilalți fac ceva: recită poezii, șterge praful, ridică o carte, se joacă cu pisica, se joacă cu mingea etc. Când persoana intră în odaie toți rămân nemișcați în poza dată. Copilul intră în odaie și după pozele fiecărui jucător trebuie să descrie acțiunea acestuia.

**Jocul:** *Săculețul fermecat*

**Materiale:** Un săculeț foarte frumos cu diverse obiecte, jucării mărunte, bibelouri.

**Condiția:** Propuneți copilului care are ochii legați să scoată câte un obiect/ jucărie pe care o va cerceta cu mânuțele pentru ca mai apoi aceasta să fie numită.

Sarcina se poate complica:

să numească obiectul/ jucăria;

să descrie obiectul/ jucăria;

să povestească, improvizând ceva interesat despre ea.

**Jocul: *Veniți la timp***

**Materiale:** Fișe cu indicația timpului (de la 2 min. până la 5 min.) și un ceasornic / secundomer.

**Condiția:** Fiecare copil își alege câte o cartelă. La semnalul dat copiii vor ieși din odaie. Copiii trebuie să revină după timpul care este indicat pe cartelă.

Adultul înseamnă cu cât a venit mai înainte sau mai târziu copilul în funcție de timpul indicat. Ca copilul să învețe a aprecia durata timpului, jocul se poate varia:

se pot ascunde toți copiii odată pentru 1 min.;

desenează 5 min. împreună cu adultul și se apreciază timpul;

se joacă cu mingea împreună 3 min.

**Jocul: *Apreciază volumul***

**Materiale:** Vase diferite ca mărime și formă.

**Condiția:** Se propune copilului să toarne apă pe rând în fie-care vas și să determine care vas are un volum mai mare sau mai mic.

### III

**Dezvoltarea memoriei**

**Jocul: *Cine a reținut mai multe obiecte?***

**Condiția:** Propuneți copilului să privească în jur și să rețină cât mai multe obiecte.

Cine reține mai multe obiecte iese învingător.

Jocul se poate varia:

să rețină culorile și forma obiectelor;

să rețină obiectele de aceeași culoare, mărime sau formă; să le compare; să le descrie etc.

**Jocul: Memorizați întregul**

**Materiale:** 3-4 tablouri / ilustrații, desene întregi și tăiate în 7-10-15 părți de mărime diferită.

**Condiția:** Copilul privește timp de 2-4 min. fiecare ilustrație întregă, apoi i se propune un fragment din aceasta după care el trebuie să descrie întreaga imagine percepută și memorizată anterior.

**Jocul: Cerculețe ciudate**

**Materiale:** Fișe pe care sunt desenate cerculețe de diferite mărimi, culori și în diferite zone (sus, jos, în stânga, în dreapta, la mijloc etc.).

**Condiția:** Copilul trebuie să perceapă și să memoreze mărimea, forma, numărul, poziția cerculețelor.

**Jocul: Descrie păpușa Ana (Vera, Maria etc.)**

**Materiale:** 1-2 păpuși cu seturi de vestimentație și nume.

**Condiția:** Păpușa este demonstrată și descrisă de către copil apoi se schimbă ceva în vestimentație, în poza ei, iar copilul trebuie să reproducă prin cuvinte, gesturi, povestioare totul ce a fost anterior și ce s-a schimbat. Copiii mai mari pot determina și ce anume s-a schimbat la fiecare păpușă: la Ana; Vera, Maria etc.

**Jocul: Memorizarea poeziei/ cuvintelor**

**Materiale:** Cărți pentru copii cu poezii, fișe cu cuvinte decupate, imagini etc.



**Condiția:**

Se variază: Adultul citește poezia de 2-3 ori și propune copilului să reproducă conținutul ei (pe de rost sau să povestească ceea ce a reținut);

Se citește o dată poezia și se propune copilului să numească cât mai multe cuvinte din ea;

Se citesc un șir de cuvinte și se demonstrează fișa cu cuvântul respectiv decupat. Se amestecă cartelele, iar copilul trebuie să le aranjeze pe rând;

Se pot pregăti desene/ ilustrate pentru fiecare rând al poeziei. Citind, demonstrăm copilului conținutul ilustrațiilor în ordinea fenomenelor descrise în poezie.

**JOCURI DISTRACTIVE**

Jocurile familiale deseori sunt desfășurate pentru ca membrii familiei, adulții și copiii, să se relaxeze; să se distreze; să se odihnească activ, să-și ridice dispoziția, tonusul vital, să se cunoască mai bine pe sine și pe apropiatul său. Aceste jocuri mai pot fi desfășurate în cazul când în familie sunt oaspeți cu copii. Jocurile distractive pot avea un caracter intelectual, dar și unul moral. De exemplu: se pregătesc 15-20 de fișe, care reflectă diferite acțiuni și fapte pozitive și negative (urâte, iar copiii le clasifică, apoi le caracterizează și explică de ce unele fapte sunt morale, iar altele sunt imorale/negative. Pot spune ce și cum ar trebui de realizat pentru ca faptele negative să le transformăm în fapte pozitive.

**Scopul:** Relaxarea fizică și psihică, energizarea, ridicarea tonusului vital.

**Jocul: *Omul și oglinda***

**Condiția:** Se joacă în perechi.

Adultul și copilul stau față în față. Rolul de oglindă îl joacă fiecare. Omul se privește *în oglindă*, îndeplinind diverse acțiuni. De exemplu, se piaptână, măsoară o haină, *face niște mutrișoare hazlii* etc. Oglinda, adică cealaltă persoană, trebuie să reflecte întocmai acțiunile celui ce se privește în oglindă.

**Jocul: *Cercul magic***

**Condiția:** Toți se așează la podea în formă de cerc. Mama sau tata începe jocul. Atinge ușurel vecinul din dreapta sa, îl privește în ochi, făcând o constatare despre el, spunându-i vorbe bune/plăcute. Fiecare jucător face același lucru. **Efectul magic constă în întreruperea acțiunilor energizante: atingerea → privirea**  
**→ be plăcute/ constatarea pozitivă,lorificarea gesturilor și acțiunilor cu caracter moral.**

**Jocul: *Mă prezintă păpușa Ana – prietena mea***

**Materiale:** Două păpuși (băiat și fată) sau alte jucării, la care se oferă un nume.

**Condiția:** Fiecare se prezintă prin intermediul păpușii.

Pe parcurs se pot pune diverse întrebări. De la începutul jocului ca model se prezintă un adult. El povestește din numele păpușii Ana despre sine, expresiv și sincer, evidențiind ceva interesant.

**De exemplu:** Bună ziua, prieteni. Astăzi păpușa Ana va juca rolul meu. Mă numesc Maria. Sunt mama lui Sandu și a lui Elena. Îmi iubesc mult copiii și familia mea. La noi acasă este foarte frumos. Fiecare își are ungherașul său preferat în care se joacă, se odihnește și de care are grijă. Eu iubesc mult să croșetez și să citesc. Îmi pare bine când citim ceva interesant împreună cu copiii, apoi

desenăm / pictăm personajele și completăm expoziția familială pe care am numit-o *Povești și poezii în imagini*.

În continuare se oferă posibilitatea de a se prezenta copilului. După fiecare prezentare pot urma aplauze, oferirea unui mic prezent fiecărui jucător sau se pot repartiza niște obligațiuni de onoare.

### **Jocul: Copacii în vârtoarea vântului**

**Condiția:** Toți participanții se așează într-un cerc la podea.

Un adult reprezintă *Natura*. El cu o voce calmă, lină spune:

*Imaginați-vă o noapte de vară caldă, liniștită. Bolta cerului e înaltă, pe ea sclipesc multe, multe stele, în jur e liniște, dar, iată că de undeva de departe, din munți a venit un vântișor.*

*Copacii din jur au început a se clătina de la început încetișor, de abia, puțin de tot ... (Vocea adultului devine mai tare), dar iată că vântul se întetește, el devine tot mai puternic, mai năvalnic. Copacii se apleacă și mai tare, foșnesc, crengile se îndoaie ... totul în jur freamătă, se zbate în vârtoarea vântului ...*

Participanții se apleacă, se îndoaie, întind mâinile, le mișcă în funcție de *forța vântului*, ba încet și lin, ba mai repede.

Principalul este ca fiecare participant să se atingă ușurel de palmele opusului sau din cerc, zâmbindu-i.

După rafalele puternice ale vântului numaidecât urmează potolirea lui. Acțiunile se pot repeta de 3-4 ori.

### **Jocul: Povestea preferată**

**Condiția:** Începe un participant povestea și spune 2-3 fraze, apoi atinge ușurel vecinul care la fel continuă și spune 2-3 fraze. Acesta transmite atingerea altui participant care continuă povestea. Jocul se termină odată cu finalul povestii. Pe parcurs fiecare jucător

poate imita personajele din poveste în acțiuni, în vorbire etc. Învingător se consideră participantul care coerent și expresiv a reprodus fragmentele din poveste.

**Jocul: *Numele meu***

**Condiția:** Familia stă sau șade în cerc și prezintă câteva variante ale prenumelui său. De exemplu: Ana, Anuța, Anișoara, Ani, Nuța etc. Condiția poate fi schimbată: să prezinte variante diverse a pronumelui mamei, tatălui, fratelui, bunicii etc.

Învinge acel participant care este mai inventiv și prezintă mai multe variante.

**Jocul: *Ce a-i lua într-o călătorie îndelungată?***

**Materiale:** Foi, creioane colorate, karioka etc.

**Condiția:** Fiecare participant desenează 3-5 obiecte pe care le-ar lua într-o călătorie îndelungată și se gândește la argumente (de ce ar lua acest obiect). Jocul se poate complica prin schimbarea condiției: ce animal ai lua cu tine; ce floare sau jucărie etc. Învingător va fi acel participant care va demonstra prezentarea cea mai originală.

**Jocul: *Culoarea familiei mele***

**Materiale:** Foi, fișe cu desenul casei ce reprezintă și părinții; creioane colorate etc.

**Condiția:** De colorat fiecare persoană, odaie, obiect în culoarea care, conform viziunii participantului la joc, corespunde esenței persoanei, obiectului. La sfârșit desenele colorate se demonstrează și se comentează.

**Jocul: *Lanțul muzical***

**Condiția:** Se așează familia comod și cântă: cineva începe cântecul, ceilalți trebuie să-l continue.

Poate fi și o altă înțelegere: ca fiecare să cânte câte 2 rânduri, dar s-o facă rapid ca să nu fie pauză.

Învinge acela care a cântat mai multe rânduri, completând lanțul muzical.

**Jocul cu diverse părți ale propriului corp (mâinile, degetele etc.)**

**Condiția:** Copilul șade pe canapea lângă părinți. Îndeplinește toate acțiunile descrise în poezii.

În continuare propunem ca părinții să organizeze jocuri, valorificând proverbe, zicători, poezii, inclusiv poezioarele expuse:

**JOC**

Închid ferestrele (arată la ochi),  
Pun obloanele (pune mâna pe pleoape),  
Închid ușa (apropie mâna de gură), Pun  
lacătul (pune mâna pe bărbie), Succesc  
cheia (apasă ușurel năsucul).

*A. Barto*

\*\*\*

**DEGETELE HĂRNICELE**

Degetul mare, iată-l  
cred că-anume el e tatăl.  
Degetul arătător  
ne arată spre viitor.  
Degetul cel mijlociu

e cam năzbătios, zglobiu.  
Degetul inelar  
poartă mărgăritar.  
Mezinul la urmă, folosește o cheie  
– toată poezia o încheie.

\*\*\*

### SĂ NE JUCĂM CU DEGETELE!

Hai să arătăm **degetul cel mic**  
și cu el să ne jucăm un pic!  
Hai să arătăm degetul **inelar**,  
să-i aducem un inel în dar.  
Hai să arătăm degetul **mijlociu**, să  
vedem cât este de zglobiu.  
Hai să demonstrăm și **arătătorul**  
și să-l rotim cu binișorul.  
Hai să arătăm **degetul cel mare**  
și să-l facem semn de întrebare.  
Hai să arătăm  
Palmele curate  
Și ușor să le lovim  
Până nu le obosim.

### DEGETELE

Merg patru degete pe cărare,  
Unu câte unu.  
Și tot strigă-n gura mare

Că lipsește unu  
Ele nici n-au observat  
Când toate s-au arătat (*se face gestul  
respectiv/ arătăm copilului toate degetele*).

## FAMILIA

Iată bunicul,  
Iată bunica,  
Iată tăticul,  
Iată mămica,  
Iată odrasla mea dragă,  
Iată familia întreagă.

## DEGETELELE CE REPREZINTĂ FAMILIA

Degetul acesta-i bunicul (degetul mare),  
Dar acesta-i bunica (degetul arătător).  
Acesta-i tăticul (degetul mijlociu),  
Dar aceasta-i mămica (degetul inelar).  
Acesta-i odorul micuț (degetul mic)  
Și îl cheamă... /numele/ De exemplu: Ionuț...

(Poezii selectate și adaptate din lucrările  
specialiștilor din domeniul educației preșcolare  
[6; 7; 11; 43; 45]).



## MUNCA ȘI JOCUL

### EDUCAȚIA ESTETICĂ ȘI EDUCAȚIA PSIHOFIZICĂ

**Jocul în educația tehnologică/prin muncă** și formarea atitudinii pozitive față de muncă, la fel, trebuie să fie aplicat în cadrul familiei.

**Scopul:** formarea-dezvoltarea personalității prin muncă și valorile științei aplicate. În acest context reliefăm dimensiunea materială, ce presupune familiarizarea copilului cu diverse instrumente, instalații, mijloace tehnice, computerul, tableta etc.

În corelație cu dimensiunea nominalizată, valorificăm în educația prin joc și *dimensiunea normativă*, care ajută să familiarizăm copilul cu un ansamblu de principii, norme și reguli de comportare și de aplicare a jucăriilor și mijloacelor tehnice. Realizarea dimensiunilor vizate contribuie la *optimizarea dimensiunii sociale*, ce vine să asigure pregătirea pentru viața adultă în cadrul societății.

În procesul educației familiale părinții realizează formarea unei atitudini pozitive față de muncă, față de valorile noilor tehnologii, a științei aplicate, cultivând la copil interesul pentru diverse domenii (tehnică, artă, pedagogie, ecologie etc.) și profesii, priceperi și competențe elementare de autoservire, munca intelectuală, muncă de menaj casnic, munca în natură etc.

Familiarizarea antepreșcolarului cu munca de autoservire și cea de menaj casnic se poate realiza prin observații directe, prin implicarea copilului de 2-3 ani în acțiuni simple de muncă (aranjarea jucăriilor la loc, aranjarea hainelor sale; aducerea unui obiect, îngrijirea plantelor decorative etc.) și prin intermediul jocurilor didactice cu subiect. Astfel, sunt binevenite și accesibile jocurile:

*Păpușa Ana s-a trezit; Păpușa Ana în timpul dejunului/ prân-*



zului/ cinei; *Păpușa Ana pleacă la plimbare; Păpușa Ana în ospeție; Băiețelul Mihai la bunica; Băiețelul Mihai se joacă cu păpușa Ana; Scăldarea păpușilor; Păpușa nouă* etc.

Pentru copiii de 5-7 ani pot fi organizate jocuri creative, de tipul: *Îmi modelez o rochiță/ un costum; Amenajez odaia mea; Ne pregătim de Sf. Paști; Familia în preajma Crăciunului / Anului Nou; Îmbrăcăm păpușile pentru sărbătoare; Îmbină culorile; Pregătim o masă de sărbătoare; Facem curat; Asociază culorile* etc.

În scopul dezvoltării proceselor psihice cognitive, a inteligenței, intereselor cognitive, gustului estetic, părinții pot aplica *diverse jocuri didactice de masă* cu aplicarea materialelor de tipul loto-urilor, ilustratelor, domino-ului, puzzlelor, cărților cu povești, setului de desen, pictură și modelare (albumuri de desen, creioane colorate, acuarelă, karioka, plastilină, lut etc.).

Mare efect în **educația estetică** a preșcolarilor au expozițiile lucrărilor. În familie poate fi formată o tradiție frumoasă vizavi de desfășurarea activităților ce se vor finaliza cu următoarele **expoziții**:

- **Cel mai frumos măștișor;**
- **Buchetul de toamnă;**
- **Portretul familiei mele;**
- **Autoportretul;**
- **Jucării pentru bradul de Anul Nou.**

Părinții pun la dispoziția copiilor diverse piese din lemn, masa plastică, carton, hârtie colorată, altele din categoria materialului pentru jocurile de construcție.

**Sunt binevenite jocurile și activitățile colective în Atelierele de creație a familiei.** Aici pot fi reparate cărțile, jucăriile, diverse obiecte simple; confecționate jucării pentru brad, articole vestimentare pentru păpuși, măști, pot fi încondeiate ouă de Sf. Paști etc.

## *Atenție!*

### **Sarcini de muncă și de autoservire pentru preșcolari**

Deseori tinerii părinți se întrebă ce munci/treburile ar putea îndeplini copiii de 3- 7 ani. Totul depinde de vârstă, starea sănătății copilului și condițiile de viață a familiei și desigur că de creativitatea și răbdarea părinților. Propunem o eventuală listă a sarcinilor, însă aceasta poate fi completată și diversificată.

#### ***Se consideră adecvat dacă copilul:***

își aranjează hainele la locul lor (în dulap, cuier, pe spe-teaza unui mic scaun etc.);

își face/strânge patul;

își strânge jucăriile și le pune la loc (într-o cutie);

își spală mâinile și fața (mai întâi cu cineva dintre adulți, apoi singur/independent);

aduce niște obiecte simple și mici, la rugămintea mamei, tatălui etc.;

face ordine în *Ungherașul său de joc* și pe etajera sa;

îngrijește florile de cameră (2-3 ghiveciuri de care are grijă personal copilul; uda, afânează solul etc., mai întâi cu mama, apoi singur);

este implicat în unele treburi de ale tatălui; îl ajută, observă, poate face servicii auxiliare, dar importante etc.);

are grijă de rucsacul sau gentuța sa (pe care o poartă la plimbare sau la grădiniță);

către 4-5 ani ajută părinții la servirea și strângerea mesei;

respectă ordinea în casă și pune la loc toate obiectele folosite;

către 6-7 ani are grijă de un animal de companie (pisică, câine etc.);

participă activ la muncile din curte sau grădină, la cele de menaj casnic, evident că la cele accesibile și care nu-i pun în pericol viața și sănătatea copilului.

### *În educația psihofizică*

Punem accent pe formarea modului sănătos de viață, valorificând potențialul biologic al copilului prin:

- călirea organismului;
- dezvoltarea mișcărilor de bază (mers, alergare, sărituri, cățărare etc.);
- dezvoltarea sistemului locomotor și a tuturor grupurilor de mușchi;
- dezvoltarea aptitudinilor psihofizice;
- familiarizarea cu jocurile și activitățile sportive;
- formarea deprinderilor cultural-igienice;
- formarea, dezvoltarea deprinderilor de respectare a unui regim rațional de viață și alimentație.

**Experiența pedagogică ne orientează spre organizarea jocurilor mobile, a activităților cu caracter sportiv sau de antrenare a abilităților de elaborare a unui regim al zilei, al unui meniu (mai întâi pentru păpușă, pentru sine, apoi pentru întreaga familie), a unui Cod de reguli pentru sănătate (în imagini), a unui Poster cu genericul Sănătatea familiei mele.**

Toate materialele pe care le selectează și le elaborează părinții cu copiii se adună în **Setul Sănătatea familiei și se completează portofoliul Familia mea.**

Pentru educația psihofizică a copilului, părinții procură jucării speciale: mingi de 2- 3 mărimi, cuburi, coarde, badmintonul, bas-tonașe, confecționează săculețe cu nisip pentru aruncare: procură jucării pentru jocurile cu nisip, apă (diverse forme, căldărușe, lopă-țele, jucării-chipuri, corăbioare etc.).

Această lucrare are ca scop să impulsioneze creativitatea părinților, oferindu-le posibilitatea să inventeze diverse jocuri, activități interesante pentru copiii și pentru întreaga familie.



## REPERE ORIENTATIVE: PRINCIPII, STRATEGII, ETAPELE JOCULUI

### **Principii:**

**Esențialele principii ale organizării și desfășurării  
jocurilor familiale sunt:**

**Principiul participării libere.** Părinții selectează jocurile care sunt interesante, ridică dispoziția, energizează, contribuie la autoactualizarea copilului. Părintele permite copilului să întrerupă joaca atunci când acesta dorește. E binevenit când decideți împreună care joc îl alegeți astăzi.

**Principiul respectării regulilor de joc** se referă la toți participanții, indiferent de vârstă. Dacă au fost explicate regulile – toți le respectă, mic și mare.

**Principiul accesibilității** ne orientează spre respectarea particularităților de vârstă, de personalitate etc.

**Principiul valorificării creativității** trebuie să asigure stima față de opiniile copiilor vizavi de regulile, condițiile, conținutul jocurilor. Stimăți și încurajați orice inițiativă a copilului. La început demonstrează adultul diverse variante, acțiuni de restructurare creativă a jocului.

**Principiul reflecției valorice** ne orientează spre o analiză a valorilor obiectivate și valorificate în joc, spre o implicare a copiilor în realizarea totalurilor jocului.

La finele fiecărui joc se discută; se află ce le-a trezit interesul copiilor, ce au aflat nou, care acțiuni au fost reușite, de ce?

Se pot face planuri de viitor și se ajunge la un consens vizavi de tematica, regulile și conținutul jocurilor.



## STRATEGII:

Părinții pot fi în rol de animatori ai jocului, dar sunt obligați și să susțină jocul propus de copii. Acest moment este foarte important, fiind un indice important care demonstrează iubirea noastră, stima față de copil.

În zilele de odihnă aveți posibilitate să organizați mai multe și variate jocuri. Vă gândiți cum să îmbinați eficient jocurile didactice cu cele distractive, mobile, cele organizate în natură/ la aer liber, îmbinate cu munca de autoservire, vizionare a emisiunilor TV, cu jocurile computerizate etc.

**Formați o tradiție: în familie, seara, după cină dedicați o ora lecturii și jocurilor familiale distractive și de relaxare.**

Întemeiați o bibliotecă și o videotecă a familiei (cu cărți și surse audio/video pentru părinți și copii).

**Copilul are nevoie de joc la fel de mult ca și de o alimentație rațională și sănătoasă.**

**Prezența și manifestări în joc viața cotidiană, modele comportamentale pozitive ce denotă: responsabilitate, bunăvoință, încredere, curaj, amabilitate, onestitate, gust estetic, ținută vestimentară estetică și ținută psihofizică echilibrată, sănătoasă.**

## FIȘA SUCCESIUNII CRONOLOGICE A ACȚIUNILOR DE JOC ȘI A ETAPELOR JOCULUI ÎN PREȘCOLARITATE

### I

- 2-6 luni** • Se întinde spre jucărie, apucă jucăria
- 6-9 luni** • Apucă și privește jucăriile, le duce la gură, manifestă activism
- 12 luni** • Cercetează cu atenție jucăriile; execută mișcări propuse de adult cu jucăria
- 1 an 6 luni** • Repetă acțiuni cu două sau câteva jucării
- 2 ani** • Copilul reproduce experiența sa și a celor mai apropiate persoane. Jocul cu obiectele reflectă realitatea
- 3 ani** • Jocuri de rol. Copilul *însuflește* jucăria, el îi prescrie anumite acțiuni și conduite.

### II

#### ETAPELE JOCULUI traversate de copil (2 – 6/7 ani)

**Jocul în singurătate.** Copilul se joacă de unul singur.

**Jocul *observatorului*.** Copilul se joacă singur, dar observă și jocul altor copii (uneori reacționează).

**Jocul *alături*.** Deseori copiii se joacă alături, dar nu interacționează.

**Jocul asociativ.** Copilul comunică, oferă jucăria altui copil, dar nu se joacă în același joc.

**Jocul în comun** cu alți copii, repartizarea și realizarea sarcinilor/acțiunilor.

**Jocul creativ** implică nu numai procesul imitării, dar și imaginația, inventivitatea, variatele încercări ale copilului de a fi original și interesant.



## MICA AGENDĂ A EDUCAȚIEI PENTRU CREDINȚĂ

### RUGĂCIUNI PENTRU COPII

Mulți părinți se întrebă dacă este necesară educația reli-gioasă în cadrul familiei. **Suntem ferm convinși că astăzi în secolul XXI tinerii își dau seama că în orice tip de educație trebuie să respectăm Drepturile copilului, să dăm dovadă nu numai de competență parentală, dar și de simțul măsurii; să ne axăm pe valorile autentice, să excludem cu fermitate orice fanatism din acțiunile și viața noastră.** Cât privește educația religioasă, dacă vom respecta normele etice expuse anterior, aceasta numai ne va ajuta la formarea unei personalități armonioase, asigurând educația morală și cea spirituală [28]. În continuare propunem unele rugăciuni preluate din lucrarea „Prăvălioară cu Scris mare”, Chișinău: Angelus, 2013.

