



Ministerul Muncii,
Protecției Sociale și Familiei



PSIHOSOCIOLOGIA RELAȚIEI COPIL – PROFESIONIST ÎN DOMENIUL SOCIAL

Suport de curs

Chișinău 2015





Ministerul Muncii,
Protecției Sociale și Familiei



PSIHOSOCIOLOGIA RELAȚIEI COPIL – PROFESIONIST ÎN DOMENIUL SOCIAL

Suport de curs

Instruirea profesioniștilor din cadrul serviciilor sociale
pentru copiii în situație de risc și copiii separați de părinți

CHIȘINĂU 2016

Suportul de curs "Psihosociologia relației copil – profesionist în domeniul social" este aprobat prin ordinul Ministerului Muncii, Protecției Sociale și Familiei nr.133 din 22.08.2015

Suportul de Curs "Psihosociologia relației copil – profesionist în domeniul social" a fost realizat în cadrul proiectului "Fortificarea abilităților profesionale ale personalului prestator de servicii sociale pentru copii și tineri din Moldova" finanțat de către Agenția Cehă pentru Dezvoltare și implementat de Centrul de Investigații și Consultanță "SocioPolis" și Caritas Republica Cehă în parteneriat cu Ministerul Muncii, Protecției Sociale și Familiei.

Coordonatori: Diana CHEIANU-ANDREI, Inga RUSSU

Grupul de autori:

**Viorica DUMBRĂVEANU, Corneliu ȚĂRUȘ, Cristina TRIBOI – Modulul I
Inga RUSSU – capitolele: II.1., II.2., III.3., IV.2. (coautor), IV.4.**

Tatiana TURCHINĂ – capitolele: II.3., III.2., III.4., IV.1.

Sergiu TOMA – capitolele: II.4., III.1., IV.2., IV.3.

Redactor: Diana SENIC

Recenzenți:

Ana PALII, manager pentru consultanță, A.O. Parteneriate pentru Fiecare Copil

Livia MARGINEAN, manager de programe, A.O. CCF Moldova

Stela VASLUIAN, director filială, Amici dei Bambini, Moldova

Viorica MATAS, director executiv, Centrul de Servicii Sociale pentru Copil și Familie

Prezentul suport de curs nu constituie obiectul unei acțiuni comerciale și se distribuie gratis profesioniștilor din domeniul social.

DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII

Psihosociologia relației copil – profesionist în domeniul social : Suport de curs : Instruirea profesioniștilor din cadrul serviciilor sociale pentru copii în situație de risc și copiii separați de părinți / Viorica Dumbrăveanu, Corneliu Țăruș, Cristina Triboi [et. al.] ; coord.: Diana Cheianu-Andrei [et. al.] ; Centrul de Investigații și Consultanță „SocioPolis”, Caritas Rep. Cehă, Dep. de Asistență Umanitară și Cooperare pentru Dezvoltare. – Chișinău : S. n., 2016 (Tipogr. „Bons Offices”). – 272 p. Bibliogr.: p. 269-271 (62 tit.). – Apare cu sprijinul financiar al Agenției Cehe pentru Dezvoltare. – 200 ex.

ISBN 978-9975-87-079-5.

316.6:364.2(075.8)
P 97

Centrul de Investigații și Consultanță „SocioPolis”,

Chișinău, MD-2064,

Str. Ion Creangă, 39/2

Republica Moldova

Relații la tel. + 373 22 582 983;

fax: + 373 22 582 983

e-mail: info@sociopolis.md

www.sociopolis.md

Caritas Republica Cehă,

Departamentul de Asistență Umanitară și

Cooperare pentru Dezvoltare

<http://svet.charita.cz/en/where-we-help/europe-and-former-ussr/moldova/>

PREFAȚĂ

Sistemul actual de protecție socială din Republica Moldova poate fi caracterizat drept unul aflat în proces de consolidare continuă a eforturilor de asigurare a unui mediu familial favorabil pentru fiecare copil. Actualmente, protecția socială a copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți reprezintă una dintre direcțiile de bază ale sistemului de protecție socială. Prestatorii de servicii sociale, adresate acestor grupuri de copii, trebuie să facă față multiplelor provocări (probleme psihoemoționale, de comportament, de învățare etc.) ale copiilor beneficiari de servicii, pentru a asigura condiții de creștere și dezvoltare armonioasă a acestora. În acest context, dezvoltarea capacităților specialiștilor în promovarea unor relații calitative, prin prevenirea traumatizării și îngrijirea adecvată vârstei și nevoilor psihologice ale copilului reprezintă un imperativ.

Mediul familial favorabil pentru fiecare copil reprezintă cheia spre dezvoltarea unei societăți redutabile. Familia este mediul în care un copil beneficiază de acele surse pentru a se forma și a se consolida ca personalitate integră și complexă. Sistemul de protecție socială din Republica Moldova, la etapa actuală, demonstrează și prezintă eforturi continue în realizarea și implementarea strategiilor pentru garantarea drepturilor copilului.

Astfel, copiii aflați în situație de risc și copiii separați de părinți constituie grupul ce necesită implicare continuă, atât din partea structurilor de stat, cât și a reprezentanților societății civile, iar eforturile reprezentanților sistemului de protecție socială este axat pe sporirea capacităților specialiștilor în a face față provocărilor.

Proiectul „Fortificarea abilităților profesionale a personalului prestator de servicii sociale pentru copii și tineri din Moldova”, implementat de către Centrul de Investigații și Consultanță „SocioPolis” și Caritas Republica Cehă, în parteneriat cu Ministerul Muncii, Protecției Sociale și Familiei (MMPSF), cu susținerea financiară a Agenției Cehe pentru Dezvoltare, a demonstrat, în urma rezultatelor studiului „Necesitățile prestatorilor de servicii sociale în relaționarea cu copiii separați de părinți și copiii în situație de risc”, că există o platformă în care sunt utile intervențiile și informațiile cu privire la aspectele practice, dar și teoretice legate de activitatea acestora. Relația copil – profesionist în domeniul social a fost abordată selectiv și lacunar, cauza acestui fapt fiind lipsa unei baze teoretico-practice care ar putea servi specialiștilor în facilitarea și îmbunătățirea calității serviciilor prestate. Acest subiect necesită o abordare complexă asupra tuturor factorilor, îndeosebi asupra aspectelor psihoemoționale ce reprezintă un element esențial în stabilirea și dezvoltarea unei relații armonioase cu copilul. Subiectele care includ aspectele legale actuale din domeniul protecției sociale a copilului, particularitățile psihoemoționale ale copilului care a suferit diverse forme de traumatizare (abandon, abuz, separare etc.) reprezintă o arie de formare / consolidare a abilităților practice ale specialiștilor, necesare creșterii calității relației copil – profesionist în domeniul social, valorificând practicile pozitive din acest domeniu.

Nivelul de formare continuă a competențelor profesionale întâmpină dificultăți, iar prezentul suport de curs urmărește atât să dezvolte, cât și să ofere noi aspecte teoretico-practice specialiștilor din domeniul social.

CUPRINS

Modulul I. STANDARDELE INTERNAȚIONALE ȘI NAȚIONALE ÎN DOMENIUL PROTECȚIEI ȘI ÎNGRIJIRII COPIILOR AFLAȚI ÎN SITUAȚIE DE RISC ȘI A COPIILOR SEPARAȚI DE PĂRINȚI

Capitolul 1.1.	Cadrul legal internațional în domeniul promovării și protecției drepturilor copilului.....	9
1.1.1.	Convenția ONU cu privire la Drepturile Copilului.....	9
1.1.2.	Convențiile Europene în domeniul protecției copilului.....	13
1.1.3.	Liniile Directoare ONU pentru îngrijirea alternativă a copiilor.....	14
1.1.4.	Standardele Consiliului Europei în domeniul promovării și protecției drepturilor copilului.....	19
Capitolul 1.2.	Legislația națională în domeniul protecției copilului și rolul autorităților tutelare locale și teritoriale în sistemul de protecție a copilului.....	28
1.2.1.	Legea privind protecția specială a copiilor aflați în situații de risc și a copiilor separați de părinți.....	28
1.2.2.	Managementul de caz.....	39
1.2.3.	Regulamentele-cadru privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale de protecție a copilului.....	40
1.2.4.	Standardele minime de calitate privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale de protecție a copilului.....	41
Capitolul 1.3.	Principiile deontologice pentru profesioniștii din domeniul protecției copilului.....	64
1.3.1.	Codul de conduită al funcționarului public din Republica Moldova.....	64
1.3.2.	Codul deontologic al asistentului social.....	66

Modulul II. CREȘTEREA ȘI DEZVOLTAREA COPILULUI

Capitolul II.1.	Particularitățile de vârstă și crizele de dezvoltare ale copilului.....	68
2.1.1.	Nevoile fundamentale ale copilului.....	68
2.1.2.	Nevoile emoționale ale copilului.....	70
2.1.3.	Particularitățile psihofiziologice în dezvoltarea copilului.....	72
2.1.4.	Crizele dezvoltării psihosociale ale copilului și depășirea cu succes a acestora.....	77
Capitolul II.2.	Formarea identității copilului.....	83
2.2.1.	Procesul de identificare a copilului.....	88
2.2.2.	Formarea identității de gen a copilului.....	86
2.2.3.	Formarea identității vocaționale a copilului.....	88
2.2.4.	Factorii determinanți în formarea identității copilului.....	91
2.2.5.	Specificul formării identității copilului în situație de risc.....	92
2.2.6.	„Cartea Vieții” – instrument de valorificare a identității copilului.....	94
Capitolul II.3.	Rolul atașamentului în dezvoltarea copilului.....	98
2.3.1.	Atașamentul și etapele de dezvoltare.....	98
2.3.2.	Tulburarea reactivă de atașament.....	107

Capitolul II.4.	Trauma psihoemoțională la copil.....	111
2.4.1.	Experiența traumei la copil.....	111
2.4.2.	Reacțiile copilului la traumă.....	112
2.4.3.	Pierderea și separarea.....	114
2.4.4.	Neglijența, abuzul fizic, emoțional, sexual și consecințele acestora asupra dezvoltării copilului.....	118

Modulul III. CALITATEA RELAȚIEI COPIL – PROFESIONIST ÎN DOMENIUL SOCIAL

Capitolul III.1.	Climatul familial favorabil dezvoltării și educației copilului.....	126
3.1.1.	Crearea și menținerea unui climat familial favorabil creșterii și dezvoltării copilului.....	126
3.1.2.	Relațiile armonioase îngrijitor-copil.....	128
3.1.3.	Tipuri de medii familiale și stilul intercomunicării familiale.....	130
3.1.4.	Impactul climatului familial asupra formării personalității copilului. Adaptarea mediului familial la necesitățile copilului.....	131
3.1.5.	Suținerea copilului pentru schimbări majore. Contactul cu familia biologică sau schimbarea „familiei”.....	136
Capitolul III.2.	Stilurile de educație și disciplinarea copilului.....	139
3.2.1.	Stiluri parentale de educație a copilului.....	139
3.2.2.	Specificul atitudinii materne și paterne.....	143
3.2.3.	Educația pozitivă – disciplinarea pozitivă.....	145
3.2.4.	Caracteristicile de vârstă ale copilului și disciplinarea.....	149
Capitolul III.3.	Comunicarea îngrijitor-copil.....	161
3.3.1.	Esența comunicării.....	161
3.3.2.	Limbajele de comunicare cu copilul.....	164
3.3.3.	Comunicarea îngrijitor-copil.....	165
3.3.4.	Blocaje în comunicarea cu copilul.....	166
3.3.5.	Comunicarea eficientă cu copilul.....	168
Capitolul III.4.	Managementul stresului profesional.....	179
3.4.1.	Stresul – surse, reacții și consecințe.....	179
3.4.2.	Sindromul „arderii profesionale”.....	181
3.4.3.	Stresul traumatic secundar.....	185
3.4.4.	Strategii de prevenire și depășire a stresului și sindromului „arderii profesionale”.....	187
3.4.5.	Furia – emoție asociată stresului intens secundar.....	192

Modulul IV. SUPTUL COPILULUI AFLAT ÎN SITUAȚIE DE RISC

Capitolul IV.1.	Problemele emoționale ale copilului.....	198
4.1.1.	Sfera afectivă și dezvoltarea abilităților emoționale ale copilului.....	198
4.1.2.	Gestionarea crizelor de furie, nervozitate, iritabilitate.....	206
4.1.3.	Gestionarea temerilor și fricilor.....	208
4.1.4.	Depășirea trecutului traumatizant.....	210

4.1.5.	Depășirea stărilor de tristețe și melancolie.....	212
4.1.6.	Stimularea încrederii în sine.....	214
Capitolul IV.2.	Dificultățile de comportament ale copilului.....	217
4.2.1.	Agresivitatea.....	217
4.2.2.	Minciuna.....	218
4.2.3.	Furtul.....	220
4.2.4.	Comportamentul violent în mediul școlar (bullying).....	222
4.2.5.	Comportamentele conflictuale cu semenii.....	225
Capitolul IV.3.	Susținerea copilului în activitățile de învățare.....	232
4.3.1.	Dificultățile de învățare ale copilului și adaptarea școlară.....	232
4.3.2.	Dificultățile de concentrare și menținere a atenției.....	235
4.3.3.	Strategii de motivare a copilului pentru învățare.....	238
Capitolul IV.4.	Probleme de maturizare psihosexuală a copilului.....	242
4.4.1.	Procesul de maturizare psihosexuală și educația sexuală a copilului.....	242
4.4.2.	Comportamentele sexuale normale.....	246
4.4.3.	Comportamentele psihosexuale atipice.....	247
4.4.4.	Bolile cu transmitere sexuală.....	249
4.4.5.	Metodele de contracepție.....	249
 ANEXE		
Anexa 1.	40 de moduri de a încuraja copilul.....	254
Anexa 2	„Cartea vieții”.....	255
Anexa 3.	Exemple de exerciții pentru stimularea exprimării emoțiilor și pentru creșterea stimei de sine.....	261
Anexa 4.	Întrebări – răspunsuri.....	262
Anexa 5.	Cele mai frecvente boli cu transmitere sexuală.....	264
Anexa 6.	Metode de contracepție.....	266
BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ.....		269

ABREVIERI

APP	Asistență parentală profesionistă
CCTF	Casă de copii de tip familie
MMPSF	Ministerul Muncii, Protecției Sociale și Familiei
CDC	Convenția cu privire la Drepturile Copilului
ONU	Organizația Națiunilor Unite
CEDO	Curtea Europeană pentru Drepturile Omului
UE	Uniunea Europeană
CM	Cabinetul de Miniștri
LD	Linii directoare
ONG	Organizație non-guvernamentală
TRA	Trauma reactivă de atașament
BTS	Boli cu transmitere sexuală

MODULUL I.

STANDARDELE INTERNAȚIONALE ȘI NAȚIONALE ÎN DOMENIUL PROTECȚIEI ȘI ÎNGRIJIRII COPILOR AFLAȚI ÎN SITUAȚIE DE RISC ȘI A COPILOR SEPARAȚI DE PĂRINȚI

Acest modul reprezintă platforma conceptuală a cursului de instruire care este bazat pe informarea audiențelor, cu privire la principiile de bază în domeniul protecției copilului.

Modulul își propune să dezvolte și să structureze cunoștințele profesioniștilor¹ referitor la conținutul principiilor fundamentale ale drepturilor copilului. În acest context, modulul urmărește să aducă la cunoștința practicienilor actualele viziuni, abordări strategice și de politici în sistemul de protecție a copilului, astfel încât aceștia să înțeleagă distribuția rolurilor și funcțiilor diferitelor entități, interconectarea și interdependența acțiunilor de protecție a copilului și, în mod special, locul și rolul fiecărui profesionist în cadrul serviciului, având la bază centrarea activității pe copil.

O atenție deosebită este acordată rolului profesioniștilor în managementul de caz al copilului, nu doar ca instrument de lucru, ci ca proces complex, participativ, pentru depășirea situației de risc pentru copil și/sau suportul acestuia.

¹ Asistenți parentali profesioniști, părinți-educatori, specialiști din cadrul serviciilor de plasament temporar și a celor de zi, specialiști din cadrul structurilor teritoriale de asistență socială în domeniul protecției copiilor și a problemelor familiilor în situație de risc.

Capitolul I.1. CADRUL LEGAL INTERNAȚIONAL ÎN DOMENIUL PROMOVĂRII ȘI PROTECȚIEI DREPTURILOR COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Ideile de bază ale Convenției ONU cu privire la Drepturile Copilului;
- ✓ Esența Convențiilor Europene în domeniul protecției copilului;
- ✓ Liniile Directoare ONU pentru îngrijirea alternativă a copiilor;
- ✓ Standardele Consiliului Europei în domeniul promovării și protecției drepturilor copilului;
- ✓ Strategiile-cheie pentru prestarea unor servicii cu adevărat prietenoase copilului.

1.1.1. Convenția ONU cu privire la Drepturile Copilului

În scopul asigurării implementării prevederilor Convenției Organizației Națiunilor Unite cu privire la drepturile copilului, statele părți urmează să asigure o revizuire generală a legislației naționale. Este necesar ca o asemenea revizuire să nu se limiteze doar la o analiză în parte a fiecărui articol al Convenției, ci să prevadă și o analiză globală a acestui proces, care va sublinia interdependența și indivizibilitatea drepturilor omului. Procesul de revizuire trebuie să fie continuu.

Implementarea eficientă a Convenției necesită o coordonare intersectorială semnificativă a activităților pentru recunoașterea și respectarea drepturilor copilului de către toate autoritățile, la diferite niveluri, precum între Guvern și societatea civilă cu implicarea, în particular, a copiilor și a reprezentanților tineretului. Se consideră necesar controlul strict al implementării Convenției, prevăzut de aceste mecanisme, prin intermediul cărora se realizează procesul conducerii societății la toate nivelurile.

Guvernul Republicii Moldova trebuie să promoveze la toate nivelurile și să respecte drepturile copilului, bazându-se pe o strategie națională unificată, cuprinzătoare care va lua în considerare necesitatea respectării drepturilor omului, în același timp, să pornească de la prevederile Convenției.

O atenție deosebită trebuie să se acorde identificării grupurilor de copii marginalizați, care se află în situații de dificultate.

Descentralizarea administrativă, prin transmiterea drepturilor și obligațiilor, delegarea funcțiilor de guvernare, nicidecum nu reduce responsabilitatea de bază a Guvernului statului-parte pentru îndeplinirea obligațiilor față de toți copiii, din jurisdicția sa, indiferent de forma de guvernare.

În toate circumstanțele, statul care a ratificat Convenția sau este parte la ea, păstrează responsabilitatea pentru asigurarea respectării, în mod integral, a prevederilor Convenției pe tot teritoriul din jurisdicția sa. Realizând procesul de transmitere a drepturilor și obligațiilor, Statele-părți trebuie să asigure ca autoritățile, cărora li se transmit astfel de atribuții, să posede resurse financiare, umane și alte resurse necesare, care le vor permite în mod eficient să îndeplinească obligațiile pentru respectarea Convenției.

Guvernele Statelor-părți trebuie să păstreze funcțiile exclusive, care le vor permite să ceară de la autoritățile administrației publice centrale și locale, cărora le-au fost atribuite astfel de drepturi și obligații, respectarea deplină a Convenției; ele trebuie să formeze mecanisme permanente de observație, pentru a asigura respectarea și aplicarea Convenției față de toți copiii, care se află în jurisdicția lor, fără nici o discriminare. Mai mult ca atât, trebuie să fie prevăzute garanții, care vor asigura ca descentralizarea sau transmiterea atribuțiilor nu va duce la discriminare.

Principiile generale care au stat la baza Convenției sunt:

- ◆ Dreptul la nediscriminare (Art. 2).
- ◆ Interesul superior a copilului (Art. 3).
- ◆ Dreptul la viață, supraviețuire și dezvoltare (Art. 6).

◆ Dreptul la exprimare în acțiunile care îl vizează (Art. 12).

În activitatea sa, organele executive, legislative și judecătorești trebuie să asigure implementarea eficientă a Convenției în totalitate, și, în particular, a următoarelor articole, evidențiate în calitate de principii generale:

Articolul 2: obligativitatea Statelor să respecte și asigure toate drepturile, prevăzute de Convenție pentru fiecare copil, care se află în jurisdicția sa, fără nici o discriminare. Această obligație de nondiscriminare solicită de la state identificarea activă a copiilor și grupurilor de copii care ar putea avea nevoie de măsuri speciale. Spre exemplu, Comitetul ONU pentru drepturile copilului subliniază, în particular, necesitatea culegerii datelor dezagregate, pentru a asigura identificarea cazurilor unei discriminări reale sau potențiale. Rezolvarea problemelor de discriminare poate necesita modificări în domeniul legislativ și administrativ și în distribuirea resurselor, precum și măsuri în domeniul educațional în scopul modificării abordărilor.

Este necesar de subliniat că, aplicarea principiului non-discriminării, al accesului egal la drepturi nu presupune aplicarea pentru toți a aceluiași regim, este important de adoptat măsuri speciale în scopul scăderii influenței sau eliminării condițiilor care provoacă discriminarea.

Articolul 3, pct. 1): acordarea atenției primare în asigurarea interesului superior al copilului în toate acțiunile. În acest articol se relatează despre acțiunile, întreprinse de către instituțiile private sau de stat de asistență socială, instanțele de judecată, autoritățile executive sau legislative. Acest principiu necesită adoptarea măsurilor active la toate nivelurile autorității executive, legislative și judecătorești. Fiecare organ legislativ, executiv și judecătorec sau instituție trebuie să se ghideze de principiul asigurării interesului superior al copilului, prin intermediul examinării sistematice a problematicii, în ce măsură hotărârile și acțiunile acestora ating sau vor atinge drepturile și interesele copiilor, în special, prin politica adoptată, prin măsuri administrative întreprinse sau hotărâri de judecată pronunțate.

Articolul 6: dreptul firesc al copilului la viață și obligația Statelor-părți de a asigura la maximum supraviețuirea și dezvoltarea sănătoasă a copilului. Statele-părți trebuie să înțeleagă expresia *dezvoltarea armonioasă a copilului* în sensul larg, în calitate de concept holistic, care cuprinde dezvoltarea fizică, mentală, spirituală, morală, psihologică și socială a copilului. Măsurile corespunzătoare pentru implementare trebuie să fie direcționate spre asigurarea posibilităților dezvoltării tuturor copiilor.

Articolul 12: dreptul copilului de a-și exprima în mod liber opiniile „privind toate aspectele ce vizează copilul” și acordarea atenției corespunzătoare opiniilor copilului. Acest principiu, care subliniază rolul copilului ca al unui participant activ al procesului de promovare a protecției și controlului privind realizarea acestui drept, se aplică în mod egal, în scopul implementării Convenției.

O experiență pozitivă este deschiderea pentru participarea copiilor în procesul de luare a deciziilor, la nivelul autorităților centrale. Pentru ca opiniile copiilor să fie luate în considerare în totalitate, este necesar de a permite accesul copiilor la toate etapele de elaborare a documentelor de politici. Simpla „ascultare” a opiniei copiilor – nu este un lucru dificil, dar acordarea atenției corespunzătoare opiniei copilului necesită transformări reale. Luarea în considerare a opiniei nu trebuie să fie un scop în sine, ci mai degrabă acea modalitate cu ajutorul căreia statele stabilesc cu copiii o interacțiune și manifestă mai multă grijă pentru realizarea drepturilor acestora.

Manifestările ocazionale sau regulate, prin organizarea sesiunilor Parlamentului copiilor, pot stimula activitatea și ridica nivelul general al cunoștințelor. Articolul 12 prevede necesitatea organizării sistematice și permanente a activităților de consultare a copiilor. Mai mult ca atât, implicarea copiilor și evidența opiniilor formulate de către aceștia nu trebuie să poarte un caracter pur simbolic, ci ar trebui să fie îndreptate spre identificarea punctelor de vedere ale unui public reprezentativ. Punerea în pct. 1, art. 12 a accentului pe „întrebările ce vizează copilul”, presupune identificarea opiniilor unui grup concret de copii, spre exemplu, copiii care au avut contact cu sistemul de justiție juvenilă - cu privire la reforma legislației în acest domeniu sau copii adoptați - cu privire la politici și legislația în domeniul adopției. Este important ca

autoritățile să stabilească legături directe cu copiii și nu doar contacte imediate, prin intermediul ONG-lor sau instituțiilor pentru drepturile omului.

