

## ROLUL FAMILIEI ÎN CREȘTEREA ȘI EDUCAȚIA COPILULUI

### MEDITAȚI:

- Care este rolul familiei în formarea și dezvoltarea personalității copilului?
- Cum putem distribui rolurile parentale în familie, în așa fel, ca fiecare membru să aibă o contribuție aparte?
- Care sunt beneficiile implicării bărbaților/taților în creșterea și educația copilului?
- În familia Dvs, ce rol îndeplinește tata copilului, cu ce vă ajuta pentru a crește copilul?

### INFORMAȚI-VĂ

Dezvoltarea echilibrată a copilului depinde de implicarea ambilor părinți în toate aspectele ce țin de viața copilului. De la ce mănâncă zi de zi copilul, cu ce se îmbracă, la ce tip de informații este expus, prin ce stări emoționale trece, în ce activități este implicat, la ce grădiniță merge. Rolul mamei și al tatălui sunt diferite în dezvoltarea copilului și în modelarea personalității sale. Mama are rolul de a-l proteja pe copil, în timp ce tatăl are rolul de a-l pregăti pe acesta pentru confruntarea de mai târziu cu lumea, cu viața. Ambii părinți sunt un model pentru copil, și această diferență aduce beneficii însemnate pentru copil, oferindu-i experiențe variate.

### MESAJE DE BAZĂ

- Educația copilului este cea mai profitabilă investiție (în timp, atenție, înțelegere, dragoste) pe care o pot face părinții pentru ei. Educația pozitivă a copilului presupune a aduce în relația părinte-copil căldura, structura și limite, înțelepciunea de a transforma orice situație cotidiană, cât ar fi de negativă, de provocatoare, într-o lecție de empatie, respect, înțelegere a nevoii care a creat acea situație.
- „Cei șapte ani de acasă” sunt opera părinților și a mediului familial în care cresc copiii. Copilul învață în familie limbajul culturii în care trăiește, deprinde normele, atitudinile, valorile și comportamentele necesare pentru a se integra în societate.
- Cercetările au demonstrat, că părinții au stiluri diferite de educație a copilului: *mamele tind mai mult spre precauție, ele încurajează securitatea, echitatea; simplifică mesajele și vorbesc la nivelul copilului; pun accent pe îngrijirea copilului, pe simpatie, grijă și ajutor bazat pe relații și percep lumea din jur în raport cu copiii lor. Tații se exprimă mai sumar, direct și la obiect; adeseori încurajează copiii să încerce, să testeze lucrurile; încurajează independența, concurența, pun accent pe dreptate și îndatoriri bazate pe reguli; tind să se joace cu copiii și să perceapă copiii lor în raport cu lumea din jur. Un lucru este cert, că ambele abordări sunt necesare pentru maturizarea copilului.*
- Ceea ce nu știu tații despre implicarea lor în creșterea și educația copilului, este că dincolo de ”oboseală”, ”nervi” și ”timp pierdut”, copiii lor au multe beneficii, printre care: *copiii sunt mai independenți și mai încrezători; au mai multe șanse de succes când începe*

școala; au o stimă de sine mai înaltă, un nivel sporit al autonomiei și proactivitate în luarea deciziilor; au capacitatea de a dezvolta competențe sociale mai devreme decât semenii lor, abilități de negociere și rezolvare a conflictelor; spiritul de echipă etc.