#### Tatăl nostru



Tatăl nostru, Carele ești în ceruri! Sfintească-se numele Tău; Vie împărăția Ta; Fie voia Ta, precum în cer așa și pe pământ. Pâinea noastră cea de toate zilele, dă-ne -o nouă astăzi și ne iartă nouă păcatele noastre, precum și noi iertăm greșiților noștri. Și nu ne duce pre noi în ispită, ci ne izbăvește de cel viclean/rău.

Că a Ta este împărăția și puterea, și slavă. În numele Tatălui și al Fiului, și al Sfântului Duh, acum și pururea și în vecii vecilor. *Amin.*

### **Înger, îngerășul meu**

Înger, îngerășul meu,  
Ce mi te-a dat Dumnezeu;  
Totdeauna fii cu mine  
Și mă-nvață să fac bine.  
Eu sunt mic, Tu fa-mă mare.  
Eu sunt slab, Tu fă-mă tare.  
În tot locul mă-nsoțește  
Și de rele mă păzește.  
Doamne, îngerășii Tăi  
Fie păzitorii mei –  
Și în zi și în noapte  
Până în ceasul cel de moarte.

*Amin.*

### **Doamne Sfinte, Împărate**

Doamne Sfinte, împărate,  
Noi, micuții, te rugăm:  
Mintea noastră o deșteaptă,  
Carte multă să-nvățăm.  
Carte multă, sănătoasă,  
Care face fericiți  
Pe copiii cei cuminiți.

*Amin.*



Doamne Sfinte, Împărate, Ce în ceruri sus locuiești, caută cu milă și cu îndurare asupra casei noastre. Dă sănătate tatei și mamei, ca să poată îngriji de noi și de toți ai casei noastre.

*Amin.*

### **Rugăciune de dimineață**

Doamne, noaptea a trecut  
Și noi liniște-am avut;  
Al Tău înger preaiubit  
Cu-ngrijire ne-a păzit.  
Ajută-ne, Doamne, iară  
Să lucrăm până deseară;  
Voia Ta s-o împlinim,  
Fiii Tăi iubiți să fim.

*Amin.*

### **Rugăciune de seară**

Doamne, ziua s-a sfârșit,  
Noaptea iarăși a venit,  
Peste zi ne-ai ajutat,  
De-am lucrat și-am învățat.  
Ajută-ne, Doamne Sfinte,  
Și de-acum înainte.  
Zi de zi să tot sporim,  
Oameni buni cu toți să fim.

*Amin.*

## Rugăciune către Sfântă Treime

### Prea Sfântă Treime

Prea Sfântă Treime,  
Miluiește-ne pe noi.  
Doamne, curățește păcatele noastre;  
Stăpâne, iartă fărădelegile noastre;  
Sfinte, cercetează și vindecă neputințele noastre,  
pentru numele Tău.  
Doamne miluiește,  
Doamne miluiește,  
Doamne miluiește,  
Mărire Tatălui și Fiului  
Și Sfântului Duh,  
Și acum și pururea  
Și în vecii vecilor.

*Amin*

Slăbește, lasă, iartă, Dumnezeule, greșelile noastre cele de voie și cele fără de voie; cele cu lucrul și cu cuvântul; cele cu știință și cu neștiință; cele din noapte și din zi; cele cu mintea și cu gândul. Toate le iartă nouă, ca un Bun și de oameni iubitor.

*Amin.*



## EDUCAȚIA FAMILIALĂ A COPIILOR ÎN ȘCOLARITATEA MICĂ, PREADOLES-CENȚĂ ȘI ADOLESCENȚĂ



### DEZVOLTAREA MICULUI ȘCOLAR ȘI UNELE IMPLICAȚII EDUCATIVE

O poziție specială în configurația tabloului copilăriei o constituie intrarea în școlaritate. Aceasta marchează începutul celei de a treia subperioade a copilăriei, care se va extinde pe o durată de patru ani, între 7 ani și 11 ani, până-n pragul pubertății/ preadolescenței. Debutul vieții școlare reprezintă începutul unei activități noi de învățare, colaborare cu semenii care necesită de la copil nu numai un efort moral și intelectual considerabil, dar și o mare rezistență fizică.

**Micul școlar dispune de o forță musculară mai mare decât în preșcolaritate care este în continuă creștere, el se mișcă și aleargă mult, dar obosește ușor. Elevul din clasele mici devine treptat îndemânat, învățând să structureze și să-și dirijeze mișcărilor potrivit particularităților interacțiunii cu oamenii și obiectele din jur.** Pentru elevul de vârstă școlară mică sunt caracteristice comportamentele ce suportă oscilații specifice, care vin în corelație cu tendințele de accentuare ori de diminuare a acțiunilor, în funcție de tipul sistemului nervos, adică de temperament. Evident că mica școlaritate este o perioadă de modificare substanțială a regimului de muncă și de viață, a caracteristicilor intelectuale și psihofizice. Școala introduce în fluxul activității copilului și a vieții familiei respectarea unui anumit orar, a planurilor, programelor și acțiunilor cu valoare morală, estetică, cognitivă, psihofizică și inte-

lectuală. Mediul școlar, în care copilul de 6-7 ani se integrează este complet diferit de cel familial, acesta fiind creat, după cum observă psihologii, nu pentru a distribui satisfacții afective, ci pentru o muncă intelectuală disciplinată continuă, organizată mult mai complicat decât în instituția preșcolară. Școala constituie un mediu care oferă copilului o colectivitate și un loc de muncă și interacțiune cu numeroase obligațiuni și sarcini de tip mental, afectiv, moral, care se manifestă ca factori decisivi ai dezvoltării lui psihice și sociale.

**Adaptarea la școală, la ocupațiile și relațiile școlare presupune o anumită maturitate din partea copilului, care trebuie să-l orienteze spre capacitatea de a substitui și/sau a completa afectivitatea îngustă a mediului familial și a dirija interesele imediate ale jocului, pentru a pătrunde într-un nou univers complex de legături sociale și a învăța asumarea responsabilități.**

La intrarea în școală, copilul posedă numeroase reprezentări despre obiectele de uz casnic, natură (despre fructe, legume, pomi, animale etc.) despre oamenii, care îl înconjoară și despre acțiunile și activitățile lor. Cu toate acestea, reprezentările lui despre natură și societate încă sunt confuze și puțin sistematizate. Sub influența învățării, reprezentările suportă modificări esențiale, atât conținutul lor, care se lărgeste și se îmbogățește, se diversifică, cât și modul lor de a se produce și de a funcționa. Percepția, memoria și repro-ducerea imaginii obiectului, în cursul miciei școlarității, capătă noi caracteristici. Devine posibilă valorificarea liberă, voluntară (prin desene, lecturi, povestiri etc.) a fondului de reprezentări, se dezvoltă activ gândirea și imaginația. Datorită dezvoltării limbajului și activității organizatoare a cuvântului, reprezentările micului școlar se eliberează treptat de caracterul lor difuz, contopit, nediferențiat, devenind conturate mai precis, clar, mai sistematic și coerent. În

procesul de învățământ se dezvoltă operațiile de gândire, absolut indispensabile oricărei activități intelectuale: analiza și sinteza, comparația, abstractizarea și generalizarea, clasificarea, sistematizarea și concretizarea logică. **Gândirea devine mai productivă ca rezultat al creșterii gradului de flexibilitate și mobilitate, al utilizării diferitelor procedee de activitate mintală. Școlarii mici se obișnuiesc ca prin limbaj, să-și planifice activitatea, să exprime acțiunile ce le au de realizat, ordinea în care vor lucra.** Toate acestea vor influența nu numai asupra perfecționării con-duitei verbale ci și asupra dezvoltării intelectuale, contribuind la formarea capacității micilor școlari de a raționa, a argumenta, a demonstra; a se antrena în rezolvarea unor probleme de etică, de comportare etc. [39].

**O particularitate importantă a vârstei școlare mici constă în creșterea considerabilă a volumului memoriei.** Elevul memorizează date despre instrumentarul utilizat, despre semnele și simbolurile cu care operează, despre noii termeni pe care îi învață și valorifică, despre, principiile, normele și legile pe care le învață și sigur că, reține și aplică regulile de aplicare a mijloacelor mediatică. Productivitatea memoriei devine mult mai mare decât la vârsta preșcolară, însă, totuși, depinde încă de o serie de factori cum ar fi: conținutul și calitatea materialului supus memorării (literar, gramatical, matematic etc.); felul acțiunilor pe care le efectuează pedagogue și elevul; măsura în care este incitat interesul și în care acesta dispune de anumite mijloace de memorare și reproducere a materialului. Datorită interacțiunii percepției și memoriei cu gândirea, se instalează și se dezvoltă imaginația și formele mediate, logice ale memoriei bazate pe legăturile de sens dintre date. Un element de

bază a acestei caracteristici este capacitatea elevilor mici de a transforma și a organiza în alt mod materialul memorizat [Ibidem].

Intrarea în școlaritate facilitează dezvoltarea funcției imaginative a gândirii. Descrierile, tablourile, schemele utilizate în procesul transmiterii cunoștințelor atât la școală cât și prin intermediul mass-media, solicită participarea activă a proceselor imaginative. Este foarte mult solicitată imaginația reproductivă, dar și cea creativă, copilul fiind pus adesea în situația de a reconstitui imaginea unor realități (evenimente, fapte istorice din trecut, plante, animale, personaje, figuri geometrice dispuse în spațiu), pe care nu le-a cunoscut niciodată și de a crea, elabora ceva nou. Experiența de viață limitată îl face pe copil să se orienteze spre combinații de imagini simple, spontane, care cuprind unele elemente fantastice înadecvate, iar imaginile create sunt adesea statice, lipsite de mișcare. Către 9-10 ani (cl. a III-a), se conturează un șir de noi posibilități intelectuale, care țin de capacitatea gândirii și imaginației de a organiza și structura informațiile dobândite. Acum, copilul vede imaginativ, mult mai corect distribuția evenimentelor despre care i se povestește. Imaginile capătă mai multă complexitate, coerență, dinamism. În strânsă legătură cu imaginația reproductivă, se dezvoltă imaginația creatoare. Ascultând o povestire transmisă într-o formă accesibilă, plăcută și captivantă, școlarul mic devine capabil să și-o reprezinte, introducând modificări în desfășurarea subiectului, generalizând și comparând aspectul imaginilor [8; 20; 39].

Formele creative ale imaginației școlarului mic sunt stimulate de joc, de fabulație, de povestire și compunere, de activitățile practice și muzicale, de contactul cu natura, de noile mijloace *media*, care duc la o cunoaștere mai profundă a realității, a societății, naturii și a omului [39].

Schimbarea modului de viață, noul regim de activitate provoacă multe griji și necazuri micului școlar, făcându-l să perceapă și să trăiască din plin semnificația adâncă a noului „pas” în viață. Asupra afectivității școlarului mic își lasă amprenta atât sarcinile de învățare propriu-zise, cât și relațiile interpersonale cu pedagogul și colegii din cadrul colectivului școlar. Astfel, se dezvoltă emoțiile și sentimentele intelectuale, precum și sentimentele și emoțiile morale și estetice. Trăirile intelectuale sunt generate, îndeosebi, de învățare ca activitate de cunoaștere, cu dificultățile, reușitele și eșecurile ei. Învățarea organizată rațional, care oferă copilului perspectiva reușitei devine atrăgătoare, plăcută, contribuind astfel la dezvoltarea motivării și a atașamentului acestuia față de munca intelectuală și față de școală. Conținuturile de învățare încep să-i pară ca fiind interesante prin ele însele. Apare curiozitatea intelectuală, dorința de a afla, de a cunoaște cât mai mult. Curiozitatea vie și setea neconținută de cunoaștere a copiilor nu mai pot fi satisfăcute în cadrul restrâns al lecției, școlii, al vieții de familie ori al experienței obișnuite. Dornici de noi experiențe bogate, de variate informații nuanțate în trăiri, ei își împlinesc interesul și satisfacțiile valorificând mesajele difuzate de noile tehnologii informaționale. Pentru elevii mici, acestea constituie un izvor de noi impresii, informații, de întregire a cunoștințelor dobândite și de consolidare a noțiunilor, ideilor și a convingerilor. Sub impactul activităților comune, care-i prilejuiesc numeroase contacte și relații, se dezvoltă sfera sensibilității copilului. Apare prietenia, relațiile interpersonale de schimb de opinii, impresii și se dezvoltă sentimentul responsabilității, delica-tețea, onestitatea și dăruirea afectivă. Emoțiile și sentimentele estetice sunt strâns legate, la această vârstă, atât de momentele de con-templare a *obiectelor* artistice (audierea muzicii, perceperea unor

tablouri, recepționarea imaginilor prin intermediul comunicațiilor de masă), cât și de participarea activă a copilului la creația artistică: desen, dansuri, compuneri/versuri, mici povestiri etc. Prin urmare, copiii trebuie sprijiniți de adulți pentru a înțelege și pentru a-și însuși conținutul noțiunilor și normelor, care stau la baza sentimentelor morale. Este necesar să li se explice accesibil, apelând la situații practice de viață ce înseamnă, din punct de vedere moral, binele și răul, frumosul și adevărul, curajul și lașitatea, cinstea, onoarea și minciuna. Din acest punct de vedere, contactul cât mai frecvent și mai intens cu natura, arta, cu valorile care exprimă o autentică sensibilitate umană, reprezintă cea mai eficientă modalitate de a provoca trăirea unor satisfacții morale și estetice profunde, de a cultiva sensibilitatea și imaginația [Apud 39].

**Activitatea școlarului mic poate fi susținută nu numai de o motivație externă, dar și de o motivație internă, care incită procesul de asimilare a cunoștințelor într-un mod continuu. Între 7-11 ani, trebuința de explorare, de informare și de documentare a copilului este în plin progres.** El dorește să afle din ce în ce mai mult despre fapte și întâmplări la care nu asistă nemijlocit, fiind stimulat în acest sens de rețeaua mass-media. El se dovedește a fi un pasionat colecționar (de plante, insecte, ilustrații, timbre poștale), un mare amator de *consum* tehnic, manifestând interes pentru

varietate de produse tehnico-industriale; jucării mecanice, instalații, mașini etc. La fel, școlarul mic poate manifesta înclinații deosebite pentru muzică, sport, desen, povestiri, poezii. Profesorul, susținut de părinții copilului, trebuie să cultive și să orienteze această *deschidere* a școlarului mic spre trebuința de a afla, de a cunoaște, pentru a-i forma atașamentul față de școală și învățatură, dragostea și interesul pentru frumosul din natură, mediu și artă [39].



**Tabelul 2.1. Harta principalelor achiziții a școlarului mic [39]**

Vârsta	Principalele achiziții
1	2
<b>6-7 ani</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepția se afirmă ca activitate și proces orientat și dirijat de scop</li> <li>• Reprezentări mai largi, dar încă confuze și puțin sistematizate</li> <li>• Folosirea voluntară a fondului de reprezentări în desene, lecturi, povestiri etc. Caracter predominant intuitiv al cunoașterii/<i>copilul gândește</i> – ceea ce vede</li> <li>• Interiorizarea acțiunii prin mentalizarea ei</li> <li>• Adaptarea la mediul școlar</li> <li>• Esența perioadei preoperatorii constă în centrarea în jurul funcției semiotice</li> <li>• Vocabular relativ bogat/2 500 cuv.</li> <li>• Operațiile gândirii dezvoltă formele mediate ale memoriei bazate pe legăturile de sens</li> <li>• Axarea pe imaginația reproductivă</li> <li>• Formele creative ale imaginației sunt stimulate de joc și alte imagini</li> <li>• Apariția și dezvoltarea curiozității intelectuale</li> <li>• Emoțiile și sentimentele sunt legate de procesul contemplării – obiectelor artistice și participarea activă</li> <li>• Dezvoltarea capacității citit-scrisului</li> <li>• Crește indicele de socializare</li> <li>• Funcționează moralitatea ascultării</li> </ul>

Continuarea tabelului 2.1

1	2
7-8 ani	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dezvoltarea achizițiilor precedente și lărgirea fondului de reprezentări</li> <li>• <i>Inversarea</i>, dovadă și semn al apariției structurilor logice</li> <li>• Se conturează tot mai mult fenomenul <i>poate vedea ceea ce gândește</i></li> <li>• Activizarea vocabularului în baza intensificării memoriei logice, a spiritului de observație</li> <li>• Dezvoltarea conduitei voluntare și începutul planificării conștiente a acțiunilor</li> <li>• Perfecționarea capacității citit-scrisului</li> <li>• Continuă moralitatea ascultării/standardele de judecată sunt etichetele morale/culturale ale anturajului apropiat</li> <li>• Indicele de socializare devine tot mai pregnant</li> </ul>
9-10 ani	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cristalizarea și dezvoltarea operațiilor mintale</li> <li>• Formarea/consolidarea capacității citit-scrisului</li> <li>• Apariția fenomenului <i>reversibilității</i>/ înțelegerea faptului că fiecărei acțiuni îi corespunde o acțiune inversă</li> <li>• Saltul de la gândirea de tip concret-funcțional la cea de tip categorial</li> <li>• Se manifestă începutul stadiului operațional-formal/ gândirea abstractă</li> <li>• Sporesc funcțiile mnezice</li> <li>• Formarea competențelor transversale: digitale, acțional-strategice, de comunicare, interpersonale, civice, morale; capacitatea de înțelegere a sinelui/autocunoaștere</li> </ul>



## PREADOLESCENȚA: DEBUTUL MATURIZĂRII FIZICE, PSIHOLOGICE ȘI EDUCAȚIA

Preadolescența/pubertatea (10/11-14/15 ani) marchează încheierea copilăriei și debutul etapelor de maturizare. În esență, pre-adolescența este o perioadă de răscruce cu dispoziții schimbătoare, evoluții cognitive, transformări corporale rapide, sporirea sensibilității, modificări profunde din punct de vedere biologic și social. Ea începe cu un șir de schimbări subtile în plan neuropsihologic, hormonal, fizic și culminează cu maturizarea funcțiilor sexuale. Preadolescența face legătura între copilărie și adolescență. Pre-adolescența coincide cu școlaritatea mijlocie – ciclul școlar gimnazial. Există trei faze ale perioadei vizate:

**Faza prepubertară** (10-12 ani), care se caracterizează prin modificări sexuale secundare.

**Faza pubertară** (12-14 ani), când începe funcționarea glandelor sexuale, moment marcat de neliniște, anxietate, dar și de nevoia de a autocunoaștere și informare.

**Faza postpubertară**, după 14 ani, o etapă deosebită, care se caracterizează printr-o puternică irascibilitate și conflictualitate la nivel intrapsihic și interpersonal [22].

Dezvoltarea fizică a preadolescenților este amplă, fiind acompaniată de dezvoltarea caracteristicilor sexuale primare (necesare reproducerii) și secundare, care diferențiază aspectul feminin de cel masculin. Astfel, *la fete* crește producția de estrogen, organele sexuale interne se măresc; cresc sânii, apare pilozitatea pubiană, prima menstruație și prima ovulație; se măresc șoldurile, se produce o creștere în înălțime și în greutate, se dezvoltă musculatura.

În **cazul băieților**, crește producția testosteronului și a progesteronului, apare pilozitatea facială și pubiană, se dezvoltă organele sexuale externe; apar poluțiile nocturne, se remarcă o creștere în înălțime și în greutate, se dezvoltă musculatura; are loc lățirea umerilor, îngroșarea vocii. Intensificarea proceselor de osificare poate duce la disproporții corporale, dureri în variate zone a aparatului locomotor [17; 22; 23; 26; 38 etc.].

Se dezvoltă sistemul nervos, sporește numărul conexiunilor neuronale, creierul crește în greutate de la 1.200 la 1.400 gr. Are loc o dezvoltare importantă a abilităților senzoriale, mai ales a celor tactile, auditive și vizuale; sporește procesul cogniției și a metacogniției; crește spiritul de observație. Preadolescentul încă mai este legat de aspectele concrete ale gândirii, mai simte nevoia de a utiliza scheme, planuri, strategii de lucru etc.

Treptat, are loc apariția unui stil personal de gândire. Toate achizițiile din sfera gândirii sunt influențate de activitatea școlară, procesul de învățământ, competența cadrelor didactice, dezvoltarea pasiunilor, a relațiilor sociale. Cercetările recente în domeniul dat (Fl. Golu, 2015) au demonstrat că promovarea modului sănătos de viață, a activităților de cultură și educație fizică, sport au influență directă asupra progreselor cognitive, morale și sociale [22].

**Stadiul operațiilor concrete este depășit, preadolescentul începe a poseda gândirea formală și combinatorică, devine capabil să extragă concluzii și consecințe, ceea ce asigură dezvoltarea gândirii ipotetico-deductive.** Achizițiile în plan lingvistic se manifestă la nivel sporirii capacității de a înțelege variate sensuri ale contextului; crește adaptabilitatea verbală, are loc trecerea la scrisul personal și personalizat, crește debitul verbal. Se observă intensificarea maturizării afective, controlul volitiv devine interior/inten-

ționat și rațional; se dezvoltă moralitatea autonomă. ***Personalitatea preadolescentului se caracterizează prin trei mari achiziții: autonomie morală, autonomie afectivă și autonomie acțională.***

Dezvoltarea ***conștiinței de sine*** în preadolescență presupune consolidarea următoarelor aspecte: imaginea corporală, identificarea sensului, rolului și statutului sexual și desigur că și a celui social.

### ***Atenție!***

#### **Strategiile și implicațiile educative în preadolescență**

În cadrul familiei este important ca preadolescentul să urmeze un regim de viață organizat și structurat în conformitate cu graficul activităților școlare obligatorii și nonformale (frecventarea anumitor cercuri, secții sportive, activități festive, serate etc.).

***Regimul zilei*** poate fi elaborat de către preadolescent auto-nom, părinții doar îl verifică și observă dacă acesta cores-punde normelor igienice și sanitare (durata somnului/ora deșteptării și stingerii, orarul meselor, plimbărilor etc.), inclu-siv celor academice (legate de procesul instructiv-educativ).

Centrarea tuturor membrilor familiei pe respectarea dreptu-rilor copilului într-o îmbinare organică cu delegarea și îndeplinirea anumitor obligațiuni/ sarcini de autoservire și muncă. Axarea părinților pe colaborare cu preadolescentul, implicarea lui în toate evenimentele și deciziile familiale, negocierea unor acțiuni.

Axarea pe respectarea unui mod sănătos și demn de viața (poate fi elaborat împreună cu preadolescentul un *Proiect de sănătate a familiei și o Agendă a acțiunilor familiale morale* cu indicarea concretă a sarcinilor fiecărui membru adult și minor.

Dezvoltarea și stimularea conștiinței și stimei de sine prin oferirea unei autonomii centrate pe acțiunea morală ce va susține și va forma conduita morală a preadolescentului.



### **ADOLESCENȚA: VÂRSTĂ A CONTURĂRII PROFILULUI MORAL ȘI A OPȚIUNILOR PROFESIONALE DE VIITOR**

Vârsta adolescenței constituie una dintre cele mai interesante, fascinante, mai complexe și contradictorii tranziții din decursul vieții omului. Savanții remarcă un aspect important, menționând că după stadiul prunciei, adolescența este cea mai rapidă perioadă de creștere, dezvoltare și schimbare fizică. La sfârșitul pubertății, majoritatea copiilor s-au confruntat cu un șir de schimbări hormonale și psihofizice, au dobândit caractere sexuale de bază și secundare, au acumulat în greutate și în înălțime, obținând un organism matur cu capacități fizice și reproductive [22; 27]. Este un fapt unanim recunoscut că adolescenții se confruntă cu numeroase provocări sociale și emoționale atunci când traversează perioada dintre copilărie și maturitate. În măsura în care corpul individului crește și se dezvoltă, acesta trebuie să se adapteze înfățișării sale schimbate și sentimentelor noi percepute, inclusiv să facă față reacțiilor celor din jur față de fizicul lor. Schimbările fizice în perioada adolescenței sunt radicale și spectaculoase. Adolescența este o perioadă cu multe schimbări psihologice și probleme de adaptare la realitate. *Criza de identitate*, nonconformismul, *criza de originalitate* și de detașare a adolescenților de familie constituie aspecte importante de care adulții care se ocupă de educație, trebuie să țină cont; să le studieze și să le cunoască. Adolescentul este acceptat și îndrumat, canalizându-l spre o

conduită umanistă și o gândire pozitivă. Problemele adolescenților sunt și problemele familiei, chiar a întregii comunități în care aceștia trăiesc. În acest sens ghidarea și consilierea adolescenților au ca scop pregătirea adolescentului pentru integrarea optimă în cultura, morala, viața socială, în viitoarea profesie etc. **Pentru ca părinții să cunoască mai bine această vârstă noi am precizat problemele psihoemoționale și comportamentale, cu care se confruntă adolescenții și le-am structurat în trei grupuri (mediul familial, școlar, social).**

**Aspectele vieții adolescentului, care îi produc dificultăți psihoemoționale și comportamentale:**

**În mediul familial:**

Relaționarea defectuoasă cu părinții.