Măsurile generale de implementare a Convenției cu privire la Drepturile Copilului sunt legate de legislație, precum și de măsurile nonjuridice. Măsurile legate de legislație sunt axate pe legislația primară (acte normative) și legislația secundară (prevederi, planuri de implementare, îndrumare, directive, etc.).

Convenția prevede protecția *de jure a drepturilor copilului* și realizarea *de facto* a acestora, asigurând implementarea prevederilor Convenției într-un proces continuu, pe termen lung și multidimensional, prin delimitarea clară a responsabilităților între autoritățile centrale și locale.

Încorporarea directă a prevederilor Convenției contribuie la:

- consolidarea procesului de implementare a drepturilor copilului în legislația națională, politici și practici;
- conștientizarea necesității respectării drepturilor copilului la nivel central, local și societate civilă;
- dezvoltarea culturii respectării drepturilor copilului;
- recunoașterea statutului copiilor ca deținători de drepturi;
- clarificarea statutului Convenției în legislația națională;
- eficiența unei legi specifice („*lex specialis derogat legi generali*”);
- revocarea prevederilor care nu mai sunt valabile („*lex posterior derogat legi priori*”);
- legalitatea drepturilor (apărarea drepturilor în instanțele de judecată).

Necesitatea evaluării și impactul acesteia asupra copilului:

- promovează aderarea la standardele drepturilor copilului;
- încurajează cooperarea în cadrul și dintre departamente și nivelele de administrare publică;
- facilitează crearea și implementarea politicii bazate pe comunicarea informațiilor;
- promovează transparența și evidența;
- în mod corespunzător, ia în considerare și reflectă drepturile copilului în toate legile și politicile sectoriale („tendențe de bază”).

Dificultăți în implementarea CDC:

- reforma și monitorizarea politicii deseori rămâne limitată la nivel central;
- stabilirea conexiunii dintre nivelele centrale, regionale și locale ale administrației publice;
- abordări particulare ale unor chestiuni separate și sectoare specifice;
- monitorizarea și evaluarea practică neeficientă;
- discrepanța dintre cercetare, politică și practică;
- politici și proceduri statice aflate în dificultăți datorită dinamicii copilăriei;
- cultura sau capacitatea limitată pentru promovarea inovațiilor în elaborarea politicii.

Abordarea holistică și integrată oferită de CDC:

Pe lângă protecția copilului:

- ✓ toate drepturile copilului sunt indivizibile și interdependente;
- ✓ economic, social, civil, cultural și politic.

Principii generale și măsuri de implementare:

- ✓ Un cadru pentru analiza componentelor unui „sistem național de drepturi pentru copil” și pentru îndrumarea implementării în practică;

Implementarea CDC ca o obligație juridică a Statelor:

- ✓ Componentele neeficiente pot crea sau agrava vulnerabilitatea copilului;
- ✓ Construiește un sistem care identifică vulnerabilitatea copilului, redresează factorii de risc, creează mecanisme de protecție și ajută copilul în crearea unei rezistențe.

Posibilități pentru State:

- ✓ CDC este un document politic care îndrumă spre pace, dezvoltare și formare națională.

1.1.2. Convențiile Europene în domeniul protecției copilului

La nivelul Consiliului Europei există un șir de Convenții menite să asigure respectarea drepturilor și protecția copilului, printre care:

Convenția pentru protecția drepturilor omului și libertăților fundamentale (1950)

Convenția pentru protecția drepturilor omului și libertăților fundamentale este cunoscută ca fiind Convenție Europeană cu privire la drepturile omului, aceasta protejează drepturile civile și politicile și înglobează valorile de bază ale Consiliului Europei, statutând în articolul 1 că toate articolele Convenției trebuie să fie aplicate pentru fiecare persoană aflată în jurisdicția statelor membre.

Astfel, articolele cel mai frecvent invocate de către Curtea Europeană pentru Drepturile Omului, în scopul protecției drepturilor copiilor sunt:

- articolul 2 – dreptul la viață;
- articolul 3 – interzicerea torturii;
- articolul 4 – interzicerea sclaviei și muncii forțate;
- articolul 5 – dreptul la libertate și securitate;
- articolul 6 – dreptul la un proces echitabil;
- articolul 8 – respectul pentru viața privată și viața de familie.

Majoritatea cazurilor din jurisprudența CEDO, referitor la violența împotriva copiilor, se referă la pe-deapsa corporală, însă au o relevanță directă cu privire la toate formele de violență împotriva copilului.

Carta Socială Europeană (1961)

Carta Socială Europeană completează Convenția pentru Drepturile Omului pe domeniul drepturilor economice și sociale. Carta reprezintă tratatul european de bază care securizează drepturile copilului și, într-un amplu șir de circumstanțe garantează drepturile copilului de la naștere până la atingerea majoratului.

Carta Socială Europeană Revizuită (1996)

Carta Socială Europeană Revizuită treptat, înlocuiește Carta Socială Europeană. Multe dintre prevederile sale au o relevanță specifică pentru copii, cum ar fi spre exemplu, articolul 16 – dreptul familiei la protecție socială, legală și economică, care protejează drepturile copilului, în calitate de membru al familiei, precum și articolul 11 – dreptul la protecția sănătății.

Drepturi referitoare exclusiv la copii sunt:

- articolul 7 – dreptul copiilor și tinerilor la protecție;
- articolul 17 – dreptul copiilor și tinerilor la protecție socială, legală și economică.

Prin articolul 17.1 în Carta Socială Europeană Revizuită sunt integrate toate drepturile garantate de către Convenția ONU cu privire la drepturile copilului.

Convenția Europeană Pentru Prevenirea Torturii și Tratatelor sau Pedepselor Inumane sau Degradante (1987)

Această Convenție prevede un mecanism preventiv non-judiciar pentru a proteja persoanele din instituțiile de tip închis. Mecanismul respectiv se bazează pe sistemul de vizite realizate de către Comitetul European pentru prevenirea torturii și tratatelor sau pedepselor inumane sau degradante. Comitetul, în mod frecvent și sistematic vizitează instituțiile în care sunt plasate persoanele tinere, cum ar fi: instituțiile pentru tinerii infractori, secțiile de poliție, închisorile, instituțiile de plasament social etc. În acest context, Comitetul a elaborat un set de standarde pentru protecția adolescenților privați de libertate.

Convenția privind protecția copiilor împotriva exploatarei sexuale și a abuzurilor sexuale (2007)

Convenția privind protecția copiilor împotriva exploatarei sexuale și a abuzurilor sexuale este primul tratat internațional care incriminează abuzul sexual.

Măsurile de prevenire prevăzute de Convenție includ verificarea, recrutarea și instruirea persoanelor care sunt în contact cu copiii, sensibilizarea copiilor cu privire la riscuri și informarea lor referitor la cum se pot proteja, precum și măsuri de monitorizare a abuzatorilor și potențialilor abuzatori.

Convenția de asemenea stabilește necesitatea implementării programelor de suport pentru victime și necesitatea instituirii liniilor telefonice de suport pentru copii.

Convenția garantează că anumite tipuri de comportament sunt clasificate ca infracțiuni penale și incriminează utilizarea noilor tehnologii informaționale, în scopul prejudicierii sau abuzului sexual al copiilor.

În scopul combaterii turismului sexual, Convenția stabilește că indivizii pot fi trași la răspundere penală pentru unele infracțiuni comise peste hotare, atunci când făptașul se reîntoarce în țara sa de reședință.

Convenția Consiliului Europei privind acțiunea împotriva traficului de ființe umane (2005)

Convenția Consiliului Europei privind acțiunea împotriva traficului de ființe umane recunoaște că **toate formele traficului de ființe umane sunt încălcări ale drepturilor omului și solicită statelor să asigure protecția victimelor**, indiferent că sunt bărbați, femei sau copii. Convenția se aplică tuturor formelor de exploatare, indiferent dacă este sexuală, fizică sau servicii forțate. Prevederile specifice iau în considerare vulnerabilitatea copiilor și necesitatea protecției și asistenței speciale a acestora.

Alte convenții ale Consiliului Europei relevante pentru drepturile copilului sunt:

- ✓ **Convenția Consiliului Europei cu privire la prevenirea și combaterea violenței împotriva femeilor și violenței domestice (2011);**
- ✓ **Convenția Europeană privind adopția copiilor revizuită (2008).**

1.1.3. Liniile Directoare ONU pentru îngrijirea alternativă a copiilor (adoptate la 64-a Adunare Generală)

Scopul *Liniilor Directoare* constă în îmbunătățirea punerii în aplicare a Convenției cu privire la Drepturile Copilului, precum și a prevederilor relevante din alte instrumente internaționale privind protecția și bunăstarea copiilor, care sunt lipsiți de îngrijire părintească sau care sunt expuși riscului de a ajunge într-o astfel de situație.

Obiectivele Liniilor Directoare sunt:

- sprijinirea eforturilor de menținere a copiilor în îngrijirea familiei lor sau readucerea lor în familie;
- asigurarea aplicării celor mai potrivite forme de îngrijire alternativă, care să promoveze dezvoltarea armonioasă și completă a copilului;
- asistarea și încurajarea guvernelor pentru a-și pune în aplicare responsabilitățile și obligațiile;

- orientarea politicilor, deciziilor și activităților tuturor părților interesate din sectorul public și privat, inclusiv societatea civilă, în protecția socială și bunăstarea copilului.

În scopul asigurării implementării Liniilor Directoare ONU, statele sunt responsabile:

- să aloce resurse umane și financiare pentru a asigura punerea în aplicare optimă și progresivă, în timp util;
- să faciliteze cooperarea între toate autoritățile relevante și integrarea problemelor legate de bunăstarea copilului și a familiei în cadrul tuturor ministerelor implicate;
- să solicite cooperare internațională pentru punerea în aplicare. În cazul acordării de asistență, entitățile străine trebuie să se abțină de la orice inițiativă incompatibilă cu Liniile Directoare.

Principiile fundamentale pentru Liniile Directoare

1. Familia este mediul natural pentru creșterea, bunăstarea și protecția copilului, iar statul trebuie să asigure accesul familiilor la forme de sprijin.
2. Deciziile luate, pe fiecare caz individual al copilului, sunt bazate pe interesul suprem al copilului, conform principiului nediscriminării, ținând cont de particularitățile culturale și perspectiva de gen, dreptul de a fi consultat și de a-i fi luate în considerare opiniile, conform dezvoltării capacităților sale.
3. Dificultățile financiare, materiale constituie un semnal pentru necesitatea de a oferi sprijin adecvat familiei, dar nu justificare pentru separarea unui copil de îngrijirea părintească sau împiedicarea reintegrării sale.
4. Separarea copilului de familie este măsură de ultimă instanță, temporară, de scurtă durată. Decizia de separare a copilului trebuie revizuită periodic, aproape de locul de reședință.
5. Limitarea aplicării îngrijirii rezidențiale ca formă de protecție a copilului, doar în cazurile când este cea mai potrivită formă de protecție, necesară și constructivă pentru copil și în interesul său suprem. Îngrijirea copiilor mici (3 ani) trebuie să fie asigurată doar în medii familiale.
6. Dezvoltarea serviciilor alternative în contextul unei strategii globale de dezinstituționalizare, cu obiective și scopuri precise.
7. Stabilirea standardelor de îngrijire pentru instituțiile rezidențiale, care să asigure calitate și condiții favorabile pentru dezvoltarea copilului, precum îngrijirea individualizată și în grupuri mici.
8. Abordarea copiilor din îngrijire alternativă cu demnitate, respect, protecție de abuz, neglijare, exploatare din partea îngrijitorilor, a semenilor sau a terțelor părți.

Domeniile de aplicare ale Liniilor Directoare sunt:

- îngrijire alternativă formală pentru persoane cu vârsta sub 18 ani, excepție – majoratul atins mai devreme, conform legislației aplicabile pentru copil;
- îngrijire neformală, acordând atenție rolului important al familiei extinse și comunității, obligațiilor statului față de copii care nu sunt în grija părinților sau a îngrijitorilor legali, cum prevede Convenția ONU;
- tinerilor aflați în îngrijire alternativă și care, după caz, au nevoie de îngrijire sau de sprijin pentru o perioadă de tranziție după atingerea vârstei de majorat, conform legislației aplicabile;
- autoritățile competente, alte părți interesate sunt încurajate să facă uz de LD, după caz, în internate, spitale, centre pentru copii cu dizabilități, tabere, în alte locuri care pot fi responsabile pentru îngrijirea copiilor.

Totodată, Liniile Directoare nu se extind asupra următoarelor domenii:

- ✓ persoanelor cu vârsta sub 18 ani, care sunt private de libertate a căror situație este reglementată de Regulile minime standard ale Națiunilor Unite pentru administrarea justiției juvenile și de Regulamentul Națiunilor Unite pentru protecția minorilor privați de libertate;
- ✓ îngrijirii de către părinți adoptivi, în cazul în care copilul este deja adoptat, moment din care copilul este considerat a fi în îngrijire părintească (*se aplică totuși în cazul preadoptiei sau plasării pentru potrivire a unui copil la viitorii părinți adoptivi*);
- ✓ aranjamentelor neformale, prin care un copil stă în mod voluntar cu rude sau prieteni în scopuri recreative.

Notă pentru profesioniști:

În scopul prevenirii separării copiilor de mediul familial și necesității plasamentului acestuia în forme alternative de îngrijire, Liniile Directoare accentuează pentru autoritățile cu competențe în domeniul protecției copilului măsuri de prevenire, cum ar fi:

- ❑ *promovarea îngrijirii părintești:* politici/programe sociale orientate spre familie, consolidarea capacităților și sprijin în îndeplinirea responsabilităților; politici de abilitare/pregătire a tinerilor; măsuri de protecție socială cu Servicii de consolidare și susținere a familiei, de îngrijire și sprijin pentru familii monoparentale și părinți adolescenți.
- ❑ *prevenirea separării copilului de familie:* criterii adecvate pentru evaluarea situației copilului și a familiei. Separarea sau reintegrarea trebuie să fie bazată pe evaluarea profesioniștilor instruiți și calificați; programe de sprijin pentru părinți adolescenți; Consiliere și asistență socială pentru părinții care vor să abandoneze copilul.
- ❑ *promovarea reintegrării copilului în familie:* reintegrarea este un proces treptat și supravegheat, însoțit de acțiuni de sprijin, care să țină cont de vârsta copilului, nevoile și capacitățile de evoluție, cauzele separării.

Concomitent, Liniile Directoare stabilesc că îngrijirea alternativă a copiilor trebuie realizată cu respectarea următoarelor aspecte:

1. Îngrijirea alternativă este bazată pe evaluare, planificare și revizuire riguroasă, de către structurile competente și prin mecanisme stabilite, desfășurate individual, de personal calificat în echipă multidisciplinară.
2. Evaluarea situației copilului și a familiei ia în considerare siguranța și bunăstarea imediată a copilului, îngrijirea și dezvoltarea pe termen mai lung, acoperă caracteristicile personale și de dezvoltare a copilului, originea etnică, culturală, lingvistică și religioasă, mediul familial și social, anamneza medicală, precum și orice nevoi speciale.
3. Decizia privind plasarea în îngrijirea alternativă a copilului implică consultarea completă cu copilul la toate etapele, precum și cu părinții sau tutorii legali.
4. Organizarea îngrijirii rezidențiale se face doar în baza unor instituții mici, aproape de nevoile copiilor, mediu cât mai aproape de familie și este pe termen temporar.
5. Asigurarea permanenței îngrijirii, fără întârziere exagerată la reintegrarea în familia biologică sau extinsă.
6. Evitarea schimbării frecvente a formei de protecție a copilului, care este în detrimentul dezvoltării copilului și capacității de a-și forma legături de atașament.
7. Pregătirea copilului pentru toate modificările mediului de îngrijire, care rezultă din procesele de planificare și de analiză.

8. Organizarea și funcționarea serviciilor de îngrijire alternativă a copiilor trebuie să se bazeze pe standarde minime de calitate.
9. Asigurarea protecției copilului în îngrijire alternativă de abuz, neglijare și exploatare.
10. Organizarea în îngrijire alternativă a unui mecanism cunoscut, eficient și imparțial de notificare a plângerilor, care să includă consultarea inițială, reacții de răspuns.

1.1.4. Standardele Consiliului Europei în domeniul promovării și protecției drepturilor copilului

În scopul asigurării implementării eficiente a convențiilor europene care vizează drepturile copilului, Consiliul Europei dispune de o bază extrem de largă de standarde. În mod special, acestea sunt expuse sub formă de recomandări a Cabinetului de Miniștri a Consiliului Europei – peste 40 de recomandări.

Printre cele mai relevante recomandări putem menționa:

- ↗ Recomandarea CM/Rec (2011) 12 privind drepturile copilului și servicii sociale prietenoase copiilor și familiilor;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2005)/5 cu privire la drepturile copiilor plasați în instituții rezidențiale;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2012)/2 cu privire la participarea copiilor și tinerilor sub vârsta de 18 ani;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2002) 8 cu privire la îngrijirea de zi a copiilor;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2009) 10 pentru statele membre privind strategii naționale integrate pentru protecția copiilor împotriva violenței;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2009) 5 privind măsurile de protecție a copiilor împotriva conținutului și comportamentului dăunător și promovarea participării active a copiilor în noul mediu informațional și de comunicare;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2006) 19 privind politicile pentru suportul parentalității pozitive;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2002) 12 cu privire la educația pentru cetățenie democratică;
- ↗ Recomandarea CM/Rec (2010) 2 privind dezinstituționalizarea și traiul în comunitatea copiilor cu dizabilități;
- ↗ Recomandarea No.R (98) 8 cu privire la participarea copiilor în viața familială și socială;
- ↗ Recomandarea No.R (98) 1 privind medierea familială;
- ↗ Recomandarea No.R (94) 14 privind politicile familiale coerente și integrate;
- ↗ Recomandarea No.R (9) 2 privind aspectele medico-sociale ale abuzului față de copii;
- ↗ Recomandarea No.R (91) 9 privind măsurile de urgență în problemele familiale;
- ↗ Recomandarea No.R (90) 2 privind măsurile sociale în contextul violenței în familie.

Recomandarea privind drepturile copilului și serviciile sociale prietenoase copiilor și familiilor abordează drepturile copiilor în planificarea, prestarea și evaluarea serviciilor sociale, care trebuie să fie adaptate la necesitățile lor, precum și celor ale familiilor lor. Această recomandare se bazează pe principiul superior al copilului și pe drepturile copilului la asistență, participare și protecție.

Recomandarea se aplică tuturor copiilor fără discriminare indiferent de motivul din care aceștia pot intra în contact cu serviciile sociale, precum și a tuturor deciziilor serviciilor sociale, care ar putea să le afecteze viața în mod direct sau indirect.

Printre *definițiile* oferite de Recomandare pot fi evidențiate:

1. termenul „servicii sociale”, care se referă la o gamă inclusivă de servicii adresate satisfacerii necesităților sociale generale, precum și serviciile sociale personale, prestate de către entități publice sau private. În timp ce primul grup de servicii se referă la servicii universale standardizate prestate persoanelor, în calitate de membri ai unei categorii, celălalt grup de servicii este unul „specific necesităților” și este adresat unor necesități particulare ale beneficiarilor;
2. termenul „servicii sociale pentru copii și familii”, care se referă la un set de măsuri și activități menite să satisfacă necesitățile sociale generale sau individuale ale copilului și/sau familiei. Aceste servicii sunt concepute pentru a satisface diferite necesități ale copiilor și familiilor, fiind grupate în servicii sociale generale specializate și intensive, prestate la diferite nivele;
3. termenul „servicii sociale prietenoase copilului”, care se referă la servicii sociale care respectă și protejează drepturile fiecărui copil, inclusiv dreptul la asistență, participare și protecție, precum și principiului interesului superior al copilului.

Recomandarea se bazează pe **trei principii fundamentale**:

1. Respectarea interesului superior al copilului

În mod special se menționează că serviciile sociale pentru copii și familie trebuie să țintească către dezvoltarea integrală a potențialului copilului și să recunoască necesitatea copilului de a fi cultivat/crescut, recunoscut, împuternicit/abilitat și să aibă o educație/dezvoltare structurată. Serviciile sociale trebuie să asigure calitatea interacțiunii cu copiii și familiile inclusiv:

- a. respectarea demnității copilului și familiei acestuia, care asigură că acest copil este tratat cu încredere, sensibilitate, corectitudine și respect;
- b. protecția de toate tipurile de discriminare;
- c. incluziunea socială, în scopul asigurării oportunităților egale și rezultatelor pozitive pentru toți copiii, inclusiv cei din grupurile vulnerabile;
- d. depășirea stigmatizării anumitor grupuri de copii care se confruntă cu prejudecățile sociale, prin suportul în dezvoltarea unei auto percepții pozitive și respect de sine;
- e. evitarea dependenței de servicii, prin încurajarea autonomiei, activismului copilului și familiei;

2. Dreptul copilului la participare

Conform Recomandării participarea în prestarea serviciilor sociale pentru copii și familie poate avea loc la diferite nivele, atât în mod individual cât și în grup:

- a. participare consultativă, recunoscându-se că acești copii dețin expertiză și viziuni care urmează să completeze și să influențeze luarea deciziei de către adulți;
- b. participare cooperantă, oferindu-se copiilor oportunitatea de a fi implicați activ în orice etapă de luare a deciziei, formularea inițiativelor, proiectelor sau prestarea serviciilor;
- c. participarea copilului, facilitându-se inițiativa copiilor și propria lor pledoarie referitor la diferitele activități și servicii stabilite, în vederea satisfacerii necesităților lor.

În toate procesele unde serviciile sociale sunt prestate copiilor, aceștia trebuie să aibă dreptul:

- să fie informați, într-o manieră prietenoasă copilului, cu privire la dreptul lor de a beneficia de servicii sociale, despre serviciile disponibile, precum și despre posibilele consecințe ale unor acțiuni alternative;
- să primească toată informația relevantă cu privire la situație lor;
- să beneficieze de suport pentru ași exprima opiniile;
- să fie ascultați;
- să aibă opiniile proprii luate în considerație în procesul de luare a deciziilor, în conformitate cu vârsta și nivelul lor de maturitate;
- să fie informați despre deciziile luate, precum și referitor la faptul în ce măsură opiniile lor au fost luate în considerare.

De asemenea, în Recomandare se atrage atenție asupra faptului că dreptul de a fi ascultat este un drept al copilului - nu o obligație pentru copil.

Totodată, parteneriatul cu părinții și implicarea părinților în prestarea serviciilor sociale individualizate pentru copii și familii urmează să fie asigurate fără a diminua dreptul copilului de a fi auzit și tratat cu seriozitate.

3. Dreptul copilului la protecție

Conform Recomandării, serviciile sociale pentru copii și familii urmează să asigure protecția copiilor de toate formele de neglijare, abuz, violență și exploatare prin măsuri preventive, precum și prin intervenții adecvate și efective. Aceste intervenții trebuie să urmărească păstrarea unității și solidității familiei. Menținerea unității familiale însă nu trebuie să reprezinte un scop în sine. Uneori este în interesul superior al copilului să fie separat de părinți, în special, în situațiile când aceștia sunt implicați în abuz sau violență asupra copilului. Totodată, urmează a fi identificate posibilități de înlăturare a abuzatorului din familie, în schimbul separării copilului de familie.

Notă pentru profesioniști:

Prestarea serviciilor sociale pentru copii și familii în scopul protecției copiilor vulnerabili urmează să se bazeze pe următoarele *principii*:

- ◆ Prevenirea și intervenția timpurie.
- ◆ Parteneriat cu părinții focusat pe copil.
- ◆ Evaluarea atentă a necesităților individuale a copilului în ce privește factorii protectori (inclusiv punctele forte) precum și factorii de risc prezenți în mediul social al copilului.
- ◆ Prevenirea revictimizării copilului.

După expunerea principiilor, Recomandarea descrie elementele conceptuale ale unui sistem de servicii sociale pentru copii, din perspectiva nivelului de specializare a acestora și respectarea principiului subsidiarității.