## ACȚIONAȚI/CE PUTEȚI FACE LA MODUL CONCRET?

- Creați și mențineți în casă o atmosferă calmă și stabilă, astfel încât fiecare părinte să înțeleagă responsabilitatea proprie în educația copilului.
- Aveți grijă de copilul Dvs, dar și de voi înșivă! Găsiți timp pentru relațiile cu partenerul/partenera și sprijiniți-vă reciproc. Adoptați un comportament de urmat în raport cu copiii voștri.
- Discutați și analizați în familie toate obligațiunile și responsabilitățile distribuite în mod egal, între părinți în primul rând, ulterior între copii în funcție de vârsta acestora.
- Stabiliți o listă cu regulile familiei, preventiv discutate, inclusiv cu copiii în vederea prevenirii unor dificultăți în realizarea rolurilor parentale. Asigurați-vă că și copiii le-au înțeles, ei au nevoie să înțeleagă de ce trebuie să le respecte.
- Adoptați decizii de comun acord și promovați un mod unitar de educație în familie, respectându-l ambii părinți (ex: „Dacă mama zice copilului, că după ce îți strângi jucăriile, te poți uita la desene animate”, tata trebuie să mențină aceeași poziție”).
- Încurajați toți membrii familiei (mama/tata, frați/surori) să participe în activități ce țin de de îngrijirea copilului (baie, îmbrăcare, hrănire, adormire, plimbare, exerciții fizice); activități educaționale/creative de joc, citirea poveștilor, discuții în familie, învățarea unor lucruri în comun; distribuirea anumitor sarcinilor casnice etc.
- Organizați evenimente de familie în comun, în așa mod ca fiecare membru al familiei să fie responsabil de o anumită sarcină, iar ulterior analizați activitatea și stabiliți punctele forte și cele vulnerabile.
- Încercați să aveți așteptări realiste de la copiii voștri, care vă vor ajuta să abordați constructiv comportamentele nedorite (plâns excesiv, colici, isterici, tulburări de somn, tulburări alimentare etc.).
- Participați la tot ceea ce realizează copilul. Implicați-vă în activitățile lui, dar nu uitați să-i oferiți independență și libertate. Anunțați-l că vreți să faceți ceva împreună, cereți-i opinia lui, astfel va învăța să vă ceară părerea atunci când va avea nevoie.
- Distrăți-vă cu copilul, bucurați-vă împreună. Găsiți timp pentru a petrece timpul liber. Sacrificați alte ocupații și fiți alături de copil.
- Participați la activitățile preferate ale copilului Dvs: desenați pe asfalt, înscenați istorioare sau studiați gândacii care se târăsc prin praf etc.
- Plasați-vă la același nivel cu copilul când discutați (vă puteți apleca, așeza pe covor, coborî în genunchi; îl puteți lua pe copil pe genunchii Dvs, în brațe etc.). Uitați-vă în ochii copilului atunci când îi vorbiți, mențineți contactul vizual cu el, atunci când vă comunica ceva.
- Lăudați copilul pentru eforturile depuse, mai cu seamă atunci când nu își atinge scopul; învățați-l cât este de important să facă tot ce depinde de el (ex: ”Îmi place cum ai aranjat în cameră. Ai reușit să găsești loc pentru fiecare lucru și le-ai ordonat perfect”).
- Creați o boxă a bunătății - scrieți pe foițe toate faptele de bunătate pe care le faceți Dvs și

copiii voștri (de ex: vă ajută la treburile casnice, împart o jucărie cu fratele sau sora, fac o poză pentru un prieten etc.). Apoi, extrageți periodic din cutie câte o foiță și citiți-o cu voce tare împreună cu familia.