Comunicarea distorsionată cu membrii familiei.

Regulile stricte, prea dure ale părinților.

Monitorizarea, supravegherea și controlul psihologic dur, exagerat din partea părinților.

Rivalitatea fraternă.

Fuga de acasă, vagabondajul.

Violența familială.

**În mediul școlar:**

Examenele/testările dificile.

Conflictele cu colegii de clasă.

Conflictele cu cadrele didactice.

Statutul adolescentului în cadrul colectivului de elevi.

Abandonul școlar.

Violența școlară.

**În mediul social:**

Comunicarea cu prietenii.

Grupul de referință/ de apartenență a adolescentului.

Devianța comportamentală.

Conflicte/despărțirea de persoana *iubită*.

Consumul de tutun, alcool, droguri etc.

Întreținerea timpurie a relațiilor sexuale.

Metodele de contracepție.

Sănătatea (bolile sexual transmisibile și schimbările fiziologice din organism).

Graviditatea timpurie.

Evident că aceste aspecte și probleme provoacă dificultăți educative, de comunicare și relaționare cu părinții și semenii acestora, ceea ce, necesită atenție din partea părinților, pedagogilor, diriginților, serviciului psihologic școlar și/sau a unor servicii specializate de consiliere a adolescenților și tinerilor [12; 26; 27 etc.].

În acest context, consilierea preventivă constituie tipul de consiliere menită să preîntâmpine apariția sau aprofundarea unor probleme sau situații critice în viața adolescenților și a familiei acestora. *Consilierea cu rol de prevenție* include activități educaționale – formative realizate cu grupurile de beneficiari (clase de elevi, grupuri de studenți, grupuri de adulți etc.) iar, uneori se realizează și individual. Specialiștii din domeniul psihologiei adolescente remarcă că prevenirea dificultăților la vârsta dată, se focalizează pe interacțiunea a două categorii de factori:

***Factori de protecție***, cei care asigură potențarea manifestării capacităților persoanei și contribuie la menținerea unui confort psihologic necesar dezvoltării optime a personalității sale, *care se referă la:*

- existența unei familii care să susțină adolescentul și să-i asigure confortul fizic și psihic optim;
- o dezvoltare fizică și o stare de sănătate bună;



achiziționarea unui set de deprinderi și abilități de auto-educație (de învățare, de relaționare, de autocontrol etc.); existența unui grup de referință/ de prieteni acceptați; relații pozitive cu adulți responsabili, afectuoși și de succes; experiențe pozitive și eventuale activități, inclusiv de muncă, realizate în timpul vacanțelor; abilitățile de relaționare socială interpersonală; implicarea în activități școlare și în cele ale grupurilor de sămași (cluburi, echipe, organizații etc.); participări la activități școlare extracurriculare/ nonformale (concursuri, olimpiade etc.) încununate cu succes; relațiile pozitive cu colegii de ambele sexe.

Interacțiunea acestor factori și dirijarea lor eficientă de către adulți asigură o bună protecție a adolescenților, contribuind la prevenirea unor disfuncționalități și comportamente dezadaptative.

**Factori de risc**, care au o probabilitate de manifestare relativ mare și a căror acțiune, la fel, poate genera disfuncții majore la nivelul personalității și al comportamentului adolescentului [22; 27; 30; 31 etc.].

În această categorie se includ următorii **factori**: disfuncții familiale (conflicte, violențe, divorț etc.); supravegherea neadecvată de către părinți; sărăcia/ resursele materiale și financiare precare; eventuale boli (mintale) ale părinților și/sau comportamente neadecvate ale acestora (alcoolism, consum de droguri etc.); mediu extrașcolar vicios (pericole, violență, devieri comportamentale etc.); probleme și dificultăți de învățare; respingere din partea colegilor, izolare; consumul de alcool, tutun și chiar droguri; părăsirea domiciliului și, eventual, abandonul școlar; promiscuitatea sexuală (prostituție, viol, incest etc.); delicvența juvenilă.

În acest context, consilierea psihopedagogică a adolescenților este necesară pe tot parcursul modificărilor lor psihofiziologice și a evenimentelor persistente în viața lor. Ea urmărește atingerea *obiectivului major al consilierii adolescenților*: orientarea și oferirea sprijinului adolescentului pe parcursul dezvoltării sale și a consolidării personalității lui. În consens cu specificul consilierii preven-tive și consilierii pentru dezvoltare și în legătură cu faptul că hotarele vârstelor sunt deseori confuze din cauza dezvoltării și maturizării neuniforme/ prin salturi a individului, inclusiv și din considerentele necesității de analiză în ontogeneză a fenomenelor vizate, psihologul autohton Z. Micleușeanu [27] a elaborat **HARTA DEZVOLTĂRII ontogenetice a familiei și copilului, pe care o prezentăm în continuare.**



## HARTA DEZVOLTĂRII ONTOGENETICE A FAMILIEI ȘI COPILULUI

### CONSILIEREA FAMILIEI

#### **Componenta I: Starea și dezvoltarea familiei**

condițiile creării familiei;

structura familiei:

părinții;

frați/surori;

alte rude;

îndeplinirea funcțiilor (biologică, economică, educativă, psihologică, culturală, socială);

modul de viață/stilul (sănătos; centrat pe valorile morale;

dezechilibrat (în ce măsură etc.);

calitatea comunicării și relaționării familiale (între soți/  
părinți și copii-părinți);  
stilul educativ familial (sistemul de cerințe înaintat față de  
copil);  
modalitatea de relaționare cu rudele apropiate (bunici, unchi,  
mătuși etc.);  
valorile familiale și calitatea mediului familial;  
cultura/ethosul general și cel pedagogic al familiei;  
sfera profesională a adulților;  
sfera intereselor – hobby familial.

### **Componenta II: Starea și dezvoltarea copilului**

decurgerea perioadei de pruncie (0-1 an);  
decurgerea perioadei timpurii (1-3 ani):  
    crizele de la 1 an și 3 ani  
decurgerea perioadei preșcolare:  
    dezvoltarea senzitivo-perceptivă;  
    formarea reprezentărilor;  
    dezvoltarea proceselor psihice cognitive: memorie,  
    gândire, limbaj, imaginație etc.;  
    dezvoltarea afectiv-motivațională;  
decurgerea dezvoltării copilului la vârsta școlară mică:  
    pregătirea psihologică pentru instruirea școlară/criza de  
    la 7 ani;  
    maturizarea psihofizică și intelectuală;  
    maturizarea morală și volitivă;  
    maturizarea socială;  
    dezvoltarea caracterului (trăsături pozitive și negative  
(bunătatea, interes și dragoste pentru cunoaștere; since-  
ritatea etc. trăsături negative: impulsivitatea, încăpățî-  
narea, capricios, dezvoltarea insuficientă a voinței etc.);

decurgerea dezvoltării preadolescentului:

restructurările anatomio-fiziologice și psihosociale (maturizarea sexuală, ritmul de creștere; dezvoltarea sferei cognitive etc.;

dezvoltarea neoformațiunilor: a conștiinței de sine; simțul autocunoașterii;

comunicarea și relațiile cu semenii;

conduita în cadrul familial și școlar;

decurgerea dezvoltării psihofizice și sociale ale adolescentului:

manifestarea crizei;

dezvoltarea sferei cognitive;

dezvoltarea intelectuală;

dezvoltarea morală;

neoformațiunile;

autodeterminarea personală socială (căutarea sensului vieții);

constituirea conștiinței de sine (imaginea stabilă a Eu-lui (elementul cognitiv, afectiv și comportamental, identificarea sexuală);

constituirea planurilor de viitor (profesie, crearea familiei etc.).

### *Atenție!*

#### **CADRUL INSTITUȚIONAL ȘCOLAR**

Orice instituție de învățământ, școală, gimnaziu și/sau liceu, trebuie să devină prietenoasă copilului!

După cum putem observa, instrumentul propus mai sus va asigura orientarea psihologului școlar/consilierului, dirigintelui în

culegerea și valorificarea informației despre copil/ adolescent și familie, ceea ce va permite ulterior identificarea și selectarea mai lesne a formelor, strategiilor și metodelor/ tehnicilor pentru a realiza o consiliere eficientă (atât a elevului cât și a familiei). Această hartă poate fi de un mare ajutor părinților și diriginților, deoarece le permite să se orienteze în toate evenimentele familiale, să înțeleagă și să conștientizeze dezvoltarea copilului de la naștere până la finele vârstei adolescente.



### ATITUDINI ȘI STILURI PARENTALE

În pofida schimbărilor și a democratizării relațiilor interpersonale, rolurile familiale în cultura autohtonă rămân în esență aceleași: mama conduce gospodăria, asigură susținerea afectivă a copilului, educația lui; tatăl este responsabil de securitatea financiară a familiei, valorifică autoritatea sa, disciplinând copilul și inițiază, conduce acțiunile și activitățile familiale de anvergură (reparații capitale și/sau curente; reconstrucția casei, procurarea unor obiecte de preț, organizarea plecărilor la odihnă etc.).

**Evident că stilul parental depinde de atitudinea, inteligența și cultura părinților. Stilul parental reprezintă felul de com-portare a adulților în funcția sa de părinte. Acesta include un ansamblu de competențe de comunicare, relaționare, monito-rizare, ghidare și educație a copiilor.**

Plecând de la clasificările și caracteristicile vehiculate mai des în literatura de specialitate [18; 21; 22; 27; 38 etc.] și experiența noastră de studiere a relațiilor familiale putem conchide faptul că mai frecvent observăm patru stiluri parentale generale:

**Stilul autoritar**, care este strict, axat pe interdicții, comportare coercitivă (constrângere) din partea adulților de impunerea unor reguli dure, folosirea frecventă a pedepselor etc. Evident că copiii cresc prea docili, se supun absolut voinței părinților, nu învață a gândi, nu sunt în stare să ia decizii. Părinții autoritari nu iau în calcul dorințele, opiniile și aspirațiile copilului.

**Stilul permisiv** presupune lipsa unor reguli stabile, a limitelor în comportarea copiilor, părinții cedează permanent în fața copiilor, iar puterea de decizie mai frecvent o dețin copiii. În consecință, dezorganizarea și atitudinea permisivă a adulților contribuie la formarea unor copii răsfățați, mofturoși și egoiști.

**Stilul democratic**, care asigură echilibrul între regulile și exigențele parentale impuse în îmbinare cu oferirea unei libertăți rezonabile, responsabilizarea și ghidarea copiilor. Părinții care posedă stilul democratic discută, petrec timpul împreună cu copiii lor, ascultă opiniile și doleanțele acestora, sunt atenți, îmbină optim exigența, bunăvoința și respectă drepturile copiilor; sunt pozitivi și echilibrați în comunicare și relaționare.

**Stilul mixt** constituie o combinație a celor trei stiluri, în funcție de moment, situație, stare, vârstă etc. Cu siguranță că nu manifestăm într-o formă pură numai un stil. **La fiecare din adulți predomină un anumit stil parental, însă practic părinții le îmbină pe toate în funcție de particularitățile de vârstă, de circumstanțe și nivelul de cultură a acestora (a întregii familii).**

În contextul celor relatate, considerăm că va fi util ca părinții să cunoască un **element-cheie** care determină stilul parental. Acesta este definit de cercetători și practicieni ca *model de conduită conjugală* (R. Vincent). Specificul și manifestarea modelului conduitei conjugale depinde de tipul comportamental al partenerilor conjugali,

transformându-se ulterior într-un model de conduită parentală. Ast-fel, deosebim *parteneri conjugali infantili*, care mai apoi devin ***părinți infantili***. Atât raportul și relația *femeia/soția/mama – copil* cât și *bărbatul/soțul/tatăl – copil* sunt lipsite de maturitate, iar părinții nu sunt capabili să-și asume responsabilitățile pe care le implică familia.

***Părinții neglijenți*** sunt orientați spre grijile materiale, de construire a unei cariere profesionale, sunt atrași de pasiuni, iar viața familială, susținerea și educația copilului sunt neglijate. Acești părinți nu sunt disponibili pentru copii, ei își formează un univers aparte a lor, compensând atitudinea sa cu variate cadouri, vacanțe, bani, alte oferte cerute de copiii lor.

***Părinții indulgenți*** permit copilului să se comporte după bunul-plac, nu impun restricții, susțin orice activitate și creație a acestuia; implică copilul în luarea deciziilor. În cazul dat, copiii își dezvoltă o personalitate originală, o identitate proprie; la ei sporește stima de sine, se dezvoltă capacitățile decizionale și creativitatea. Totodată, un astfel de comportament parental are și limite: copiilor din familiile cu părinți indulgenți le va fi greu să se supună regulilor și normelor sociale de grup.

***Părinții autoritari*** sunt reci, distanțați, detașați și sunt axați pe impunerea unor reguli și norme familiale extrem de stricte, dure, iar abaterile de la respectarea acestora sunt însoțite de pedepse. Opinia copilului este ignorată, orice încercare de manifestare a independenței din partea acestuia este curmată *din rădăcini*, iar comportarea copilului este interpretată ca o încălcare a normelor impuse de adult. Acest model provoacă multe conflicte părinte-copil și contribuie la formarea unei persoane docile, care nu are propria opinie, deseori neștiind pentru ce a fost pedepsit. Cele mai grave consecințe sunt victimizarea copilului, apariția și menținerea anxietății, timidității, a variatelor fobii.

**Părinții protectori** sunt foarte atenți la nevoile copilului, își asumă fără ezitare toate responsabilitățile pe care le cere statutul lor de familist și părinte. Acești părinți învață copilul să fie prudent și organizat, dar îl sufocă prin atenția sa și grija exagerată. Dacă părinții devin hiperprotectori, copilul se poate îndepărta de ei, ascunde informația, limitează comunicarea cu ei.

**Părinții dependenți** nicidecum nu se pot despărți de familia lor de origine pentru a-și consolida bazele propriei familii. Această incapacitate afectează echilibrul și adaptabilitatea familiei noi create, producând mari dificultăți în procesul de educație a copiilor și relațiile părinți-copii și bunici-părinți-copii/nepoți.

**Părinții democrați** respectă drepturile copilului, fără a omite stabilirea unor norme și reguli, pe care le urmează toți membrii familiei. Acești părinți sunt flexibili, deschiși la nou, asigură protecția rezonabilă a copiilor, implicându-i în toate treburile familiale și oferindu-le posibilități de respectare și îndeplinire a obligațiilor și sarcinilor. În anturajul democratic familial se pune valoare pe respectarea personalității copilului; se susține creativitatea și independența copiilor, se ascultă opinia lor. Sin-gurul dezavantaj al acestui stil parental rezidă în adaptarea dificilă a copilului la un mediu autoritar (la școală sau serviciu etc.).

### ***Atenție!***



### **PERCEPȚII ȘI IMAGINI PARENTALE CU PRIVIRE LA PROPRIUL COPIL**

În contextul dat, este important ca părinții să conștientizeze care este percepția lor asupra copilului, adică să înțeleagă ce imagine a copilului său și-au format și o explorează în interrelaționarea



și educația copilului. Așadar, ***putem deosebi următoarele percepții și imagini parentale cu privire la propriul copil:***

***copil idol***, este perceput de părinți ca o ființă pură, inocentă, fiind adorată de ei pentru perfecțiunea sa;

***copil rege***, ale căror dorințe și capricii sunt porunci/ordine pentru părinții, care sunt gata de orice sacrificii pentru el;

***copil marionetă***, îndeplinește orice cerință a părinților, este permanent docil, cuminte și ascultător;

***copil mic***, care veșnic este apreciat ca o ființă nedezvoltată, fără valoare, care trebuie mereu muștrată și certată, dar, desigur și tutelată;

***copil de nedirijat/sălbatic***, care trebuie tratat deosebit de atent și exigent cu impunerea limitelor clare de comportare [Apud 22].

Cunoașterea și conștientizarea fenomenului descris asigură părinților motivația pentru schimbarea conduitei sale.

Așadar, părinții conștiințioși și responsabil se vor axa în viața familială și educația copilului pe ***simțul măsurii, echității***, pe valorificarea constantă a acțiunii morale, optimism; pe stimularea gândirii, sentimentelor și a comportamentelor pozitive.

## ***CURIOS ȘI INTERESANT!***

### **TIPURI DE MAME**

Experiența noastră de durată în domeniul consilierii și educației familiei, studiul literaturii de specialitate din domeniul pedagogiei familiei și sociologiei educației familiale ne-a permis să efectuăm o clasificare a partenerilor conjugalii în funcția de părinte. Aici noi am ținut cont și de unele aspecte etnopedagogice. Astfel, în arealul autohton noi am stabilit următoarele **tipuri de mame**:

**Ileana Cosânzeana**, o soție și o mamă bună, muncitoare, frumoasă la suflet și la exterior, axată pe colaborare, parteneriat, pe organizarea și menținerea unui climat moral/ pozitiv în familie, deschisă spre a învăța ceva nou, a pune în valoare pe toți membrii familiei și susține creativitatea acestora; manifestă comportament democratic.

**Regina Zăpezilor** – soție și mamă autoritară, *absorbită de sine*, detașată, distantă, ostilă care ordonă și strict controlează calitatea îndeplinirii sarcinilor.

**Mamă-comandant** (*mamă-tată*) – o ființă autoritară, coercitivă și dură cu toți membrii familiei, copii și adulți; ea cere supunere absolută.

**Frumoasa adormită** – o mamă pasivă, indiferentă, care nu manifestă interes deosebit față de copii și treburile casnice, poate fi indulgentă, îndrăgostită de sine, neatentă, puțin receptivă și expresivă emoțional.

**Mamă zglobie și optimistă** – o soție și mamă hipertimică, charismatică; la ea predomină dispoziția majoră; manifestă inițiativă în cadrul familiei, oferă climatului familial o notă de entuziasm, glumă și veselie, este axată pe gândirea și sentimentele pozitive, este un *lider-însuflețitor*.

#### TIPURI DE TAȚI:

**Făt-Frumos**, un soț și un tată bun, grijuliu, responsabil; centrat pe colaborare și parteneriat; susține inițiativele soției și a copiilor; este înțelegător; flexibil și coerent în vorbe și acțiuni/fapte. Implică toți membrii familiei la luarea deciziilor, posedă și manifestă comportament democratic.

**Regele munților**, un soț și un tată rece, distanțat, autoritar, uneori chiar despot; manifestă aroganță, este *atotsțiutor* și dur; este axat pe interdicții și acțiuni coercitive.

**Tata-mamă** este extrem de grijuliu, atent, se implică în toate treburile familiei; este hiperprotector, moralist; coordonează toate evenimentele familiei, lipsind partenera și copiii de inițiativă, creativitate și implicare în luarea deciziilor.

**Tată-Kazanova** un soț și un tată lipsit de responsabilitate, ușuratic, instabil din punct de vedere moral și afectiv/sentimental; sensibil la percepția imaginii proprii, *îndrăgostit de sine* și axat pe flirt, petrecerea timpului în variate anturaje vesele.

**Tată-manechin** este o persoană maleabilă, indulgentă, prea bună, răbdătoare, ușor influențabilă, pasivă, inertă, înclinată spre ascultarea și îndeplinirea cerințelor și capriciilor semenilor săi.

Analizând fiecare tip de mamă și de tată ușor putem conchide care sunt consecințele acestor modele conjugale și parentale.

Rămâne să se gândească adulții și să stabilească ce trebuie să facă să evite greșelile grave în comunicarea și relaționarea cu membrii familiei, adulți și minori; să devină modele demne de urmat pentru copiii lor.



## METODE ȘI STRATEGII APLICATE ÎN EDUCAȚIA FAMILIALĂ

Pentru a nu intimida părinții vom evita prezentarea unor definiții și clasificări complicate ale metodelor care se aplică în educația copilului, ci vom oferi un tablou al interacțiunii formelor și metodelor educative, abordat din perspectiva celor cinci dimensiuni esențiale ale educației.

Așadar, familia este în culmea fericirii, a apărut pe lume un om nou, care este *Copilul Dvs.* și pe care doriți să-l creșteți și să-l educați cât mai bine ...

Sigur că începem de la *elaborarea unui regim/program nou de viață a familiei*, în care crește un sugar (bebeluș). Întregul comportament al adulților suferă anumite schimbări. În îngrijirea noului-născut cea mai implicată este mama, care alăptează copilul, îl supraveghează, oferindu-i *contact tactil* (atingeri, mângâieri) și *contact vizual* într-un mod firesc, comunicând blând și expresiv. Tatăl acum este persoana care asigură securizare, susținere, oferă grijă și atenție față de mamă și copil; ajută mama la necesitate, se implică treptat în îngrijirea bebelușului; creează condiții favorabile familiale pentru creșterea copilului. **Dacă în familie se decide că după câteva luni tata poate lua un concediu paternal sau, în unele cazuri, devine chiar un tătic casnic (soția pleacă la lucru), astăzi nu mai este de mirare acest lucru și nu se consideră fenomen ieșit din comun, ci începe a deveni o practică frecventă în familiile contemporane.**

Evident că în primul an de viață îngrijirea copilului este în prim-plan, aceasta se desfășoară concomitent cu educația, care are ca scop menținerea sănătății psihofizice a copilului și pune începutul familiarizării acestuia cu mediul ambiant și membrii familiei. Esența acestei perioade de viață, activitățile cu bebelușul și educația familială în copilăria fragedă și preșcolaritate am elucidat-o detaliat în primele capitole.

Alte forme educative importante sunt: *plimbările și vizitele*, desfășurate pe parcursul vieții copilului. Metodele de bază aici vor fi: *observațiile* în natură, observațiile asupra mediului ambiant; *explicațiile* și *conversațiile*. Acestea se fac adecvat, la timp, într-un

stil firesc, explicit, coerent și structurat, adică se gândesc elementele de bază. De exemplu: atragem atenția copilului asupra anotimpului, asupra fenomenelor naturale (este soare, cald, bate vântul, ninge sau cad frunzele etc.). Apoi orientăm observația asupra legăturilor dintre obiecte și fenomene (este frig – toți sunt îmbrăcați cald, în paltoane; bate vântul – copacii se înclină și foșnesc frunzele etc.).

Dacă copilul deja vorbește bine îl incităm în conversații, îi formulăm variate întrebări și/sau îi răspundem la întrebările lui.

În educația copiilor de vârstă fragedă și a preșcolarilor valorificăm permanent *exemplul/ modelul propriu* (metodă foarte eficientă). Copiii mici imită în toate adulții și noi trebuie să ne comportăm adecvat și corect din punct de vedere moral, respectând normele etice/ de politețe și comunicarea respectuoasă cu ceilalți, inclusiv cu cei minori.

O altă metodă eficientă este *cerința*, ea trebuie să fie aplicată după ce copilul este informat cu regulile de comportare, este deprins cu regimul de viață, cunoaște normele morale elementare (a se saluta, a mulțumi, a-și lua rămas bun, a sta la masă etc.).

Sigur că la început utilizăm *cuvintele reglatorii: trebuie, se poate, este bine și frumos, este urât și nu se poate/admite* etc.). Principalul aici rezidă în faptul ca toți adulții implicați în educația copilului să respecte *cerințele* unice, pentru a evita capriciile, dezordinea, neascultarea și acțiunile de manipulare din ambele părți (ale unor adulți și copilului).

În copilăria mică și în preșcolaritate folosim frecvent variate jocuri cu caracter intelectual, estetic, fizic/mobil, didactic, distractiv etc. (vezi primele capitole).

Să nu uităm de *lectură și amenajarea unei mici biblioteci pentru copil*. Jucăriile trebuie să fie aranjate în *Ungherașul de joc al*

*copilului* (împreună cu el). Este bine să valorificăm pe larg povestea, poeziile pentru copii, povestitoarele. Este binevenită vizionarea unor filme pentru copii în funcție de vârsta acestora (20-30 min.; să nu se facă abuz de emisiunile TV sau explorarea unor gadgeturi).

**Îndemnul și încurajarea** se aplică pe parcursul tuturor perioadelor de vârstă, chiar și în maturitate aceste două metode nu-și pierd actualitatea. Esențial este ca după 4-5 ani să folosim paralel și anumite argumente, îndemnând și încurajând copilul, ca el să înțeleagă raportul de cauza-efect.