1. Servicii sociale generale

Serviciile sociale generale pentru copii și familii trebuie să ofere un șir de acțiuni preventive, comprehensive și receptive cu accent special pe copiii ale căror drepturi sunt încălcate și familiile cu cele mai mari necesități. Acestea trebuie să includă:

- a. garantarea accesului copiilor la servicii de consiliere de calitate, educație preșcolară și antepreșcolară, activități recreative și culturale etc., ținând cont de încadrarea părinților pe piața forței de muncă;
- b. satisfacerea necesităților de bază ale copiilor și familiilor aflate în situații de sărăcie, prin măsuri de asistență financiară, subsidii pentru spațiu locativ și accesul tuturor copiilor la servicii de sănătate și educație;
- c. servicii de suport pentru consilierii de familie și programe pentru consolidarea abilităților parentale;
- d. sisteme integrate de intervenție timpurie eficientă în situațiile de abuz și neglijare a copiilor, inclusiv dezvoltarea planurilor individuale de suport pentru fiecare copil;
- e. dezvoltarea serviciilor ajustate la necesitățile speciale ale copiilor cu dizabilități și familiilor lor, în scopul traiului independent și participării depline în viața de zi cu zi;
- f. implementarea programelor efective de prevenire a criminalității, abuzului de substanțe și alte comportamente de risc, precum și implementarea măsurilor pentru eliminarea elementelor toxice din mediul social al copilului.

2. Servicii sociale specializate

Serviciile sociale specializate urmează să fie disponibile pentru a asigura intervenții imediate în cazurile de urgență, în vederea depășirii impactului experiențelor negative din copilărie și oferirea suportului social și psihologic copiilor și familiilor acestora. Aceste servicii sau programe multidisciplinare trebuie să se bazeze pe evaluarea necesităților individuale ale copiilor. Acestea urmează să includă servicii pentru copii și părinți care sunt:

- a. victime ale violenței fizice sau emoționale, a abuzului și neglijării, inclusiv cazurile când copiii sunt martori ai violenței domestice sau altor tipuri de violență;
- b. victime ale abuzului și exploatării sexuale;
- c. părinți care au nevoie de dezvoltare a capacităților parentale, spre exemplu, din cauza practici parentale abuzive sau deficiente;
- d. copii cu dizabilități cognitive, de comunicare sau fizice;
- e. copii cu deficiențe de comportament sau emoțional, inclusiv comportament antisocial (spre exemplu, agresivitate, comportament sexual inadecvat) abuz sexual sau tulburări mintale.

3. Servicii sociale intensive

Atunci când deciziile privind separarea copilului de familie și îngrijirea alternativă nu pot fi evitate, principiul corespunderii necesităților copilului identificate printr-o evaluare riguroasă trebuie să fie factorul determinant în luarea fiecărei decizii individuale. Serviciile sociale intensive urmează să se bazeze pe următoarele principii:

1. existența standardelor de calitate a îngrijirii, inclusiv regulilor privind drepturile copilului;
2. situația copiilor din îngrijirea alternativă urmează a fi revizuită cu regularitate, în scopul reintegrării copilului în familie și societate prin prestarea unor servicii de post plasament;
3. este necesară dezvoltarea programelor de dezinstituționalizare, în coordonare cu eforturile de majorare a numărului serviciilor în bază de familie sau comunitate, în special, pentru copiii până la trei ani și copiii cu dizabilități;
4. servicii intensive de scurtă durată trebuie să fie disponibile în calitate de suport pentru familie, spre exemplu, pentru cazurile de acutizare a stării psihoemoționale, în scop de investigații, medicale sau diagnostic, sau în scop de răgaz;
5. dezvoltarea alternativelor pentru privarea de libertate a copiilor care sunt în conflict cu legea.

Recomandarea propune **10 Strategii - cheie** pentru prestarea unor servicii cu adevărat prietenoase copilului:

Informare și consultare

Diseminarea informației privind dreptul de a beneficia de servicii sociale și disponibilitatea acestora urmează a fi efectuată în mod transparent și într-un limbaj prietenos copiilor. Sensibilizarea urmează a fi efectuată prin campanii informaționale, precum și servicii de informare care trebuie să țintească cei mai vulnerabili copii. În acest context, de la primul contact cu sistemul de servicii sociale, copiii și familiile acestora urmează a fi prompt informate despre:

- drepturile lor la servicii și instrumentele disponibile pentru a depăși încălcarea acestor drepturi;
- tipul de servicii disponibile și procedura prin care acestea sunt prestate;
- rolul pe care îl poate avea copilul la diferite etape procedurale.

Accesibilitatea serviciilor

În calitate de deținători ai drepturilor sociale, copiii trebuie să aibă acces egal la servicii sociale. Acest fapt presupune întreprinderea măsurilor pentru a asigura:

- existența, în măsura posibilității, a unui punct unic de acces la diferite oferte de servicii sociale, care să activeze într-o manieră prietenoasă copilului;
- reacție promptă la problemele cu care se pot confrunta copiii și familiile lor în accesarea serviciilor, în special, în cazurile de urgență;
- flexibilitate referitor la orarul de lucru și accesibilitatea geografică prin disponibilitatea unor servicii mobile;
- traducerea informațiilor în diferite limbi de circulație și utilizarea eficientă a tehnologiilor informaționale;
- proiectarea și organizarea spațiilor serviciilor sociale adaptate la necesitățile speciale ale persoanelor cu diferite dizabilități.

Disponibilitate

Disponibilitatea serviciilor sociale pentru copii și familii la diferite niveluri este un element cheie pentru a satisface necesitățile diferite ale copiilor și părinților, la diferite etape și situații ale vieții lor, astfel încât:

- serviciile sociale să fie prestate în conformitate cu evaluarea atentă a necesităților pentru servicii generale, specializate sau intensive;
- revizuirea periodică a tipului, volumului și obiectivelor serviciilor prestate să fie realizată în scopul asigurării flexibilității și sensibilității la schimbarea necesităților.

Corespunderea

Serviciile sociale urmează a fi prestate în baza corespunderii acestora necesităților fiecărui copil și fiecărei familii, la un anumit moment, ținând cont de viitorul copilului și necesitatea respectării și promovării altor drepturi ale copilului legate de accesul la servicii de sănătate, educație, recreare etc. Astfel, nivelul de corespundere a serviciilor trebuie să fie bazat pe planificarea și potrivirea serviciilor cu necesitățile individuale, inclusiv evaluarea rezultatelor pentru copil și, în caz de necesitate, revizuirea asistenței propuse.

Interdisciplinaritatea și colaborarea multisectorială

Copiii și familiile cu necesități multiple și complexe trebuie să beneficieze de servicii coordonate de către profesioniști, care să coopereze în diferite sectoare: educație, sănătate, serviciile sociale, organele de drept. În acest context, urmează a fi stabilit un cadru comun de evaluare și protocoale intersectoriale, în special, în cazul copiilor aflați în situație de risc, precum și în cazul copiilor victime ale abuzului sau violenței, în scopul evitării revictimizării copiilor.

↳ **Competența profesională: instruire, supervizare și responsabilitate**

Tot personalul care lucrează cu sau pentru copii trebuie să aibă cunoștințe profesionale adecvate în domeniul drepturilor copilului și drepturilor omului, bazate pe conținutul tratatelor internaționale în domeniu, astfel încât să fie instituit și menținut un climat de cultură a drepturilor copilului în serviciile sociale.

De asemenea, toți profesioniștii trebuie să fie instruiți pentru a deține abilități de identificare a semnelor de abuz și neglijare a copilului, precum și utilizarea mecanismelor de referire și raportare.

Totodată, profesioniștii trebuie să beneficieze de instruirii pentru dezvoltarea abilităților de utilizare a metodelor participative în lucrul cu copiii și familiile, inclusiv instruirii în dezvoltarea abilităților de comunicare cu copiii de diferite vârste și nivel de dezvoltare, copii în situații deosebit de vulnerabile. Specialiștii care lucrează direct cu copiii trebuie să dețină competențe în stabilirea și menținerea relațiilor de încredere cu copiii, bazate pe respect mutual, confidențialitate și atitudine prietenoasă.

Responsabilitatea profesională urmează a fi asigurată prin proceduri de lucru clar definite, precum și de respectarea codurilor deontologice. Profesioniștii trebuie să beneficieze de suport prin supervizarea individuală sau de grup, schimb de experiență și bune practici.

↳ **Siguranța copilului**

În prestarea tuturor serviciilor sociale, în primul rând trebuie să se țină cont de siguranța copilului, în special, în situațiile intervențiilor de urgență, când există riscul victimizării repetate, context în care urmează a fi instituit un sistem de raportare obligatoriu către serviciile sociale sau alte autorități. De asemenea, personalul care lucrează cu și pentru copii urmează să fie supravegheat, și, în caz de necesitate, evaluat complex. În procesul de recrutare a personalului, trebuie să fie asigurat faptul că persoanele corespund pentru lucrul cu copiii (spre exemplu: verificarea cazierului judiciar). Referitor la spațiile serviciilor sociale, acestea trebuie să fie sigure din punct de vedere a stării clădirilor și echipamentului, precum și din alte aspecte ale mediului fizic și social.

↳ **Dreptul la confidențialitate și viață privată**

Viața privată și datele personale ale copiilor care beneficiază de servicii sociale trebuie să fie protejate conform legislației. În special, urmează a fi prevenită încălcarea dreptului la viață privată de către mass-media, atât prin măsuri legislative, cât și prin mecanisme de automonitorizare a mass-media. Pe de altă parte, urmează să fie aplicate reguli restrictive privind accesul la sau transmiterea informațiilor și documentelor ce conțin date personale sensibile referitoare la copil, astfel încât volumul informațiilor transmise urmează să fie strict limitat la datele care sunt necesare pentru atingerea scopului asistenței.

↳ **Mecanisme privind depunerea plângerilor și revizuirea deciziilor care vizează copilul**

Este necesară dezvoltarea și implementarea mecanismelor de reexaminare a rezultatelor, deciziilor luate privind asistența copiilor, inclusiv la solicitarea copiilor sau părinților acestora. Totodată, trebuie să existe o procedură clară de depunere a plângerilor către o entitate independentă și imparțială, inclusiv prin facilitarea exercitării dreptului de depunere a plângerii de către copii și întreprinderea măsurilor pentru informarea cât mai largă a copiilor și părinților despre dreptul de depunere a plângerilor și dreptul de a solicita revizuirea deciziilor privind asistența și protecția acordată copiilor.

↳ **Standarde de calitate, monitorizare și evaluare**

Toate serviciile sociale pentru copii trebuie să dispună de standarde de calitate, care să reflecte politicile și bunele practici în domeniu. Prestatorii de servicii sociale urmează a fi acreditați și înregistrați de către autoritățile competente conform unei legislații naționale clare. În baza acestora urmează să fie implementat un mecanism eficient de monitorizare și evaluare care trebuie să includă:

- a. evaluarea periodică internă a serviciilor sociale bazată pe reguli și criterii stricte și transparente;
- b. evaluarea independentă externă, cu implicarea copiilor și părinților în procesul de evaluare a serviciilor sociale și asigurarea accesului publicului la rezultatele evaluării;

- c. asigurarea accesului deplin al organizațiilor societății civile care activează în domeniul promovării și protecție drepturilor copilului, în procesul de monitorizare a serviciilor.

Recomandarea CM/Rec (2005)/5 cu privire la drepturile copiilor plasați în instituții rezidențiale

Această Recomandare a Cabinetului de Miniștri și al Consiliului Europei a fost adoptată în anul 2005, stipulând că va fi necesar plasamentul unor copii în afara familiei, ținând cont de faptul că în cazul alegerii tipului plasamentului trebuie, în primul rând, să se țină cont de necesitățile și interesul superior al copilului și, după caz, opinia copilului. Toți copiii, care sunt plasați în afara familiilor, în special, cei care sunt plasați în instituții, trebuie să crească cu demnitate, în cele mai bune condiții posibile, fără a fi marginalizați atât în perioada copilăriei, cât și în viața de adult. Acești copii nu trebuie să întâmpine obstacole în a deveni cetățeni cu drepturi depline ai societății europene.

1. Principii de bază

Cu referire la principiile de bază incluse în Recomandare dincolo de principiile universale, cum ar fi subsidiaritatea, interesul superior al copilului, nondiscriminarea și luarea în considerare a opiniei copilului, este important să menționăm următoarele:

- a. plasamentul nu trebuie să dureze mai mult decât este necesar și urmează a fi supus revizuirii periodice, din perspectiva interesului superior al copilului, context în care părinții trebuie să beneficieze de tot suportul posibil, în vederea reintegrării armonioase a copilului în familie și societate;
- b. copilul care părăsește plasamentul trebuie să beneficieze de evaluarea necesităților sale și servicii corespunzătoare de post-plasament, în scopul asigurării și reintegrării copilului în familie și societate;
- c. familia copilului trebuie să fie implicată în planificarea și organizarea plasamentului copilului, dacă este posibil;
- d. orice măsuri de control sau disciplinare care ar putea fi utilizate în instituțiile rezidențiale, inclusiv cele destinate prevenirii autovătămării sau vătămării altora trebuie să se bazeze pe reglementări publice și standarde aprobate;
- e. în cazul în care revenirea copilului în familie nu este posibilă, alte măsuri de îngrijire sau continuarea plasamentului urmează a fi prevăzute luând în considerare doleanțele copilului și continuitatea drumului său în viață, precum și satisfacerea necesităților personale.

2. Drepturi specifice pentru copiii care locuiesc în instituții rezidențiale

Pentru asigurarea respectării principiilor de bază și a drepturilor fundamentale ale copilului, Recomandarea stabilește o serie de drepturi specifice care urmează a fi recunoscute pentru copiii care locuiesc în instituții rezidențiale, printre care menționăm:

- a. dreptul copilului de a fi plasat numai în scopul satisfacerii necesităților care au fost identificate ca fiind imperative, în baza unei evaluări multidisciplinare;
- b. dreptul copilului de a menține contacte regulate cu membrii familiei și alte persoane importante pentru copil;
- c. dreptul fraților, în măsura posibilităților de a locui împreună sau de a menține contacte regulate;
- d. dreptul copilului la viață privată, inclusiv acces la persoana în care are încredere sau o entitate competentă, pentru a primi sfaturi confidențiale referitor la drepturile sale;
- e. dreptul la respectarea demnității umane și integrității fizice a copilului, în special, dreptul la atitudine umană și non-degradantă și educație nonviolentă, inclusiv protecție împotriva pedepsei corporale și a tuturor formelor de abuz;
- f. dreptul copilului de a fi pregătit pentru a deveni un membru responsabil și activ al societății prin joacă, sport, activități culturale, educație neformală și asumarea treptată a responsabilităților;

- g. dreptul copilului de a participa în procesul de luare a deciziilor care îl privesc și a celor referitoare la condițiile de trai în instituție;
- h. dreptul copilului de a fi informat despre drepturile sale și regulile din cadrul instituției rezidențiale într-o manieră prietenoasă;
- i. dreptul copilului de a depune plângeri către o autoritate cunoscută, imparțială și independentă, în vederea revendicării drepturilor sale fundamentale.

3. Linii directe și standarde de calitate

În scopul asigurării implementării principiilor și drepturilor menționate mai sus, Recomandarea conține o serie de Linii directe și standarde de calitate, dintre care necesită a fi evidențiate următoarele:

- a. urmează a fi acordată prioritate sănătății fizice și psihice a copilului, dezvoltării sale armonioase, condiții esențiale pentru implementarea cu succes a planului de îngrijire;
- b. este necesară elaborarea planului individual de îngrijire a copilului bazat atât pe dezvoltarea capacităților, abilităților copilului, respect față de autonomia acestuia, cât și pe menținerea contactelor cu lumea înconjurătoare și pregătirea pentru viață în afara instituției;
- c. întreprinderea măsurilor pentru a permite continuitatea relaționării educaționale și emoționale între personalul serviciilor și copii, inclusiv prin evitarea fluxului de angajați;
- d. organizarea internă a instituțiilor de plasament trebuie să fie realizată prin: calitatea spațiilor de locuit, standarde profesionale pentru personal și instruire în cadrul serviciului, salarii adecvate, stabilitate și număr suficient de personal, lucru multidisciplinar în echipă, inclusiv supervizarea centrată pe copil, utilizarea resurselor disponibile, cooperare corespunzătoare cu părinții copilului, activitatea conform prevederilor codurilor deontologice;
- e. toate instituțiile rezidențiale urmează a fi acreditate și înregistrate de către o autoritate publică competentă, în baza reglementărilor naționale și standardelor minime de îngrijire;
- f. în baza standardelor sus menționate urmează a fi aplicat un sistem eficient de monitorizare și control extern al instituțiilor rezidențiale, inclusiv cu implicarea și suportul ONG-urilor;
- g. urmează a fi asigurată colectarea și analiza datelor statistice relevante, precum și oferirea suportului pentru activitățile de cercetare, în scopul îmbunătățirii condițiilor de îngrijire și protecție a copiilor;
- h. orice încălcări ale drepturilor copilului în instituțiile rezidențiale urmează a fi sancționate conform unor proceduri adecvate.

Recomandarea CM/Rec (2012)/2 cu privire la participarea copiilor și tinerilor sub vârsta de 18 ani

Această Recomandare a Cabinetului de Miniștri al Consiliului Europei a fost adoptată reieșind din faptul că dreptul de a fi ascultat și luat în serios este fundamental pentru demnitatea umană și dezvoltarea sănătoasă a fiecărui copil, iar ascultarea copiilor și luarea în considerare a opiniilor acestora, în funcție de vârsta și gradul de maturitate este necesară pentru implementarea efectivă a dreptului acestora de a fi luat în considerare interesul lor superior în toate domeniile care-i afectează și de a fi protejați de abuz, violență, neglijare și maltratare. Totodată, Recomandarea are la bază convingerea fermă că aptitudinile pe care le au copiii și contribuțiile pe care le pot aduce sunt resurse unice pentru consolidarea drepturilor omului, democrației și coeziunii sociale în societățile europene.

Această Recomandare vizează unul dintre drepturile fundamentale ale copilului prevăzut de art. 12 al Convenției ONU cu privire la Drepturile Copilului, dreptul la libera exprimare a opiniei asupra oricărei probleme care îl privește, în corelație cu celelalte articole ale Convenției, în special art. 2 – dreptul la non-discriminare, art. 3 – luarea în considerare a interesului superior al copilului, art. 5 – ghidarea părintească și dezvoltarea capacităților copilului, art. 6 – dreptul la viață, supraviețuire și dezvoltare, art. 13 – dreptul la libertatea de exprimare, art. 15 – dreptul la libertatea asocierii și art. 17 – dreptul la informare.

Astfel, în definiții Recomandarea stipulează că „participarea” este deținerea de către indivizi și grupuri de indivizi a dreptului, posibilităților, spațiului, oportunității și, dacă este necesar, suportului pentru a-și exprima în mod liber opiniile, de a fi ascultați și de a contribui la luarea deciziilor cu privire la aspecte care îi privesc, acordându-le importanța cuvenită, în conformitate cu vârsta și gradul de maturitate.

1. Principii

Conform Recomandării, participarea copiilor trebuie să se bazeze pe următoarele principii:

- a. nu există nici o limită de vârstă la dreptul copiilor și tinerilor de a-și exprima opiniile liber. Toți copiii și tinerii, inclusiv cei de vârstă preșcolară, vârstă școlară și cei care au abandonat studiile, au dreptul de a fi ascultați în toate problemele care îi afectează, opiniilor lor fiind acordată importanța cuvenită, în funcție de vârstă și de gradul de maturitate;
- b. dreptul copiilor și tinerilor se aplică fără discriminare pe orice motiv;
- c. este necesar să se acorde importanță noțiunii de dezvoltare a capacităților copiilor și tinerilor. Pe măsură ce copiii și tinerii dobândesc mai multe capacități, adulții ar trebui să-i încurajeze, să se bucure, într-o măsură tot mai mare, de dreptul lor de a influența chestiuni care îi afectează;
- d. trebuie depuse eforturi deosebite pentru a permite participarea copiilor și a tinerilor cu oportunități reduse, inclusiv cei care sunt vulnerabili sau afectați de discriminare;
- e. părinții și îngrijitorii au responsabilitatea primară pentru creșterea și dezvoltarea copilului și, ca atare, joacă un rol fundamental în afirmarea și cultivarea de la naștere a dreptului copilului de a participa;
- f. pentru a fi în măsură să participe în mod semnificativ și cu adevărat, copiilor și tinerilor trebuie să li se furnizeze toate informațiile relevante și să li se ofere un sprijin adecvat pentru autopromovare/promovarea propriilor interese corespunzătoare vârstei și circumstanțelor;
- g. pentru ca participarea să fie eficientă, semnificativă și durabilă, aceasta trebuie să fie înțeleasă ca un proces și nu un eveniment singular;
- h. copiii și tinerii, care își exercită dreptul de a-și exprima liber opiniile, trebuie să fie protejați de posibile consecințe negative, inclusiv intimidare, răzbunare, victimizare și încălcarea dreptului la viața privată;
- i. copiii și tinerii trebuie să fie întotdeauna pe deplin informați despre scopul participării lor, inclusiv limitele cu privire la implicarea lor, rezultatele așteptate și reale ale implicării lor și modul în care au fost luate în considerare, în cele din urmă opiniile lor;
- j. în conformitate cu comentariul general cu privire la art. 12 din Convenția ONU cu privire la Drepturile Copilului, toate procesele în care copiii și tinerii sunt audiați trebuie să fie transparente, relevante pentru viața copiilor, în medii prietenoase copiilor, inclusive (nediscriminatorii), în condiții de siguranță și sensibilitate la risc.

2. Măsuri

În scopul implementării dreptului copiilor la participare, Recomandarea conține trei seturi de măsuri ce vizează protejarea, promovarea, informarea și crearea spațiului pentru participare:

A. Protejarea dreptului de a participa

În scopul de a proteja dreptul copilului sau al tânărului de a participa, Statele membre trebuie:

- să ofere cea mai mare protecție legală posibilă pentru dreptul copiilor și tinerilor de a participa, inclusiv în constituții, legislație și regulamente;
- să realizeze evaluări periodice a măsurii în care opiniile copiilor și tinerilor sunt auzite și luate în serios în legislație, politicile și practicile existente și să se asigure că, în aceste evaluări, opinii proprii ale copiilor și tinerilor li se acordă importanța cuvenită;

- ❑ să pună la dispoziția copiilor și a tinerilor căi eficiente de recurs și atac pentru depunerea plângerilor, precum și proceduri judiciare și administrative, inclusiv accesul la asistență și sprijin, asigurându-se că aceste mecanisme sunt disponibile pentru copii și tineri;
- ❑ să se asigure că sunt disponibile măsurile de protecție pentru copiii și tinerii care sunt deosebit de vulnerabili, inclusiv a celor separați de părinți, celor din grupurile minoritare, celor cu dizabilități și celor care sunt plasați în instituții de plasament și îngrijire;
- ❑ să revizuiască și să elimine restricțiile care limitează dreptul copiilor sau tinerilor de a fi ascultați, în toate chestiunile care îi privesc;
- ❑ să adopte o abordare coordonată pentru consolidarea participării copiilor și tinerilor și să se asigure că participarea este integrată în procesele de luare a deciziilor și elaborare a politicilor;
- ❑ să stabilească, în cazul în care nu există o instituție pentru drepturile omului adecvată și independentă, cum ar fi avocatul pentru drepturile copilului;
- ❑ aloce resurse financiare adecvate și să asigure resurse umane competente pentru a sprijini participarea copiilor și tinerilor atât în structuri formale, cât și în cele neformale.

B. Promovarea și informarea cu privire la participare

În scopul propagării cunoștințelor despre participarea copiilor și tinerilor, statele membre trebuie:

- ❑ să întreprindă programe publice de informare și educație în vederea sensibilizării publicului larg, copiilor, tinerilor, părinților și profesioniștilor, despre dreptul de participare a copiilor și tinerilor;
- ❑ să sporească capacitatea profesională referitor la participarea copiilor și tinerilor în rândul cadrelor didactice, avocaților, judecătorilor, polițiștilor, asistenților sociali, psihologilor, personalului de îngrijire, oficialilor din cadrul serviciilor de plasament și penitenciare, personalului medico-sanitar, funcționarilor publici, liderilor religioși și membrilor mass-media, precum și pentru liderii organizațiilor de copii și tineret. Dacă este posibil, copiii și tinerii înșiși ar trebui să fie implicați în această consolidare a capacităților în calitate de formatori și experți;
- ❑ să ofere copiilor și tinerilor informații adecvate vârstei și situației lor, în diverse forme, inclusiv prin rețelele sociale și alte mijloace media, cu privire la drepturile lor, în special, dreptul de participare;
- ❑ să elaboreze o componentă a curriculei școlare pentru drepturile copiilor și tinerilor, inclusiv dreptul de a participa;
- ❑ să solicite instruire privind drepturile copiilor și tinerilor sub vârsta de 18 ani la toate nivelurile;
- ❑ să stimuleze cercetările cu scopul de a permite o mai bună înțelegere a punctelor de vedere și experiențelor copiilor și tinerilor, identificând obstacolele pentru participare și a căilor de depășire a acestora.