- Alcătuiți un colaj despre familia Dvs. Alegeți fotografiile mai vechi de familie și alte imagini ale lucrurilor preferate cum ar fi animale, sporturi, mâncăruri și lipiți-le pe un carton. Veți obține astfel un "panou de onoare" al familiei Dvs.
- Creați un tabel de sentimente sau folosiți stickere sau imagini pentru a vă ajuta copilul să exprime în cuvinte cum se simte în fiecare zi. Folosiți cărți de povești și imagini pentru a discuta despre emoții precum furia, frica și anxietatea.
- Străduiți-vă să nu comparați copilul Dvs cu fratele/sora, alți copii, sau să criticați inteligența copilului, neajunsurile fizice. A aminti copilului despre unele neajunsuri, ar însemna să întăriți la el un complex de inferioritate.
- Folosiți "Nu" doar în situații când vă exprimați dorințe, bucurii, neplăceri, atunci când este cazul și asta fără a jigni sau supăra copilul. Folosiți exprimări care ar duce la evitarea supărărilor, conflictelor, neînțelegerilor dintre părinte și copil (de ex: „*Mi-ar face plăcere să te aud vorbind mai încet!*” în loc de „*Nu mai țipa atâta!*”)
- Fiți onești cu copilul Dvs, admiteți greșelile Dvs și învățați-l pe copil cât este de important să își asumi responsabilitatea și să recunoști greșelile.
- Evitați să comparați sentimentele Dvs din trecut cu problema copilului Dvs. Nu ajuta să îi spuneți: “Ei bine, când mă simțeam rău, eu reușeam să mă adun și să trec peste orice problemă”. Experiențele și sentimentele trăite de oameni diferiți nu pot fi comparate.
- Încurajați copilul să-și dezvolte hobby-uri și interesele care îi provoacă satisfacție.
- Inițiați discuții cu copilul dvs despre ceea ce ar vrea să devină când va crește mare și organizați excursii tematice.
- Disciplinați copilul cu dragoste, copilul are nevoie de ghidare și disciplină, nu prin intermediul pedepselor, ci prin intermediul unor limite rezonabile.
- Folosiți regulile pentru a-i ajuta copilului să se autodisciplineze; stabiliți limite și încurajați copilul să aibă o părere bună despre sine.
- Fiți consecvent în ceea ce faceți oferind ca și exemplu modul Dvs de a acționa, arătând copilului cea mai sigură cale de a-l învăța ce să facă și cum să fie.
- Niciodată să nu scuturați copilul în încercarea de a-l face să se oprească. Dincolo de faptul ca îl veți speria, acest lucru îi poate produce leziuni grave și permanente la nivel cerebral.
- Încercați să fiți relaxați în relația cu copilul și nu lăsați ca povara grijilor să se instaleze între voi. Nimic nu e mai trist pentru un copil decât să își vadă părinții copleșiți de probleme pe care el nu le înțelege și care îl țin departe de ei. Clipele pe care i le dăruieți atunci când sunteți împreună valorează foarte mult pentru copil.
- Evitați să ridicați vocea în momentul în care copilul e supărat și folosește insulte la adresa Dvs și a celor din jur.
- Fiți un model pentru copil! Aceasta înseamnă să nu așteptați copilul să “iasă pur și simplu afară”, “să se joace cu copiii”, ci să aveți un rol implicit și activ în modelare, stimulare, recompensare și, mai ales, în a-i oferi ocazii variate de exersare a pasiunii, a preferințelor.
- Evitați extremele, păstrați-vă echilibrul și „caracterul vostru rațional să fie cunoscut de

toți“, inclusiv de copiii voștri.

- Nu lăsa-ți pe mâine ceea ce poți face azi. Priviți la copil azi, mâine s-ar putea întâmpla ca el să nu mai caute privirea Dvs.
- Dezvoltați și consolidați zilnic abilitățile Dvs de părinte, pentru a percepe copilul în mod realist; de a interacționa pozitiv cu copilul; de a răspunde nevoilor copilului și de a pune în prim-plan nevoile acestuia înaintea celor personale.
- Atunci când vă confrunțați cu comportamente nedorite, faceți pauze scurte, folosiți momentele de liniște pentru a vă relaxa și a vă odihni (redirecționați atenția, acordați atenție lucrurilor pozitive, reorganizați mediul, faceți o scurtă plimbare, respirați adânc și spălați-vă pe față cu apa rece etc.).

### **IMPORTANT!**

***Ingredientele necesare pentru o implicare sănătoasă în dezvoltarea copiilor sunt: iubirea focalizată pe copil, necondiționată și manifestată în mod sănătos (inclusiv, manifestarea grijii și a interesului pentru tot ce i se întâmplă și ce trăiește copilul); setarea limitelor, discutarea și agrearea regulilor; comunicarea consistentă, exprimarea deschisă și asertivă, cu copilul și cu alți membri ai familiei; identificarea de gen pozitivă și coeziunea cu alți membri ai comunității în care crește copilul. Cercetările arată că prezența taților și a mamelor în creșterea, educația și dezvoltarea copiilor, în egală măsură, asigură succesul dezvoltării acestora.***