Odată cu plecarea copilului la școală începem a folosi tot mai frecvent **metoda discuției**, ascultând atent opiniile copilului și învățându-l să facă constatări și concluzii. La fel, implicăm copilul tot mai activ în treburile casnice, în luarea deciziilor familiale, în pregătirea sărbătorilor sau ale altor evenimente de familie. Să nu uităm de **metodele aprobării** (laudei) și **dezaprobării** (muștrărilor, avertizărilor, pedepselor). **Pedepsele trebuie să fie folosite atent, fără abuzuri psihologice (țipete, agresivitate etc.) și fizice (bătăi, lovituri, îmbrânciri etc.).**

Pedeapsa se aplică în funcție de gravitatea încălcării, nerespectării repetate a cerințelor, normelor cunoscute de copil. O pedeapsă eficientă este limitarea copilului în activitățile plăcute (nu-i permiteți pentru nu anumit timp să se joace cu jucăria preferată sau să facă ceea ce dorește; arătați-i ca v-ați supărat pe el; limitați-i sau interziceți jocul cu gadgetul dorit etc.). Principal aici este să fie adecvată pedeapsa încălcării comise, să nu se facă abuz. Mai bine explicați situația și discutați cu copilul, aflați cauzele greșelilor comise, mai stabiliți odată limitele celor permise.

Treptat, orientați copilul, începând cu 6-7 ani spre autodeservire și autoeducație, intensificând aceste eforturi în preadolescență și adolescență.

Nu uitați să oferiți copilului o **autonomie rezonabilă** chiar începând cu vârsta de 3-4 ani. Aceasta devine treptat tot mai mare și consistentă. Învățați copilul să se autoservească, să participe la muncile gospodărești, la acte și acțiuni de caritate.

Sigur, nu ratați ocazia să frecvențați împreună cu copilul variate expoziții, spectacole, concerte, alte festivități. Cultivați-i copilului spiritul civic, mai întâi observând și discutând despre atributele statului/drapel, stemă, familiarizați-l cu monumentele de artă, sărbătorile poporului, țării.

Climatul familial pozitiv, axat pe acțiunea morală, și deprinderile sănătoase, pe respect, stimă, manifestarea onestității va contribui la formarea unei personalități armonioase, integre, centrată pe un mod demn de viață.



### ***Atenție!***

Logic și evident că abordarea extensiei acțiunii educative familiale necesită instrumentarea părinților cu tehnologia pedagogică/educațională și posibilitățile acesteia.

***Tehnologia pedagogică*** poate fi definită ca *știința aplicată* în diferite contexte, care se va realiza conform unor obiective proiectate și corelate cu conținuturile, metodele educative și mijloacele de realizare și evaluare abordate într-un ansamblu coerent, posibil de perfectat la nivel de sistem și de proces.

În acest context ne va interesa să precizăm conceptul de strategie. **I. Nicola** menționează că strategia nu se reduce la o simplă tehnică de lucru cu copilul, ea reprezintă manifestarea și expresia esenței personalității educatorului, incluzând formele, metodele, procedeele

și tehnicile de acționare și concepția acestuia, într-un tot unitar

[Apud 13]. **Strategia educativă** incumbă doi parametri importanți:

*structurarea externă* care se referă la modul în care va fi ordonat și prezentat volumul informației pe care îl oferim copilului;

*structurarea operațională internă* ce se referă la implicarea componentelor și structurilor psihice în procesul educativ.

Întrucât între acești parametri nu se poate stabili o relație univocă în legătură cu complexitatea procesului sau a factorilor ce intervin în educație, strategia oferă posibilitate educatorului să surprindă și să valorifice specificul relațiilor dintre parametri nominalizați. Reieșind din cele expuse, apare întrebarea: care ar fi caracteristicile strategiei educative, abordată în cadrul familiei?

Astfel, pare important să specificăm că, în primul rând, strategia aplicată de părinți în educație ar trebui **să urmărească:**

stabilirea și dezvoltarea unor relații optime între educator și educat;

valorificarea comunicării și relațiilor empaticе părinți-copii, care ar contribui la declanșarea mecanismelor psihologice ale interiorizării, asimilării/învățării etc. în baza principiilor psihologiei morale;

ca transmiterea informației/mesajului să-l antreneze pe copil într-o colaborare, un proces de achiziționare activ, conștient și creativ, centrat pe dezvoltarea cogniției și metacogniției;

ca acțiunile educative să fie gândite, orientate spre o anumită finalitate și să-l transforme pe copil din obiect în subiect/actor al propriei educații/formării;

ca formarea-dezvoltarea copilului să se desfășoare pe un traseu ascendent moral;



ca procesul colaborării și relaționării cu copilul să îmbine variate forme, metode, tehnici ce se vor aplica în funcție de particularitățile de vârstă, de personalitate; starea sănătății și etapele formării psihomorale a *Eu-lui*.

Din cele relatate, putem deduce că strategia ocupă un loc central în cadrul tehnologiei educaționale. Ea este, concomitent, tehnică și artă, imprimându-i demersului acțional, aplicativ al tehnologiei un anumit specific, o anumită coloratură. Frumos și exact definește *strategia pedagogică* **S. Cristea**, specificând că aceasta reprezintă o *manieră de abordare a educației necesară pentru realizarea unui scop specific* [9].

Plecând de la definiția, caracteristicile și dimensiunea epistemologică a strategiei pedagogice care vizează mecanismele structural-funcționale angajate în proiectarea și realizarea educației [Ibidem]; funcțiile familiei, domeniile vieții de familie și principiile filosofiei practice a familiei [13], delimităm *șase tipuri de strategii educative esențiale*, care ar asigura eficiența acțiunilor și a tuturor influențelor educative familiale:

*strategia comunicării și relaționării umaniste;*

*strategia respectării drepturilor copilului;*

*strategia valorizării modului sănătos și demn de viață;*

*strategia partajării și onorării responsabilităților din partea adulților și copiilor;*

*strategia centrării pe modelul moral pozitiv de comportare al adulților și formarea psihomorală a Eu-lui copiilor;*

*strategia orientării acțiunilor educative spre stimularea autocunoașterii, autoeducației, autoactualizării.*

După cum se poate observa, *strategiile educative familiale*, consemnează un context profund uman, incluzând multitudinea acțiu-

nilor, ce pot fi valorizate prin intermediul variatelor forme, metode și mijloace pedagogice, orientate spre esența valorică a acestora.



### FORME APLICATE ÎN EDUCAȚIA FAMILIALĂ ȘI CLASIFICAREA METODELOR EDUCAȚIEI

Precizăm faptul că formele educației reprezintă modalitățile de realizare a activității de formare-dezvoltare a personalității umane desfășurată într- un timp și spațiu pedagogic determinat din punct de vedere social [9; 10]. Deci, conceptul pedagogic de formă generală a educației, definește cadrul de desfășurare a acțiunilor și influențelor educative. **Formele generale ale educației** în științele educației se delimitează în formale, nonformale și informale. Influența acestora devine tot mai mare și importantă odată cu creșterea copilului și frecventarea instituției de învățământ. Axându-ne pe criteriul cadrului social fixat, familia și funcțiile ei în îmbinare cu interacțiunile altor parteneri educativi (grădinița de copii, școala, Centre de creație, secții sportive etc.), propunem o clasificare convențională a formelor educației ce pot fi valorificate de familie:

***Formele educației organizate și desfășurate în cadrul familiei***, ce includ:

- activități obligatorii de regim și respectare a igienei personale;*
- activități de autoservire și muncă de menaj casnic;*
- activități cu caracter cognitiv și metacognitiv (de cunoaștere, lectură, studiere și construire a instrumentelor, strategiei și traseului cunoașterii);*
- activități cu caracter estetic și distractiv/ loisir (sărbători, victorine, concursuri organizate în cadrul familiei);*
- activități cu caracter psihofizic/ sportiv (gimnastica, regimul zilei, jocuri și competiții la aer liber, plimbări etc.);*

*activități cu caracter religios, spiritual (discuții, conversații pe teme morale, pregătirea și desfășurarea sărbătorilor religioase; frecventarea bisericii etc.*

***Formele educației organizate-desfășurate în colaborare/parteneriat cu instituția de învățământ. Activitățile pot fi grupate după finalități și conținuturile generale ale educației:***

- activități cu tematică morală, civică, spirituală etc.;
- activități cu caracter cognitiv, de valorificare a educației intelectuale;
- activități de valorificare a științei aplicate/ a tehnologiilor informaționale etc.;
- activități de valorificare a tezaurului culturii artistico-literare, artistico-plastice, muzicale, dramaturgiei etc. și de dezvoltare a creativității copilului;
- activități de valorificare a potențialului psihofizic al copilului (participarea la competiții, cercuri, secții, sărbători sportive etc.).

***III. Formele educației organizate-desfășurate în colaborare/parteneriat cu agenții comunitari*** care includ:

- vizite și consultații la medicul de familie sau alți specialiști cu scopul ocrotirii sănătății;
- activități de protecție și ocrotire a mediului ambiant, organizate de primărie, școală etc.;
- activități de celebrare a unor evenimente importante pentru țară/localitate (Ziua Independenței, Ziua Limbii Române etc.);
- activități de caritate pentru acordarea ajutorului persoanelor în etate sau cu nevoi speciale etc.;

activități cu caracter religios/spiritual desfășurate de biserici, mănăstiri, ONG-uri etc.;

activități de odihnă și divertisment;

activități sportive și de promovare a modului sănătos de viață.

Modalitățile de organizare-desfășurare a activităților educative sunt variate și presupun din partea familiei competență, valorificarea și participarea adulților și copiilor. Formele educației le aplicăm în funcție de vârsta copilului, interesele lui, posibilitățile familiei; starea sănătății copilului, regimul de muncă al părinților și programul de studiu/ școlar al copiilor.

Important este să înțelegem că părinții trebuie să analizeze, să discute împreună cu copiii pe marginea activităților desfășurate, să se intereseze ce anume le-a provocat plăcere și interes copiilor; ce au învățat pozitiv și bun pentru sine. Un alt aspect educativ important: familia nu va face abuz de frecventarea activităților din exteriorul ei, dar, totodată, va gândi bine organizarea-desfășurarea acestora în cadrul familiei. Respectarea acestor exigențe asigură un echilibru psihoemoțional copiilor și membrilor adulți, preîntâmpină suprasolicitarea și surmenarea, permite conștientizarea esenței muncii și odihnei. La fel, permite membrilor familiei să aprecieze posibilitățile și sensul realizării plene a intereselor și creativității umane. Formele educației se realizează prin ansamblul de metode educative.

Procesul educației este unul complex, poliaspectual și necesită cunoașterea metodelor de educație. Întrucât părinții sunt cointereșați în formarea unei personalități demne, dezvoltate armonios, ei se implică activ în parteneriatele educaționale, frecventează ședințe, școli pentru părinți și alte activități de inițiere în arta educației copilului și consolidare a competențelor parentale.

Plecând de la principiile noii paradigme de educație axată pe explorarea capacității de cunoaștere holistică, a funcționării creierului uman, prin implicarea activă a emisferei drepte ce asigură interconexiunea dintre rațiune, sentiment, voință și ținând cont de psihologia educației familiale, propunem o clasificare a metodelor educației, orientată spre formarea personalității integre [13, p.208-209].

Sigur că clasificarea noastră pleacă și de la criteriul respectării logicii acțiunii educative familiale, însă cel mai important aspect rezidă în orientarea spre valorificarea reflecției și acțiunii morale în soluționarea problemelor existențiale ale individului.

În consens cu reperele teoretico- aplicative elucidate, delimităm **trei grupe de metode ale educației familiale:**

### **I. Metode de formare-dezvoltare a cunoașterii și conștiinței morale.**

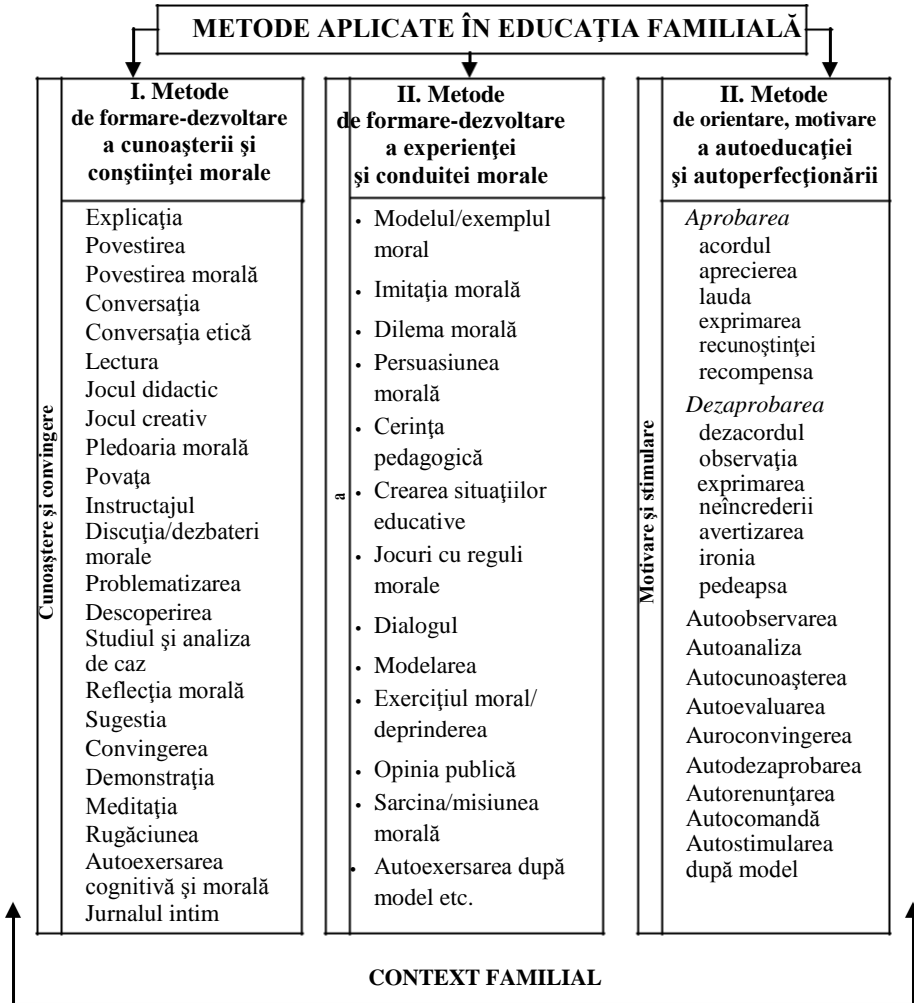
#### **Metode de formare-dezvoltare a experienței și conduitei morale.**

#### **Metode de orientare, motivare și stimulare a autoeducației și autoperfecționării existențiale integrale.**

După cum se poate observa în primele două grupe de metode, prevalează metodele și procedeele care promovează valorificarea cunoașterii și a formării-dezvoltării experienței și conduitei morale, ceea ce contribuie la abordarea, monitorizarea și consolidarea acțiunilor în mod holistic în diada complexă nominalizată: *cunoaștere-rațiune-conștiință ↔ exersare-deprindere-conduită*.

Metodele din grupa a treia se prezintă ca acțiuni de promovare a celui mai valoros și responsabil comportament uman posibil – autoeducația și autoperfecționarea existențială permanentă, care include toate aspectele vieții omului: cunoaștere, muncă, odihnă, loisir, sport, artă etc. În acest context, diada descrisă se completează organic cu a treia grupă de metode, care orientează–motivează–

stimulează autoeducația și autoperfecționarea copilului [Figura 4]. Schema dată poate servi ca suport metodologic pentru părinți și adolescenții care se ocupă de educație și autoeducație.



**Figura 4. Metode aplicate în educația familială**

În continuare vom aborda unele aspecte tehnologice de explorare a metodelor în cadrul educației familiale, desigur că în contextul formării culturii și competențelor parentale.



## LABORATORUL EDUCAȚIEI FAMILIALE

Observația asupra existenței omului și a vieții lui în familie, în arealul cultural autohton, ne-a permis să stabilim o tendință îmbucurătoare: familiștii și părinții sunt cointeresați în sporirea eficienței climatului, a relațiilor intrafamiliale, educației optime a copiiiilor. În ultimul timp, este mult mai observabilă tendința de axare a familiei pe un mod sănătos de viață, pe credință și democratizarea relațiilor interpersonale. În contextul dat, precizăm faptul că metodele educației reprezintă căile de organizare-desfășurare a activității comune a părinților și copiilor, orientate spre formarea personalității tinerei generații, totodată acestea presupun și perfecționarea personalității adulților [13, p. 210-215].

Chiar de la naștere copilul este influențat de toți factorii familiari:

**managementul familiei** ce are ca scop dirijarea și administrarea, corectarea funcționării familiei ca un tot întreg. **Managementul familiei** determină modul de organizare, funcționare și monitorizare a gospodăriei și a mediului familial. În această ipostază este foarte important de repartizat clar obligațiile și responsabilitățile între membrii adulți ai familiei și copii, sigur că în funcție de: vârstă, starea sănătății, aptitudini, competențe și posibilități, fără a impune poziția de lider/cap al familiei, bărbatului sau femeii. Specificul managementului familial se va contura și consolida treptat pe parcursul vieții

în comun. Variatele situații, care apar, vor scoate în evidență trăsăturile ambilor parteneri, astfel se va clarifica potențialul, posibilitățile și tendințele acestora. Esențialul constă în faptul ca soții să negocieze; să se înțeleagă cu privire la realizarea funcțiilor, responsabilităților, ocupând o poziție flexibilă, mutuală, inteligentă pentru a se ajuta și completa armonios.

După cum am menționat anterior, educația copilului se realizează de către adulți prin intermediul *acțiunilor* și *influențelor*. Subcapitolul este dedicat acțiunilor educative familiale și, anume, valorificării metodelor educației. Astfel, ***metodele de formare-dezvoltare a cunoașterii și conștiinței morale***, asigură informarea copilului, achiziționarea cunoștințelor, normelor morale prin crearea situațiilor – problemă de studiere și soluționare a unor aspecte și raporturi dintre inteligența reflexivă, teoretică și inteligența practică, acțiunea morală. În contextul vizat, trebuie să înțelegem că metodele din cele trei grupe nu se valorifică într-o anumită ordine, ci se îmbină armonios pentru a diversifica acțiunile noastre și pentru a le consolida. Clasificarea lor este una convențională pentru a ilustra esența, posibilitățile metodelor și a observa necesitatea corelării cunoașterii cu reflecția, acțiunea și formarea deprinderii morale.

De acest lucru ne vom convinge elaborând demersul praxiologic al laboratorului educației familiale. Părinții aplică deseori *explicația, povestirea, conversația* pe marginea variatelor teme, inclusiv a celor etice. Principalul moment aici rezidă în evitarea stilului coercitiv, rigid, moralizator. *Lectura*, urmată de *comentarii, explicații* de la începutul vârstei fragede trebuie lent să treacă în *lectura urmată de conversații, discuții etice*, iar odată cu plecarea la școală, *lectura trebuie să devină o necesitate și deprindere intelectuală a copilului*, ce îi va trezi interes pentru diferite aspecte ale existenței și conduitei



umane. *Lectura ghidată și cea independentă* provoacă preadolescentul spre analize mai profunde, care vizează sensul vieții, stimulează apariția unor gânduri și raționamente superioare de ordin etic, spiritual, estetic, civic, moral. Fiecare familie trebuie să aibă o bibliotecă pentru membrii adulți și una specială pentru copii. Biblioteca va fi lărgită treptat, cărțile se vor alege și procura în funcție de vârsta copilului, interesele lui. *Biblia pentru copii*, culegerile de povești populare, lucrările pentru copii a scriitorilor și poeților notorii, trebuie să fie în fiecare casă, în fiecare familie. **Actul dăruirii unei cărți apropiatilor și copilului**, transformați-l într-un ritual deosebit, care va include familiarizarea acestuia cu esența conținutului, cu unele date interesante din biografia autorului și lecturarea expresivă a unor fragmente sau povestioare. Acestea se selectează și se prezintă interesant, emoțional pentru a-i provoca curiozitatea copilului.

**Metoda studiului și a analizei unui caz/situații** cere o anu-mită îndemânare și inteligență din partea adultului. Cazul sau situația concretă poate include variate aspecte: intelectuale, cognitive, morale, estetice, civice etc. Este necesar să simțim pornirile copilului, dispoziția lui, să alegem un caz interesant, să ne pregătim din timp pentru a-l analiza și a explora eficient toate posibilitățile acestuia.

Să nu ne fie teamă că nu vom fi în stare să ne descurcăm cu întrebările care pot să apară la copil.

În situația dată, putem să luăm o pauză pentru a ne gândi, a oferi timp și copilului pentru reflecții, punctând sfera dificilă la care numaidecât ne vom întoarce în curând.

**Modelul valorificării unei situații educative.** Elena (7 ani) a rămas acasă cu bunica. Ambele erau ocupate. Bunica prepara bucate, iar fetița se juca în odaia sa. La un moment dat, bunica a chemat nepoata și i-a spus ca se simte rău, are slăbiciune și nu-i în

stare să facă ceva, trebuie să primească medicamente și să stea culcată, însă are grijă că nu-și va îndeplini promisiunea față de ceilalți membri ai familiei (pregătirea cinei).

După descrierea situației, propunem copilului să elaboreze raționamente privind situația creată.

Avem răbdare, ascultăm atent, putem ajuta copilul cu unele întrebări de tipul:

Cum ar putea derula evenimentele ?

Cum ai proceda tu în așa o situație ?

Cum crezi, ce poate face Elena în situația care a apărut ?

Cum poate Elena să ajute bunica ?

Care acțiuni ale fetei le consideri mai importante în situația dată ?

Oare ar fi în stare un copil de 7 ani să ducă la bun sfârșit pregătirea cinei ?

În continuare, se analizează și se discută fiecare variantă propusă de copil. Se încurajează, se susțin și se dezvoltă ideile copilului. Se orientează copilul spre comparații, sinteze, concluzii, schimbarea sau completarea subiectului etc.

Foarte utile și creative sunt propunerile de a desena sau picta cazul, de a-l completa cu *situații* noi, de a-l ilustra prin improvizarea unui cântec, poezii sau reconstruirea acestuia, stimulând crearea unui ansamblu de episoade ce pot fi unite într-o povestire mai amplă. Astfel noi dezvoltăm gândirea logică, memoria, imaginația, limbajul, creativitatea și exersăm copilul în luarea deciziilor și proiectarea acțiunilor morale și a comportamentului adecvat.

În cadrul familiei, părinții nu folosesc metoda *prelegerii* ca atare, dar la vârstele școlare, pot valoriza metoda *pledoariei morale*, prin care într-un mod expozitiv-verbal, argumentat susțin un eve-

niment, acțiune sau faptă morală, scoțând în evidență cu amănunte frumoase unele aspecte ale acestuia. Esențialul aici să nu se facă abuz de timp, fraze pompoase, comparații neplăcute și aluzii la unele greșeli comise de copil. Experiența avansată în domeniul educației parentale, demonstrează eficiența pledoariei morale, care incumbă argumente accesibile pentru copil și atitudinea plină de încredere și optimism a adultului față de persoana care a manifestat o conduită onestă și demnă.

*Explicația, convorbirea și povestirea morală* urmăresc același scop: asimilarea de către copii a cunoștințelor, normelor și cerințelor morale prin interiorizarea esenței acestora și a raporturilor de tip cauză-efect. Am putea îndemna copilul să scrie o mică povestire, eseu, poveste cu caracter moral.

*Povestirea sau istorioara cu caracter moral* poate fi îmbinată cu întrebări, procedee retorice sau mici dramatizări. Pentru copiii de vârstă preșcolară se poate apela la implicarea lor în finalizarea povestirii sau remodelarea ei prin includerea în firul narativ al evenimentelor personaje cunoscute sau chiar pe sine. Aplicarea unui limbaj expresiv, contemplarea ilustrațiilor selectate special analiza detaliată și conversația pot încheia valorificarea acestei metode.

Copiii de 10-13 ani pot fi orientați spre scrierea unor povești sau povestitoare, versuri pe o anumită temă, apoi lecturarea lor în cadrul activităților cotidiene sau festive ale familiei. Este util și foarte valoros de organizat în familie de 2-3 ori pe săptămână **șezători culturale**, de exemplu: duminică, marți, joi, în cadrul cărora părinții ar informa familia despre faptele sale și evenimentele la care au participat și ce au învățat nou, important și bun. Odată cu creșterea copiilor se propune ca aceștia să-și împărtășească și ei, cu apropiații, emoțiile, sentimentele, experimentele. Discuțiile părinților cu copiii trebuie să fie axate pe variate probleme existențiale și

acțiuni morale. Astfel, copiii se clarifică cu conținutul valorilor, încep a înțelege importanța virtuților, calităților pozitive de caracter, încearcă să-și elaboreze scopuri, perspective comportamentale; se învață a discuta, a comenta, a analiza și a argumenta propria opinie; se învață a-și proiecta prioritățile valorice etc.

În așa situații, deseori se poate aplica *povața*. Mesajul educativ în cadrul acestei metode este codificat în maxime, proverbe, zicători, cugetări. Ele incită la reflecție și declanșează trăiri afective pozitive. *Povața* trebuie foarte atent și cu mare tact valorificată în educația copilului, pentru a-l îndemna pe copil la fapte morale foarte subtil, creându-i convingerea că el independent a ajuns la o anumită concluzie și un rezultat pozitiv.