C. Crearea spațiului pentru participare

Cu scopul de a spori oportunitățile copiilor și tinerilor să participe la toate chestiunile care îi privesc, Statele membre trebuie:

- ❑ să încurajeze părinții și îngrijitorii, prin intermediul legislației și programelor de formare parentală;
- ❑ să respecte demnitatea umană, drepturile, sentimentele, opiniile copilului și tânărului;
- ❑ să creeze oportunități pentru dialog între generații, cu scopul de a încuraja respectul reciproc și cooperarea;
- ❑ să asigure participarea activă a copiilor și tinerilor în toate aspectele vieții școlare, în special, prin metode formale și nonformale de influențare a practicilor de predare și învățare în mediul școlar precum și prin integrarea consiliilor elevilor în guvernarea comunității școlare;

- ❑ să ofere educație într-un mod care respectă demnitatea umană a copilului sau a tânărului și să permită libera exprimare a opiniilor și participarea la viața școlară;
- ❑ să sprijine implicarea copiilor și tinerilor în viața asociativă și comunitară, instruirea interculturală: sport, timp liber, arte, precum și lucrul cu copiii și tinerii pentru a proiecta metode de participare accesibile;
- ❑ să investească în organizații nonguvernamentale conduse de către copii și tineri, ca spații favorabile pentru a învăța și exercita democrația și cetățenia;
- ❑ să stabilească organisme consultative pentru copii și tineri, la nivel local, regional sau național, cum ar fi consiliile de copii și tineret, parlamente sau forumuri;
- ❑ să se asigure că furnizorii de servicii pentru familii și copii acordă sprijin copiilor și tinerilor pentru a participa la dezvoltarea, prestarea și evaluarea serviciilor;
- ❑ să sporească oportunitățile pentru copii și tineri ca să se exprime liber, prin intermediul mass-media și să participe, în condiții de siguranță, prin intermediul tehnologiilor informaționale și de comunicații, și să integreze înțelegerea principiilor de participare în mass-media și în tehnologiile informaționale și de comunicații;
- ❑ să sporească oportunitățile pe care le au copiii și tinerii pentru a participa în viață publică și organismele democratice, inclusiv în calitate de reprezentanți;
- ❑ să sprijine copiii și tinerii să participe la monitorizarea punerii în aplicare a art. 12 și a altor articole relevante ale Convenției ONU cu privire la Drepturile Copilului, precum și a punerii în aplicare a instrumentelor relevante ale Consiliului Europei și alte standarde internaționale cu privire la drepturile copilului.

Capitolul 1.2. LEGISLAȚIA NAȚIONALĂ ÎN DOMENIUL PROTECȚIEI COPILULUI ȘI ROLUL AUTORITĂȚILOR TUTELARE LOCALE ȘI TERITORIALE ÎN SISTEMUL DE PROTECȚIE A COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Esența Legii privind protecția specială a copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți;
- ✓ Algoritmul managementului de caz;
- ✓ Regulamentele-cadru privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale de protecție a copilului;
- ✓ Standardele minime de calitate privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale de protecție a copilului.

1.2.1. Legea privind protecția specială a copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți

În scopul asigurării unui cadru legal special, MMPSF a promovat Legea privind protecția specială a copiilor aflați în situații de risc și a copiilor separați de părinți, care determină:

- noțiunile care urmează a fi uniform utilizate în domeniul protecției speciale a copilului;
- principiile în domeniul protecției copilului aflat în situație de risc și a copilului separat de părinți;
- atribuțiile autorităților tutelare;
- identificarea, evidența și asistența copiilor aflați în situație de risc;
- plasamentul de urgență și plasamentul planificat al copiilor;
- procedura de evidență și monitorizare a copiilor ai căror părinți sunt plecați peste hotare;
- determinarea statutului copiilor separați de părinți;
- cooperarea;
- răspunderea.

Protecția copilului se realizează conform următoarelor **principii**:

- ◆ Asigurarea și promovarea cu prioritate a interesului superior al copilului.
- ◆ Respectarea priorității creșterii și educării copilului în familie.
- ◆ Dreptul prioritar al părinților de a educa copiii conform propriilor convingeri și responsabilitatea primară a părinților pentru creșterea, educarea și protecția copilului.
- ◆ Obligația statului de a asigura asistența necesară familiei în creșterea și educarea copiilor.
- ◆ Egalitatea șanselor și nediscriminarea.
- ◆ Cooperarea intersectorială și intervenția multidisciplinară.
- ◆ Asistența individualizată pentru fiecare copil.
- ◆ Respectarea demnității copilului.
- ◆ Asigurarea participării copilului în luarea deciziilor care îl privesc, ținând cont de vârstă și de gradul său de maturitate.
- ◆ Asigurarea continuității în creșterea și educarea copilului, ținând cont de originea sa etnică, reli-

gioasă, culturală și lingvistică, în cazul luării unei măsuri de protecție.

- ◆ Celeritate în luarea oricărei decizii cu privire la copil.
- ◆ Responsabilitatea autorităților pentru asigurarea protecției împotriva violenței, neglijării și exploatării copilului.

În scopul uniformizării noțiunilor principale în domeniul protecției speciale a copiilor, sunt definite următoarele **noțiuni**:

- *autoritate centrală pentru protecția copilului* – Ministerul Muncii, Protecției Sociale și Familiei, care este abilitat să elaboreze, să promoveze și să monitorizeze realizarea politicii statului în domeniul protecției copilului;
- *autoritate tutelară locală* – primarii satelor (comunelor), orașelor;
- *autoritate tutelară teritorială* – secțiile/direcțiile asistență socială și protecție a familiei/Direcția municipală pentru protecția copilului Chișinău. În municipiul Bălți și municipiul Chișinău, atribuțiile de autoritate tutelară locală sunt exercitate de autoritățile tutelare teritoriale, cu excepția copiilor din unitățile administrativ-teritoriale autonome din componența acestora, în cadrul cărora autoritatea tutelară locală sunt primarii unităților administrativ-teritoriale respective;
- *copil* – persoana care nu a împlinit vârsta de 18 ani și nu a dobândit capacitatea deplină de exercițiu;
- *copil aflat în situație de risc* – copil în privința căruia, ca urmare a evaluării, se constată, una sau mai multe situații de risc;
- *copil separat de părinți* – copilul care este lipsit efectiv de grija părinților în situații determinate de absența acestora, inclusiv în cazul plecării părinților la muncă peste hotare, copilul luat de la părinți din cauza existenței pericolului iminent pentru viața și sănătatea acestuia, precum și copilul căruia i s-a stabilit statutul de copil rămas temporar fără ocrotire părintească sau copil rămas fără ocrotire părintească;
- *copil abandonat* – copilul identificat fără părinți sau alt însoțitor legal, în cazul în care nu pot fi stabilite datele de identitate nici ale copilului, nici ale părinților;
- *interesul superior al copilului* – asigurarea condițiilor necesare pentru creșterea adecvată și dezvoltarea armonioasă a copilului, ținând cont de particularitățile individuale ale personalității copilului și de situația concretă în care acesta se află;
- *familie* – părinții și copiii acestora;
- *familie extinsă* – rudele copilului până la gradul IV, inclusiv;
- *reprezentant legal al copilului* – părintele sau persoana desemnată, conform legii, să apere drepturile și interesele copilului;
- *echipă multidisciplinară* – grupul convocat de specialistul pentru protecția drepturilor copilului sau în lipsa acestuia de către asistentul social comunitar, compus din profesioniști din diferite domenii, cu atribuții în protecția copilului, care colaborează, în scopul prevenirii și/sau soluționării cazurilor copiilor;
- *plan individualizat de asistență* – documentul prin care se realizează planificarea serviciilor, prestațiilor și a măsurilor de protecție a copilului, în baza evaluării complexe a acestuia și a familiei sale;
- *violență împotriva copilului* – forme de rele tratamente produse de către părinți/reprezentanți legali/persoană în grija căreia se află copilul sau de orice altă persoană, care produc vătămare actuală sau potențială asupra sănătății acestuia și îi pun în pericol viața, dezvoltarea, demnitatea și moralitatea, care include tipurile de violență definite în articolul 2 al Legii nr. 45, din 1 martie, 2007, cu privire la prevenirea și combaterea violenței în familie;

- *neglijarea copilului* – omisiunea sau ignorarea voluntară sau involuntară a responsabilităților privind creșterea și educarea copilului, fapt care pune în pericol dezvoltarea fizică, mintală, spirituală, morală sau socială, integritatea corporală, sănătatea fizică sau psihică a copilului. Neglijarea poate lua următoarele forme:
 - a. *neglijare alimentară* – privarea copilului de hrană sau malnutriția copilului;
 - b. *neglijare vestimentară* – lipsa îmbrăcăminte și/sau a încălțăminte, în special, lipsa îmbrăcăminte și/sau încălțăminte necesare pentru perioada rece a anului;
 - c. *neglijare a igienei* – nerespectarea normelor generale de igienă personală, condiții de locuit insalubre, care amenință viața și sănătatea copilului;
 - d. *neglijare medicală* – lipsa sau refuzul îngrijirilor medicale necesare pentru protecția vieții, integrității corporale și sănătății copilului, neadresarea la lucrătorii medicali, în caz de urgență;
 - e. *neglijare educațională* – refuzul încadrării copilului în instituție școlară, neșcolarizarea copilului;
 - f. *neglijare emoțională* – ignorarea problemelor psiho-emoționale ale copilului;
 - g. *neglijare în supraveghere* – punerea sau lăsarea copilului în condiții și circumstanțe în care lipsa de supraveghere poate conduce la îmbolnăvirea, traumatismul copilului, exploatarea copilului sau decesul acestuia;
- *pericol iminent* – circumstanțe care indică în mod cert existența elementelor constitutive ale unei infracțiuni contra vieții și/sau sănătății copilului, și care au sau pot avea impact grav asupra integrității fizice și/sau psihice a acestuia;
- *luarea copilului de la părinți* – procedură, prin care copilul este separat de părinți sau de persoanele în îngrijirea cărora se află acesta, efectuată în conformitate cu prevederile Legii privind protecția specială a copiilor în situație de risc și a copiilor separați de părinți și ale Codului familiei;
- *plasament* – măsura de protecție a copilului separat de părinți, prin care se asigură condiții pentru creșterea și îngrijirea acestuia în servicii sociale de plasament;
- *plasament de urgență* – plasamentul copilului ale cărui viață și sănătate se află în pericol iminent, indiferent de mediu, pentru o perioadă de până la 72 ore;
- *plasament planificat* – plasamentul copilului într-un serviciu social, pentru o perioadă determinată de timp, conform prevederilor planului individualizat de asistență;
- *specialist pentru protecția drepturilor copilului* – funcționar public din cadrul primăriei care realizează activități de suport pentru îndeplinirea atribuțiilor autorității tutelare locale.

În vederea asigurării respectării prevederilor Convenției ONU, cu privire la drepturile copilului referitoare la rolul statului în acordarea suportului părinților pentru prevenirea situațiilor de risc și separării copiilor, precum și respectării formelor de protecție aplicate copiilor, autoritățile tutelare trebuie să întreprindă toate măsurile necesare pentru asistența și suportul copiilor și familiilor acestora, în scopul prevenirii separării copilului de mediul familial sau, în dependență de caz, în scopul (re)integrării acestuia în familie.

Plasamentul copilului poate fi dispus de autoritățile tutelare numai în cazul în care, în baza evaluărilor, se constată că menținerea copilului alături de părinți nu este posibilă sau contravine interesului superior al acestuia.

În cazul separării copilului de familie, autoritatea tutelară teritorială va dispune plasamentul copilului, ținând cont de prioritatea plasamentului copilului sub tutelă în familia extinsă, față de celelalte tipuri de plasament și, în caz de imposibilitate, de prioritatea plasamentului copilului în serviciile de tip familial, față de serviciile de tip rezidențial.

Astfel, sunt determinate și delimitate atribuțiile autorităților tutelare locale și teritoriale.

Autoritățile tutelare locale:

- a. asigură recepționarea și înregistrarea sesizărilor privind încălcarea drepturilor copilului, se auto-sesizează personal, în cazul identificării copiilor în situație de risc;
- b. coordonează examinarea sesizărilor privind încălcarea drepturilor copilului;
- c. întreprinde, în limita atribuțiilor sale, în cooperare cu autoritatea tutelară teritorială, acțiunile necesare pentru prevenirea separării copilului de mediul familial sau pentru (re)integrarea copilului în familie;
- d. asigură evaluarea familiilor cu copii aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți;
- e. asigură luarea copilului de la părinți sau persoanele în grija cărora se află acesta, în cazul existenței unui pericol iminent pentru viața și sănătatea lui;
- f. asigură plasamentul de urgență al copiilor separați de părinți;
- g. asigură instituirea tutelei/curatelei asupra copiilor ai căror părinți sunt plecați peste hotare;
- h. asigură luarea și scoaterea din evidență a familiilor cu copii aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți;
- i. participă la procedura de luare a copilului de la părinți;
- j. eliberează și transmite autorității tutelare teritoriale avize privind plasamentul planificat al copiilor;
- k. cooperează, la nivel local, cu instituțiile, structurile și serviciile cu atribuții în domeniul protecției copilului;
- l. coordonează procesul de monitorizare a situației familiilor cu copii aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți;
- m. coordonează procesul de analiză a situației, la nivel local, în domeniul protecției copiilor în situație de risc și a copiilor separați de părinți;
- n. planifică și decide realizarea măsurilor de informare a populației privind drepturile copilului;
- o. întreprinde măsurile necesare, în limita atribuțiilor sale, pentru respectarea drepturilor patrimoniale ale copiilor rămași fără ocrotire părintească;
- p. colaborează cu autoritățile tutelare teritoriale și centrale, privind protecția copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți, inclusiv prin informarea reciprocă pe problemele de interes comun.

Autoritatea tutelară locală exercită atribuțiile sale direct sau prin intermediul specialistului pentru protecția drepturilor copilului, angajat în cadrul primăriei.

Autoritățile tutelare teritoriale:

- a. recepționează, înregistrează și transmite, conform competenței, sesizările privind încălcarea drepturilor copilului;
- b. acordă sprijin, în limita atribuțiilor, autorităților tutelare locale în procesul de identificare, evaluare și asistență a copiilor aflați în situație de risc și copiilor separați de părinți și participă la acest proces, în caz de necesitate;
- c. întreprinde, în colaborare cu autoritatea tutelară locală, acțiunile necesare pentru prevenirea separării copilului de mediul familial sau pentru (re)integrarea lui în familia biologică;
- d. asigură plasamentul planificat al copiilor separați de părinți;
- e. asigură stabilirea /retragerea statutului de copil rămas temporar fără ocrotire părintească și de copil rămas fără ocrotire părintească;

- f. asigură stabilirea statutului de copil adoptabil;
- g. ține evidența copiilor rămași temporar fără ocrotire părintească și a copiilor rămași fără ocrotire părintească aflați în plasament planificat, recepționează/sistematizează datele privind copiii aflați în evidența autorităților tutelare locale;
- h. asigură reprezentarea intereselor și drepturilor copiilor în instanța de judecată;
- i. asigură, la nivel teritorial, cooperarea dintre instituțiile, structurile și serviciile cu atribuții în domeniul protecției copilului;
- j. determină necesitățile de formare profesională a specialiștilor implicați în protecția copilului în domeniul respectării drepturilor copilului;
- k. efectuează analiza datelor privind situația copiilor din unitatea administrativ-teritorială respectivă și prezintă propuneri Consiliului raional/municipal privind instituirea sau dezvoltarea serviciilor sociale conform necesităților identificate;
- l. întreprinde măsuri de informare a populației privind drepturile copilului;
- m. colaborează cu autoritățile tutelare locale, teritoriale și centrale, privind protecția copiilor, inclusiv prin informarea reciprocă pe problemele de interes comun.

Până în prezent, autoritățile și specialiștii din domeniul protecției copilului utilizau noțiuni diferite, precum copil aflat în situație de risc, copil în dificultate, copil defavorizat, copil nevoiaș etc., fără a fi exhaustiv delimitate circumstanțele care constituie riscul sau dificultatea pentru copil.

Astfel, în lipsa unor atribuții clar delimitate ale autorităților tutelare și a altor structuri responsabile de protecția copilului, erau frecvente cazurile în care necalificarea corectă a situației copilului sau ignorarea circumstanțelor, care constituiau un risc pentru copil, se soldau cu rezultate tragice, fiind imposibilă identificarea persoanelor direct responsabile de prevenirea cazurilor respective.

Pentru depășirea acestei stări de lucruri, în lege sunt reglementate, exhaustiv, situațiile de risc pentru copii, după cum urmează:

- a. copiii sunt supuși violenței;
- b. copiii sunt neglijați;
- c. copii ce practică vagabondajul, cerșitul, prostituția;
- d. copiii sunt lipsiți de îngrijire și supraveghere din partea părinților, din cauza absenței acestora de la domiciliu, din motive necunoscute;
- e. copii părinții cărora au decedat;
- f. copii ce trăiesc în stradă, au fugit sau au fost alungați de acasă;
- g. copii părinții cărora refuză să-și exercite obligațiile părintești privind creșterea și îngrijirea copilului;
- h. copii abandonați de către părinți;
- i. copii părinții cărora au fost declarați, prin hotărâre judecătorească, ca fiind incapabili.

Astfel, autoritatea tutelară locală este obligată să se autosesizeze și/sau să asigure recepționarea și înregistrarea sesizărilor despre copiii aflați în situație de risc.

După identificarea copilului, autoritatea tutelară locală dispune evaluarea inițială a situației copilului de către specialistul pentru protecția drepturilor copilului, iar în lipsa acestuia asistentul social comunitar, cu implicarea în procesul de evaluare, în dependență de caz, a altor specialiști relevanți din domeniul ocrotirii sănătății, educației, ordinii publice etc.:

- a. în termen de 24 de ore, în cazul primirii informațiilor despre faptul că acești copii sunt supuși violenței, sunt neglijați, practică vagabondajul, cerșitul, prostituția;

- b. imediat, în cazul în care în conținutul sesizării se constată existența unui pericol iminent pentru copil, precum și în cazul primirii informațiilor despre faptul că acești copii sunt lipsiți de îngrijire și supraveghere din partea părinților din cauza: absenței acestora de la domiciliu din motive necunoscute; părinții au decedat; copiii trăiesc în stradă, au fugit sau au fost alungați de acasă; părinții refuză să-și exercite obligațiile părintești privind creșterea și îngrijirea copilului; sunt abandonați de către părinți; părinții au fost declarați prin hotărâre judecătorească ca fiind incapabili.

În cazul în care situațiile de risc, precum expunerea violenței, neglijării s-au produs în afara familiei, măsurile specificate se întreprind cu acordul prealabil al părinților/reprezentantului legal al copilului, cu excepția cazurilor în care dezacordul acestora contravine interesului superior al copilului.

În cazul în care situațiile de expunere la violență, neglijare, practicarea vagabondajului, cerșitului, prostituției s-au produs într-un serviciu de plasament, autoritatea tutelară locală de la locul aflării copilului întreprinde măsurile menționate, asigurând măsuri de securitate pentru viața și sănătatea copilului și informând imediat autoritatea tutelară teritorială, care va decide asupra măsurilor de protecție a copilului.

Dacă în urma evaluării inițiale se confirmă situația de risc pentru copil, autoritatea tutelară locală dispune imediat luarea în evidență a copilului aflat în situație de risc. Registrul de evidență a copiilor aflați în situație de risc se ține de către autoritatea tutelară locală, fiind completată de către specialistul pentru protecția drepturilor copilului, iar în lipsa acestuia de către asistentul social comunitar.

În cazul recepționării informației despre abandonul copilului, autoritatea tutelară locală sau specialistul pentru protecția drepturilor copilului participă la întocmirea actului de abandon al copilului într-o instituție sau a procesului-verbal privind găsirea copilului.

Dacă locul aflării copilului este altul decât domiciliul părinților, autoritatea tutelară locală sesizează autoritatea tutelară teritorială de la domiciliul părinților, în scopul prezentării datelor necesare pentru realizarea evaluării inițiale și complexe a situației copilului.

Dacă în rezultatul evaluării inițiale se constată existența unui pericol iminent pentru viața și sănătatea copilului, autoritatea tutelară de la locul aflării acestuia dispune imediat luarea copilului de la părinți sau persoanele în îngrijirea cărora se află copilul, comunicând acest fapt procurorului în termen de cel mult 24 de ore.

Procedura de luare a copilului de la părinți sau persoanele în îngrijirea cărora se află copilul se efectuează cu participarea obligatorie a autorității tutelare locale sau în lipsa acesteia a specialistului pentru protecția drepturilor copilului, asistentului social comunitar, medicului de familie, asistentului medicului de familie și a ofițerului operativ de sector.

În cazul luării copilului de la părinți sau persoana în îngrijirea cărora se află copilul, autoritatea tutelară locală, în termen de 3 zile, va porni o acțiune în instanța judecătorească privind decăderea din drepturile părintești sau luarea copilului de la părinți, fără decăderea lor din aceste drepturi. Dacă această cerință nu este îndeplinită, copilul va fi înapoiat imediat părinților.

În cazul existenței unui pericol iminent pentru viața și sănătatea copilului, luarea copilului de la părinți se efectuează numai în baza hotărârii instanței de judecată privind decăderea din drepturi părintești sau hotărârii instanței de judecată privind luarea copilului fără decădere din drepturi părintești, conform prevederilor articolelor 67-69, 71-73 ale Codului Familiei.

Pentru a clarifica și diferenția aspectele procedurale în aplicarea formelor de protecție a copilului, legea stabilește două tipuri de plasament: plasament de urgență și plasament planificat.

În situația luării copilului de la părinți sau persoana în îngrijirea cărora se află copilul în cazul existenței unui pericol iminent pentru viața și sănătatea copilului sau în cazul lipsei părinților, la momentul identificării din cauza situațiilor în care copiii sunt lipsiți de îngrijire și supraveghere din partea părinților, deoarece:

- a. părinții sunt absenți de la domiciliu din motive necunoscute;
- b. părinții au decedat;

- c. copiii locuiesc în stradă, au fugit sau au fost alungați de acasă;
- d. părinții refuză să-și exercite obligațiile părintești privind creșterea și îngrijirea copilului
- e. copiii sunt abandonați de părinți, autoritatea tutelară locală emite dispoziția privind plasamentul de urgență al copilului cu informarea despre acest fapt al autorității tutelare teritoriale de la locul plasamentului copilului.

Ținând cont de interesul superior al copilului, acesta poate fi plasat de urgență în:

- a. familia rudelor sau a altor persoane cu care a stabilit relații apropiate (vecini, prieteni de familie etc.), care doresc să primească/mențină copilul pentru creștere și educație în familia lor, în baza cererii scrise a acestora, pornind de la necesitatea asigurării stabilității și continuității în îngrijirea, creșterea și educarea copilului, ținând cont de originea sa etnică, religioasă, culturală și lingvistică;
- b. servicii de plasament de tip familial;
- c. servicii de plasament de tip rezidențial.

Copilul separat de părinți poate fi plasat de urgență pe un termen de până la 72 ore, cu posibilitatea prelungirii termenului de plasament până la 45 zile, perioadă în care se efectuează evaluarea complexă a situației copilului.

Plasamentul planificat al copilului se efectuează în baza dispoziției autorității tutelare teritoriale, cu avizul autorității tutelare locale și numai în baza avizului pozitiv al Comisiei pentru protecția copilului aflat în dificultate, modul de organizare și funcționare a căreia este aprobat de Guvern. Copiii pot fi plasați în:

- a. serviciul de tutelă/curatelă;
- b. serviciul de plasament de tip familial (casă de copii de tip familial, asistență parentală profesionistă);
- c. serviciul de plasament de tip rezidențial (casă comunitară, centru de plasament temporar, alte tipuri de instituții rezidențiale).