### **REFLECTAȚI**

- *Cum contribuie fiecare membru al familiei Dvs. în educația copilului?*
- *Cum credeți, în familia Dvs sunt distribuite echitabil rolurile și sarcinile parentale?*
- *Cât de multe lucruri realizați împreună în familie? Cum se simte copilului Dvs. în astfel de momente?*

### **DECIDEȚI** pentru Dvs.:

- *Ce rol aveți Dvs. ca părinte pentru a asigura o bună creștere și dezvoltare a copilului?*
- *Cum veți distribui rolurile între membrii familiei în așa fel, ca să vă simțiți împliniți?*
- *Ce ați schimba în familia Dvs. privind responsabilitățile fiecărui membru în educația copilului?*

***Informație suplimentară poate fi accesată pe site-ul MECC, link-ul <https://mecc.gov.md/ro/content/resurse-pentru-parinti-educatia-timpurie>***

## Recomandări metodice: cum aplicăm suportul informațional

- Structurați activitatea în așa fel încât părinții să înțeleagă scopul propus și necesitatea implicării lor în acest demers (analizați suportul de curs și alte resurse informaționale privind rolul familiei, implicit al tatălui în dezvoltarea copilului mic, pregătiți preventiv materialele de lucru, verificați funcționalitatea echipamentelor).
- Stabiliți un șir de reguli/principii de lucru pentru a facilita instruirea, ținând cont de mijloacele tehnice disponibile și accesul beneficiarilor pe perioada ședințelor online.
- Punctați ideea, că cercetările demonstrează că deși părinții locuiesc împreună, sarcina creșterii copiilor le revine într-o proporție covârșitoare mamei. Tatăl este prezent fizic, însă este absent din punct de vedere emoțional. Cu toate acestea, există câteva modalități esențiale de implicare a taților, și anume: *comunicarea directă cu copilul; învățarea unor anumite lucruri; observarea și monitorizarea copilului când acesta face ceva; includerea tatălui în activitățile realizate de copil; protejarea copilului; oferirea suportului emoțional; manifestarea afecțiunii față de copil; organizarea unor curse sau competiții; îngrijirea copilului (spălat, îmbrăcat, hrănit, adormit, plimbat etc.), împărtășirea intereselor comune cu copilul; manifestarea disponibilității și planificarea în comun cu copilul.*
- Accentuați ideea, că implicarea taților în creșterea și educația copiilor au beneficii esențiale pentru copil în domeniile: *dezvoltare cognitivă, emoțională și bunăstare psihologică, socială și civică, condiție fizică și starea de sănătate și minimizarea riscurilor de accedere la comportamente nedorite.*
- Argumentați mesajul, că studiile au demonstrat că tații implicați în creșterea copiilor consideră parentajul plăcut și recompensator, sunt mai încrezuți în sine și se simt necesari copilului, mamei lui și familiei în întregime; au relații intime și frumoase cu copilul, cu mama lui și alți membri ai familiei; au o maturitate psihosocială mai înaltă și responsabilitate sporită; au un nivel scăzut de stres, trăiesc mai mult și sunt mai puțin predispuși la adicții, sunt mai sănătoși; au un randament profesional mai bun și satisfacție profesională înaltă.
- Țineți cont de fapt că în grupul Dvs. s-ar putea să aveți și părinți divorțați, care din anumite motive nu au suportul necesar din partea celuilalt părinte, situație care ar putea genera discuții suplimentare. Fiți tacticoși și străduiți-vă să fiți mereu la subiect. În calitate de educator parental sunteți un model pentru atitudinea adoptată în cadrul atelierului.
- Ascultați toate opiniile și oferiți un feed-back pozitiv pentru activitatea desfășurată, încurajați părinții/ îngrijitorii și alți membri ai familiei să se implice cât mai activ în procesul de creștere și educație a copilului mic. Explicați părinților că suportul informațional conține suficiente sfaturi/ recomandări cum pot să facă acest lucru – deloc costisitor, deloc stresant, deloc împovărător. Acum este o ocazie unică ca toți membrii familiei să realizeze activități ÎMPREUNĂ. Copilul va avea doar de câștigat!