Deseori *povața, conversația* se îmbină cu *sugestia*, care presupune o *insuflare*, o orientare a copilului în luarea deciziilor și alegerea acțiunii sau a comportamentului potrivit. Întrucât, sugestia are caracter subtil, voalat, se cere ca adultul să fie atent și responsabil în ceea ce însuflă copilului. E de dorit ca sugestia să fie axată pe expunerea încrederii în forțele și intențiile pozitive, morale ale copilului.

**Exemplu:** eu sunt sigur că tu Marcel, știi că Ionel are nevoie de susținere morală și îl vei încuraja, ai să te strădui să-i ridici dispoziția, vei pleca cu el în vizită la mama lui la spital, îl vei ajuta la treburile gospodărești; vei fi mai atent decât de obicei cu el și vei afla cu ce îl poate ajuta familia noastră în lipsa mamei sale.

**Problematizarea și descoperirea** pot fi aplicate împreună ca elemente de cercetare. Poate fi formulată o problemă morală, de cunoaștere, propunând copilului soluționarea ei prin metoda descoperirii.

Părinții pot crea variate situații -probleme sau oferă copiilor această posibilitate, având în vedere dezvoltarea *gândirii convergente* ce solicită un răspuns sintetizat unic și dezvoltarea *gândirii divergente*, care presupune analiza sau alegerea unui răspuns din mai multe variante.

Dacă în *problematizare*, accentul se pune pe declanșarea și crearea situațiilor-problemă, *descoperirea* reprezintă o metodă de căutare, cercetare și găsim a soluției. Ambele metode constituie componentele demersului euristic, care îl face pe copil să gândească, să caute și să reactualizeze experiența anterioară.

*Descoperirea* poate fi *independentă* și dirijată, inductivă, de la simplu – la complex; de la date particulare – spre unele cu un grad de generalitate mai mare și *deductivă* ce se realizează prin construirea deducției pe traseul, de la general, de la sinteze – spre particular.

**Demonstrația** constă în prezentarea unor obiecte, procese, fenomene sau acțiuni în fața copiilor.

În educația familială, *demonstrația* se aplică, practic, permanent. Important este să conștientizăm că părinții demonstrează sistematic propria conduită, de atât trebuie să urmăm un mod adecvat, moral de comportare în toate sferile vieții cotidiene.

*Demonstrația* poate fi îmbinată cu explicația, conversația, utilizarea materialelor intuitive.

**Reflecția morală** reprezintă un act de meditație pentru a înțelege și explica sensul unui eveniment, fenomen sau comportament uman. *Reflecția morală* include: o stare de *îndoială*, *evocare*, *deliberare* și *opțiune morală*, care poate fi îmbinată cu studiul de caz.

Pentru a-i incita pe copii la reflecții, îi exersăm și le propunem să pătrundă în esența unui eveniment, comportament/faptă, a unei situații concrete sau improvizate, a unei idei aforism etc.

Copiilor mai mici le putem ajuta prin formularea întrebărilor sau prin propunerea de a realiza mai întâi observații independente. Deseori *reflecția morală* poate fi precedată de un *dialog cu sine* – îl învățăm pe copil a-și pune întrebări și a răspunde, apoi a face o concluzie. Important aici este și stimularea *interpretării gândurilor*, a *opțiunii morale*, a acțiunilor care urmează a fi valorificate în diverse situații existențiale.

**Dilema morală** se aplică la variate vârste, însă deseori alegerea între un obiect sau altul, un comportament sau altul, nu este argumentată și comentată. Această scăpare diminuează eficiența metodei. În formularea sau crearea situațiilor de dilemă trebuie să respectăm normele moral-etice, să nu provocăm copilul la alegeri de tipul: *cine este mai bun cu tine sau pe cine iubești mai mult, pe mama ori pe tata?*

Una dintre cele mai eficiente metode este **exercițiul moral** ce constă în repetarea sistematică a faptelor și acțiunilor cu scopul formării deprinderilor și obișnuirilor de comportare morală. Exercițiul moral influențează pozitiv asupra formării trăsăturilor volitive, asupra consolidării deprinderilor și atitudinilor morale.

În îmbinare cu exercițiul moral se aplică variate metode și procedee: *cerința pedagogică, aprobarea, dezaprobarea, opinia publică.*

**Cultivarea tradițiilor valoroase în cadrul familiei**, celor de respectare și ajutorare a persoanelor în etate; de comportare onestă și demnă; de sărbătorire a unor evenimente semnificative a familiei, localității, țării; de respectare a drepturilor omului; de susținere morală în situații dificile; de creare și urmare a unui mod demn de viață – contribuie la consolidarea unității dintre conștiința și conduita morală a copilului.

**În consens cu informarea copilului, oferirea modelului pozitiv valoric de comportare și soluționare a problemelor existențiale de tip familial, profesional, social și stimularea cunoașterii, învățăm copilul să opună rezistență la ispitele mediului ambiant, să nu se lase ademenit de nonvalori sau pseudovalori.**

În acest sens viața ne convinge că acest lucru este posibil dacă adulții, rudele apropiate copilului, demonstrează o conduită stabilă centrată pe unitatea organică între felul de a gândi, acționa și de a fi/a deveni.



## STUDIEM ȘI CUNOAȘTEM TEMPERAMENTUL ȘI MIJLOACELE DE AUTOPERFECTIONARE

Adulții, inclusiv părinții trebuie să cunoască temperamentul său și al copilului. Propunem patru matrice [5] care ne vor ajuta să cunoaștem temperamentul.

### SANGVINICUL

#### I. Privire succintă și esențializată asupra sanguinicului (adaptarea ne aparține)

##### Puncte tari

<i>Calități</i>	<i>Defecte posibile</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• vesel</li> <li>• spontan</li> <li>• imaginativ</li> <li>• sociabil</li> <li>• serviabil</li> <li>• optimist</li> <li>• activ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• superficial</li> <li>• emotiv</li> <li>• irealist</li> <li>• indiscret</li> <li>• atrăgător</li> <li>• foarte influențabil</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• surâzător</li> <li>• implicat</li> <li>• vorbăreț</li> <li>• amical</li> <li>• sensibil</li> <li>• muncitor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• agitat</li> <li>• impulsiv</li> <li>• naiv</li> <li>• instabil</li> <li>• creditul</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepe, din priviri, emoțiile celorlalți</li> <li>• Arată un spirit deschis</li> <li>• E interesat de nou</li> <li>• Inventiv, original</li> <li>• Vrea să ofere celorlalți buna dispoziție</li> <li>• Vrea să îi ajute pe ceilalți</li> <li>• Se apropie ușor de adulți și de semenii săi/ comunicabil</li> <li>• Vrea să fie iubit de toți</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Îi lipsește concentrarea</li> <li>• Schimbă des subiectul de conversație</li> <li>• Detestă repetițiile</li> <li>• Uită repede ordinele, sarcinile</li> <li>• Caută să îi distragă pe ceilalți</li> <li>• Este frică să nu fie ignorat, izolat</li> <li>• Îi place să fie recunoscut</li> <li>• Îi lipsește orientarea de principiu</li> <li>• Este înclinat să evite problemele</li> <li>• Poate fi fricos și anxios</li> </ul>

## Mijloace inteligente de susținere a copilului și a adultului cu temperament sangvinic

### *Sistematic*

A-i arăta afecțiune, prietenie  
A-i oferi un cadru precis  
de acțiuni și reguli clare  
Realizarea observațiilor  
tacticos și calm  
Exerciții de antrenare a atenției,  
spiritului de observare, a me-  
moriei, voinței etc. (respirație  
vizualizată, observarea obiec-  
telor mici)  
A antrena voința prin variate  
modalități, exersând stabilitatea,  
orientarea de principiu,  
perseverența și asiduitatea

### *În caz dacă își pierde controlul*

A-i satisface nevoia de contact  
fizic și social  
A-l ajuta să respire profund  
A-l face să asculte activ  
A-i re/verifica și susține interesele  
A-i vorbi despre ceea ce îi place  
A comunica *de la egal la egal*  
A alterna activitățile copilului  
A-i forma deprinderi  
sănătoase de viață

### ***De reținut:***

Un sangvinic educat se manifestă, preponderent, ca o persoană pozitivă, optimistă și onestă;  
Sangvinicul este ușor educabil;  
În realitate, temperamente pure se pot întâlni extrem de rar;  
Este necesar de a valorifica atitudinea pozitivă a sangvinicului, a-i oferi posibilitatea să dăruiască bunăvoință, optimism, dispoziție bună; să acorde ajutor dezinteresat altor persoane etc.



## COLERICUL

### I. Privire succintă și esențializată asupra colericului

#### Puncte tari

<i>Calități</i>	<i>Defecte posibile</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• curajos</li> <li>• dinamic</li> <li>• determinat</li> <li>• idealist</li> <li>• competitiv</li> <li>• practic</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• conductor</li> <li>• entuziast</li> <li>• de încredere</li> <li>• optimist</li> <li>• muncitor</li> <li>• independent</li> <li>• spontan</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• gust pentru aspirații</li> <li>• gândire liberă</li> <li>• răspunde rapid</li> <li>• centrat pe rezultate</li> <li>• decizii prompte</li> <li>• iubește acțiunea, provocările, marile realizări</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dominator</li> <li>• agresiv</li> <li>• brusc/reactiv</li> <li>• vanitos</li> <li>• rebel</li> <li>• egocentric</li> <li>• arogant</li> <li>• dictator</li> <li>• impulsiv</li> <li>• nerăbdător</li> <li>• sarcastic</li> <li>• crud</li> <li>• individualist</li> <li>• foarte critic privind acțiunile și muncii făcute de alții</li> <li>• deleghează unele sarcini la alte persoane</li> <li>• își risipește energia</li> <li>• setea de putere</li> <li>• crede că încurajările sunt de prisos în situațiile violente</li> </ul>

### II. Mijloace inteligente de susținere a copilului și a adultului cu temperament coleric

<i>Se recomandă</i>	<i>În caz dacă își pierde autocontrolul</i>
Să fie ocupat în mod constant	Se recomandă o ascultare atentă
Să-i oferim provocări noi și variate	Se recomandă a-i oferi provocări mai puțin pretențioase
Să-i servim drept model de autoritate	Se evită confruntările
Să-i oferim sarcini clare și precise	Se evită aprecierile aproximative sau cele neobiective

Să-i încredințăm responsabilități  
de șef  
Să-l învățăm să-și respecte  
partenerii și obligațiunile  
Să-l învățăm să resimtă nevoile  
altora/cultivăm empatia  
Să-l facem să tragă  
învățăminte dintr-un eșec  
Antrenăm permanent voința și  
conduita morală/onestă

***De reținut:***

La un coleric educat, trăsăturile negative pot fi dificil de observat.  
În educația colericului trebuie să îmbinăm armonios exigența,  
bunăvoința, obiectivitatea și cerința pedagogică.  
Comunicăm cu colericul calm, argumentat și valorificăm poziția  
*alături* (nu ne permitem desconsiderările și opiniile sarcastice).

## FLEGMATICUL

### I. Privire succintă și esențializată asupra flegmaticului

#### Puncte tari:

##### *Calități*

- calm
- liniștit
- pașnic
- cooperant
- sensibil
- creativ
- metodic
- interiorizat
- compătimitor
- ascultător
- neîndemânatic
- credul

Capabil de observație

Se gândește lent la un lucru

Demn de încredere

Se motivează, ajutându-i pe ceilalți

Re/trăiește totul în sine și sa

Se limitează la metodele verificate

Îi place să fie apreciat,

are nevoie de o atmosferă

de acceptare

##### *Defecte posibile*

- lent
- leneș
- excesiv de sensibil
- dependent
- laș
- inflexibil
- egoist
- iresponsabil
- încăpăținat
- nehotărât
- dezinteresat
- ironic

Refuză sau ezită la schimbare

Ușor de manipulat

Îi lipsește inițiativa

Puțin comunicativ

Plin de resentiment

Detestă lipsa de sensibilitate

Rabdă țipetele, presarea etc.

## Mijloace inteligente de susținere a copilului și a adultului cu temperament flegmatic

Utilizarea capacității sale de  
observație pentru a-l a face să  
învețe totul treptat, pe etape  
Să-i arătăm deschis  
încrederea noastră  
Să-l implicăm într-un anturaj  
plăcut, activ, energic  
Să-i oferim provocări realiste  
Să-i oferim subiecte  
de conversație vii,  
variate, interesante

### *În caz dacă își pierde controlul*

Îi ajutăm să înțeleagă ceea ce  
se întâmplă  
Îl susținem prin calmitatea  
manifestată de noi  
Îl încurajăm și îi acceptăm felul de a  
fi, dar, treptat îi sporim capacitatea  
de a fi activ

### ***De reținut:***

Un flegmatic educat bine, este o persoană pozitivă și tolerantă, foarte corectă și amabilă.

Flegmaticul trebuie să învețe a spune **nu** în unele situații de viață (altfel este prea bun, moale etc.).

## MELANCOLICUL

### I. Privire succintă și esențializată asupra melancolicului

#### Puncte tari:

##### *Calități*

- serios
- stabil
- foarte sensibil
- perfecționist
- curios
- prudent
- fidel
- participant
- responsabil
- interiorizat
- profund
- precis
- întrebător
- personal
- imaginativ
- învață cu ușurință
- răspunde de multe ori la întrebări
- îi place să fie apreciat
- are grija la detalii
- iubește: izolarea, liniștea etc.

##### *Defecte posibile*

- trist
- rigid
- manifestă prejudecat
- inflexibil
- indiscret
- individualist
- nesociabil
- ranchiunos
- inert
- pesimist
- bănuitor
- visător
- egocentric
- fricos
- capricios
- anxios
- îi lipsește entuziasmul
- este depresiv (meditează adesea)
- se simte deseori victimă
- îi crește frică de schimbare
- este ușor de jignit
- este înclinat spre critică  
nu-i place să fie criticat și nici să se înșele

#### Mijloace inteligente de susținere a copilului și a

#### adultului cu temperament melancolic

##### *În mod regulat*

să-l facem să-și trăiască melancolia, determinându-l să se ocupe și de alți oameni să-l provocăm să vorbească mai mult să-l invităm să se ocupe de o cauză socială

##### *În caz dacă își pierde autocontrolul*

să-i încredințăm responsabilități  
să-l consolăm prin a-i oferi încredere și avansuri  
să-l ascultăm și să-l apreciem la justa lui valoare

să-l valorizăm, fără a-l  
supravaloriza și surmena  
să-l determinăm să facă  
servicii de binefacere

### De reținut:

Melancoliei *puri* se întâlnesc extrem de rar. Acest psihotip, ca și celelalte, sunt mixte, îmbină și alte trăsături de la celelalte temperamente.

În educație și autoperfecționare de atras atenție asupra formării voinței, rezilienței și sporirii capacității de muncă (dar o facem treptat pentru a evita suprasolicitările psihofizice).



## TESTEĂM TEMPERAMENTUL PREDOMINANT

(autor Caron G. [5])

**SARCINĂ:** bifați căsuța care evaluează mai bine temperamentul dumneavoastră – mult (M), puțin (P) sau deloc (D).

<b>De obicei, sangvinicul este înclinat</b>	<b>M</b>	<b>P</b>	<b>D</b>
- să fie vesel.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să fie optimist.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să să-și facă pretutindeni prieteni.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să întoarcă serviciul și să ofere ajutor.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să se agite și să se enerveze.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să înceapă multe lucruri fără a le termina.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să răspundă nevoilor proprii.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să schimbe des locul, locuința.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total =	(×3) +	(×1) +	0

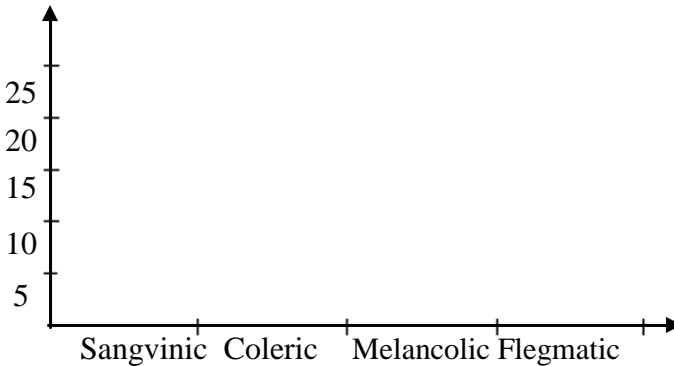
<b>De obicei, colericul este înclinat</b>	<b>M</b>	<b>P</b>	<b>D</b>
- să fie peste tot primul.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să fie liderul unui grup.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să vadă partea bună a lucrurilor.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să pună în practică ceea ce gândește.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să fie agresiv în apărarea proiectelor sale.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să fie dur față de cei care nu gândesc ca el.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să fie sarcastic când un lucru nu-l mă privește...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- să-și păstreze independența.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total =	(×3) +	(×1) +	0

• **Melancolicul este:**

sensibil la opiniile parvenite la adresa a ceea ce vorbește cineva.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
în muncă pune preț mare pe detalii și minuțiozitate.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
atent cu prietenii și le este fidel.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
implicat cu totul/absolut într-o cauză.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
bun în munca sa .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
axat pe perceperea vieții în negru.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
visător/visează viața în loc să o trăiască.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
vulnerabil și ține supărarea mult timp.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total =	(×3) +	(×1) +	0

<b>De obicei, flegmaticul este înclinat spre</b>	<b>M</b>	<b>P</b>	<b>D</b>
a căuta să provoace râs.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
a servi drept mediator în conflicte.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
a păstra calmul.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
a fi eficient.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
a lua timp înainte de a începe a lucra.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
a-și bate joc de alții în sinea sa..... (fără să le-o spună)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
dificultate în alegere și decizie.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total =	(×3) +	(×1) +	0

### Profilul meu



**Notă:** De calculat procentul calităților pentru fiecare poziție, pentru a vedea care temperament prevalează, ceea ce ar permite să-și stabilească punctele **forte** și cele **slabe** (cu scopul de a se autoperfecționa).





## UNELE MIJLOACE DE AOTOPERFEȚIONARE A COMPETENȚELOR PARENTALE.

### Evenimentele din cadrul vieții și valoarea ponderală a stresului

#### *Chestionar cu privire la determinarea valorii ponderale a stresului*

#### SCHIMBĂRILE VIEȚII ȘI PREȚUL PE CARE-L PLĂTIM PENTRU STRES

Doctorul psihiatru H. Holmes și colegii săi de la facultatea de medicină de la *Universitatea din Washington* au elaborat o *Scală a evenimentelor vieții*, care permite măsurarea stresului psihologic asociat variațiilor schimbării în viață. Utilizarea acestei scale a demonstrat că există o legătură între schimbările din viață și declanșarea unor boli nervoase sau probleme medicale, unele minore, altele majore.

Din lista evenimentelor menționate mai jos bifați-le pe cele care s-au produs în timpul ultimilor doi ani din viața Dvs. După ce ați calculat punctajul total, consultați tabloul, de la sfârșitul chestionarului, pentru a vă interpreta rezultatele [5].

Evenimente din viață	Valoarea ponderată a stresului
<input type="checkbox"/> Decesul soțului/soției	100
<input type="checkbox"/> Divorțul	73
<input type="checkbox"/> Despărțirea soților	65
<input type="checkbox"/> Pedepșa cu închisoarea	63
<input type="checkbox"/> Decesul unui părinte	63

<b>Evenimente din viață</b>	<b>Valoarea ponderată a stresului</b>
<input type="checkbox"/> Boala sau suferința personală	53
<input type="checkbox"/> Căsătoria	50
<input type="checkbox"/> Concedierea	47
<input type="checkbox"/> Împăcarea soților	45
<input type="checkbox"/> Pensionarea	45
<input type="checkbox"/> Schimbarea stării de sănătate sau a comportamentului unui membru al familiei	44
<input type="checkbox"/> Sarcina/graviditatea	40
<input type="checkbox"/> Dificultăți de ordin sexual	39
Sosirea unui nou membru în familie (prin naștere, adopție etc.)	39
Adaptarea la locul de muncă sau la afacerea proprie	39
<input type="checkbox"/> Schimbări în situația financiară	38
<input type="checkbox"/> Decesul unui prieten apropiat	37
<input type="checkbox"/> Schimbarea meseriei, a profesiei	36
<input type="checkbox"/> Cearta cu soțul/soția	35
<input type="checkbox"/> Credit/ipotecar mai mare de 10 000 \$	31
<input type="checkbox"/> Sechestrul asupra imobilului	30
<input type="checkbox"/> Schimbarea responsabilităților la locul de muncă	29
Plecarea de acasă a unui fiu sau a unei fiice	29
<input type="checkbox"/> Probleme cu familia soțului/soției	29
<input type="checkbox"/> Realizări majore în plan profesional	28
<input type="checkbox"/> Începutul sau întreruperea muncii	26

<b>Evenimente din viață</b>	<b>Valoarea ponderată a stresului</b>
soțului/soției	
<input type="checkbox"/> Începutul sau sfârșitul studiilor	26
<input type="checkbox"/> Schimbarea condițiilor de viață	25
<input type="checkbox"/> Revizuirea de viață	24
<input type="checkbox"/> Probleme cu patronul/șeful	23
<input type="checkbox"/> Schimbări în condițiile, orele de muncă	20
<input type="checkbox"/> Schimbarea reședinței	20
<input type="checkbox"/> Schimbarea școlii	20
<input type="checkbox"/> Schimbarea activităților recreative	19
<input type="checkbox"/> Schimbarea practicilor religioase	19
<input type="checkbox"/> Schimbarea activităților sociale	18
<input type="checkbox"/> Credit sau ipotecă mai mare de 10 000 \$	17
<input type="checkbox"/> Schimbarea depreinderilor de somn	16
<input type="checkbox"/> Schimbări în obiceiurile, ritualurile de reunire/adunare a familiei	15
<input type="checkbox"/> Schimbarea obiceiurilor alimentare	15
<input type="checkbox"/> Vacanțele	13
<input type="checkbox"/> Timpul sărbătorilor	12
<input type="checkbox"/> Infracțiuni minore ale legii	11

**Cu siguranță că această probă va face să vă gândiți cum să schimbați conduita Dvs., să stabiliți cauzele eșecurilor și să preveniți unele situații existențiale dificile.**

## Interpretare

- **300 și mai mult** Dacă suma totală a punctelor dumneavoastră este mai mare de 300, aveți 80%, șanse să deveniți bolnav în cursul următorilor doi ani. Nivelul Dvs. de toleranță la anxietate este suprasolicitat. **ATENȚIE!** Schimbați situația urgent.
- **150-300** Dacă rezultatele Dvs. se situează între 150 și 300 de puncte, aveți doar 57% șanse să deveniți bolnav. **PRUDENTĂ!**
- **Sub 150** Dacă punctajul Dvs. total este de mai puțin de 150 puncte, n-aveți decât 37% șanse să fiți bolnav în timpul următorilor doi ani. **CONTINUAȚI!** Sau schimbați modul de viață!  
**Preveniți situațiile dificile!**

*Notă: Nu disperați, axați-vă pe modul echilibrat de viață; evitați toate tipurile de abuz (alimentar, relaționarea și comunicarea toxică etc. și exersați reziliența.*

*Autori: H. Holmes, K. Lamot*

### Rețineți:

Scopuri pozitive de viață ⇔ Gândire poivă ⇔ Optimism  
⇔ Recunoștință ⇔ Acți morale ⇔ Condă poivă ⇔  
Perstive pozitive de viață ⇔ Viațm plinită/fericită.