Probleme sistemice în domeniul protecției copiilor separați de părinți au fost permanent provocate de o confuzie generală privind statutul juridic al copiilor separați de părinți.

În acest context, carențe deosebite le prezintă situațiile în care un copil rămas fără ocrotire părintească de facto, nu este calificat ca atare de jure. Totodată, în scopul eficientizării măsurilor de protecție a copiilor separați de părinți este imperios necesară calificarea temporară a faptului rămânerii fără ocrotire părintească.

Astfel, din totalitatea copiilor separați de părinți, de facto, legea delimitează trei grupuri de copii:

- copii ai căror părinți (unul sau ambii) sunt plecați peste hotare, situație în care copilul nu este crescut și educat de către părinți,
- copii rămași temporar fără ocrotire părintească, în cazul situațiilor în care se află în proces de derulare acțiuni pentru (re)integrarea copilului separat de părinți în familia biologică, proceduri de protecție a copilului separat, în situația lipsei temporare de îngrijire din partea părinților, din cauza absenței acestora din motive obiective sau când se află în derulare procedurile privind determinarea capacității părinților de a-și îndeplini obligațiile privind creșterea și educarea copilului;
- copii sunt rămași fără ocrotire părintească – cu statut legal, în baza căruia copiii respectivi urmează să beneficieze de un volum deplin de măsuri de protecție și suport din partea statului.

Astfel, *statutul de copil rămas temporar fără ocrotire părintească se atribuie copiilor:*

- a. ai căror părinți lipsesc pentru o perioadă mai mare de 30 zile, din cauza aflării la tratament, în condiții de staționar, în instituții medicale, fapt confirmat în baza certificatului medical eliberat de instituțiile medicale corespunzătoare;

- b. ai căror părinți nu au posibilitate să-și îndeplinească obligațiile de creștere și educare a copiilor, din cauza unor probleme grave de sănătate, fiind ținuuți la pat, fapt confirmat prin certificatul consiliului de expertiză medicală a vitalității sau certificatul medical eliberat de instituția medicală care supraveghează pacientul;
- c. ai căror părinți se află în arest, fapt confirmat printr-o hotărâre a instanței de judecată;
- d. luați de la părinți fără decădere din drepturile părintești, fapt confirmat printr-o hotărâre a instanței de judecată;
- e. ai căror părinți lipsesc, fiind anunțați în căutare de către organele de drept pentru comiterea de infracțiuni, fapt confirmat prin actul eliberat de organele de poliție;
- f. ai căror părinți sunt pedepsiți cu privațiune de libertate, fapt confirmat printr-o hotărâre a instanței de judecată;
- g. ale căror date de identitate nu sunt cunoscute;
- h. părinții cărora se află în proces de derulare a procedurilor privind: decăderea din drepturile părintești, lipsirea de capacitatea de exercițiu, declarația ca fiind dispăruți fără urmă sau decedați.

Statutul de copil rămas temporar fără ocrotire părintească se retrage în cazul:

- a. recunoașterii sau stabilirii paternității, conform prevederilor alineatelor (5)-(6) ale articolului 47 și articolului 48 din Codul familiei;
- b. încetării circumstanțelor expuse în punctele a) și b) din alineatul precedent și constatării faptului că părintele/părinții sunt apți să-și îndeplinească drepturile și obligațiile, privind creșterea și educația copiilor, confirmat prin avizul autorității tutelare locale de la domiciliul părinților;
- c. prezentării adevărului de eliberare din instituțiile penitenciare sau de eliberare de sub arest a mamei/tatălui copilului și a cererii acestora, depuse la autoritatea tutelară teritorială, care a stabilit statutul copilului cu privire la înapoierea copilului, precum și avizului autorității tutelare locale de la domiciliul părinților, privind oportunitatea înapoierii copilului pentru educație mamei/tatălui, întocmit în baza evaluării de către asistentul social comunitar a garanțiilor morale și a condițiilor materiale ale părinților;
- d. anulării hotărârii instanței de judecată de luare a copilului de la părinți, fără decădere din drepturile părintești;
- e. pronunțării hotărârii instanței de judecată privind înapoierea copilului care a fost luat de la părinți, fără decădere din drepturile părintești, conform procedurii judiciare;
- f. scoaterii persoanei de sub urmărire penală, precum și încetării urmăririi penale, în condițiile articolelor 284 și 285 ale Codului de procedură penală;
- g. dobândirii de către copil a capacității depline de exercițiu;
- h. obținerii documentelor ce confirmă identitatea copilului ale cărui date de identitate nu erau cunoscute, a datelor despre părinți, în baza avizului autorității tutelare locale de la domiciliul părinților privind oportunitatea înapoierii copilului, întocmit în baza evaluării de către asistentul social comunitar a garanțiilor morale și a condițiilor materiale ale părinților.

Statutul de copil rămas fără ocrotire părintească se atribuie copiilor ai căror părinți:

- a. sunt decedați, fapt confirmat prin certificatul de deces;
- b. au fost decăzuți din drepturile părintești, fapt confirmat prin hotărârea instanței de judecată;
- c. au fost declarați ca fiind incapabili, fapt confirmat prin hotărârea instanței de judecată;
- d. au fost declarați dispăruți fără urmă, fapt confirmat prin hotărârea instanței de judecată;

- e. au fost declarați decedați, fapt confirmat prin hotărârea instanței de judecată;
- f. i-au abandonat, fapt confirmat prin hotărârea instanței de judecată.

Statutul de copil rămas fără ocrotire părintească se retrage în cazul:

- a. anulării hotărârii instanței de judecată privind decăderea din drepturile părintești;
- b. restabilirii în drepturile părintești a mamei/tatălui copilului;
- c. adopției copilului, încuviințată prin hotărârea instanței de judecată;
- d. recunoașterii sau stabilirii paternității, conform prevederilor alin. (5), și (6), ale art. 47 și art. 48 din Codul familiei;
- e. anulării hotărârii instanței de judecată privind declararea părintelui ca fiind incapabil;
- f. hotărârii instanței de judecată de declarare a capacității depline de exercițiu a mamei/tatălui copilului;
- g. anulării hotărârii instanței de judecată privind declararea părintelui ca fiind dispărut fără urmă;
- h. anulării hotărârii instanței de judecată privind declararea părintelui ca fiind decedat;
- i. dobândirii de către copil a capacității depline de exercițiu.

Autoritatea tutelară teritorială, în evidența căreia se află copilul, în cooperare cu autoritatea tutelară locală, întreprinde acțiunile necesare pentru (re)integrarea în familie a copilului sau stabilirea statutului copilului, acțiuni care, cumulativ, nu vor depăși termenul de 6 luni.

Măsurile de (re)integrare a copilului în familie se efectuează conform unui plan individualizat de asistență.

Stabilirea sau retragerea statutului de copil rămas temporar fără ocrotire părintească sau de copil rămas fără ocrotire părintească se efectuează în baza dispoziției emise de către autoritatea tutelară teritorială.

Concomitent cu emiterea dispoziției de stabilire a statutului de copil rămas fără ocrotire părintească, autoritatea tutelară teritorială emite dispoziția privind stabilirea statutului de copil adoptabil, luarea în evidență a acestuia și întreprinderea măsurilor pentru adopția copilului, conform prevederilor legislației, cu excepția copiilor rămași fără ocrotire părintească care sunt plasați sub tutelă/curatelă în familia extinsă.

Notă pentru profesioniști:

Legea 140/2013 reglementează mecanismul preventiv de monitorizare a situației copiilor ai căror părinți/unicul părinte sunt plecați/este plecat la muncă peste hotare, care va permite totodată identificarea timpurie a situațiilor de risc și, respectiv, va crește numărul cazurilor de prevenire, evitare sau depășire a situațiilor de criză.

Astfel, în condițiile legii, informația privind identificarea copiilor ai căror părinți/unicul părinte sunt plecați/este plecat la muncă peste hotare se prezintă autorității tutelare locale de către:

1. administrația instituțiilor educaționale - semestrial, până la data de 30 octombrie și 30 aprilie;
2. specialistul pentru protecția drepturilor copilului, asistentul social comunitar, medicul/asistentul medicului de familie, ofițerul operativ de sector, în termen de 3 zile din momentul identificării copilului.

În baza informației menționate, autoritatea tutelară locală dispune efectuarea evaluării situației copilului de către specialistul pentru protecția drepturilor copilului, iar în lipsa acestuia de către asistentul social comunitar și emite, cu consimțământul părinților/unicului părinte, dispoziția de instituire a tutelei/curatelei, conform prevederilor legislației, dacă în urma evaluării inițiale se constată că condițiile de creș-

tere și educare a copilului sunt adecvate. Evaluarea situației copilului de către specialistul pentru protecția drepturilor copilului, iar în lipsa acestuia de către asistentul social comunitar se efectuează în termen de până la 30 zile.

În cazul părinților/unicului părinte care pleacă peste hotare pe un termen mai mare de trei luni, ai căror copii rămân în Republica Moldova, aceștia urmează să informeze, în prealabil, autoritatea tutelară locală despre persoana în grija căreia rămâne copilul.

Evidența copiilor separați de părinți se efectuează de către:

- autoritatea tutelară locală care a dispus plasamentul de urgență sau instituirea tutelei/curatelei asupra copiilor ai căror părinți sunt plecați peste hotare;
- autoritatea tutelară teritorială care a emis dispoziția de plasament planificat;
- autoritatea centrală pentru protecția copilului, în baza datelor prezentate de autoritățile tutelare teritoriale.

Registrele de evidență a copiilor separați de părinți se țin de către autoritatea tutelară locală și respectiv specialiștii responsabili din cadrul autorităților tutelare teritoriale.

Totodată, legea vizată stipulează obligativitatea cooperării în domeniul protecției copilului, a autorităților tutelare locale și teritoriale din diferite unități administrativ – teritoriale, prin obținerea și transmiterea informațiilor și documentelor necesare pentru identificarea, evaluarea, acordarea asistenței și stabilirea statutului copiilor.

Astfel, angajații autorităților publice centrale și locale, structurilor, instituțiilor și serviciilor din cadrul/ sau subordonate acestora, care activează în domeniul asistenței sociale, educației, ocrotirii sănătății, organelor de drept, în conformitate cu mecanismul de cooperare intersectorială, aprobat de Guvern, sunt obligați:

- să transmită autorității tutelare competente sesizările privind copiii aflați în situație de risc, precum și cazurile de abuz, neglijare și exploatare a copiilor, în cadrul serviciilor sociale, instituțiilor medicale, educaționale, culturale;
- să participe la activitatea echipelor multidisciplinare în procesul de evaluare inițială și complexă a situației copilului la solicitarea autorității tutelare locale, precum și la elaborarea și implementarea planului individualizat de asistență;
- să realizeze măsuri de prevenire a situațiilor de risc pentru copii.

Concomitent, Legea vizată, reieșind din necesitatea asigurării respectării drepturilor copilului prevede obligativitatea autorităților tutelare de a respecta temenele și procedura în procesul identificării, luării în evidență, plasamentului, stabilirii statutului, monitorizării situației copiilor și prezentării informației autorităților de resort, conform prevederilor Legii privind protecția specială a copiilor în situație de risc și a copiilor separați de părinți, regulamentului de activitate aprobat de Guvern și a altor acte normative.

În cazul nerespectării termenelor și procedurilor prevăzute de legislație, persoanele responsabile pot fi trase la răspundere, în condițiile legii.

În vederea implementării unor instrumente de protecție specială a copiilor aflați în situație de risc, Ministerul Muncii, Protecției Sociale și Familiei a promovat Instrucțiunile privind mecanismul intersectorial de cooperare pentru identificarea, evaluarea, referirea, asistența și monitorizarea copiilor victime și potențiale victime ale violenței, neglijării, exploatării, traficului, care au fost aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 270 din 08.04.2014. Prevederile Instrucțiunii vizează angajații autorităților publice centrale și locale, ai structurilor, instituțiilor și serviciilor din cadrul sau subordonate acestora, care activează în domeniile asistenței sociale, educației, ocrotirii sănătății, organelor de drept, care trebuie să coopereze în vederea prevenirii violenței, neglijării, exploatării, traficului de copii, precum și combaterii acestora prin intermediul serviciilor de asistență socială, medicală, educațională și de ordine publică.

Conform prevederilor Instrucțiunilor, reprezentanții instituțiilor de învățământ, medico-sanitare și de asistență socială, indiferent de forma juridică de organizare a acestora, culturale, ordine publică, Inspectoratul de stat al muncii, altor autorități și instituții publice cu atribuții în domeniul protecției copilului, sunt obligați:

1. să înregistreze sesizările persoanelor referitor la cazurile suspecte de violență, neglijare, exploatare, trafic al copilului și/sau să se autosesizeze în situațiile în care au identificat cazuri suspecte de violență, neglijare, exploatare, trafic al copilului (în continuare – caz suspect), aplicând procedurile sectoriale;
2. să informeze imediat, prin telefon autoritatea tutelară locală, iar în decurs de 24 ore să-i expedieze fișa de sesizare a cazului suspect de violență, neglijare, exploatare, trafic al copilului.

Menționăm că, pentru a spori reacția sistemului de protecție a copilului privind cazurile de violență, neglijare, exploatare a copilului, toți specialiștii utilizează un instrument unic de sesizare a autorităților tutelare, care conține o listă standardizată de indicatori și semne ale violenței, neglijării, exploatării copilului, care a fost aprobat prin ordinul Ministrului Muncii, Protecției Sociale și Familiei, Ministrului Educației, Ministrului Sănătății și Ministrului Afacerilor Interne.

Fișa de sesizare se completează cu datele deținute în momentul identificării cazului suspect, în special, în baza informațiilor obținute de la sursa raportării cazului suspect. Informațiile lipsă vor fi acumulate de către managerul de caz în cadrul evaluării inițiale a cazului;

3. să informeze imediat suplimentar:
 - a. inspectoratul teritorial de poliție / procuratura – în cazul în care cunosc ori suspectă că un copil este victimă a unei infracțiuni/contravenției;
 - b. serviciul de asistență medicală de urgență – în cazul în care sesizarea conține informații privind existența pericolului iminent pentru viața sau sănătatea copilului, a tentativelor de suicid din partea copiilor;
 - c. inspectoratul de stat al muncii – în cazul în care sesizarea cazului suspect conține informații privind utilizarea muncii copilului la lucrările cu condiții de muncă grele, vătămătoare și/sau periculoase, precum și la lucrări care pot să aducă prejudicii sănătății sau integrității morale a copiilor.

După primirea sesizării telefonice privind cazul suspect autoritatea tutelară locală dispune imediat efectuarea evaluării inițiale a situației copilului conform procedurii și în termenele prevăzute în Legea 140/2013 privind protecția specială a copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți (descrișă mai sus).

În cadrul evaluării inițiale, se realizează interviul de protecție cu copilul, ținând cont de vârsta și gradul lui de maturitate, pentru a constata, soluționa nevoile imediate ale acestuia, implicând, după caz, alți specialiști pentru soluționarea problemelor de sănătate, emoționale, altor probleme de relevanță majoră, inclusiv, în caz de necesitate, limitarea accesului presupusului abuzator la alți copii. Interviul de protecție este realizat de către unul dintre specialiștii care este desemnat de către membrii echipei multidisciplinare care inspiră copilului mai multă încredere.

În cazul recepționării de către lucrătorul medical sau angajatul poliției din localitatea în care se află copilul a unei sesizări în care se conțin informații despre existența unui pericol iminent pentru copil, în lipsa temporară a autorității tutelare locale și a managerului de caz, evaluarea inițială, inclusiv interviul de protecție sunt realizate de către specialistul care a recepționat sesizarea. Informația acumulată în procesul de realizare a evaluării inițiale se transmite managerului de caz, în decurs de cel mult 48 ore.

1.2.2. Managementul de caz

Conform prevederilor Legii nr.140 din 14 iunie 2013 privind protecția specială a copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți managementul de caz este metoda principală de lucru a asistentului social comunitar, prin intermediul căreia se evaluează necesitățile copilului și ale familiei lui. În colaborare cu ei, coordonează, monitorizează, evaluează și susține copilul și familia acestuia pentru a beneficia de servicii și prestații sociale care să răspundă acestor necesități.

Totodată, în calitate de instrument de lucru managementul de caz este utilizat și în cadrul majorității serviciilor sociale, în special a celor comunitare și celor specializate.

Elaborarea acestui instrument și utilizarea pe scară largă în domeniul asistenței sociale și în special, în domeniul protecției copilului, a fost mai întâi de toate generată de complexitatea problemelor cu care se confruntă copiii cauzate atât prin impactul negativ direct asupra situației copilului, la un moment anume, cât și prin impactul indirect asupra bunăstării și perspectivelor de creștere și dezvoltare a copiilor, cauzat de o serie de factori externi condiționați de mediul familial și/sau social al copilului.

S-a constatat că, de regulă, intervențiile în astfel de situații necesită o abordare multidisciplinară și intersectorială cu un grad sporit de intensitate, astfel încât a apărut necesitatea asigurării unui mecanism de coordonare atât a procesului de intervenție, cât și de planificare a acestuia.

Astfel, putem face o deosebire între managementul de caz la nivel comunitar, în cadrul serviciului de asistență socială comunitară, și managementul de caz, în cadrul altor servicii de suport și protecție a copilului, prin faptul că în primul caz este necesară mobilizarea resurselor existente la nivel de comunitate, inclusiv prin intermediul implicării specialiștilor din sistemul de educație, sănătate, organelor de poliție și a administrației publice. În cel de-al doilea caz, este necesară o coordonare eficientă și rațională a implicării în procesul de asistență a tuturor resurselor disponibile, în cadrul unui anumit serviciu social.

Conform procedurilor de identificare a copiilor aflați în situație de risc orice caz suspect de violență, neglijare sau exploatare a copiilor este înregistrat de către autoritatea tutelară locală, în baza fișei de sesizare pe care sunt obligați să o completeze și să o expedieze reprezentanților instituțiilor de învățământ, medico-sanitare și de asistență socială, indiferent de forma juridică de organizare a acestora, culturale, ordine publică, Inspectoratul de stat al muncii, altor autorități și instituții publice cu atribuții în domeniul protecției copilului.

Fișa se de sesizare conține următoarele date relevante:

- informații despre presupusa victimă;
- date despre părinți sau alte persoane în îngrijirea căreia se află persoana;
- informații despre data și locul producerii cazului;
- indicatori fizici și psihocomportamentali identificați la copil;
- potențiala calificare a tipului cazului suspect;
- date despre suspectul abuzator, relația acestuia cu copilul, accesul la copil și estimarea nivelului de risc pentru viața și sănătatea acestuia.

O oportunitate unică și extrem de facilă pentru transmiterea în mod anonim (în cazul existenței unui conflict de interese sau în cazul existenței unui risc pentru siguranța persoanei care deține informații despre un caz de violență, neglijare și exploatare) a sesizărilor cu privire la cazurile suspecte de violență, neglijare și exploatare, este apelarea la serviciul de asistență telefonică gratuită pentru copii 116 111, care activează 24/24 ore, 7 zile în săptămână – apelul fiind gratuit de la orice telefon mobil sau fix de pe teritoriul Republicii Moldova.

Algoritmul propriu-zis al managementului de caz este următorul:

Evaluarea inițială, scopul căreia este confirmarea sau infirmarea sesizării, fiind colectate date despre:

- copilul evaluat: identitatea copilului, locul aflării copilului la momentul efectuării evaluării;

- confirmarea/infirmarea situației de risc, timpul în care s-a efectuat evaluarea inițială, acțiuni cu privire la deschiderea cazului, clasarea dosarului, identificarea altor probleme de ordin social;
- indicatori fizici și psio-comportamentali identificați la copil;
- data și locul producerii cazului,
- date despre persoana în grija căreia se află copilul,
- date despre componența familiei;
- date despre persoana suspectă de violență.

Evaluarea complexă, scopul căreia este identificarea circumstanțelor și factorilor care au generat riscul pentru copil, fiind colectate următoarele date:

- condițiile de trai;
- veniturile familiei;
- tipul problemelor identificate: vicii sociale, probleme de comportament/relaționare, abilități parentale deficitare, probleme de sănătate mintală, dizabilitate, dificultăți materiale.

Planul individual de asistență este elaborat în conformitate cu necesitățile stabilite în baza problemelor identificate în cadrul evaluării complexe, conținând:

- acțiuni planificate pentru depășirea situației de risc;
- persoane responsabile;
- termenii de realizare;
- monitorizarea implementării planului și după caz revizuirea acestuia.

În funcție de rezultatele implementării planului individual de asistență cazul se încheie și se referă la alt nivel de management.

1.2.3. Regulamentele-cadru privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale de protecție a copilului

Sistemul serviciilor de protecție a copilului în Republica Moldova s-a dezvoltat în baza conceptului sistemului integrat de servicii sociale, funcționând în baza regulamentelor – cadru și standardelor minime de calitate aprobate de Guvern.

Republica Moldova este una dintre primele țări din regiune care s-a angajat în implementarea Linii Directoare ONU pentru îngrijirea alternativă a copilului. În acest context, a fost realizată revizuirea și ajustarea cadrului normativ privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale adresate copiilor aflați **în situație de risc și copiilor separați de părinți la Linii Directoare ONU, fiind asigurată totodată uniformizarea structurii regulamentelor-cadru și a standardelor minime de calitate.**

Astfel, regulamentele-cadru privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale au următoarea structură:

1. Dispoziții generale – care conțin prevederi cu privire la tipul serviciului, prestatorii de serviciu, beneficiarii serviciului, noțiunile principale utilizate și semnificația acestora.
2. Scopul, obiectivele și principiile Serviciului;
3. Organizarea și funcționarea Serviciului – constituit din secțiuni separate privind: organizarea Serviciului; prestarea Serviciului; Managementul resurselor umane; Managementul Serviciului și procedura de raportare, Procedura de depunere și examinare a plângerilor;
4. Modul de finanțare.

Serviciile sociale de protecție a copilului sunt organizate și funcționează în baza următoarelor regulamente-cadru:

- ❑ Regulamentul-cadru privind organizarea și funcționarea Serviciului social Centrul de zi pentru copii aflați în situație de risc, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 441 din 17.07.2015;
- ❑ Regulamentul-cadru al centrului de plasament temporar al copilului, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 1018 din 13.09.2004;
- ❑ Regulamentul-cadru cu privire la organizarea și funcționarea Serviciului de asistență parentală profesionistă, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 760 din 17.09.2014;
- ❑ Regulamentul casei de copii de tip familial, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 937 din 12.07.2002;
- ❑ Regulamentul-cadru cu privire la organizarea și funcționarea Serviciului social Casa comunitară pentru copii aflați în situație de risc, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 52 din 17.01.2013;
- ❑ Regulamentul-cadru privind organizarea și funcționarea Serviciului social „Casă comunitară”, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 936 din 08.10.2010;
- ❑ Regulamentul-cadru privind organizarea și funcționarea Serviciului social „Echipă mobilă”, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 722 din 22.09.2011;
- ❑ Regulamentul-cadru cu privire la organizarea și funcționarea Serviciului social de sprijin pentru familiile cu copii, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 889 din 11.11.2013;
- ❑ Regulamentul privind organizarea și funcționarea Serviciului de asistență telefonică gratuită pentru copii, aprobat prin Ordinul nr. 99 din 10.05.2013 al ministrului muncii, protecției sociale și familiei.

1.2.4. Standardele minime de calitate privind organizarea și funcționarea serviciilor sociale de protecție a copilului

În rezultatul revizuirii și ajustării standardelor minime de calitate pentru serviciile sociale la Liniile Directoare ONU pentru îngrijirea alternativă a copilului și standardele Consiliului Europei în domeniul drepturilor copilului, conținutul standardelor este structurat din perspectiva organizării serviciului în folosul beneficiarului, conținând pe lângă etaloane specifice de prestare a serviciilor, conform fiecărui standard, dispun de indicatori empirici de implementare, care pot fi măsurați în baza unor criterii cantitativi și calitativi.

Totodată, pentru a asigura calitatea serviciilor de protecție a copiilor, standardele minime de calitate acordă o atenție deosebită managementului resurselor umane, respectiv, procedurilor de supervizare, monitorizare și evaluare a performanței și de consolidare a capacităților profesionale.