**EU MĂ SIMT**

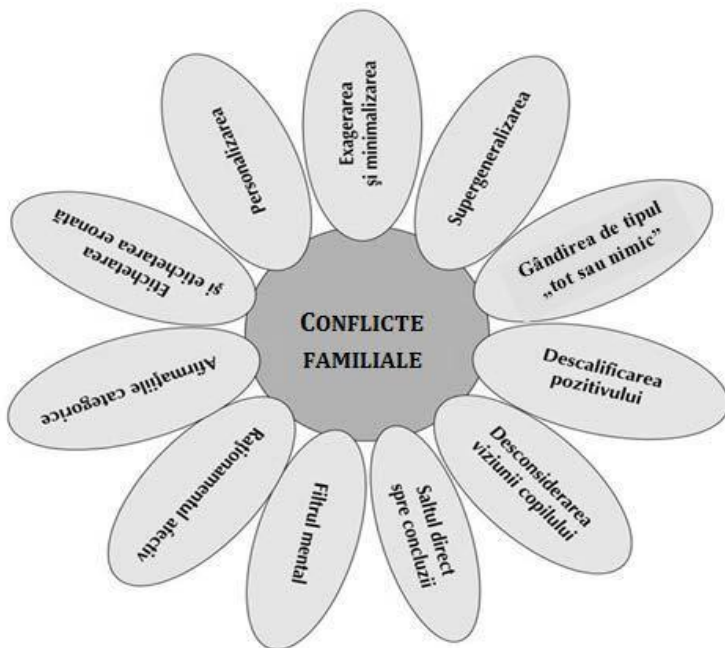
**CELĂLALT  
SE SIMTE...**

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| ■ 1. Frustrat.....      | ■ |
| ■ 2. Tensionat.....     | ■ |
| ■ 3. Supărat.....       | ■ |
| ■ 4. Indignat.....      | ■ |
| ■ 5. Nefericit.....     | ■ |
| ■ 6. Enervat.....       | ■ |
| ■ 7. Trist.....         | ■ |
| ■ 8. Răzbunător.....    | ■ |
| ■ 9. Jenat.....         | ■ |
| ■ 10. Blamat.....       | ■ |
| ■ 11. Stupid.....       | ■ |
| ■ 12. Izolat.....       | ■ |
| ■ 13. Vesel.....        | ■ |
| ■ 14. Fericit.....      | ■ |
| ■ 15. Încurajat.....    | ■ |
| ■ 16. Iubit.....        | ■ |
| ■ 17. Înțeleș.....      | ■ |
| ■ 18. Respectat.....    | ■ |
| ■ 19. Valorizat.....    | ■ |
| ■ 20. Mulțumit.....     | ■ |
| ■ 21. De încredere..... | ■ |

După ce ați stabilit situația Vă gândiți la o strategie de evitare și/sau soluționare a conflictelor familiale.

*Autor: G. Caron [5]*

## PROPUNEM O STRATEGIE DE DIRIJARE ȘI PREVENIRE A CONFLICTELOR FAMILIALE



**Notă:** Această floare conține petale pe care sunt înregistrate cauzele conflictelor familiale. Membrii familiei se adună și discută la *Sfatul familiei* cauzele conflictelor, apoi le scriu pe o foaie și elaborează o floare a conflictelor familiale, petalele căreia reprezintă câte o cauză a conflictelor. Floarea cauze-lor conflictelor, pe care o propunem noi, elucidează cele mai frecvente cauze/blocaje ce provoacă conflicte familiale și subminează comunicarea, relaționa-rea și climatul moral în familie. Evident că pe petale pot fi și alte cauze. Apoi familia se înțelege să evite aceste blocaje. Dacă membrii familiei au schimbat comportamentul și nu comit greșelile vizate un timp mai îndelungat (1-3 luni), petala cu blocajul respectiv se rupe. Treptat, se lucrează la fiecare aspect pentru a lichida cauzele conflictelor și a instaura în familie pacea.

**Autor: Larisa Cuznețov [12]**



## PROBĂ DE STABILIRE A ATITUDINII PARENTALE (A. Varga, V. Stolin)

Proba/testul reprezintă un instrument psihodiagnostic, orientat asupra aprecierii atitudinii părintești privind aspectele, problemele educației și comunicării cu copiii.

Prin atitudinea părintească/ parentală se înțelege poziția adultului și reacțiile emoționale în raport cu copilul. Aici se includ stereotipurile comportamentale practicate în relația cu copilul, particularitățile percepției, înțelegerii și aprecierii personalității acestuia, manifestărilor conduitei lui.

### Structura chestionarului

Chestionarul conține 5 componente, care caracterizează atitudinea părinților față de copil.

**Acceptarea-respingerea.** Reflecta atitudinea emotiva integra în raport cu copilul. **Latura pozitivă:** părintelui îi place copilul așa cum este, respectă individualitatea copilului, îl iubește, îl simpatizează. Părintele se străduie să petreacă cât mai mult timp împreună cu copilul, acceptă interesele și planurile acestuia. **Latura opusă:** părintele își percepe copilul drept un rău, încăpăținat, ratat (ghinionist); i se pare ca copilul nu va avea succes în viață din cauza aptitudinilor reduse, a lipsei inteligenței și a înclinațiilor proaste. La general, părintele simte în raport cu copilul un disconfort, ciudă, necaz, iritare, obidă. El nu are încredere în copil și nu-l respectă.

**II. Cooperarea/colaborarea.** Atitudine parentală pozitivă, valoroasă din punct de vedere moral și social; dorită. Părintele este cointerestat în preocupările și planurile copilului, se străduie să-l



ajute în toate. Părintele apreciază înalt aptitudinile intelectuale și creative ale copilului, încearcă sentimentul de mândrie pentru el; stimulează inițiativa și autonomia copilului, este empatic și înțelegător. Părintele are încredere în copil, încearcă să se plaseze pe poziția lui în problemele discutate.

**Simbioza** (conviețuire care tinde spre hipertutelare). Situația reflectă insuficiența distanței interpersonale în comunicarea cu copilul. Acumulând un punctaj maximal la această scală, putem spune că părintele tinde la o atitudine de simbioză în raport cu copilul. Această tendință se descrie astfel: părintele se consideră o entitate integră cu copilul sau, tinde spre satisfacerea tuturor necesităților acestuia. Părintele permanent simte o neliniște pentru copil, acesta i se pare mic și neajutorat. Neliniștea părintească începe să sporească, când copilul începe a fi autonom în unele situații și împrejurări. Din propria dorință părintele niciodată nu-i oferă copilului independența râvnită.

**IV. Hipersocializarea autoritară** reflectă forma și direcția controlului coercitiv al părinților. Punctajul maximal la această scală reflectă severitatea și autoritarismul părintelui în relația cu copilul. Părintele cere de la copil disciplină și ascultare necondiționată. El încearcă să-i impună în toate copilului voința sa, nu este empatic (adică, capabil să se plaseze în situația copilului). Pentru manifestarea propriei voințe copilul este aspru pedepsit. Părintele se manifestă dur, urmărește permanent și exagerat conduita copilului, realizările lui sociale, veghează asupra deprinderilor, gândurilor, sentimentelor acestuia.

**V. Micul ratat.** Scala reflectă particularitățile percepției și înțelegerii incorecte a copilului de către părinte. Punctajul maximal demonstrează tendința părintelui de a-l subaprecia pe copil, de a-i atribui inaptitudine personală și socială. Părintele îl vede mai mic în

comparație cu vârsta reală. Interesele, pasiunile, gândurile și sentimentele copilului i se par copilărești, neserioase. Copilul este abordat ca o persoană ce are numai insuccese, deschisă pentru influențele proaste. Părintele n-are încredere în copil, nu crede în forțele lui. Drept urmare, părintele încearcă sa-l protejeze de greutățile vieții și să-i verifice cu strictețe acțiunile.

Fiecare răspuns *Da* sau *De acord* se apreciază cu un punct.

**Cheia:**

**Acceptarea-respingerea:** 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60.

**Cooperarea – colaborarea:** 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 36.

**Simbioza:** 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.

**Hipersocializare autoritara:** 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.

**Micul ratat (infantilizarea copilului):** 9, 11, 13, 17, 22, 23, 28, 54, 61.

Eu întotdeauna îmi compătimesc copilul.

Eu mă consider dator să cunosc tot ceea ce gândește copilul meu.

Eu îmi stimez copilul.

Mi se pare ca comportamentul copilului meu deviază considerabil de la normă.

Trebuie să ținem copilul cât mai departe de problemele vieții.

Eu simt bunăvoință (simpatie) față de copilul meu.

Părinții buni protejează copilul de la problemele vieții.

Deseori copilul meu îmi este neplăcut.

Eu totdeauna mă strădui să-mi ajut copilul.

Sunt cazuri când atitudinea mea față de copil îmi pare destul de corectă.

Eu simt ciudă și necaz în raport cu copilul meu.

Copilul meu nu va reuși nimic în viață.

Mi se pare că alți copii râd/ îl desconsideră pe copilul meu.

Copilul meu comite deseori fapte, care, în afara de regret și desconsiderare, nu merită nimic.

Pentru vârsta sa copilul meu este puțin dezvoltat.

Copilul meu intenționat se comportă urât, ca să-mi facă în ciudă.

Copilul meu îmbibă ca un *burete* tot ce-i rău.

Cu toată străduința mea, este dificil să-l învăț pe copilul meu bunele maniere.

Copilul educat în limite severe va crește om cumsecade.

Îmi place când prietenii copilului meu ne vizitează.

Particip activ la formarea personalității copilului meu.

De copilul meu se *lipește* tot ce-i rău.

Copilul meu nu va izbuti în viață.

Când într-un anumit anturaj se vorbește despre copii, îmi este rușine de faptul că copilul meu nu este atât de deștept și talentat cum ași dori.

Îl compătimesc pe copilul meu.

Când compar copilul meu cu semenii lui, aceștia îmi par mai maturi în comportament și gândire.

Eu cu plăcere îmi petrec cu copilul tot timpul liber.

Deseori regret că copilul meu crește și se maturizează (cu duioșie mi-l amintesc micuț).

Deseori mă surprind având o atitudine dușmănoasă față de copilul meu.

Visez ca copilul meu să obțină de la viață tot ceea ce nu mi-a reușit mie.

Părinții trebuie să accepte și să înțeleagă copilul său, dar nu numai să ceară de la el acest lucru.

Eu mă strădui să satisfac toate dorințele copilului meu.

La luarea deciziilor familiale trebuie să se ia în considerare opinia copilului.

Eu mă interesez foarte mult de viața copilului meu.

În conflict cu copilul, eu deseori recunoasc că el are dreptate.

Copiii înțeleg foarte devreme că părinții pot greși.

Eu întotdeauna țin cont de copilul meu (îl iau în considerare).

Eu am pentru copilul meu sentimente prietenești.

Egoismul, încăpăținarea și lenea sunt motivele de bază ale acțiunilor și capriciilor copilului meu.

Este imposibil să te odihnești normal dacă îți petreci vacanța împreună cu copilul.

Principalul este ca copilul să aibă o copilărie fericită, interesantă, liniștită și fără de griji.

Uneori mi se pare că copilul meu nu este capabil de nimic bun; este un ratat.

Eu împărtășesc pasiunile copilului meu.

Copilul meu îl *poate scoate de pe fix pe oricine*.

Eu înțeleg necazurile copilului meu.

Copilul meu deseori mă irită.

Educarea copilului este o povară, o enervare continuă.

Disciplina severă în copilărie dezvoltă un caracter puternic.

Eu nu am încredere în copilul meu.

Copiii mulțumesc mai târziu pentru educația severă.

Uneori mi se pare că îl urăsc pe copilul meu.

Copilul meu are mai multe neajunsuri decât calități pozitive.

Eu împărtășesc interesele copilului meu.

Copilul meu nu este capabil să facă ceva independent.

Copilul meu va crește neadaptat la viață.

Iubesc copilul meu (îmi place) așa cum este.

Eu urmăresc cu minuțiozitate starea sănătății copilului meu.

Deseori sunt încântată de copilul meu.

Copilul nu trebuie să aibă secrete față de părinți.

Am o părere nu prea buna despre capacitățile copilului meu și  
nu ascund de el acest lucru.

Doresc ca copilul meu să prietenească cu copiii acceptați de  
părinții acestora.

**Rețineți:** Acest test Vă ajută să meditați asupra relației Dvs. cu copilul; să schimbați metodele și strategiile educative, inclusiv, ar fi bine să re/evaluați comunicarea, relaționarea și aprecierea copilului.



## Atenție!

### VERIFICAȚI CE TIP DE PĂRINTE SUNTEȚI

**Notă:** tata (T) și mama (M), precizează cărui tip de părinte aparțin în raport cu alegerea următoarelor afirmații (ele se bifează sau se pun semnele „+” ori „-”).

	De acord		Nu sunt de acord	
	M	T	M	T
1. Părintele trebuie să impună ansamblul regulilor casei/ familiei	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
2. Este folositor să promiți ceva copiilor pentru a obține comportamentul dorit	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
3. Este inutil să impui limite copiilor Este important să planifici și să structurezi realitatea copilului, ținând cont de punctul sau de vedere	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
5. Părintele are întotdeauna dreptate	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
6. Trebuie să avem așteptări mari de la copii	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
7. Părintele trebuie să-l lase pe copil complet liber pentru ași face alegerile sale	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
8. Este important să oferi alternative copiilor	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
9. Părintele trebuie să dea ordine copilului său	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
10. Este important ca părintele să tindă spre perfecțiune	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>

	De acord		Nu sunt de acord	
	M	T	M	T
11. Părintele nu trebuie să intervină în experiențele personale ale copilului său	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
12. Părintele trebuie să armonizeze comunicarea interpersonală	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
13. Este important ca un copil să se supună unei autorități părintești	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
14. Este legitim să te aștepti ca copilul tău să „aibă performanțe” în toate domeniile	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
15. Copilul este complet apt pentru a dobândi prin el însuși propria siguranță interioară	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
16. Părintele poate fi flexibil și nuanțat în aplicarea regulilor familiale	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
17. Disciplina trebuie să treacă mai întâi prin etapa pedepsei	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
18. Exprimarea decepției în fața copilului îl ajută să-și schimbe conduita	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
19. Copilul este în măsură să se disciplineze singur	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
20. Fiecare poate formula anumite exigențe copilului său	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
21. Nu este foarte important să acorzi o atenție prea mare copilului tău	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>

	De acord		Nu sunt de acord	
	M	T	M	T
22. Părintele este principalul responsabil pentru comportamentul copilului	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
23. Copilul trebuie ca înainte de toate să-și exprime universul său emoțional	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
24. Părintele favorizează rapid capacitatea de ascultare a copilului	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
25. Trebuie să supraveghem toate comportamentele copiilor noștri	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
26. Copiii sunt o reflecție a părinților lor	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
27. Copiii și părinții sunt confidenți și prieteni	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
28. Trebuie să-i lăsăm copilului un spațiu personal/ de libertate	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
29. Trebuie să subliniem mai mult slăbiciunile decât punctele tari ale copilului nostru	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
30. Este important să căutăm motivele care explică comportamentele copilului	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
31. Înainte de a face o alegere personală, trebuie să ținem întotdeauna cont de părerea copiilor	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
32. Copiii trebuie să fie încurajați să aibă relații cu ceilalți copii și adulți	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
33. Este important să-i punem pe copii la locul lor/ la punct	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>



	De acord		Nu sunt de acord	
	M	T	M	T
34. Cererile pe care le facem copiilor pot varia în funcție de circumstanțe	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
35. Nevoile copilului au prioritate în fața nevoilor parentale	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Părinții favorizează ocaziile care permit copilului să dea dovadă de curiozitate și inițiativă	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
37. Trebuie să analizăm comportamentele copilului	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Este important ca copiii să depindă de părinții lor atât în plan afectiv cât și în plan material	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
39. Copilul este în măsură să înțeleagă cum să se ghideze singur, adică autonom	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
40. Părintele face alegerea între nevoile sale și cele ale copilului	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
41. Părintele compară copiii între ei	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
42. Părintele trebuie, cu orice preț, să clarifice conflictele familiale	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
43. Dragostea trebuie să primeze în fața oricărei constrângeri	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
44. Părintele trebuie să propună activități familiale plăcute	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>

	De acord		Nu sunt de acord	
	M	T	M	T
45. Ceilalți adulți nu trebuie să se amestece în educația copilului meu	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
46. Imaginea pe care o afișează copilul meu este foarte importantă pentru mine	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
47. Părintele care reduce constrângerile favorizează manifestarea creativității	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
48. Părintele trebuie să observe și să sublinieze reușitele copilului său	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
49. Părintele poate aplica copilului său o pedeapsă fizică ca să-l facă să fie rezonabil	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Este important ca un copil să-și concentreze atenția asupra sarcinilor și responsabilităților	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Copilul trebuie să învețe să reevalueze atitudinile de autoritate pentru a câștiga autonomie	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
52. Acordându-i încredere, părintele îl ajută pe copil să acționeze independent	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
53. Acasă trebuie să facem în așa fel ca copilul să fie prudent	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
Acasă copilul trebuie să țină cont de circumstanțele și dispozițiile membrilor familiei	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>

	De acord		Nu sunt de acord	
	M	T	M	T
55. Acasă copilul nu ține cont de așteptările părinților	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>
56. Acasă copilul se simte în siguranță fizică și afectivă	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	<input type="checkbox"/>

### PRECIZĂRI

Afirmațiile 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37, 41, 45, 49, 53, 55 definesc **părinții autoritari**.

Afirmațiile 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38, 42, 46, 50, 54 definesc **părintele consilier**.

Afirmațiile 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39, 43, 47, 51 definesc **părintele permisiv**.

Afirmațiile 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56 definesc **părintele ghid**.

***Notă:** Dorind să înțelegi ce fel de părinte sunteți, probabil veți descoperi că aparțineți concomitent, mai multor tipuri. Aceasta se consideră normal și demonstrează că situațiile în cadrul familiei sunt variate; uneori trebuie să fiți autoritar, alteori permisiv sau/și în rol de consilier și ghid.*

**Autor G. Caron [5]**

## *Atenție!*



### **RESPECTĂM DREPTURILE COPILULUI**

#### *Strategie pozitivă de educație a copilului*

Convenția cu privire la Drepturile Copilului a fost adoptată de Adunarea Generală a Națiunilor Unite la 20.11.1989. Convenția se bazează pe 4 principii generale:

**Copiii nu trebuie să fie discriminați, indiferent de rasă, culoare, sex, limbă, religie, opinie etc.**

**Copiii au dreptul la supraviețuire și dezvoltare în toate aspectele vieții.**

**Respectarea intereselor copiilor.**

**Copiii trebuie admiși ca participanți la toate evenimentele vieții sociale.**

*Parlamentul Republicii Moldova a ratificat Convenția cu privire la Drepturile Copilului la 12.12.1990, documentul vizat, fiind în vigoare pentru țara noastră din 25.02.1993.*

În luna ianuarie 1998 Guvernul Republicii Moldova a luat decizia privind constituirea *Consiliului Național pentru Protecția Drepturilor Copilului*.

Esențializat și succint, copiii au următoarele Drepturi:

**Dreptul la supraviețuire și dezvoltare.**

**Dreptul la un nume și o naționalitate.**

**Dreptul la educație și informare.**

**Dreptul la identitate culturală și religioasă.**

**Dreptul la asistență medicală.**

**Dreptul la joc, odihnă, recreere.**

**Dreptul de avea o familie.**

**Dreptul de a fi protejat împotriva oricărei forme de discriminare.**

**Dreptul de a-și exprima opinia.**

**Dreptul de a fi protejat împotriva conflictelor armate, violenței și maltratării.**

**Dreptul la asociere.**

*Extras din Convenția cu privire la Drepturile  
Copilului. ONU Fundația UNICEF*

**Reține:**

*Dacă vom respecta Drepturile Copilului permanent, vom realiza o educație familială autentică, centrată pe valorile etern-umane.*

*Familia și școala reprezintă cele mai importante instituții sociale, care promovează, valorifică și familiarizează copilul cu Drepturile sale.*

*Explicația și respectarea Drepturilor Copilului se corelează armonios cu explicația și respectarea obligațiilor acestora.*



## STRATEGII POZITIVE DE VIAȚĂ ȘI EDUCAȚIE FAMILIALĂ

### Zâmbetul și râsul *Mergem prin viață optimist*

#### **Reține:**

Influența râsului asupra fiziologiei omului a fost investigată și descrisă în Antichitate de către Hipocrate. De obicei s-au efectuat multe cercetări, iar în anii '70 în SUA a apărut o știință specială (Gelotologie, de la grecesul *gelos* – a râde) studiază râsul ca emoție umană. Astăzi fenomenul vizat este cercetat de savanții biologi din toată lumea. Ei au stabilit că **râsul**:

**fortifică imunitatea**, fiindcă în procesul râsului sporește elaborarea anticorpilor, care luptă cu bacteriile și virușii. Maladiile nu *se lipesc* de omul vesel, însă dacă acesta s-a îmbolnăvit, dar este optimist, el are toate șansele să se însănătoșească mult mai repede decât omul pesimist și acel care tot timpul este nemulțumit. Râsul este un bun remediu și pentru cele mai grave maladii;

**asigură securizarea, apărarea inimii și a sistemului circulator**. În stările tensionate, cele depresive și în poziția minoră se afectează celulele care reglează activitatea sistemului circulator. Dacă aceste stări prevaluază, vasele sangvine slăbesc și în ele ușor apar depunerile de colesterol, care le îngustează și le deteriorează, provocând așa maladii periculoase ca ateroscleroza, icterul cerebral, infarctul etc. Cercetările asupra bolnavilor cardiaci au demonstrat că aceste persoane râdeau de două ori mai rar decât sămașii lor sănătoși;

**reglează tensiunea arterială.** La bolnavii hipertonici 10 min. de răs scade TA cu 10-20 mm. a coloanei de mercur, iar hipotonicii (persoane cu tensiune joasă), dacă râd des detestă dispariția slăbiciunii, vârtejurilor și a durerilor de cap;

**dezvoltă sistemul respirator.** Atunci când râdem inspirația devine mai lungă și profundă, iar expirația, invers, devine scurtă și puternică, ceea ce contribuie la ventilarea mai bună a plămânilor (plămânii elimină tot aerul, se curăță, iar mușchii organelor respiratorii se dezvoltă). Astfel, răsând, ne învățăm a respira mai profund, cu tot pieptul;

**micșorează durerea, acționează ca un analgetic.** Hormonii, endorfinele, care se elimină în timpul râsului acționează ca tabletele analgetice. Totodată, omul care râde se sustrage de la durere, uitând de ea;

**scoate tensiunea psihologică, contribuie la relaxarea persoanei.** Răsând, noi efectuăm o muncă fizică după care mușchii se relaxează;

**este un factor al longevității umane.** Râsul provoacă îmbogățirea organismului cu oxigen/ O<sub>2</sub> de patru ori, și tot de atâtea ori intensifică metabolismul. Medicii consideră râsul drept o alergare ușoară, el implică mușchii spatelui, abdomenului, a brațelor și chiar a picioarelor. 10 minute de răs ard atâtea calorii cât se conțin în cinci bomboane cu ciocolată și oferă o încărcătură fizică echivalentă cu mersul pe bicicletă;

**sporește capacitatea de muncă.** Mușchi mimici faciali implicați trimit semnale în creier, ceea ce intensifică circulația sangvină a acestuia. Minte devine mai lucidă, omul gândește mai bine, se îmbunătățește atenția, iar deciziile sunt luate mai repede și mai eficient;

***ajută persoana să-și găsească prieteni.*** Savanții consideră că în creierul uman există neuroni care răspund de *citirea și descifrarea fețelor*, adică a expresiei acestora. Ei ne fac să imităm expresia feței persoanei din anturajul nostru, deci, râsul este contagios/molipsitor. Ca răspuns, persoana a zâmbi sau a râde și ea. Atunci când în colectivul de muncă este vesel, se râde, toți sunt zglobii, oamenii se trag la lucru. Persoanele vesele soluționează conflictele familiale mult mai repede și mai eficient [19; 34].

***Propunem câteva strategii de valorificare a râsului  
în viața cotidiană:***

Dimineța ascultați o muzică energizantă (e bine de făcut gimnastică).

Lecturați cărți ce conțin bancuri, glume; povestiri, nuvele vesele, comice.

Vă asigurați cu prieteni optimiști, veseli și evitați persoanele pesimiste, *mohorâte*.

Priviți emisiuni televizate umoristice, comedii, filme vesele, muzicale; frecvențați spectacolele – concertele de umor.

Meditați: imaginându-vă persoana care va supărat într-o situație comică și atunci emoția negativă va dispărea rapid.

Practicați sistematic următoarele exerciții:

vă culcați pe spate, mișcați corpul de parcă mergeți pe bicicletă și râdeți tare (mișcările sunt foarte energice) timp de 30 sec., apoi relaxați-vă;

zâmbiți 6-12 sec., apoi râdeți prin Hi-Hi-Hi lung/1-3 min.;

în continuare râdeți prin Ha-Ha-Ha încă 1-3 min. și încheiați cu un zâmbet de 6-12 sec.

***Din terapia prin râs și yoga [19]***





## OBSERVĂM, AJUTĂM ȘI SUSȚINEM COPILUL. HIPERACTIVITATEA ȘI STATUTUL DE ȘCOLAR

### *Probă: Hiperactivitatea și impulsivitatea copilului*

**Notă:** *Părinții reprezintă cele mai importante persoane din viața copilului. Ei trebuie să-l observe permanent, să-l ghideze, să-l susțină. Pentru a fi eficienți în acțiunile sale, adulții trebuie să știe specificul conduitei copilului și particularitățile lui de personalitate și de vârstă.*

### **Hiperactivitate**

Copilul este neliniștit, își freacă des mâinile sau picioarele; se răsucește pe scaun; se agită etc.

Deseori sare, se ridică de la activități sau se sustrage, vorbește tare etc. în situații unde se presupune că ar trebui să rămână așezat).

Deseori aleargă, se zbungue, sare sau se cațără (în situațiile nepotrivite).

Deseori îi este greu să se mențină liniștit în jocurile sau activitățile din timpul liber.

Deseori este alert, *gata de luptă* sau acționează de parcă ar fi *montat pe arcuri*.

Uneori vorbește mult și fără rost.

### **Impulsivitate**

Copilul lasă baltă lucrul început (n-are răbdare să-l finalizeze).

Deseori îi este greu să-și aștepte rândul.

Îi întrerupe deseori pe alții sau își impune prezența (conversează sau se joacă).

Acționează prompt, impulsiv fără a se gândi, apoi gândește.

## Neatenție

Copilul nu observă și nu acordă atenție detaliilor.

Deseori îi este greu să mențină atenția asupra unei activități.

Deseori pare că nu ascultă când i se vorbește personal.

Deseori, nu se conformează ordinelor și nu reușește să-și ducă la bun sfârșit temele școlare sau sarcinile sale.

Îi este greu să-și organizeze lucrările sau activitățile.

Frecvent evită a face sarcinile care necesită un efort mintal susținut.

Pierde des unele obiecte necesare pentru activitățile sale (jucării, caiete, stilouri, creioane etc.).

Este deseori distrat și ușor se sustrage de la activități.

*Autor: G. Caron [5]*

## Rețineți:

**Pentru a forma la copil calitățile volitive este necesar să-l implicăm permanent în:**

activități interesante care cer concentrarea atenției și respectarea unui regim al zilei;

îndeplinirea unor sarcini în colaborare cu alte persoane;

verificarea corectitudinii sarcinilor realizate în cadrul controlului și a discutării unor situații care-i provoacă dificultăți.



## STRATEGII PARENTALE POZITIVE DE SUSȚINERE A COPILULUI CARE PLEACĂ LA ȘCOALĂ



Încurajați copilul să meargă la școală.

Spuneți-i aice învăță lucruri noi și să  
fi interes. Acumul cunoștințe și com  
petențe va crește mare și va deveni înțelept.



Îndemnați copilul să res -  
pecte noul orar. Obișnuți -  
lul se culce și se tre -  
zească oră stabilă.

Stabiliți de comun acord noile reguli și asigurați  
respectarea acestora. E bine să aveți un loc  
menținut în cameră și la masa de lucru.



Nu grăbiți copilul atunci când el își face  
temele acasă. Astfel alimentați  
neîncrederea în propriile sale  
verificarea pregătite el. Puteteți  
cu sugest dar născăpă, făcețemele  
pentru el.



Întemeiați mică bibliotecă,  
din care să nu lipsească  
dicționarele explicative  
ortografice, dicționarele de  
sinonime și antonime,  
enciclopediile.

Procurați rechizitele școlare împreună cu copilul.  
Nu rocați rechizitele în formă de jucării care  
sunet sau alte efecte. Acestea îi vor sustrage atenția, care  
și așa de scurtată.

Discutați cât mai mult cu copilul  
școlar. Astfel și care îi sunt problemele mele,  
succesurile și neîndeletcirile. Când se întoarce  
la școală, uitați să -l întrebați: „Cum te-ai  
simțit astăzi? Ce cuvinte noi ai învățat? Dar  
ce înseamnă acest cuvânt? Ce îți-a plăcut la  
școală?”

Interesați-vă de reușitele  
copilului la școală. Discutați cu  
profesoara despre acestea.  
Mergeți sistematic la adună-  
rile de părinți pentru a afla  
aspectele cele mai importante  
ale educației familiale și  
școlare [19].



## STRATEGII DE DEPĂȘIRE A STRESULUI (*Semnele instalării stresului*)

Expunerea la stres prelungit duce la dezechilibre hormonale cu multiple simptome:

**fizice:** tulburări de somn, oboseală, tulburări digestive (vomă, diaree etc.); scăderea libidoului, dureri de cap, dureri, crampe în diferite părți ale corpului, infecții, palpitații, indigestii, transpirații etc.;

**psihice:** lipsa concentrării, lapsusuri și dificultăți în luarea deciziilor, confuzie, dezorientare, atacuri de panică;

**comportamentale:** poftă alimentară diminuată sau crescută, tulburări de alimentație – anorexie, bulimie, consum exagerat de alcool, neliniște, ipohondrie etc.;

**emoționale:** dispoziție minoră, apatie, depresie, iritabilitate, nerăbdare, accese de furie, izbucnit în plâns, neîngrijirea aspectului fizic.

Când vă confrunțați cu situații stresante, încercați să evitați a vă lăsa pradă gândurilor negative, de neputință, eșec și disperare. Stresul cronic ne face vulnerabili la sugestii negative, de aceea încercați să vă concentrați pe cele pozitive:

gândiți-vă la lucruri și evenimente plăcute;

învățați din situațiile stresante prin care treceți;

căutați anumite oportunități și în situațiile stresante;

observați partea bună/pozitivă din fiecare situație – faceți o schimbare.

**Folosiți umorul.** Atunci când râdem se detensionează mușchii, se îmbunătățește respirația, se reglează bătăile inimii și se elibe-rează endorfine în sânge se ameliorează dispoziția.

**Folosiți diversitatea și distracția!** Petreceți timp în afara casei. Orice activitate, de la o scurtă plimbare până la o vacanță, vă poate distra de la lucrurile care vă deranjează. Aceasta nu rezolva problema pe care o aveți, dar vă oferă șansa ca nivelul de stres să scadă și să vedeți problema cu alți ochi.

**Faceți mișcare!** Când suntem stresați, în organismul nostru apare un nivel înalt de energie care nu are unde să fie folosită. Exercițiul fizic este modalitatea cea mai eficientă de a elimina energia negativă în exces.

**Adoptați un stil de viață sănătos.** Alimentați-vă rațional și sănătos, luați vitamine, nu consumați în exces cofeină, alcool, nu fumați. O țigară în condiții de stres poate părea binevenită, dar, pe termen lung, fumatul este nociv. La fel, este dăunător consumul de dulciuri sau „ronțăielile” și gustările frecvente.

## *ȘFATURI UTILE*

### *Cum eliminați stresul din viața Dvs.?*

**Adoptați o lista a treburilor ce aveți de făcut** și apoi veri-ficați îndeplinirea ei pe parcursul zilei. Aceasta este una dintre metodele sigure de eliminare a stresului. Veți evita, astfel, sentimentul că nu faceți suficient de mult sau că nu aveți timp suficient.

**Rezervați un timp limitat** pentru a vă citi mesajele, a răspunde la telefoane și e-mailuri și fiți mai relaxați și eficienți în activități.

**Echilibrați-vă viața.** Alocați suficient timp pentru familie, finanțe, sănătate și dezvoltare personală. Aveți grijă de dvs. per total, nu numai de anumite părți existențiale.

**Nu mai fiți perfecționist/ă** – faceți lucrurile cu atitudinea *fac tot ce e de făcut cât mai bine posibil.*

**Faceți curățenie.** Dezordinea ne *întunecă* mintea. Experimentați pacea din jurul Dvs. prin ordine.

**Practicați un hobby.** Este minunat să vă simțiți bine cu Dvs., făcând ceea ce vă place.

**Trăiți în prezent!** Trecutul este în spate și nu-l puteți schimba. Viitorul este în față. Trăiți clipa prezentă. **Puterea prezentului este mare.**

**Nu uitați!** Stresul poate duce la probleme de sănătate severe. În cazuri extreme poate produce decesul. Apelați la specialiști dacă nu puteți depăși stresul.

### *Cea mai eficientă strategie de profilaxie a stresului*

**Gândiți pozitiv**

↓↑

**Trăiți organizată**

↓↑

**Planificați realționștient**

activitățile ↓↑

**Zâmbiți fițptimist**

↓↑

**Practicați un ho**

↓↑

**Axați-vețiunea morală**



## **STRATEGII DE FORMARE A MODULUI SĂNĂTOS DE VIAȚĂ**

Menținerea unor obiceiuri alimentare sănătoase în familie nu înseamnă să urmați o dietă. Principiul de bază este de a include în alimentație o mare varietate de alimente, care ar oferi organismului vitamine, microelemente și substanțe nutritive diferite, desigur, energia necesară pe durata zilei.

### *Alimentația adulților*

#### **Pentru adulți dieta sănătoasă conține:**

- Fruite, legume, leguminoase (de exemplu, linte, fasole), nuci și cereale integrale (porumb, mei, ovăz, grâu, orez brun etc.);
- Cel puțin 400 g (5 porții) de fructe și legume pe zi (cu excepția cartofului). Fructele și legumele conțin multe fibre, vitamina, minerale și sunt necesare pentru ca organismul să funcționeze la cote maxime;
- Mai puțin de 10% din aportul total de energie îi revin consumului de glucide, care este echivalent cu 50 g de zahăr pe zi (sau aproximativ 12 lingurițe). Cel mai mare conținut de zahăr este adăugat în produsele alimentare procesate (torturi, prăjituri, biscuiți) sau băuturile îndulcite. De asemenea, poate fi găsit în mod natural în miere, siropuri, sucuri de fructe și concentrate de sucuri;
- Mai puțin de 30% din aportul total de energie îi revine consumului de grăsimi. Se recomandă reducerea consumului de grăsimi saturate în folosul celor nesaturate. Grăsimile nesaturate se conțin în pește, avocado, nuci, uleiuri de floarea-

soarelui, rapiță, măslina. Grăsimile saturate se găsesc în carne grasă, unt, smântână, slănină. Grăsimi industriale *trans* se găsesc în produsele alimentare prelucrate, fast-food, alimente prăjite, pizza, plăcinte, prăjituri, margarină. Ele nu fac parte dintr-o dietă sănătoasă;

Se recomandă consumul a mai puțin de 5g de sare (echivalent cu aproximativ 1 linguriță) pe zi în toate bucatele consumate, inclusiv cele procurate (pâine, conserve etc.). Recomandată spre consum este sarea iodată.

Necesarul de alimente la vârsta copilăriei este deseori supra-estimat din cauza obiceiurilor nesănătoase la adulți, ceea ce duce la supragreutate sau chiar la dezvoltarea obezității la copii. Programul alimentar al copiilor trebuie să cuprindă zilnic 3 mese principale și 2 gustări. Micul dejun este foarte important pentru creșterea capacității intelectuale a copilului.

### **Alimentația sănătoasă a copilului:**

Îndemnați copilul să participe la prepararea și gustarea bucatelor. În acest mod, el va deprinde și va fi interesat de alimentele sănătoase;

Meniul zilnic al copilului trebuie să includă următoarele grupe de produse alimentare:

- pâine, cereale, orez și paste;
- lapte și produse lactate;
- carne, pește, ouă, leguminoase;
- fructe și legume.

Oferiți-i copilului doze zilnice de vitamine și substanțe minerale prin consumul fructelor și legumelor. Alegeți fructele și legumele în funcție de sezon;



- Preparați bucatele prin metoda de fierbere, coacere sau înăbușire. Renunțați la prăjirea alimentelor;
- Puneți cât mai puțină sare în bucate. Înlocuiți sarea cu plantele aromatice, proaspete sau uscate, suc de lămâie precum și cu condimentele tolerate de copil;
- Reduceți consumul de zahăr! Renunțați la băuturile carbogazoase îndulcite și sucurile din comerț, dulciuri etc. Înlocuiți deserturile cu fructe proaspete sau uscate, iar zahărul cu miere, sirop de arțar sau agave;
- Evitați consumul de produse alimentare bogate în grăsimi (snack-uri, popcorn, semințe, alune prăjite și sărate, produsele de tip fast-food etc.);
- Nu oferiți ca recompensă alimente bogate în calorii cu conținut sporit de zahăr, sare și grăsimi (bomboane, înghețată, cipsuri etc.);
- Renunțați la consumul de mezeluri pentru că acestea conțin cantități excesive de sare și substanțe aditive.

**IMPORTANT:** Începeți alimentarea sănătoasă a copilului cu **ALĂPTAREA** exclusivă în primele 6-10 luni de viața și apoi continuați alăptarea în îmbinare cu adaosul de pene de legume și fructe etc. Alăptarea este o piatră de temelie a supraviețuirii și sănătății copilului. Laptele matern este alimentul ideal pentru nou-născuți și sugari. Acesta oferă copilului toate elementele nutritive de care are nevoie pentru o dezvoltare sănătoasă. Treptat se propune copilului brânză (mai bine preparată în condiții de casă), gălbenuș de ou, carne tocată de 2 ori (piept de pui, curcan, iepure). Fiecare adaos se va face în concordanță cu recomandările medicului pediatru.



## FIȚI ACTIVII!

### *Petreceți timpul liber în mișcare*

În pofida recunoașterii caracterului benefic al mișcării pentru sănătatea noastră, majoritatea oamenilor sunt tentați să creadă că ei nu au nevoie de exerciții fizice suplimentare. Acest lucru se datorează lenei, lipsei de timp și lipsei de voință a societății moderne. Mișcarea este un remediu pentru propria tinerețe, sănătate și bunăstare. Ne propunem să facem sport, ne facem planuri pentru a doua zi, dar intervin alte probleme și dispare tot cheful. Atunci ar fi cazul să mergem pe jos la serviciu sau/și de la serviciu spre casă.

### *Recomandările Organizației Mondiale a Sănătății vizează 3 grupe de vârstă:*

**Copiii și tinerii cu vârste cuprinse între 5 și 17 ani:** zilnic, timp de cel puțin 60 de minute trebuie să practice activități fizice de intensitate medie și viguroasă.

**Adulți în vârstă de 18-64 ani:** Este necesar să se angajeze în activități fizice de intensitate medie, timp de cel puțin 150 de minute pe săptămână. Să efectueze exerciții aerobice de intensitate medie și viguroasă timp de cel puțin 75 de minute pe săptămână. Activitățile de fortificare, care implică grupele musculare majore ar trebui să acopere două-trei sau mai multe zile pe săptămână.

**Gravidelor** în absența unor complicații obstetricale, se recomandă activitate fizică de intensitate moderată, minimum 30 de minute pe zi, cât mai multe zile pe săptămână și evitarea exercițiilor cu risc crescut de traumatisme.

**Adulții de 65 de ani și mai în vârstă:** Este necesar să se angajeze în activități fizice de intensitate medie, timp de cel puțin

150 de minute pe săptămână sau să efectueze o activitate fizică viguroasă cel puțin 75 de minute pe săptămână. În cazul în care, din motive de sănătate, persoanele în vârstă, nu pot face cantitatea recomandată de activitate fizică, trebuie să fie activi în măsura în care le permite starea lor fizică și cea de sănătate.

**IMPORTANT:**

Pentru reducerea riscului de apariție a afecțiunilor cronice la adulți, se recomandă activitate fizică de intensitate moderată, cel puțin 30 min pe zi, 7 zile pe săptămână;

Pentru menținerea greutateii corporale și scăderea kilogra-melor în plus, se recomandă activitate fizică de intensitate moderată – viguroasă, timp de minimum 60 minute pe zi, 7 zile pe săptămână, fără a depăși aportul caloric;

Activitatea fizică se practică în absența unor contraindicații medicale.

**Reguli comune pentru practicarea activităților fizice:**

Înainte de a începe activitățile fizice este necesar de urmat sfaturile medicului legate de intensitatea și durata efortului;

Evitați să mergeți la sală sau să faceți sport atunci când sunteți răcit, aveți febră, dureri articulare sau alte semne;

Îmbrăcămintea și încălțăminte trebuie să fie lejeră, după sezon, confecționate din țesături naturale, care să permită aerului să circule;

Ultima masă se recomandă să fie luată cu cel puțin 2 ore înainte de începerea activității fizice, pentru a nu suprasolicita organismul;

Un om sănătos trebuie să consume zilnic 1,5-2 litri de apă. Dacă faceți mișcare mai mult de o oră, consumați în acest interval de timp apă mai multă.

## *Atenție!*



### **RESPECTAȚI IGIENA PERSONALĂ ȘI IGIENA LOCUINȚEI**

#### **Igiena personală: deprinderi sănătoase din copilărie**

Din copilăria fragedă este necesar să fie formată o atitudine conștiințioasă față de sănătatea personală. Copiii nu se nasc cu cunoștințe despre ce e rău și ce e bine. Toate acestea ei le învață de la maturi, în special de la părinți. A învăța copilul de la vârsta cea mai fragedă să respecte regulile de igienă personală înseamnă a rezolva o problemă esențială a formării comportamentului sănătos pentru viață. Mijloacele de realizare, utilizate în mod frecvent în procesul de educație, sunt: jocul, desenul, mișcarea, cântecul, povestirea, lectura, poezia etc.

#### **Igiena mâinilor**

Prima regulă de igienă pe care trebuie să o implementați în viața copilului este spălatul pe mânuțe. Regula este foarte clară și simplă. Copilul trebuie să se spele pe mâini cât mai des, dar cel mai important este să o facă în următoarele situații:

- înainte de a mânca ceva;
- după ce strănută sau tușește;
- după ce se joacă cu un animal de companie;
- după ce duce gunoiul;
- după folosirea toaletei;
- după ce a ieșit din transportul urban;
- de fiecare dată când intră în casă, de afară;
- ori de câte ori este necesar.

Învățați-l să se spele corect pe mânuțe, cu apă caldă și săpun. Obișnuiți-l să se curețe bine între degete, sub unghii, spălătul să nu dureze niciodată mai puțin de 15-20 secunde.

### **Igiena orală**

Spălătul pe dinți este una dintre regulile de igienă personală cel mai greu de implementat în rutina zilnică de îngrijire a copilului, deoarece nu este deloc distractivă și interesantă pentru el. Trebuie să fiți inspirați și creativi pentru a-l ajuta să deprindă obiceiul de a-și peria dințișorii de cel puțin două ori pe zi, iar de fiecare dată să o facă timp de vreo două minute.

Spălați-vă pe dinți împreună cu el. Copilul va fi mai interesat să-și perieze dinții dacă va vedea părinții făcând acest lucru. Puteți deveni un exemplu pentru el în ceea ce privește mișcărilor corecte de periaj, modul corespunzător în care se ține periuța, cum se folosește ața dentară etc.

### **Igiena corporală**

Învățați-l cum să se spele corect cu apă și săpun sau gel de duș în cele mai importante zone ale corpului: față, sub braț, mâini, picioare și zona genitală. Nu este obligatoriu, și uneori nici indicat, ca copilul să se spele pe cap zilnic. Este important să-i arătați cum trebuie să se spele pe cap, care sunt pașii de curățare a părului cu șampon, cum se clătește corespunzător, pentru ca, în timp, să fie capabil să se spele fără ajutorul dumneavoastră. Învățați copilul să-și pieptene părul zilnic și să-l aranjeze.

### **Igiena locuinței**

Locuința este deseori mediul în care omul trăiește cea mai mare parte din timpul vieții sale (peste 60%). De aceea sănătatea corpului și a sufletului sunt în legătură directă cu aceasta. O casă

sănătoasă se cunoaște de la intrare. Fără a ține cont de stil și de perioada în care a fost construită, în acel imobil trebuie să existe o armonie și o estetică, care să bucure pe oricine.

Locuința, pentru a fi plăcută și confortabilă, trebuie să satisfacă anumiți factori de microclimat, cum ar fi temperatura, umiditatea și mișcarea aerului, la care se adaugă radiațiile solare și cele furnizate din alte surse artificiale de încălzit și iluminat. Temperatura aerului trebuie să fie în jur de 18-20°C (diferențele să fie mai mici de 2-3°C în timpul zilei și în diferite puncte ale încă-perii. Temperatura în timpul zilei în locuință trebuie să fie pe cât posibil de stabilă.

Umiditatea aerului, formată de vaporii de apă din aer, trebuie să fie moderată (40-60%). Când este depășită această umiditate, vaporii se condensează pe pereți sub formă de picături, producând infiltrarea apei în pereți și creează condiții prielnice pentru dezvoltarea mucegaiului.

Pentru a avea o bună stare de sănătate, omul are nevoie de curățenie. Persoanele care trăiesc în locuințe neîngrijite și murdare riscă să se îmbolnăvească mai des de diferite boli legate de insalubritate, cum ar fi: bolile diareice acute, parazitozele intestinale, dizenteria, diferite boli de piele etc.

**Rețineți:** Modul sănătos de viață presupune: călirea organismului; respectarea igienei personale; alimentația rațională și variată; mișcarea permanentă; vaccinarea la timp; vizite la medic cu scop profilactic și la necesitate; optimism și gândire pozitivă; comportament moral și echilibru psihonoțional, somn nocturn de 7-8 ore pentru adulți și 9-10 ore pentru copii; odihnă activă în îmbinare cu cea pasivă.



## SUGESTII CARE VĂ POT AJUTA PERMANENT...

Dacă avem ceva de discutat cu copilul, profităm de situații și momente spontane, când acesta este relaxat și pare a fi pe aceeași undă cu noi. Ora de lectură, ora de joc, ora de baie sau când suntem cu toții în mașină... pot fi prilejuri potrivite.

Tonul vocii, adresarea și cuvintele pe care le folosim în comunicarea cu copilul sunt importante.

Priviți copilul în ochi și vorbiți calm, mesajul trebuie să conțină puține cuvinte.

*Sfatul/ consiliul familiei* ajută întreaga familie să se simtă o echipă, așa se poate pune în valoare fiecare membru, mic și mare; se poate simți util și important. Acestea sunt întâlniri planificate din timp (se pot organiza în fiecare seară după cină; de 2-3 ori pe săptămână, în zilele de odihnă etc.). Frecvența lor o decide familia de comun acord. Aici numai decît se oferă cuvânt fiecărui membru, se ascultă, se discută evenimentele care au fost sau care se planifică; trebuie și pot fi lăudați copiii pentru anumite fapte; se apreciază contribuția fiecăruia în viața familiei; se recomandă a planifica evenimentele speciale, vacanțele, sărbătorile, odihna cumpărăturile, plimbările și drumețiile etc.

*Modelarea bunelor maniere* în diferite situații de viață reprezintă cea mai eficientă strategie de învățare a politezii în cazul când adultul servește drept model de comportare.

**Tratați copiii cu respect indiferent de vârstă.** Explicați hotarele-limitele comportamentului, adică punctați clar ce se poate, ce este normal și bine și ce nu se admite – este urât, nepoliticos, periculos.

**Sarcinile se expun clar,** la început sunt foarte simple și le realizați împreună cu copilul. Se poate comenta ceea ce faceți și pentru ce faceți. Acest lucru este bun pentru interiorizarea și înțelegerea acțiunilor noastre, dezvoltă limbajul copilului, judecata și înțelegerea raportului cauză-efect.

**Evitați pedepsele copilului, înlocuiți-le cu variate elemente de prevenire de tipul exersării, explicației, demonstrației și formării deprinderilor sănătoase de respectare a regimului zilei, procedurilor de igienă personală și de autoservire.**



## FIȘA REZUMATIVĂ A DEZVOLTĂRII PSIHOFIZICE ȘI SOCIALE A COPILULUI



### ETAPELE DEZVOLTĂRII PSIHICE. IMPLICAȚII SOCIO-EDUCAȚIONALE

Conform viziunii psihologilor [1; 20; 22; 23; 30; 38; 42; 43; 46; 47 etc.] există două ***criterii esențiale care stau la baza etapelor stadialității dezvoltării psihice:***

activitățile și sistemele de relații pe care le desfășoară subiectul uman de-a lungul evoluției sale ontogenetice/ pe parcursul vieții;

structurile psihice/ neformațiunile psihice concrete, specifice fiecărei etape de dezvoltare psihică.

Pe lângă acestea, se mai pot identifica și ***alte criterii***, precum:

activitatea dominantă realizată de individ;

locul și rolul individului uman în sistemul relațiilor interpersonale și sociale;

vârsta sa cronologică și cea biologică.