Serviciile sociale de protecție a copilului sunt prestate în baza următoarelor standarde minime de calitate:

- ✓ Standardele minime de calitate privind îngrijirea, educarea și socializarea copilului în centrul de plasament temporar, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 450 din 28.04.2006;
- ✓ Standardele minime de calitate pentru serviciile sociale prestate în centrele de plasament pentru copii cu dizabilități, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 823 din 04.07.2008;
- ✓ Standardele minime de calitate pentru serviciile sociale prestate în centrele de zi pentru copii cu dizabilități, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 824 din 04.07.2008;
- ✓ Standardele minime de calitate privind serviciile sociale prestate în cadrul centrelor maternale, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 1019 din 02.09.2008;
- ✓ Standardele minime de calitate a Serviciului de asistență parentală profesionistă, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 760 din 17.09.2014;
- ✓ Standardele minime de calitate pentru Serviciul social „Casă comunitară pentru copii aflați în situație de risc”, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 529 din 03.07.2014;

- ✓ Standardele minime de calitate pentru Serviciul social „Casă comunitară”, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 936 din 08.10.2010;
- ✓ Standardele minime de calitate privind Serviciul social de sprijin pentru familiile cu copii, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 780 din 25.09.2014;
- ✓ Standardele minime de calitate pentru Serviciul social „Echipă mobilă”, aprobate prin Hotărârea Guvernului nr. 722 din 22.09.2011;
- ✓ Standardele minime de calitate privind organizarea și funcționarea Serviciului de asistență telefonică gratuită pentru copii, aprobate prin Ordinul nr. 99 din 10.05.2013 a Ministrului muncii, protecției sociale și familiei.

În contextul obiectivelor acestei instruirii s-a decis prezentarea a două seturi de standarde minime de calitate: serviciul asistență parentală profesionistă și Serviciul Centrul de zi pentru copii aflați în situație de risc, fiind examinate cele două blocuri de bază ale acestora:

- Standarde care vizează direct asistența și protecția copilului;
- Standarde cu impact indirect asupra bunăstării copilului, care vizează managementul resurselor umane.

Standarde minime de calitate pentru serviciul asistență parentală profesionistă

Abordarea individualizată – standardul 3
Prestatorul de serviciu asigură copilului plasat în Serviciu îngrijire și educație conform necesităților individuale ale acestuia.
Rezultatul scontat: Îngrijirea oferită copilului plasat în Serviciu corespunde necesităților individuale ale copilului.
Indicatorii de realizare: Prestatorul de serviciu adaptează sistematic îngrijirea copilului la necesitățile individuale ale acestuia, în funcție de vârstă, de nivelul de dezvoltare, de particularitățile culturale, etnice și religioase, ținând cont de opinia lui.
Abordarea multidisciplinară – standardul 4
Prestatorul de serviciu asigură o abordare comprehensivă în îngrijirea copilului, implicând specialiști relevanți la toate etapele de prestare a serviciului.
Rezultatul scontat: Copilul beneficiază de asistență multidisciplinară în funcție de necesitățile lui specifice.
Indicatorii de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Managerul Serviciului implică specialiști relevanți la toate etapele de lucru cu copilul și familia acestuia. 2. Sarcinile stabilite și asumate de specialiști sunt înregistrate în planul individual de asistență a copilului. 3. Participarea specialiștilor la ședințele echipei multidisciplinare se fixează în scris. Rezultatele ședinței se anexează la dosarul copilului.
Participarea beneficiarului – standardul 5
Prestatorul de serviciu asigură participarea copilului și, după caz, a părinților la procesul de planificare a activităților și de evaluare a calității serviciului.
Rezultatul scontat: Participarea copiilor și, după caz, a părinților contribuie la îmbunătățirea calității îngrijirii oferite.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu are stabilite proceduri clare privind exprimarea opiniei și participarea copilului la procesul de luare a deciziilor care îl vizează la toate etapele prestării serviciului, procedurile respective fiind conforme cu particularitățile de vârstă și cu abilitățile de comunicare ale copilului.
2. Prestatorul de serviciu creează condiții pentru exprimarea opiniei în legătură cu calitatea îngrijirii, prin diferite modalități (telefon, discuții individuale, în scris etc.) și ia toate măsurile ca nici un copil să nu fie pedepsit pentru exprimarea opiniei proprii. Asistentul social responsabil de Serviciu realizează, cu regularitate, discuții individuale cu copilul și părinții lui, în scopul îmbunătățirii îngrijirii acestuia, care sunt înregistrate în dosarul copilului.
3. Asistentul social responsabil de Serviciu asigură informarea copilului și a părinților acestuia despre acțiunile întreprinse, ca urmare a consultării opiniei lor, precum și despre motivele neluării în considerare a propunerilor acestora, dacă acestea contravin interesului superior al copilului sau nu sunt relevante scopului și obiectivelor Serviciului.

Confidențialitatea informației – standardul 6

Prestatorul de serviciu creează condiții pentru asigurarea confidențialității informației cu privire la datele cu caracter personal ale copilului, familiei și asistentului parental profesionist.

Rezultatul scontat: Confidențialitatea datelor cu caracter personal este asigurată, în conformitate cu dispozițiile legislației privind protecția datelor cu caracter personal.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu dispune de reguli interne cu privire la păstrarea confidențialității informației cu caracter personal, care sunt aduse la cunoștința copilului și a familiei acestuia, la momentul plasării copilului în Serviciu.
2. Personalul Serviciului cunoaște regulile de operare cu informațiile cu caracter personal.

Identitatea copilului – standardul 7

Prestatorul de serviciu asigură respectarea identității copilului și contribuie la formarea acesteia.

Rezultatul scontat: Îngrijirea bazată pe respectul față de copil, de familia acestuia, de cultura, etnia, religia și dizabilitatea lui contribuie la dezvoltarea armonioasă a personalității acestuia și formarea identității de sine.

Indicatorii de realizare:

1. Personalul Serviciului, în procesul de comunicare cu copilul, creează condiții și aplică metode ce contribuie la formarea autoaprecierii, încrederii și a respectului de sine.
2. Aranjamentele de îngrijire încurajează și facilitează menținerea contactului copilului cu familia lui, prietenii și cu alte persoane importante, precum și accesul copilului la informațiile cu privire la proveniență și la unele aspecte din viața sa.
3. Copilul este încurajat să înțeleagă și să prețuiască patrimoniul său cultural, etnic și religios. În cazul în care copilul este plasat în afara grupului său cultural, etnic sau religios, asistentul parental profesionist susține și oferă posibilități de dezvoltare a unei percepții pozitive privind originea sa.
4. Asistentul parental profesionist asigură păstrarea obiectelor personale din trecutul copilului (scrisori, fotografii, cărți etc.), care sunt importante pentru menținerea identității sale.
5. Asistentul parental profesionist, împreună cu copilul, lucrează asupra „Cărții vieții”, pe care acesta o va primi la încetarea plasamentului. În procesul de acumulare a informațiilor privind identitatea copilului, sunt consultați părinții, membrii familiei extinse și alte persoane importante pentru copil.

Nondiscriminarea – standardul 8

Prestatorul de serviciu asigură respectarea principiului nondiscriminării la toate etapele de prestare a serviciului.

Rezultatul scontat: Prestarea serviciului este realizată fără nici o discriminare, indiferent de rasă, culoare, sex, limbă, religie, opinii politice sau de altă natură, de cetățenie, apartenența etnică sau originea socială, de statutul obținut prin naștere, de situația materială, de gradul și tipul de dizabilitate, de aspectele specifice de creștere și educație a copiilor, a părinților lor ori a altor reprezentanți legali ai acestora, de locul aflării lor (familie, instituție educațională, serviciu social, instituție medicală, comunitate etc.).

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul serviciului informează personalul Serviciului despre prevederile legale în domeniul nondiscriminării.
2. Personalul Serviciului cunoaște prevederile legale în domeniul nondiscriminării și aplică metode și practici nondiscriminatorii în procesul de prestare a serviciului.

Respectarea demnității și dreptul la viață privată – standardul 9

Prestatorul de serviciu încurajează independența copilului și respectă dreptul copilului la viață privată.

Rezultatul scontat: Copilul beneficiază de îngrijire și educație, care contribuie la formarea demnității personale, autoaprecierii și a încrederii în sine.

Indicatorii de realizare:

1. Asistentul parental profesionist creează condiții și aplică metode de comunicare care contribuie la formarea demnității personale, a autoaprecierii, încrederii și a respectului de sine la copil.
2. Asistentul parental profesionist abordează cu atenție dorința/ nedorința copilului plasat în Serviciu de a oferi informații cu privire la viața personală și la familia sa.
3. Asistentul parental profesionist oferă copilului spațiu privat și intimitate, precum și posibilitatea de a aduce în familie și de a păstra în siguranță bunurile personale.

Menținerea, dezvoltarea relațiilor cu membrii familiei și cu alte persoane apropiate copilului – standardul 10

Prestatorul de serviciu asigură condiții și încurajează menținerea contactelor copilului cu membrii familiei și cu alte persoane apropiate lui.

Rezultatul scontat: Copilul se află în relații bune cu membrii familiei și cu alte persoane apropiate lui.

Indicatorii de realizare:

1. În funcție de rezultatele evaluării necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului, planul individual de asistență conține măsuri pentru menținerea și/sau dezvoltarea relațiilor copilului cu membrii familiei și cu alte persoane apropiate copilului, precum și măsuri de stimulare a membrilor familiei și a altor persoane apropiate copilului, în vederea menținerii și/sau dezvoltării relațiilor cu copilul.
2. Personalul Serviciului contribuie la implementarea activităților practice pentru susținerea și/sau asistența copilului, în vederea menținerii și/sau dezvoltării relațiilor copilului cu membrii familiei și cu alte persoane apropiate copilului.
3. În cazul în care frații și surorile nu sunt plasați împreună, prestatorul de serviciu asigură relaționarea lor, inclusiv prin petrecerea vacanțelor împreună.
4. În cazul în care unul sau ambii părinți se află în instituții penitenciare sau medicale (curative), prestatorul de serviciu asigură organizarea vizitelor (nu mai rar de o dată la trei luni) și transportarea copilului pentru vizitarea membrilor familiei, dacă aceste vizite nu contravin interesului superior al copilului.
5. Vizitarea copilului de către membrii familiei și de către alte persoane apropiate acestuia, precum și vizitarea acestora de către copil sunt notate de asistentul parental profesionist în registrul vizitelor.

6. Rezultatele vizitelor copilului se iau în considerare la revizuirea planului individual de asistență.

Sănătatea – standardul 11

Prestatorul de serviciu asigură atât confort, cât și condiții adecvate pentru menținerea sănătății fizice și emoționale a copilului, precum și pentru formarea unui mod sănătos de viață.

Rezultatul scontat: Copiii cresc și se dezvoltă într-un mediu sănătos.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu asigură evaluarea necesităților de sănătate ale copilului, care este parte a raportului de evaluare a necesităților de asistență și dezvoltare ale acestuia (istoria medicală, înregistrările examinărilor de dezvoltare, tratamentele și intervențiile medicale anterioare, alergiile sau reacțiile adverse la medicamente).
2. Asistentul parental profesionist, pe parcursul etapei de potrivire, este informat de către prestatorul de serviciu cu privire la starea de sănătate și la tratamentul prescris copilului, cu excepția plasamentului de urgență. În cazul plasamentului de răgaz, asistentului parental profesionist i se oferă datele de contact ale medicului care tratează copilul.
3. Asistentul parental profesionist asigură luarea în evidență a copilului de către medicul de familie în cel mult trei zile de la data plasării, cu excepția plasamentului de răgaz.
4. Asistentul parental profesionist garantează prezența copilului la examinările medicale, conform recomandărilor medicului de familie și a medicilor specialiști.
5. Asistentul parental profesionist cunoaște și respectă recomandările medicilor, administrează cu strictețe tratamentul copilului și realizează măsurile de prevenție.
6. Asistentul parental profesionist aplică metode educative adecvate atât nivelului de vârstă, cât și tipului de probleme cu care se confruntă copiii, pentru a-i stimula să adopte un stil de viață sănătos, să respecte igiena personală, alimentația corectă și să practice exercițiul fizic.
7. Prestatorul de serviciu asigură derularea programelor de educație sexuală și de educație împotriva fumatului, consumului de droguri și de băuturi alcoolice. Se încurajează cunoașterea de către fiecare copil, în funcție de gradul de înțelegere, a riscurilor de îmbolnăvire.
8. Copiilor li se oferă oportunitatea să discute deschis și sincer cu asistentul parental profesionist și cu colegii lor despre problemele apărute (consumul de alcool, droguri, substanțe stupefiante, tutun, sănătatea sexuală etc.).
9. Managerul de caz oferă informații copilului și părinților cu referire la dezvoltarea și la starea sa de sănătate, consultându-i în privința tratamentelor prescrise, a imunizărilor și a intervențiilor chirurgicale. În cazul plasamentului de răgaz, părinții asigură copilul cu medicamentele necesare.
10. Copilul cu dizabilități beneficiază de servicii specifice de sprijin și recuperare în vederea maximizării potențialului său, pentru o mai bună adaptare la mediul școlar și social.
11. Asistentul parental profesionist duce evidența tuturor medicamentelor prescrise și administrate copilului, a bolilor, a accidentelor sau a leziunilor suferite de copil pe parcursul plasamentului, cu notarea acestora în agenda de lucru.
12. Asistentul parental profesionist dispune de o trusă medicală de prim ajutor în cazuri de urgență, care este păstrată în siguranță.
13. Prestatorul de serviciu, în cadrul programului de formare continuă, asigură informarea asistentului parental profesionist cu privire la semnele unor boli la copil și la măsurile de acordare a primului ajutor în caz de urgență, precum și la sănătatea generală și igiena personală, punând accent pe promovarea unui mod sănătos de viață și pe combaterea bolilor, inclusiv a celor infecțioase.

Igiena – standardul 12

Asistentul parental profesionist oferă copilului condiții pentru igiena personală, precum și îl asistă în formarea deprinderilor de autoîngrijire.

<p>Rezultatul scontat: Copilul are deprinderi pentru menținerea igienei personale, a curățeniei hainelor, a obiectelor personale și a spațiului locativ.</p>
<p>Indicatorii de realizare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Copilului îi sunt formate deprinderi de autoîngrijire, fiind învățat să îngrijească obiectele personale și să le mențină în curățenie. 2. Locuința, mobilierul și comoditățile de la domiciliul asistentului parental profesionist (baie, veceu etc.) sunt menținute în curățenie și igienizate corespunzător.
<p>Aspectul exterior. Lucrurile personale. Bani de buzunar – standardul 13</p>
<p>Copiii li se oferă posibilitatea și sunt încurajați să-și cumpere îmbrăcăminte, încălțăminte și alte lucruri personale.</p>
<p>Rezultatul scontat: Copiii sunt asigurați cu îmbrăcăminte, încălțăminte, cu alte lucruri personale, precum și cu bani de buzunar în corespundere cu necesitățile și propriile lor preferințe.</p>
<p>Indicatorii de realizare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Asistentul parental profesionist procură copilului îmbrăcăminte și încălțăminte, în conformitate cu normele aprobate de Guvern. 2. Asistentul parental profesionist asigură copilului îmbrăcăminte, încălțăminte, în conformitate cu necesitățile și particularitățile lui individuale, cu opinia acestuia, implicându-l, după caz, în procesul de alegere și procurare a îmbrăcăminte și încălțăminte sau oferindu-i posibilitatea de a alege și a procura de sine stătător bunurile respective. 3. Asistentul parental profesionist oferă copilului bani de buzunar, conform normelor aprobate de către Guvern, ghidându-l să-și planifice și să gestioneze eficient cheltuielile.
<p>Alimentația și pregătirea hranei – standardul 14</p>
<p>Asistentul parental profesionist asigură copilului o alimentație sănătoasă, care corespunde cu particularitățile de vârstă, necesitățile fiziologice ale acestuia, precum și cu preferințele copilului.</p>
<p>Rezultatul scontat: Copilul beneficiază de o alimentație sănătoasă, adaptată necesităților și dorințelor lui, și are oportunitatea să participe la întocmirea meniului, procurarea alimentelor și, după caz, la pregătirea hranei.</p>
<p>Indicatorii de realizare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Asistentul parental profesionist oferă copilului produse alimentare calitative și nutritive în cantități suficiente, care corespund necesităților fiziologice și individuale ale copilului. 2. Asistentul parental profesionist ajută copilul, dacă este necesar, în procesul de alimentație, mai ales în cazul celui de vârstă fragedă și/sau cu dizabilități. 3. Asistentul parental profesionist oferă posibilitate copilului, la dorință, să participe la întocmirea meniului, procurarea alimentelor și la prepararea hranei. La întocmirea meniului se va avea în vedere preferințele alimentare ale copilului, specificul cultural, religios și tipul de dietă recomandat acestuia. 4. Domiciliul asistentului parental profesionist dispune de condiții adecvate de păstrare a produselor alimentare și de spațiu special amenajat pentru pregătirea hranei și luarea meselor, care este menținut în curățenie.
<p>Educația – standardul 15</p>
<p>Prestatorul de serviciu facilitează încadrarea copilului în programe și/sau instituții educaționale, ținând cont de necesitățile de dezvoltare și educaționale ale copilului.</p>
<p>Rezultatul scontat: Copilul este încadrat în programe și instituții educaționale conform vârstei și/sau necesităților educaționale.</p>

Indicatorii de realizare:

1. Asistentul parental profesionist este informat de către prestatorul de serviciu despre necesitățile educaționale ale copilului la etapa de potrivire.
2. Planul individual de asistență a copilului prevede rolurile asistentului parental profesionist, părinților copilului și altor specialiști în procesul educațional.
3. Prestatorul de serviciu și asistentul parental profesionist întreprind măsuri pentru acordarea suportului copilului în realizarea sarcinilor de învățare individuală la domiciliu.
4. Asistentul parental profesionist vizitează, cu regularitate, instituția educațională, participă la adunările de părinți și la alte evenimente educaționale.
5. În cazul copiilor cu necesități speciale, dosarul copilului conține o copie a planului educațional individual elaborat de cadrul didactic de sprijin. În dosar sunt păstrate și alte documente relevante, inclusiv înregistrări ale istoriei educaționale și descrierea necesităților educaționale speciale, care se aduc la cunoștința asistentului parental profesionist.
6. Asistentul parental profesionist îi asigură copilului condiții pentru învățare, îi motivează succesele, îi stimulează participarea la programele extracurriculare și contribuie la orientarea sa profesională.
7. Rezultatele obținute de copil în procesul educațional sunt înregistrate în dosarul copilului.

Timpul liber și activități – standardul 16

Prestatorul de serviciu asigură posibilitatea și condiții adecvate pentru petrecerea timpului liber și implicarea copilului în activități sportive, culturale și artistice conform intereselor acestuia.

Rezultatul scontat: Implicarea în diverse activități sportive, culturale și artistice contribuie la dezvoltarea intelectuală și fizică a copilului și la integrarea socială a acestuia.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu și asistentul parental profesionist creează copilului posibilități diverse de petrecere a timpului liber, ținând cont de vârsta, cultura, limba, religia, interesele și abilitățile acestuia, care trebuie să fie parte componentă a planului individual de asistență a copilului.
2. Asistentul parental profesionist urmărește respectarea unui echilibru între activitățile de învățare și recreere pentru restabilirea potențialului fizic și psihic al copilului și pentru evitarea situațiilor de surmenaj și extenuare.
3. Asistentul parental profesionist oferă copilului un mediu stimulator și posibilitatea de a alege cărți, jucării, jocuri, emisiuni TV și radio, filme potrivite vârstei și nivelului de dezvoltare a acestuia; facilitează participarea lui la activitățile educaționale, sportive, artistice și de recreere din comunitate.
4. Beneficiarul este încurajat de către asistentul parental profesionist să stabilească relații de prietenie cu copii de aceeași vârstă, acceptând vizite reciproce la domiciliu.

Protecția împotriva violenței, neglijării și exploatării – standardul 17

Prestatorul de serviciu asigură copilului protecție împotriva oricărei forme de violență, neglijare și exploatare, aplicând un sistem de reguli și proceduri de prevenire și reacționare la astfel de cazuri.

Rezultatul scontat: Copilul este protejat împotriva violenței, neglijării și exploatării în cadrul Serviciului.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu are elaborat un set de reguli și proceduri de protecție a copilului împotriva violenței, neglijării și exploatării.
2. Copilul, familia acestuia și asistentul parental profesionist sunt informați despre regulile și procedurile de protecție a copilului împotriva violenței, neglijării și exploatării într-un limbaj accesibil.

3. Prestatorul de serviciu se asigură că asistentul parental profesionist este instruit cu privire la protecția copilului împotriva violenței, neglijării și exploatării, la depistarea semnelor și raportarea cazurilor menționate, la înțelegerea și controlul comportamentului provocator al copilului, precum și cu privire la aplicarea măsurilor nonviolente de disciplinare a copilului.
4. Asistentul parental profesionist susține copilul în formarea abilităților de autoprotejare.
5. În cazul sesizărilor privind violența, neglijarea și exploatarea copilului plasat în Serviciu, prestatorul de serviciu și personalul Serviciului întreprind măsurile prevăzute de Legea nr.140 din 14 iunie 2013 privind protecția specială a copiilor aflați în situație de risc și a copiilor separați de părinți și de mecanismul intersectorial de cooperare pentru identificarea, evaluarea, referirea, asistența și monitorizarea copiilor victime și potențiale victime ale violenței, neglijării, exploatării și traficului.
6. Personalul Serviciului în comun cu autoritatea tutelară locală și/sau teritorială asigură protecția și asistența copilului victimă a violenței, neglijării și exploatării, evitând victimizarea repetată a acestuia.

Condițiile sigure de viață – standardul 18

Prestatorul de serviciu asigură copilului condiții sigure de viață, care exclud posibilitatea accidentării lui atât în interiorul, cât și în exteriorul locuinței asistentului parental profesionist.

Rezultatul scontat: Copilul crește și se educă într-un mediu fizic securizat corespunzător vârstei și necesităților individuale.

Indicatorii de realizare:

1. Asistentul parental profesionist asigură supravegherea copilului în cazul oricăror activități care presupun un anumit risc pentru viața și sănătatea copilului.
2. Asistentul parental profesionist trebuie să cunoască locul aflării, ocupațiile și prietenii copilului, întreprinzând diverse măsuri în vederea evitării aflării copilului fără supraveghere în locuri care prezintă risc pentru viața și sănătatea acestuia.
3. Asistentul parental profesionist trebuie să prevină implicarea copilului în activități care pun în pericol viața și sănătatea acestuia, precum și să evite relaționarea copilului cu persoane care demonstrează comportament antisocial.
4. Locuința asistentului parental profesionist corespunde tuturor cerințelor de securitate antiincendiară, securitate a sistemelor electrice, de încălzire, apeduct și canalizare.
5. Locuința asistentului parental profesionist asigură condiții de protecție a copilului de orice traumatizare: securitatea prizelor, a colțurilor ascuțite ale mobilierului, geamurilor, balcoanelor, scărilor etc.
6. Medicamentele, substanțele chimice folosite pentru igienizarea încăperilor și prelucrarea soluțiilor sunt păstrate în locuri inaccesibile copilului.
7. Teritoriul aferent domiciliului asistentului parental profesionist întrunește toate condițiile de securitate.
8. Copilul trebuie să fie informat despre amenințările și pericolele utilizării echipamentului și a utilajului din locuința și gospodăria asistentului parental profesionist și, în funcție de vârstă, să aibă acces limitat sau să fie învățat să utilizeze echipamentul și utilajele respective.
9. Asistentul parental profesionist afișează la un loc vizibil telefoanele de contact al serviciilor de urgență (asistență medicală urgentă, poliție, serviciul antiincendiar, gaze) și autorității tutelare locale și teritoriale, copiii fiind instruiți să apeleze, în caz de necesitate, la instituțiile respective.
10. Copilul are acces la telefonul de la domiciliul asistentului parental profesionist.

Depunerea și examinarea plângerilor – standardul 19

Prestatorul de serviciu asigură copilului, familiei și asistentului parental profesionist posibilitatea de a depune plângeri cu privire la calitatea serviciului prestat, inclusiv cu privire la cazurile de violență, exploatare și neglijare identificate pe parcursul prestării serviciului.

<p>Rezultatul scontat: Aplicarea procedurilor de depunere și examinare a plângerilor contribuie la creșterea calității serviciilor prestate copilului.</p>
<p>Indicatorii de realizare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prestatorul de serviciu dispune de o procedură de depunere și examinare a plângerilor. 2. Prestatorul de serviciu asigură informarea copilului, familiei și a personalului Serviciului despre procedura de depunere și examinare a plângerilor. 3. Prestatorul de serviciu dispune de un registru de înregistrare a plângerilor, care conține inclusiv informațiile privind modul de examinare a plângerilor și măsurile întreprinse în acest sens.
<p>Evaluarea necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului – standardul 25</p>
<p>Prestatorul de serviciu asigură efectuarea evaluării necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului planificat pentru plasament în Serviciu.</p>
<p>Rezultatul scontat: Fiecare copil este plasat în Serviciu numai după evaluarea necesităților individuale de asistență și dezvoltare.</p>
<p>Indicatorii de realizare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluarea necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului este realizată de către asistentul social responsabil de Serviciu, cu implicarea psihologului și în colaborare cu autoritatea tutelară locală și cu specialistul în protecția drepturilor copilului, și/sau cu asistentul social comunitar din localitatea unde se află copilul, cu alți specialiști și familia copilului. În cazul în care copilul propus pentru plasament se află într-o instituție rezidențială, asistentul social responsabil de Serviciu implică în acest proces asistentul social din cadrul instituției. 2. Asistentul social responsabil de Serviciu colectează informația pentru evaluarea necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului prin vizite la domiciliu, interviul cu copilul și cu membrii familiei acestuia, prin observație. 3. Rezultatele evaluării necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului sunt incluse într-un raport, care cuprinde: <ol style="list-style-type: none"> a. date generale despre familia și rudele copilului; b. condițiile de trai ale familiei; c. problemele familiei și motivele separării copilului de familie; d. istoricul copilului; e. descrierea stării de sănătate; f. caracteristica psiho-emoțională a copilului; g. comportamentul și aptitudinile sociale; h. concluzii privind necesitățile de asistență și dezvoltare ale copilului; i. recomandări pentru planul individual de asistență; j. în anexă se prezintă: copia actelor de identitate ale copilului și membrilor familiei, evaluarea inițială și complexă a situației copilului.
<p>Planul individual de asistență a copilului – standardul 26</p>
<p>Prestatorul de serviciu asigură elaborarea planului individual de asistență pentru fiecare copil care este planificat pentru plasament în baza evaluării necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului.</p>
<p>Rezultatul scontat: Fiecare copil planificat pentru plasament are un plan individual de asistență racordat la necesitățile sale de asistență și dezvoltare.</p>
<p>Indicatorii de realizare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Planul individual de asistență este elaborat înainte de plasamentul în Serviciu, în baza rezultatelor evaluării necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului.

2. Planul individual de asistență a copilului este elaborat de către asistentul social responsabil de Serviciu împreună cu copilul, familia, specialiști relevanți și cu asistentul parental profesionist, în cazul plasamentului de urgență.
3. Prestatorul de serviciu asigură informarea copilului și a familiei acestuia privind conținutul planului individual de asistență.
4. În cazul plasamentului de urgență, dacă nu este realizată evaluarea necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului, planul individual de asistență este elaborat conform evaluării inițiale și a informațiilor disponibile privind situația copilului, în termen de la 72 ore până la 10 zile lucrătoare din momentul plasării copilului în Serviciu.

Potrivirea asistentului parental profesionist cu copilul – standardul 27

Prestatorul de serviciu asigură ca plasamentul copilului să fie efectuat în baza potrivirii competențelor profesionale, a termenelor și condițiilor în care a fost aprobat asistentul parental profesionist cu necesitățile de asistență și dezvoltare ale copilului, excepție făcând plasamentul de urgență.

Rezultatul scontat: Copilul este plasat într-un mediu familial compatibil și adecvat necesităților lui de asistență și dezvoltare.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu asigură potrivirea competențelor profesionale, a termenelor și condițiilor în care a fost aprobat asistentul parental profesionist cu necesitățile de asistență și dezvoltare ale copilului în baza analizei raportului de evaluare a necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului și a raportului de evaluare a asistentului parental profesionist, precum și a rezultatelor întrevederilor organizate dintre asistentul parental profesionist și copil.
2. Procesul de potrivire se realizează în termen de cel mult 30 de zile calendaristice și se încheie la momentul acceptării plasamentului de către copil, și, după caz, de către familia acestuia și asistentul parental profesionist.
3. Conținutul activităților realizate în cadrul procesului de potrivire se protocoalează de către asistentul social responsabil de Serviciu, care, la încheierea procesului de potrivire, întocmește raportul de potrivire a asistentului parental profesionist cu copilul.
4. În cazul plasamentului de răgaz, potrivirea se face la domiciliul copilului cu dizabilități, cu participarea părinților, a asistentului parental profesionist și a asistentului social responsabil de Serviciu.
5. La demararea procesului de potrivire, prestatorul de serviciu prezintă asistentului parental profesionist copia raportului de evaluare a necesităților de asistență și dezvoltare ale copilului.
6. Asistentul social responsabil de Serviciu monitorizează desfășurarea procesului de potrivire, iar în cazul incompatibilității copilului cu asistentul parental profesionist, potrivirea este stopată.

Plasamentul copilului – standardul 28

Prestatorul de serviciu asigură respectarea procedurii de plasament a copilului în familia asistentului parental profesionist.

Rezultatul scontat: Copiii sunt plasați în Serviciu după alegerea formei optime pentru asistența și protecția acestora.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu plasează copilul în Serviciu numai în baza dispoziției autorității tutelare teritoriale, care se emite conform avizului Comisiei, fundamentat pe raportul de potrivire a asistentului parental profesionist cu copilul.
2. Managerul Serviciului înscrie datele cu privire la copilul plasat în Serviciu, la asistentul parental profesionist, precum și la tipul și perioada plasamentului în registrul de evidență a copiilor plasați în Serviciu.

3. La momentul plasării copilului, asistentul parental profesionist și prestatorul de serviciu semnează un acord de plasament, care este contrasemnat, în cazul prestatorului privat de serviciu, de către autoritatea tutelară teritorială.
4. În cazul plasamentului de urgență, copilul poate fi plasat în Serviciu fără avizul Comisiei, cu acordul verbal și, ulterior, scris al managerului Serviciului, care, în decurs de 24 ore, este obligat să informeze în scris autoritatea tutelară locală de la locul de trai al asistentului parental profesionist.

Monitorizarea copilului și revizuirea planului individual de asistență a copilului – standardul 29

Prestatorul de serviciu asigură monitorizarea plasamentului copilului și revizuirea planului individual de asistență a acestuia.

Rezultatul scontat: Monitorizarea copilului și revizuirea planului individual de asistență contribuie la asigurarea asistenței și la dezvoltarea copilului conform necesităților acestuia.

Indicatorii de realizare:

1. Asistentul social responsabil de Serviciu efectuează vizite de monitorizare a implementării planului individual de asistență: săptămânal – pe parcursul primei luni a plasamentului, o dată la două săptămâni – pe parcursul lunii a doua și a treia și lunar – după primele trei luni de plasament. De asemenea, vizitele se efectuează la solicitarea copilului, a asistentului parental profesionist, a familiei sau a autorităților tutelare teritoriale și locale.
2. În cadrul vizitelor de monitorizare, asistentul social responsabil de Serviciu acumulează informații despre:
 - a. sănătatea copilului;
 - b. rezultatele obținute de copil în procesul educațional;
 - c. progresele în dezvoltarea personalității copilului;
 - d. interesele, pasiunile și ocupațiile copilului;
 - e. contactul copilului cu familia;
 - f. opinia copilului despre plasament.
3. În cadrul fiecărei vizite, asistentul social responsabil de Serviciu trebuie să discute individual cu copilul, asistentul parental profesionist și, în funcție de necesitate, cu alte persoane și specialiști relevanți.
4. Asistentul social responsabil de Serviciu înregistrează rezultatele vizitelor de monitorizare și întocmește rapoarte de monitorizare, care, după ce sunt contrasemnate de către managerul Serviciului, se anexează la dosarul copilului.
5. Prestatorul de serviciu asigură revizuirea planului individual de asistență a copilului după prima lună de plasament, la trei luni de la plasament, periodic o dată la șase luni, precum și în caz de necesitate.
6. Asistentul social responsabil de Serviciu coordonează revizuirea planului individual de asistență a copilului, organizând ședințe de revizuire cu implicarea copilului, a asistentului parental profesionist, a familiei și a specialiștilor relevanți, în funcție de necesitățile copilului.
7. Asistentul social responsabil de Serviciu întocmește procesul-verbal al ședinței de revizuire, în care include concluziile și recomandările privind modificarea și completarea planului individual revizuit de asistență și, în funcție de rezultate:
 - a. întocmește planul individual de asistență, în care reflectă toate modificările și completările, pe care îl prezintă apoi managerului Serviciului pentru contrasemnare;
 - b. prelungeste termenul de implementare a planului individual de asistență existent, informând managerul Serviciului.
8. Rezultatele revizuirii planului individual de asistență se aduc la cunoștința copilului, familiei, asistentului parental profesionist și a specialiștilor responsabili de implementarea activităților din plan.

Pregătirea copilului pentru ieșirea din Serviciu și încetarea plasamentului – standardul 30

Prestatorul de serviciu asigură pregătirea copilului și, după caz, a familiei acestuia pentru ieșirea copilului din Serviciu.

Rezultatul scontat: Fiecare copil este pregătit pentru ieșirea din Serviciu conform necesităților individuale de asistență și dezvoltare ale acestuia.

Indicatorii de realizare:

1. Asistentul social responsabil de Serviciu cooperează cu autoritatea tutelară teritorială și cu alți specialiști relevanți în procesul de pregătire a ieșirii copilului din Serviciu prin asigurarea realizării activităților corespunzătoare din planul individual de asistență și punerea la dispoziția autorității tutelare teritoriale a raportului privind oportunitatea încetării plasamentului și a altor informații relevante pentru emiterea dispoziției privind încetarea plasamentului copilului.
2. În cazul plasamentului de lungă durată, începând cu doi ani înainte de atingerea vârstei de 18 ani sau de finalizare a studiilor liceale, asistentul social responsabil de Serviciu și asistentul parental profesionist asigură ca planul individual de asistență a copilului care urmează să iasă din Serviciu să conțină activități pentru pregătirea acestuia către viața independentă. Totodată, copilul este informat despre suportul de care va beneficia după ieșirea din Serviciu.
3. Autoritatea tutelară teritorială, la solicitarea managerului Serviciului, examinează raportul privind oportunitatea încetării plasamentului și solicită avizul Comisiei, care se anexează la dosarul copilului. Prezența asistentului parental profesionist și a prestatorului de serviciu la ședința Comisiei este obligatorie.
4. Dispoziția de încetare a plasamentului copilului în Serviciu este emisă de către autoritatea tutelară teritorială numai în baza avizului Comisiei.

Standardele minime de calitate pentru serviciul asistență parentală profesionistă cu referire la resursele umane

Evaluarea solicitantului la funcția de asistent parental profesionist – standardul 20

Prestatorul de serviciu respectă procedura de evaluare a solicitantului la funcția de asistent parental profesionist.

Rezultatul scontat: Solicitanții la funcția de asistenți parentali profesioniști selectați în rezultatul evaluării au capacități adecvate pentru realizarea atribuțiilor funcționale.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu oferă solicitantului la funcția de asistent parental profesionist informații cu privire la scopul, obiectivele și activitățile Serviciului, la procesul și criteriile de evaluare, la calitățile personale și profesionale solicitate, precum și la facilitățile disponibile, salarizare, procedura de recurs.
2. Solicitantul la funcția de asistent parental profesionist depune în scris la prestatorul de serviciu o cerere pentru solicitarea funcției de asistent parental profesionist.
3. Prestatorul de serviciu include datele despre solicitant în registrul solicitanților funcției de asistent parental profesionist.
4. Asistentul social responsabil de Serviciu împreună cu psihologul realizează evaluarea solicitantului, colectând informații prin diferite metode (cum ar fi: vizita la domiciliu; interviul cu solicitantul și membrii familiei acestuia; interviuarea a cel puțin două persoane de referință indicate de către solicitant; consultarea opiniei reprezentantului administrației publice locale de la locul de trai al solicitantului), și întocmește raportul de evaluare a acestuia, care include:

- a. caracterizarea solicitantului, a membrilor familiei acestuia (care locuiesc sau nu în casa solicitantului), precum și a altor persoane care locuiesc în casa acestuia, dar care nu sunt membri ai familiei;
 - b. indicarea etniei, religiei și a limbii vorbite, precum și acceptul solicitantului de a îngriji un copil de altă etnie, religie;
 - c. locul de muncă, ocupațiile actuale și cele din trecut, activitățile din timpul liber și interesele solicitantului;
 - d. experiența de îngrijire a propriilor copii sau a altor copii;
 - e. rezultatul oricărei cereri depuse de către solicitant sau de către alți membri ai familiei cu privire la adopție, tutelă/curatelă, asistență parentală profesionistă sau privind plasarea propriilor copii în servicii de îngrijire rezidențială;
 - f. descrierea condițiilor de trai;
 - g. concluziile privind evaluarea capacității solicitantului de a activa în calitate de asistent parental profesionist, bazate inclusiv pe rezultatele cursului de formare inițială, precum și sugestiile privind condițiile și tipul de plasament;
 - h. în anexă se prezintă: copia buletinului de identitate al solicitantului; copia certificatului cu privire la starea civilă (inclusiv căsătoriile precedente); certificatul cu privire la starea sănătății tuturor membrilor familiei; cazierul judiciar al solicitantului și al altor membri adulți ai familiei.
9. Dacă în procesul de evaluare nu sunt identificate cauze obiective ce ar condiționa refuzul aprobării solicitantului la funcția de asistent parental profesionist, prestatorul de serviciu, până la elaborarea concluziilor din raportul de evaluare, asigură solicitantului cursul de formare inițială cu durata de 50 ore.
 10. În procesul de întocmire a raportului de evaluare, prestatorul de serviciu asigură participarea solicitantului în procesul de evaluare, accesul acestuia la datele acumulate în raportul de evaluare și îl informează cu privire la dreptul de a solicita explicații pe marginea raportului.
 11. Prestatorul de serviciu asigură finalizarea raportului de evaluare în termen de cel mult 90 de zile de la data depunerii cererii.

Aprobarea asistentului parental profesionist – standardul 21

Prestatorul de serviciu respectă procedura de aprobare a solicitantului la funcția de asistent parental profesionist.

Rezultatul scontat: Asistentul parental profesionist aprobat posedă calitățile personale, nivelul de pregătire, starea de sănătate, statutul juridic, condițiile de trai conforme cerințelor profesionale stabilite.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu, cu 10 zile înainte de ședință, depune la Comisie raportul de evaluare a solicitantului.
2. Prestatorul de serviciu asigură prezența solicitantului la ședința Comisiei, înștiințându-l despre data și ora ședinței și despre dreptul de a oferi, în caz de necesitate, informații relevante membrilor Comisiei.
3. Comisia emite un aviz privind aprobarea solicitantului, cu indicarea tipului/tipurilor de plasament și recomandarea vârstelor minime și maxime ale copiilor care pot fi plasați în familia asistentului parental profesionist.
4. Prestatorul de serviciu înscrie datele asistentului parental profesionist nou-aprobat în registrul asistenților parentali profesioniști.
5. Contractul individual de muncă se încheie între prestatorul de serviciu și asistentul parental profesionist în termen de cel mult 14 zile de la aprobarea în funcție a asistentului parental profesionist.

Drepturile și obligațiile specifice asistentului parental profesionist – standardul 22

Prestatorul de serviciu pune la dispoziția asistentului parental profesionist fișa postului, care conține drepturile și obligațiile acestuia.

Rezultatul scontat: Asistentul parental profesionist își cunoaște și respectă drepturile și obligațiile prevăzute în fișa postului.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu informează asistentul parental profesionist că are următoarele drepturi:
 - a. să beneficieze de formare inițială și continuă;
 - b. să fie informat despre istoria, starea sănătății copilului;
 - c. să beneficieze de sprijin și supervizare profesională din partea prestatorului de serviciu;
 - d. să solicite încetarea plasamentului în condiții obiective.
2. Prestatorul de serviciu informează asistentul parental profesionist că are următoarele obligații:
 - a. să respecte termenele acordului de plasament al copilului;
 - b. să ofere copilului îngrijire și educație individualizată;
 - c. să protejeze și să promoveze bunăstarea copilului;
 - d. să nu aplice violența asupra copilului;
 - e. să participe la elaborarea și implementarea planului individual de asistență a copilului;
 - f. să informeze prestatorul de serviciu despre orice schimbare în situația familiei sale sau a copilului, care ar putea afecta capacitatea de a îngriji copilul;
 - g. să înștiințeze imediat prestatorul de serviciu despre orice maladie a copilului;
 - h. să încurajeze contactele copilului cu familia și cu alte persoane importante pentru copil;
 - i. să asiste prestatorul de serviciu în procesul de (re)integrare sau de plasare a copilului în alte servicii;
 - j. să pregătească copilul pentru ieșirea din plasament;
 - k. să efectueze, la momentul angajării, iar ulterior o dată la șase luni, examenul medical profilactic, conform standardelor Ministerului Sănătății.
3. Asistentul parental profesionist cunoaște drepturile și obligațiile specifice.

Reaprobarea asistentului parental profesionist – standardul 23

Prestatorul de serviciu asigură reaprobarea anuală a asistentului parental profesionist în baza evaluării competențelor profesionale ale acestuia.

Rezultatul scontat: Termenele și condițiile de reaprobare a asistentului parental profesionist reflectă obiectiv competențele profesionale ale acestuia, contribuind la eficiența îngrijirii copilului plasat.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de serviciu asigură întocmirea raportului de evaluare anuală a competențelor profesionale ale asistentului parental profesionist de către asistentul social responsabil de Serviciu și psiholog în baza informației care include: nivelul de competență profesională; corespunderea asistentului parental profesionist și a familiei acestuia criteriilor, termenelor și condițiilor de aprobare; necesitățile de instruire; opinia asistentului parental profesionist și a familiei acestuia; opinia copilului aflat în plasament și a familiei acestuia, precum și a altor specialiști relevanți.
2. Reaprobarea asistentului parental profesionist se realizează conform avizului Comisiei, emis în baza raportului de evaluare anuală a competențelor profesionale ale asistentului parental profesionist, care stabilește:
 - a. persoana corespunde cerințelor, termenele și condițiile aprobării nefiind schimbate;

- b. persoana corespunde cerințelor, termenele și condițiile aprobării urmând să fie revizuite în conformitate cu concluziile și recomandările evaluării;
 - c. persoana nu corespunde cerințelor și nu este reaprobată, cu indicarea motivelor.
3. Prestatorul de serviciu asigură participarea asistentului parental profesionist la ședința Comisiei și informarea în scris a acestuia despre orice modificare a termenelor și condițiilor de aprobare ca urmare a avizului Comisiei. Rezultatele ședinței se anexează la dosarul personal al asistentului parental profesionist.

Supervizarea personalului – standardul 32

Prestatorul de serviciu asigură supervizarea profesională sistematică a personalului Serviciului.

Rezultatul scontat: Angajații Serviciului beneficiază de supervizare profesională, ceea ce contribuie la îmbunătățirea calității Serviciului prin consolidarea competențelor profesionale, gestionarea eficientă a sarcinilor și a timpului de lucru.

Indicatorii de realizare:

1. Prestatorul de Serviciu organizează procesul de supervizare profesională:
 - a. a asistenților parentali profesioniști de către asistentul social responsabil de Serviciu;
 - b. a asistentului social responsabil de Serviciu de către managerul Serviciului.
2. Ședințele de supervizare se desfășoară lunar, în grup sau individual, și se protocoalează.
3. Conținutul ședințelor de supervizare (planificate sau ad hoc) se referă la:
 - a. metodele și tehnicile aplicate;
 - b. discutarea cazurilor dificile și identificarea soluțiilor;
 - c. schimbul de experiență;
 - d. starea emoțională a personalului;
 - e. consolidarea spiritului de echipă.
4. Rezultatele supervizării specialiștilor sunt utilizate în procesul de evaluare a necesităților de formare a personalului.

Evaluarea performanței personalului – standardul 33

Prestatorul de serviciu asigură evaluarea anuală a competențelor profesionale ale personalului Serviciului.

Rezultatul scontat: Evaluarea anuală a competențelor profesionale contribuie la creșterea calității serviciului.

Indicatorii de realizare:

1. Evaluarea personalului se realizează anual.
2. Procesul de evaluare se efectuează conform grilei de evaluare, bazându-se pe criterii clare, elaborate de către prestatorul de serviciu și se axează pe:
 - a. rezultatele activității personalului în prestarea serviciului;
 - b. rezultatele participării la cursurile de formare profesională.
3. Rezultatele evaluării personalului sunt utilizate în procesul de evaluare a necesităților de formare a personalului.

Standardele minime de calitate pentru Centrele de zi pentru copii în situație de risc

Abordare individualizată – standardul 3
Prestatorul de serviciu acordă copilului asistență în conformitate cu necesitățile individuale ale acestuia.
Rezultatul scontat: Copilul beneficiază de servicii în corespundere cu necesitățile sale individuale.
Indicatori de realizare: Prestatorul de serviciu adaptează sistematic asistența oferită copilului la necesitățile individuale ale acestuia în funcție de vârstă, nivelul de dezvoltare, starea sănătății, particularitățile culturale, etnice și religioase ale copilului, ținând cont de opinia copilului.
Abordare multidisciplinară – standardul 4
Prestatorul de serviciu asigură o abordare comprehensivă în asistența copilului, implicând specialiști relevanți la toate etapele de prestare a serviciului.
Rezultatul scontat: Copilul beneficiază de asistență multidisciplinară în funcție de necesitățile lui specifice.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Managerul de caz implică specialiști relevanți la toate etapele de lucru cu copilul și părinții/alt reprezentant legal al copilului. 2. Sarcinile stabilite și asumate de specialiști sunt înregistrate în planul individual de asistență și în planul individualizat de servicii.
Participarea beneficiarului – standardul 5
Prestatorul de serviciu asigură participarea copilului și, după caz, a părinților/alt reprezentant legal al copilului în procesul de planificare a activităților și evaluare a calității Serviciului.
Rezultatul scontat: Participarea copiilor și, după caz, a părinților/alt reprezentant legal al copilului contribuie la îmbunătățirea calității asistenței oferite.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Prestatorul de serviciu are proceduri clare cu privire la exprimarea opiniei și participarea copilului în luarea deciziilor care îl vizează la toate etapele prestării Serviciului, procedurile respective fiind ajustate la particularitățile de vârstă și abilitățile de comunicare și înțelegere ale copilului. 2. Prestatorul de serviciu creează condiții pentru exprimarea opiniei copilului, părinților/alt reprezentant al copilului despre calitatea asistenței oferite prin diferite modalități (prin telefon, discuții individuale, în scris etc.). 3. Managerul de caz asigură informarea copilului, părinților/alt reprezentant legal al copilului despre acțiunile întreprinse ca urmare a consultării opiniei lor, precum și despre motivele neluării în considerație a propunerilor copilului sau părinților/alt reprezentant legal al copilului, în cazurile în care acestea contravin interesului superior al copilului sau nu sunt relevante scopului și obiectivelor Serviciului.
Confidențialitatea informației – standardul 6
Prestatorul de serviciu creează condiții pentru asigurarea confidențialității informației cu privire la datele cu caracter personal ale copilului, părinților/alt reprezentant legal al copilului și personalului Serviciului.
Rezultatul scontat: Confidențialitatea datelor cu caracter personal este asigurată în conformitate cu prevederile legislației privind protecția datelor cu caracter personal.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Prestatorul de serviciu dispune de reguli interne cu privire la păstrarea confidențialității informației cu caracter personal, care sunt aduse la cunoștința copilului, părinților/alt reprezentant legal al copilului la momentul plasării copilului în Serviciu. 2. Personalul serviciului cunoaște regulile de operare cu informațiile cu caracter personal.