În baza acestor criterii au fost stabilite următoarele **etape de dezvoltare psihică:**

0-9 luni/ 10 luni obstetricale: *stadiul prenatal;*

etapa de vârstă de la naștere până la 1 an: *etapa sugarului copilului mic* (pruncia, care include perioada noului-născut 45 zile – 2 luni);

1-3 ani: *etapa vârstei fragede/ copilului antepreșcolar;*

3-6/7 ani: *etapa vârstei preșcolare/ copilului preșcolar;*

6/7-10/11 ani: *etapa de vârstă a școlarității mici/ copilul școlar mic;*

10/11-14/15 ani: *etapa de vârstă a școlarității medii/ preadolescența/ pubertatea;*  
 14/15-18/19 ani: *etapa de vârstă a școlarului mare/ adolescența;*  
*etapa de vârsta adultă, care include următoarele perioade: tinerețea, maturitatea, senectutea.*

**ACHIZIȚIILE PRINCIPALE ALE PREȘCOLARILOR**  
**Particularități ale dezvoltării psihofizice și sociale**  
**a preșcolarului (3 – 6/7 ani)**

Componente	Achiziții biologice, psihologice și sociale
1	2
<b>Etape de vârstă</b>	<b>Preșcolarul mic:</b> 3-4 ani <b>Preșcolarul mijlociu:</b> 4-5 ani <b>Preșcolarul mare:</b> 5-6/7 ani
<b>Dezvoltarea fizică</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se dezvoltă structura mușchilor.</li> <li>• Mișcărilor devin mai coordonate.</li> <li>• Copilul realizează mișcări corecte și sigure de orientare în schema sa corporală către vârsta de 6 ani.</li> </ul>
<b>Procese senzoriale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Senzații.</b> Segmentul periferic al analizatorilor este format; sensibilitatea tuturor analizatorilor se adâncește și se restructurează, dar cea auditivă și vizuală au cea mai mare pondere.</li> <li>• <b>Percepții.</b> Se organizează și se perfecționează și unele forme complexe ale percepției: <i>percepția spațiului, a timpului, a mișcării.</i> Percepția se transformă în observație, deoarece acțiunile perceptive devin intenționate. Copilul poate percepe succesiunea în timp a unor evenimente și durata desfășurării lor. Un rol important au acțiunile practice, limbajul, jocurile organizate, programul activităților instructiv-educative din instituția preșcolară, plimbările etc.</li> </ul>

1	2
	<p><b>Reprezentările</b> au un caracter intuitiv, situativ, conțin elemente concrete. În formarea reprezentărilor, cuvântul are o funcție reglatoare, ajută la conștientizarea unor însușiri mai importante ale obiectelor, la sporirea clarității și stabilității lor, la reactualizarea experienței trecute și integrarea acesteia în cea prezentă.</p>
<p><b>Procese cognitive superioare</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Inteligența</b>, acest stadiu este <i>preoperațional</i>, caracteristic <i>intelenței reprezentative, gândirii simbolice și celei preconceptuale</i> (I. Piaget).</li> <li><b>Gândirea</b> intuitivă este în progres față de gândirea preconceptuală sau simbolică, copilul poate opera cu configurații de ansamblu; gândirea este orientată în sens unic. Caracterul animist al gândirii copilului continuă din stadiul antepreșcolarității.</li> <li><b>Memoria</b>. Copilul este axat mai mult pe recunoaștere, în timp ce în reproducere manifestă rigiditate. Paralel cu memorarea involuntară (neintenționată) se dezvoltă și cea voluntară (intenționată); alături de memorarea mecanică apare și cea logică.</li> <li><b>Imaginația</b> devine mai activă și mai intenționată, crește activitatea de prelucrare analitico-sintetică a reprezentărilor, procesul imaginativ fiind stimulat de joc, activitățile obligatorii și cele creative, de îndrumare a părinților și a educatorilor.</li> <li><b>Limbaajul</b> preșcolarului evoluează sub toate aspectele: fonetic, lexical, semantic, ca structură gramaticală și expresivitate; el se îmbogățește sub raport cantitativ, iar diferența dintre vocabularul activ și pasiv se micșorează discret. La 6 ani vocabularul activ al copilului însumează peste 3.500 cuvinte. Uneori apar o serie de defecte ale vorbirii: dislalii, tulburări de ritm etc.</li> </ul>

1	2
<p><b>Procese reglatorii</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Motivația</b> are caracter dominant afectiv, situativ și de perspectivă imediată, fiind instabilă. Aceste trăsături sunt determinate de particularitățile psihologice ale vârstei.</li> <li>• <b>Afectivitatea.</b> Structurile afective sunt în plin proces de formare. Satisfacerea trebuințelor, dorințelor copilului, asociindu-se cu stări afective pozitive, stenică/ tonifiante, iar blocarea lor determină apariția stărilor emoționale neplăcute de insatisfacție, nemulțumire.</li> <li>• <b>Voința.</b> Prin intermediul limbajului intern, copilul își dă singur comenzi cu privire la declanșarea sau frânarea unor mișcări sau acțiuni simple. Motivația devine cel mai important factor al susținerii și dezvoltării voinței copilului.</li> <li>• <b>Atenția</b> capătă în preșcolaritate un tot mai pronunțat caracter activ și selectiv, își mărește volumul, concentrarea și stabilitatea. În etapa preșcolară începe procesul organizării atenției voluntare, mai ales sub influența dezvoltării gândirii și a limbajului. Adultului îi revine sarcina de a stimula atenția voluntară prin nouitatea, expresivitatea, conturarea specială, contrastul cromatic de obiectelor etc.). Important este de a menține atenția voluntară asupra activității desfășurate pe o perioadă mai lungă de timp.</li> </ul>
<p><b>Dezvoltarea psihosocială</b></p>	<p>Predomină stadiul în care copilul se confruntă cu conflictul dintre <i>inițiativă și vinovăție, retragere; factorul social</i> determinant este mediul familial [8].</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rezultatul favorabil</b> al educației constă în abilitatea de a iniția diferite activități; <i>rezultatul nefavorabil</i> vizează teama de pedeapsă și vinovăția cu privire la sentimentele personale trăite de copil.</li> </ul>

1	2
	În jurul vârstei de 3 ani, un <i>Altul</i> este perceput ca o amenințare. Puțin înainte de 4 ani, <i>acesta</i> este perceput ca rival și abia pe la 5-6 ani, <i>Altul</i> este perceput ca partener egal de activitate.
<b>Formarea și dezvoltarea personalității</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perioada <i>formării inițiale (habitusului primar a personalității; atitudine de opoziție/ spirit de contrazicere.</i></li> </ul> <p>Are loc o <i>paradă a Eului</i>. Cele mai importante achiziții ale personalității în preșcolaritate sunt: extensia Eului, formarea conștiinței morale, socializarea conduitei copilului.</p>
<b>Activitatea de bază</b>	• <i>Jocul</i> corelat cu activități instructiv-educative.

**Particularități ale dezvoltării psihofizice  
și sociale a școlarului mic  
(6/7 – 10/11 ani)**

Componente	Achiziții biologice, psihologice și sociale
1	2
<b>Dezvoltarea fizică</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuă dezvoltarea musculaturii.</li> <li>• Se intensifică osificarea.</li> <li>• Se consolidează coloana vertebrală.</li> </ul>
<b>Dezvoltarea proceselor senzoriale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Este perioada în care continuă să se dezvolte toate formele de <i>sensibilitate</i> (vizuală, auditivă, tactilă, chinestezică etc.), precum și toate formele complexe ale percepției: spațiului, timpului, mișcării.</li> <li>• Sub influența sistemului de sollicitări determinat de activitatea școlară se dezvoltă procesele cognitive.</li> <li>• <i>Percepția</i> își diminuează caracterul sincretic, sporind în precizie, volum, inteligibilitate.</li> <li>• <i>Reprezentările</i> suportă modificări importante atât sub raportul sferei și conținutului, cât și în ceea ce privește modul lor de producere și funcționare: are loc o creștere și diversificare a fondului de reprezentări (de la caracterul difuz, contopit, nediferențiat, nesistematizat, reprezentările devin mai precise, mai clare, coerente, sistematice).</li> </ul>
<b>Dezvoltarea proceselor cognitive superioare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Dezvoltarea intelectuală</i> constituie principalul salt calitativ al școlarității mici, gândirea intuitivă cedând locul <i>gândirii operatorii</i>. Procesele intuitive, empirice ale preșcolarității sunt înlocuite cu construcțiile logice, mediate și reversibile; predomină stadiul gândirii operaționale concrete, caracterizat prin construcții logice, mediate și reversibile.</li> </ul>

Școlarul mic memorizează, mai ales, ceea ce se bazează pe percepție, insistând asupra acelor elemente, însușiri care îl impresionează mai mult. Se accentuează caracterul voluntar și conștient al proceselor *memoriei*. Se dezvoltă formele mediate, logice ale memoriei, precum și volumul, trăinicia memorării; optimizarea memoriei depinde atât de particularitățile materialului de memorat, de ambianța în care acesta se desfășoară, cât și de trăsăturile psihofiziologice ale copilului. Cadrele didactice vor apela la strategiile de tip euristic și activ-participativ, axându-se pe dezvoltarea metacogniției.

În dezvoltarea *imaginației* școlarul mic se observă două stadii: una inițială, definitivă pentru primele două clase (în care îmbinarea imaginilor se realizează mai mult spontan, fiind influențată de elementele fantastice, inadecvate) și cea de-a doua, cu începere din clasa a III-a, în care combinatorica imaginativă capătă mai multă coerență și dinamism. Imaginația școlarul mic poate fi pusă în evidență, urmărind modul în care acesta se identifică cu rolurile primite în joc, reconstituite în plan mintal. Copilul operează mai sigur cu conținutul, succesiunea și durata sarcinilor. Se manifestă activ în povestire, desene și compuneri etc.

Însușirea *limbajului* se desfășoară în mod conștient, sistematic pe baze științifice din punct de vedere fonetic, lexical, gramatical, stilistic. Se dezvoltă atât limbajul oral cât și cel scris. Se formează capacitatea de citit și scris. Tulburările de vorbire, care pot afecta conduita verbală a școlarul mic, solicită din partea adulților multă grijă. În funcție de situație se impune uneori o terapie educativă, corecțională sau psihoterapie.

1	2
<p><b>Dezvoltarea proceselor reglatorii</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se dezvoltă emoțiile și sentimentele intelectuale, morale, estetice, viața în grup, raporturile de cooperare, contribuind la dezvoltarea judecării morale. Curiozitatea, trebuința de a afla, de a cunoaște, de explorare și documentare constituie premise ale stimulării, formării și dezvoltării <i>motivației</i> școlare.</li> <li>• <b>Manifestările afective</b> se diversifică și se extind, rezultând două tendințe convergente: de expansiune, de atașare față de alte persoane și de preocupare față de sine. Se dezvoltă activ emoțiile și sentimentele intelectuale, morale, estetice.</li> <li>• <i>Voința</i> influențează în această perioadă desfășurarea celorlalte procese psihice senzoriale, logice, afective. Școlarul mic dispune de o anumită intenționalitate și planificare a acțiunilor sale.</li> <li>• În ceea ce privește <i>atenția</i> școlarul mic, literatura de specialitate și practica educațională pun în evidență volumul redus, dificultățile de concentrare și distribuire a atenției. Din acest motiv, educarea atenției copilului trebuie să înceapă prin cultivarea formelor ei: involuntară, voluntară, postvoluntară și a însușirilor ei.</li> </ul>
<p><b>Dezvoltarea psihosocială</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Factorul social</i> determinant este familia, școala și grupul de joacă.</li> <li>• <i>Rezultatul favorabil</i> îl constituie simțul competenței și al achiziției.</li> <li>• <i>Rezultatul nefavorabil</i> se concretizează deseori în sentimente de inadecvare, anxietate și inferioritate.</li> <li>• Mica școlaritate este perioada în care începe structurarea caracterului, organizarea trăsăturilor caracteriale, conturarea unor dominante, copilul fiind capabil să-și dirijeze voluntar conduita, să-și fixeze scopuri în</li> </ul>



1	2
	<p>mod autonom. Acum se pun bazele dimensiunii cognitiv-morale a caracterului; câmpul interacțional se îmbogățește și se diversifică. Acest stadiu este denumit și <i>vârsta socială</i>/ a socializării.</p>
<b>Formarea și dezvoltarea personalității</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Statusul și rolul de școlar, noile împrejurări de viață influențează puternic formarea personalității copilului, atât în ceea ce privește organizarea ei interioară, cât și conduita sa externă; se constată o creștere a gradului de coeziune a constructelor de personalitate, are loc organizarea și integrarea lor superioară, într-un tot unitar.</li> </ul>
<b>Activitatea de bază</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Învățarea la școală și participarea la variate activități nonformale (cercuri, secții etc.).</li> </ul>

## Particularități ale dezvoltării psihofizice și sociale a școlarului mijlociu/ Preadolescența (10/11-14/15 ani)

Componente	Achiziții biologice, psihologice și sociale
1	2
<b>Substadii</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etapa prepubertară (de la 10 la 12 ani).</li> <li>• Pubertatea propriu-zisă (de la 12 la 14 ani).</li> <li>• Etapa postpubertară, (între 14 și 16/18 ani)</li> </ul>
<b>Dezvoltarea fizică</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Are loc un adevărat <i>puseu de creștere</i>. Creșterea și maturizarea anatomică și fiziologică se realizează într-un ritm rapid; începe și se finalizează maturizarea sexuală.</li> <li>• Dezvoltarea fizică este încă disproporționată.</li> </ul>
<b>Procese senzoriale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se amplifică și devin mai fine <i>sensibilitatea</i> tactilă, vizuală, cromatică, auditivă. Se dezvoltă <i>percepțiile</i> și spiritul de observație. Cât privește dezvoltarea <i>reprezentărilor</i>, specialiștii apreciază că are loc aproape o <i>convertire explozivă a cunoașterii în scheme, simboluri și reprezentări</i> (U. Șchiopu).</li> </ul>
<b>Procese cognitive superioare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• În jurul vârstei de doisprezece ani se finalizează stadiul operațiilor concrete. Are loc, după J. Piaget, o reorganizare a structurilor operatorii și o ierarhizare a lor, constituindu-se treptat mecanismele de coordonare logică și matematică. Cea mai importantă construcție intelectuală a acestui stadiu este <i>raționamentul ipotetico-deductiv</i>, care facilitează trecerea de la operarea asupra realului la operarea asupra posibilului, școlarul mijlociu fiind capabil să opereze cu concepte, judecăți, raționamente.</li> <li>• Se structurează caracterul critic al <i>gândirii</i>.</li> <li>• În pubertate este specifică <i>memoria</i> de scurtă durată, voluntară și logică.</li> </ul>

1	2
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Imaginația</i>, capacitatea de creație atinge nivelul cel mai înalt, fiind susținută de varietatea mare a intereselor copilului.</li> <li>• <i>Limbajul</i> devine mai expresiv, crește debitul formelor oral și scris; este specifică vorbirea în jargon.</li> </ul>
<b>Procese reglatorii</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Afectivitatea</i> preadolescentului trece printr-o fază de sensibilitate scăzută, trăirile afective sunt mai bine controlate, manifestându-se astfel <i>o stabilizare a stării de spirit</i>. Se observă, totuși o instabilitate emotivă, hipersensibilitate; apariția manifestărilor de tact și pudoare, de noi temeri și anxietăți, înregistrându-se frecvente conflicte și chiar perioade de <i>criză</i>. Etapă caracterizată de apariția și dezvoltarea unor sentimente intelectuale, morale, estetice. Puberul devine subiect ce comunică, <i>oferă</i> afecțiune altora în cadrul grupului de referință, realizând importante transformări din punct de vedere moral.</li> <li>• Apare interesul pentru sexul opus și primele sentimente de iubire. În pubertate predomină <i>trebuințele</i> de securitate, cele de dragoste și afiliere la grup.</li> </ul>
<b>Dezvoltarea psihosocială</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Urmărirea cu perseverență a scopurilor, efortului depus pentru conformarea regulii morale, instrumentarea psihică de a lua decizii imprimă o mai pronunțată, coerență, stabilitate, unitate și continuitate comportamentului.</li> </ul>
<b>Formarea și dezvoltarea personalității</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cucerirea treptată a autonomiei și creșterea capacității de autocontrol, de conformare a comportamentului la unele exigențe și norme interiorizate prin identificare. Sporește gradul de autodeterminare și coerență psihocomportamentală.</li> </ul>

## Particularități ale dezvoltării psihofizice și sociale a școlarului mare/ Adolescența (14/15-18 ani)

Componente	Achiziții biologice, psihologice și sociale
1	2
<b>Substadii</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adolescența pubertară (12-16 ani), în care domină transformările organice.</li> <li>• Adolescența juvenilă (16-21), în care trec pe primul plan achizițiile socio-culturale.</li> </ul>
<b>Dezvoltarea fizică</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ritmul creșterii devine mai constant, în general la finele perioadei, adolescenții sunt complet dezvoltați.</li> </ul>
<b>Dezvoltarea proceselor senzoriale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se constată o scădere a tuturor pragurilor senzoriale.</li> <li>• Posedă o capacitate suplimentară de a percepe culorile.</li> <li>• Se dezvoltă mult spiritul de observație.</li> </ul>
<b>Dezvoltarea proceselor cognitive superioare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Are loc adâncirea și specializarea operațiilor formale, dezvoltarea <i>gândirii cauzale</i>, a posibilităților de utilizare a <i>raționamentului ipotetico-deductiv</i>.</li> <li>• Este o perioadă de intensă <i>participare intelectuală și creativitate socială</i>.</li> <li>• Se consolidează <i>inteligenta formală</i> și structurile <i>gândirii logico-formale</i>, ajungând în jurul vârstei de 20 ani la conturarea construcției intelectuale, a felului de a gândi.</li> <li>• Este caracteristică <i>memoria</i> de lungă durată și cea logică.</li> <li>• Imaginația și limbajul ating cu adevărat apogeul.</li> </ul>
<b>Dezvoltarea proceselor reglatorii</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Afectivitatea</i> se manifestă pregnant, apar mult mai intens interesul pentru sexul opus și sentimentele de iubire.</li> <li>• În adolescență sunt prezente toate <i>trebuințele</i>, confuze rămânând încă trebuințele sinelui.</li> <li>• Perioadă a <i>primilor iubiri</i>, a izolării și a reveriei, dar și a independenței și a afirmării de sine. Adolescența generează o diversitate de trăiri afective, orientate bipolar</li> </ul>

1	2
	<p>pozitiv, prin perseverență și inițiative personale, altele și negativ, prin opoziție și renunțare (protest).</p>
<b>Dezvoltarea psihosocială</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Predomină stadiul în care copilul se confruntă cu conflictul dintre identitate și confuzia rolului.</li> <li>• <i>Factorul social</i> determinant este dat de unele modele ale adulților și cei din aceeași generație.</li> <li>• <i>Rezultatul favorabil</i> constă în abilitatea de a se vedea pe sine ca fiind o persoană consecventă și integrată, cu o identitate puternică. <i>Rezultatul nefavorabil</i> vizează confuzia cu privire la sine și ceea ce este el ca persoană.</li> <li>• În cazul unei bune educații are loc <i>maturizarea socială</i>, adolescentul depășește crizele de identitate, aspiră spre schimbare a modelelor anterioare, devine autonom și sigur pe sine.</li> </ul>
<b>Formarea și dezvoltarea personalității</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adolescența reprezintă cea mai complexă etapă a dezvoltării ființei umane, etapă a conturării individualității și începutul de stabilizare a personalității, ceea ce marchează încheierea copilăriei și trecerea spre stadiul vârstei adulte.</li> <li>• În procesul formării și dezvoltării personalității, adolescența îndeplinește două funcții: <i>funcția de adaptare la mediul punctul de împlinire natural</i> și <i>funcția de depășire</i>, ca sursă de progres moral și spiritual (M. Debesse, p. 95).</li> </ul>

## BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

- Allport J. *Structura și dezvoltarea personalității*. București: EDP, 1981.
- Boniwell I. *Positive Psychology in a Nutshell*. Londra: PWBC, 2006.
- Calaraș C. *Formarea culturii relațiilor intergeneraționale. Sociologia educației familiale*. Chișinău: Primex-com SRL, 2017.
- Carr A. *Positive Psychology*. Londra: Routledge, 2004.
- Caron G. *Cum să susținem copilul în funcție de temperamentul său, la școală și acasă*. București: Publishing House, 2009.
- Cemortan S. *Valențele educației preșcolare*. Chișinău: Stel Part, 2005.
- Cemortan S. *Copilul și literatura*. Chișinău: Stel Part, 2006.
- Crețu Tinca. *Psihologia vârștelor*. Iași: Polirom, 2009.
- Cristea S. *Fundamentele științelor educației. Teoria generală a educației*. Chișinău: Litera Educațional, 2003.
- Cucoș C. *Pedagogie*. Iași: Polirom, 2008.
- Cuznețov Larisa. *Jocul copilului și cultura educației familiale*. Chișinău: Tipografia CEP USM, 2007.
- Cuznețov Larisa. *Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei*. Chișinău: Tipografia CEP USM, 2008.
- Cuznețov Larisa. *Filosofia practică a familiei*. Chișinău: Tipografia CEP USM, 2013.

- Cuznețov Larisa. *Consilierea parentală*. Chișinău: Primex-com SRL, 2013.
- Cuznețov Larisa. *Educația pentru familie din perspectiva educației permanente. Cadru conceptual și metodologic*. Chișinău: Primex-com SRL, 2013.
- Cuznețov Larisa. Simcenco I. *Parteneriatul educativ. Familie-cultură postfigurativă. Repere teoretice și aplicative*. Chișinău: Primex-com SRL, 2015.
- Cuznețov Larisa, Calaraș C., Ețco C. *Consilierea și educația pentru sănătate a familiei. Repere teoretice și sugestii practice*. Chișinău: Primex-com SRL, 2016.
- Cuznețov Larisa. *Consilierea ontologică complexă a familiei*. Chișinău: Primex-com SRL, 2018.
- Cuznețov Larisa. *Familia ca proiect existențial. Management familial*. Chișinău: Primex-com SRL, 2018.
- Debese M. *Etapetele educației*. București: EDP, 1981.
- Enăchescu C. *Tratat de psihologie morală*. Iași: Polirom, 2008.
- Golu Fl. *Manual de psihologia dezvoltării. O abordare psihodinamică*. Iași: Polirom, 2015.
- Golu P., Verza E., Zlate M. *Psihologia copilului*. București: EDP, 1992.
- Hennessy Kathryn, Hemmings Jo (editori). *Totul despre psihologie. Psihologie aplicată în imagini*. București: Litera, 2019.
- Iluț Petru (coord. șt.). *Dragoste, familie și fericire. Spre o sociologie a seninătății*. Iași: Polirom, 2015.
- Jude Ioan. *Psihologie școlară și optim educațional*. București: EDP, 2002.

- Micleușanu Z., Cuznețov Larisa. *Bazele consilierii*. Ghid metodologic. Chișinău: Primex-com SRL, 2015.
- Oprîș D. *Dimensiuni creștine ale pedagogiei moderne*. Ediția a II-a. București: EDP RA, 2012.
- Petrea I. *Și tu poți fi supernanny 2 cu copilul la școală*.  
www.edituratrei.ro
- Piaget J. *Psihologie și pedagogie*. București: EDP, 1972.
- Pănișoară G., Sălăvăstru D. et. al. *Copilăria și adolescența. Provocări actuale în psihologia educației și dezvoltării*. Iași: Polirom, 2016.
- Reichlin Gall, Winkler Caroline. *Ghid de buzunar pentru părinți*. București: Curtea Veche, 2011.
- Segalen M. *Sociologia familiei*. Iași: Polirom, 2015.
- Style Ch. *Psihologia pozitivă. Ce ne menține fericiți, optimiști și motivați*. București: Ed. All, 2015.
- Stoica-Constantin A. *Conflictul interpersonal*. Iași: Polirom, 2018.
- Stovall Jim, Hull Ray H. *Arta comunicării. Avantajul tău competitiv*. București: Amaltea, 2016.
- Szentagotai-Tătar, David D. *Tratat de psihologie pozitivă*. Iași: Polirom, 2016.
- Schiopu U. *Psihologia copilului*. Ediția a II-a. București: Ed. All, 1967.
- Spac S. *Educația pentru mass-media a elevilor din treapta învățământului primar*. Ghid metodologic. Chișinău: Primex-com SRL, 2014.



- Van Pet Nancy L. *Secretele părintelui deplin*. Ediția a III-a. București: Casa de editură Viață și sănătate. 2007.
- Virtul D., Karpenco A. *Terapia tatălui*. Brașov: Ed. Adevăr Divin, 2018.
- <http://positivepsychologyemelbourne.com.au/Perna-model>.
- Barkan A. *Практическая психология для родителей*. Москва: АСТ-Пресс, 2000.
- Литвак М. *Пять методов воспитания детей*. Москва, 2019. [www.cross-club.ru](http://www.cross-club.ru)
- Мелия М. *Отстаньте от ребенка. Простые правила мудрых родителей*. Москва: ЭКСМО, 2019.
- Никифоров Г. С. (ред.). *Психология здоровья*. Санкт-Петербург: Питер, 2006.
- Хайес Н., Оррелл С. *Введение в психологию. Базовое издание от мировых экспертов*. Москва: ЭКСМО, 2003.
- Шабшай Г., Шабшай Т. *Типы тела – типы мышления. Думай в стиле UPGRADE. Стратегии гениальности*. Санкт-Петербург: изд. Группа «Весь», 2017.

Larisa Cuznețov

CULTURA EDUCAȚIEI FAMILIALE  
sau  
MICA ENCICLOPEDIÉ DE FORMARE  
A COMPETENȚELOR PARENTALE

Semnat pentru tipar  
Formatul 60 × 84 1/16.  
Coli de autor 9,2. Coli editoriale 10,7.  
Coli de tipar 19,1. Tirajul 200 ex. Comanda .

---

Tipografia CEP USM  
Chișinău, str. A. Mateevici, 60