Identitatea copilului – standardul 7
Prestatorul de serviciu asigură respectarea identității copilului și contribuie la formarea acesteia.
Rezultatul scontat: Asistența oferită copilului contribuie la dezvoltarea armonioasă a personalității și formarea identității de sine, bazate pe respectul față de copil, familia acestuia, cultura, etnia, religia și dizabilitatea lui.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Personalul serviciului creează condiții și aplică, în procesul de comunicare cu copilul, metode, care contribuie la formarea autoaprecierii, încrederii și respectului de sine. 2. Prestatorul de serviciu facilitează și încurajează contactul copilului cu familia lui, prietenii, alte persoane importante. 3. Copilul este încurajat să înțeleagă și să prețuiască patrimoniul său cultural, etnic și religios.
Nondiscriminare – standardul 8
Prestatorul de serviciu asigură respectarea principiului nondiscriminării la toate etapele de prestare
Rezultatul scontat: Prestarea serviciului este realizată fără nici o discriminare, indiferent de rasă, culoare, sex, limbă, religie, opinii politice sau de altă natură, de cetățenie, apartenența etnică sau originea socială, de statutul obținut prin naștere, de situația materială, de gradul și tipul de dizabilitate, de aspectele specifice de creștere și educație a copiilor, a părinților lor ori a altor reprezentanți legali ai acestora, de locul aflării lor (familie, instituție educațională, serviciu social, instituție medicală, comunitate etc.).
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Prestatorul de serviciu informează personalul Serviciului privind prevederile legale în domeniul nondiscriminării. 2. Personalul serviciului cunoaște prevederile legale în domeniul nondiscriminării și aplică metode și practici nondiscriminatorii în procesul de prestare a Serviciului.
Respectarea demnității și dreptul la viața privată – standardul 9
Personalul serviciului încurajează independența copilului și respectă dreptul copilului la viața privată.
Rezultatul scontat: Copilul beneficiază de asistență, care contribuie la formarea demnității personale, autoaprecierii și încrederii în sine.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Personalul Serviciului creează condiții și aplică metode de comunicare, care contribuie la formarea demnității personale, autoaprecierii, încrederii și respectului de sine la copil. 2. Personalul Serviciului abordează cu atenție dorința/nedorința copilului de a oferi informații cu privire la viața personală și familia sa.
Menținerea, dezvoltarea relațiilor cu membrii familiei și alte persoane apropiate copilului – standardul
Personalul Serviciului încurajează menținerea și dezvoltare a contactelor copilului cu membrii familiei și alte persoane apropiate copilului.
Rezultatul scontat: Copilul se află în relații bune cu membrii familiei și alte persoane apropiate acestuia.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. În funcție de rezultatele evaluării necesităților de asistență și dezvoltare a copilului planul individualizat de servicii conține măsuri menite pentru menținerea și/sau dezvoltarea relațiilor copilului cu membrii familiei și alte persoane apropiate copilului, precum și măsuri de stimulare a membrilor familiei și alte persoane apropiate copilului în vederea menținerii și/sau dezvoltării relațiilor cu copilul. 2. Managerul de caz contribuie la implementarea activităților practice pentru susținerea și/sau asistența copilului și a membrilor familiei, alte persoane apropiate copilului în vederea menținerii și/sau dezvoltării relațiilor între aceștia.

Sănătatea și igiena copilului – standardul 11

Prestatorul de serviciu asigură condiții și abilități adecvate pentru menținerea sănătății fizice și emoționale a copilului, precum și pentru formarea unui mod sănătos de viață la copil.

Rezultatul scontat: Copiii au format deprinderi pentru modul sănătos de viață.

Indicatori de realizare:

1. Prestatorul de serviciu, în cadrul programului de formare inițială și continuă, asigură informarea personalului despre semnele bolilor la copil și măsurile de acordare a primului ajutor în caz de urgență, precum și despre sănătatea generală și igiena personală, cu un accent deosebit pe promovarea unui mod sănătos de viață și combaterea bolilor, inclusiv infecțioase.
2. Personalul Serviciului aplică metode educative adecvate atât nivelului de vârstă, cât și tipului de probleme, pentru stimularea copiilor să adopte un stil de viață sănătos, să respecte igiena personală, alimentația sănătoasă și să practice exercițiul fizic.
3. Copiilor li se oferă oportunitatea să discute deschis și onest cu personalul Serviciului despre problemele apărute (consum de alcool, droguri, fumat, sănătate sexuală etc.).
4. Personalul serviciului formează copilului deprinderi de autoîngrijire.
5. Copilul este învățat să îngrijească obiectele personale și să le mențină în curățenie.
6. Serviciul dispune, în mod obligatoriu, de trusă medicală pentru stările de urgență, care este păstrată în siguranță.
7. Fiecare angajat al Serviciului oferă copiilor un exemplu personal de stil de viață sănătos și de comportament adecvat în comunitate.

Educația – standardul 12

Prestatorul de serviciu facilitează încadrarea copilului în programe și/sau instituții educaționale conform necesităților de dezvoltare și educaționale ale copilului.

Rezultatul scontat: Copilul este încadrat în programe și instituții educaționale conform vârstei și/sau necesităților educaționale.

Indicatori de realizare:

1. Personalul Serviciului oferă copiilor suport la pregătirea temelor, activități destinate să dezvolte copilului capacitatea de a fi independent în viața cotidiană, susținerea în dezvoltarea cognitivă și afectivă.
2. În cazul copiilor cu cerințe educaționale speciale, dosarul copilului conține copia de pe Planul educațional individualizat și copia de pe Raportul de evaluare complexă a dezvoltării copilului. În dosar sunt păstrate și alte documente relevante, inclusiv înregistrări ale istoriei educaționale și descrierea necesităților educaționale speciale.
3. Rezultatele obținute de copil în procesul educațional sunt înregistrate în dosarul copilului.

Activități – standardul 13

Prestatorul de serviciu asigură condiții adecvate pentru implicarea copilului în activități sportive, culturale și artistice în corespundere cu interesele acestuia.

Rezultatul scontat: Implicarea copilului în diverse activități sportive, culturale și artistice contribuie la dezvoltarea intelectuală și fizică a copilului și integrarea socială a acestuia.

Indicatori de realizare:

1. Prestatorul de serviciu și personalul Serviciului creează oportunități pentru copil de a participa într-o gamă de activități, care țin cont de vârsta, cultura, limba, religia, interesele și abilitățile lui, acestea fiind parte componentă a planului individualizat de servicii a copilului.
2. Personalul Serviciului asigură respectarea unui echilibru între activitățile de învățare și recreere necesar pentru restabilirea potențialului fizic și psihic al copilului, pentru a evita situațiile de surmenaj și extenuare.

3. Personalul Serviciului oferă copilului un mediu stimulator și oportunități de a alege cărți, jucării, jocuri, emisiuni TV și radio, filme potrivite vârstei și nivelului de dezvoltare a acestuia; facilitează participarea lui la activități educaționale, sportive, artistice și de recreere din comunitate.
4. Personalul Serviciului încurajează copilul să stabilească relații de prietenie cu alți copii.

Protecția de violență, neglijare și exploatare – standardul 14

Prestatorul de serviciu asigură copilului protecție de orice formă de violență, neglijare, exploatare, aplicând un sistem de reguli și proceduri de prevenire și reacționare la astfel de cazuri.

Rezultatul scontat: Copilul este protejat de violență, neglijare, exploatare.

Indicatori de realizare:

1. Prestatorul de serviciu are elaborat un set de reguli și proceduri de protecție a copilului de violență, neglijare, exploatare.
2. Personalul Serviciului, copiii și familia acestuia sunt informați despre regulile și procedurile de protecție a copilului de violență, neglijare și exploatare, într-un limbaj accesibil.
3. Prestatorul de serviciu asigură instruirea personalului Serviciului în aspecte de protecție a copilului de violență, neglijare și exploatare, depistarea semnelor și raportarea cazurilor de violență, neglijare și exploatare, înțelegerea și controlul comportamentului provocator al copilului, aplicarea măsurilor nonviolente de disciplinare a copilului, alte aspecte.
4. În cazul sesizărilor referitoare la cazurile suspecte de violență, neglijare, exploatare, trafic al copilului personalul Serviciului acționează conform prevederilor mecanismului intersectorial de cooperare pentru identificarea, evaluarea, referirea, asistența și monitorizarea copiilor victime și potențiale victime ale violenței, neglijării, exploatării, traficului.

Condiții sigure pentru copii în cadrul Serviciului – standardul 15

Prestatorul de serviciu asigură copiilor un mediu intern sigur și adaptat necesităților individuale ale acestora.

Rezultatul scontat: Spațiile interne și externe ale Serviciului sunt sigure, accesibile și conform necesităților copiilor.

Indicatori de realizare:

1. Serviciul se află într-o zonă favorabilă pentru copii, respectându-se următoarele criterii:
 - a. serviciile din comunitate (instituții de învățământ, medicale, sociale, culturale) sunt proximale;
 - b. corespunde normelor sanitare și este autorizat de Centrul de Sănătate Publică teritorial.
2. Serviciul este amenajat într-un mod care asigură accesibilitatea persoanelor cu dizabilități, fiind dotat cu căi de acces, instalate cu respectarea actelor normative în vigoare vizând domeniul respectiv.
3. Spațiile interne ale Serviciului corespund următoarelor cerințe:
 - a. sunt asigurate cu sisteme de ventilare și iluminare naturală și artificială;
 - b. culorile folosite pentru amenajarea spațiilor interioare sunt neutre și nu sunt iritante;
 - c. asigură condiții de protecție a copilului de orice traumatizare: securitatea prizelor, colțurilor ascuțite ale mobilierului, geamurilor, balcoanelor, scărilor etc.
4. Serviciul dispune de spații comune constituite din: camera pentru recreere și camera pentru pregătirea temelor.
5. Camera pentru recreere este dotată cu mobilier și echipament pentru odihnă, jocuri, activități de socializare și discuții tematice în grup: fotolii, masă pentru reviste, masă comună, scaune, dulap pentru materiale educative, jocuri, jucării, echipament tele/audio/video.
6. Camera pentru pregătirea temelor este dotată cu: masă, scaune, dulap pentru cărți, materiale didactice, computer.
7. Mobilierul și echipamentul Serviciului corespunde numărului și necesităților copiilor.

8. Serviciul dispune de spațiu separat pentru discuții confidențiale cu beneficiarii.
9. Serviciul dispune de spațiu separat pentru personal, care este dotat cu masă de birou, scaune, computer, safeu, dulap pentru cărți.
10. Serviciul dispune de spații igienico-sanitare separate pentru copii și personal.
11. Serviciul dispune de 2 blocuri igienico-sanitare pentru copii.
12. Medicamentele, substanțele chimice sunt păstrate în locuri inaccesibile pentru copil.
13. Copilul este informat despre riscurile și pericolele utilizării echipamentului și utilajului din Serviciu și, în funcție de vârstă și capacități, are acces limitat sau este învățat să utilizeze echipamentul și utilajele respective.
14. Directorul Serviciului afișează la un loc vizibil telefoanele de contact ale asistenței medicale de urgență, poliției, serviciilor antiincendiar, gaze, precum și a autorității tutelare locale și teritoriale. Personalul Serviciului învață copiii cum și în ce situații să apeleze serviciile respective.
15. Copiii și personalul Serviciului cunosc procedurile de evacuare urgentă, în caz de incendiu sau cutremur.

Depunerea și examinarea plângerilor – standardul 16

Prestatorul de serviciu asigură copilului și familiei posibilitatea de a depune plângeri cu privire la calitatea serviciului prestat, inclusiv cu privire la cazurile de violență, neglijare și exploatare identificate pe parcursul prestării serviciului.

Rezultatul scontat: Aplicarea procedurilor de depunere și examinare a plângerilor contribuie la creșterea calității serviciilor prestate copilului.

Indicatori de realizare:

1. Prestatorul de serviciu dispune de o procedură de depunere și examinare a plângerilor.
2. Prestatorul de serviciu asigură informarea copilului, părinților/altui reprezentant legal al copilului și personalului Serviciului despre procedura de depunere și examinare a plângerilor.
3. Prestatorul de serviciu dispune de Registrul de înregistrare a plângerilor, care conține inclusiv informații privind modul de examinare a plângerilor și măsurile întreprinse.

Admiterea copilului în Serviciu – standardul 17

Prestatorul de serviciu asigură respectarea procedurii de admitere a copilului în Serviciu.

Rezultatul scontat: Copiii sunt admiși în Serviciu ca rezultat al asigurării alegerii asistenței sociale optimale necesităților acestora.

Indicatori de realizare:

1. Prestatorul de serviciu asigură admiterea în Serviciu a copilului aflat în evidența autorității tutelare în calitate de copil în situație de risc, în baza cererii părinților/altui reprezentant legal al copilului.
2. Părinții/alt reprezentant legal al copilului anexează la cerere copia de pe certificatul de naștere al copilului, copia de pe buletinul de identitate al părinților/altui reprezentant legal al copilului, iar în cazul lipsei acestora prezintă certificatul despre componența familiei, eliberat de autoritatea publică locală.
3. În cazul referirii copilului la Serviciu de către autoritatea tutelară în evidența căreia se află copilul, la fișa de referire se anexează evaluarea inițială și complexă a situației copilului, planul individual de asistență și dispoziția de luare în evidență a copilului în situație de risc.
4. În cazul adresării directe a părinților/altui reprezentant legal al copilului la Serviciu, prestatorul de serviciu solicită, în termen de 3 zile lucrătoare, autorității tutelare în evidența căreia se află copilul prezentarea evaluării inițiale și complexe a situației copilului, planul individual de asistență și dispoziția de luare în evidență a copilului în situație de risc.
5. Prestatorul de serviciu examinează, în termen de cel mult 3 zile lucrătoare, cererea și actele anexate și ia decizia cu privire la admiterea copilului în serviciu.

6. Directorul Serviciului efectuează înscrierea copilului admis în Serviciu în Registrul de evidență, încheind cu părinții/alt reprezentant legal al copilului Acordul de colaborare.
7. După admiterea copilului în Serviciu, directorul Serviciului desemnează managerul de caz, din cadrul personalului specializat.
8. Managerul de caz, în termen de 7 zile calendaristice de la admiterea copilului în Serviciu, realizează de comun cu personalul specializat din cadrul Serviciului, specialistul responsabil de serviciu din cadrul structurii teritoriale asistență socială, alți specialiști, precum și părinții/alt reprezentant legal al copilului, evaluarea necesităților de asistență și dezvoltare al copilului.

Planul individualizat de servicii – standardul 18

Prestatorul de serviciu asigură elaborarea planului individualizat de servicii pentru fiecare copil beneficiar de Serviciu în baza evaluării necesităților de asistență și dezvoltare a copilului.

Rezultatul scontat: Fiecare copil, beneficiar de Serviciu, are un plan individualizat de servicii racordat la necesitățile sale de asistență și dezvoltare.

Indicatori de realizare:

1. Managerul de caz, în termen de 7 zile calendaristice de la admiterea copilului în Serviciu, elaborează, în baza rezultatelor evaluării necesităților de asistență și dezvoltare a copilului, planul individualizat de servicii, în comun cu personalul specializat din cadrul Serviciului, specialistul responsabil de serviciu din cadrul structurii teritoriale de asistență socială, alți specialiști, după caz, precum și copilul, părinții/alt reprezentant legal al copilului.
2. Managerul de caz asigură informarea copilului și a părinților/alt reprezentant legal al copilului privind conținutul planului individualizat de servicii.

Revizuirea planului individualizat de servicii a copilului – standardul 19

Prestatorul de serviciu asigură revizuirea planului individualizat de servicii al copilului.

Rezultatul scontat: Revizuirea planului individualizat de servicii contribuie la asigurarea asistenței și dezvoltării copilului conform necesităților acestuia.

Indicatori de realizare:

1. Managerul de caz realizează revizuirea planului individualizat de servicii după prima lună de la admitere, ulterior o dată la trei luni.
2. Revizuirea planului individualizat de servicii se realizează în ședințe, cu participarea managerului de caz, personalul specializat din cadrul Serviciului, specialistul responsabil de serviciu din cadrul structurii teritoriale de asistență socială, alți specialiști, precum și părinții/alt reprezentant legal al copilului.
3. Managerul de caz întocmește procesul-verbal al ședinței de revizuire în care include concluziile și recomandările privind modificarea și completarea planului individualizat de servicii și în funcție de rezultate:
 - a. întocmește planul individualizat de servicii în care sunt reflectate modificările și completările;
 - b. prelungește termenul de implementare a planului individualizat de servicii existent.
4. Managerul de caz întocmește anual Raportul cu privire la rezultatele implementării planului individualizat de servicii și un exemplar îl prezintă autorității tutelare în evidența căreia se află copilul, precum și la solicitarea autorității tutelare.
5. Managerul de caz aduce la cunoștința copilului, părinților/altui reprezentant legal al copilului rezultatele revizuirii planului individualizat de servicii.

Ieșirea copilului din serviciu – standardul 20

Prestatorul de serviciu asigură pregătirea copilului și, după caz, a familiei acestuia pentru ieșirea copilului din Serviciu.

Rezultatul scontat: Fiecare copil este pregătit pentru ieșirea din Serviciu conform necesităților individuale de asistență și dezvoltare ale copilului.

Indicatori de realizare:

1. Managerul de caz propune sistarea serviciilor prestate în Serviciu în următoarele situații:
 - a. la realizarea obiectivelor stipulate în planul individual de asistență;
 - b. la cererea părinților/altui reprezentant legal al copilului;
 - c. dacă beneficiarul încalcă sistematic prevederile Regulamentului de ordine interioară a Serviciului;
 - d. dacă există circumstanțe care ar putea afecta integritatea fizică sau psihică a unuia dintre beneficiarii Serviciului.
2. Managerul de caz întocmește Raportul privind oportunitatea sistării serviciilor în cadrul Serviciului și îl prezintă directorului Serviciului.
3. Prestatorul de serviciu, în comun cu directorul Serviciului, managerul de caz și specialistul responsabil de serviciu din cadrul structurii teritoriale asistență socială examinează Raportul privind oportunitatea sistării serviciilor și ia decizia corespunzătoare.
4. Directorul Serviciului, în comun cu managerul de caz, informează copilul, părinții/alt reprezentant legal al copilului despre cauza și modalitatea de sistare a serviciilor.
5. Directorul Serviciului efectuează înscrierea privind ieșirea copilului din Serviciu în Registrul de evidență a copiilor beneficiari.
6. Managerul de caz notifică în scris autoritatea tutelară în evidența căreia se află copilul despre ieșirea copilului din Serviciu.
7. Managerul de caz, în termen de 3 zile lucrătoare de la sistare, notifică în scris autoritatea tutelară în evidența căreia se află copilul despre ieșirea copilului din Serviciu și-i transmite o copie de pe Raportul cu privire la rezultatele implementării planului individualizat de servicii.

Standardele minime de calitate pentru Centrele de zi pentru copii în situație de risc cu privire la resursele umane

Angajarea personalului – standardul 22
Prestatorul de serviciu respectă procedura de angajare și promovare a personalului.
Rezultatul scontat: Personalul Serviciului are calificare, competență, experiență și calitate personale care corespund cerințelor profesionale stabilite.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Prestatorul de serviciu efectuează selectarea, angajarea și promovarea personalului serviciului în conformitate cu legislația în vigoare. 2. Angajarea personalului specializat se face prin concurs. 3. Directorul Serviciului face parte din comisia de concurs pentru angajarea personalului specializat, instituită de către Prestatorul de serviciu. 4. Personalul Serviciului este obligat să efectueze examenul medical profilactic la angajare în serviciu, iar ulterior conform prevederilor actelor normative în vigoare ale Ministerului Sănătății. 5. Contractul individual de muncă se încheie între prestatorul de serviciu și personalul Serviciului.
Formarea profesională a personalului – standardul 23
Prestatorul de serviciu asigură formarea inițială și continuă a personalului din cadrul Serviciului.
Rezultatul scontat: Formarea personalului Serviciului contribuie la prestarea calitativă a Serviciului.
Indicatori de realizare:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Prestatorul de serviciu asigură formarea inițială și continuă a personalului specializat al Serviciului. 2. La angajare, personalul specializat al Serviciului beneficiază de un program de formare inițială cu o durată de 50 de ore.

3. Directorul Serviciului identifică necesitățile de formare a personalului în vederea creșterii competenței acestuia în procesul de prestare a serviciilor și elaborează Planul anual de formare continuă a personalului.
4. Prestatorul de serviciu organizează, anual, pentru personalul specializat, cursuri de formare profesională continuă, cu durata de minim 20 de ore.
5. Cursurile de formare profesională continuă sunt organizate de către prestatorul de serviciu, anual, în baza curriculumului de formare, aprobat de Ministerul Muncii, Protecției Sociale și Familiei și necesităților de instruire identificate.

Supervizarea personalului – standardul 25

Prestatorul de serviciu asigură supervizarea profesională sistematică a personalului Serviciului.

Rezultatul scontat: Angajații Serviciului beneficiază de supervizare profesională, care contribuie la îmbunătățirea calității serviciului prin consolidarea competențelor profesionale, gestionarea eficientă a sarcinilor și timpului de lucru.

Indicatori de realizare:

1. Prestatorul de serviciu organizează procesul de supervizare profesională a personalului.
2. Ședințele de supervizare se desfășoară lunar, în grup sau individual și se protocoalează.
3. Conținutul ședințelor de supervizare se referă la:
 - a. metodele și tehnicile aplicate;
 - b. discutarea cazurilor dificile și identificarea soluțiilor;
 - c. schimb de experiență;
 - d. starea emoțională a personalului;
 - e. consolidarea spiritului de echipă;
 - f. alte aspecte.
4. Rezultatele supervizării specialiștilor sunt utilizate în procesul de evaluare a necesităților de formare a personalului.

Evaluarea performanței personalului – standardul 26

Prestatorul de serviciu asigură evaluarea anuală a competențelor profesionale ale personalului Serviciului.

Rezultatul scontat: Evaluarea anuală a competențelor profesionale contribuie la creșterea calității Serviciului.

Indicatori de realizare:

1. Evaluarea personalului se realizează anual.
2. Procesul de evaluare se efectuează conform grilei de evaluare bazate pe criterii clare elaborate de prestatorul de serviciu și se axează pe:
 - a. rezultatele activității personalului în prestarea serviciului;
 - b. rezultatele participării la cursuri de formare profesională.
3. Rezultatele evaluării personalului sunt utilizate în procesul de evaluare a necesităților de formare a personalului.

Capitolul I.3. PRINCIPIILE DEONTOLOGICE PENTRU PROFESIONIȘTII DIN DOMENIUL PROTECȚIEI COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Principiile codului de conduită al funcționarului public din Republica Moldova;
- ✓ Setul de valori exprimat de Codul Deontologic al asistentului social.

1.3.1. Codul de conduită al funcționarului public din Republica Moldova

Activitatea funcționarilor publici trebuie să se bazeze pe anumite reguli de conduită și cerințe etice, specifice profesiei ca formă a eticii sociale. Întrucât funcționarii publici se află în contact permanent cu cetățenii, acțiunile și comportamentul lor atât în interiorul, cât și în afara instituției trebuie să inspire respectul și încrederea publicului.

Codul-model de conduită pentru funcționarii publici, aprobat de Comitetul de Miniștri al Consiliului Europei în cadrul celei de-a 106-a sesiuni din 11 mai 2000, a constituit drept punct de inițiere pentru codurile de conduită similare din statele-membre ale Consiliului Europei. În afară de Recomandarea Comitetului de Miniștri al Consiliului Europei Nr. R (2000) 10 „Privind codurile de conduită pentru funcționarii publici”, prin care s-a sugerat statelor membre ale Consiliului Europei elaborarea codurilor de conduită pentru funcționarii publici, propuneri principiale în acest sens au fost exprimate și în „Cadrul Etic pentru Sectorul Public”, document adoptat de către Directorii Generali responsabili de Administrația Publică în statele-membre ale Uniunii Europene în cadrul celei de-a 43-a reuniuni de la Maastricht, Olanda, în 2004, la propunerea președinției olandeze a UE.

Republica Moldova a ținut cont de normele internaționale și a promovat Legea nr. 25 din 22.02.2008 privind Codul de conduită a funcționarului public.

Astfel, în temeiul Legii menționate, Codul de conduită a funcționarului public reglementează conduita funcționarului public în exercitarea funcției publice. Codul are drept scop stabilirea unor norme de conduită în serviciul public și informarea cetățenilor cu privire la conduita pe care trebuie să o adopte funcționarul public în vederea oferirii unor servicii publice de calitate; asigurarea unei administrări mai bune întru realizarea interesului public; contribuirea la prevenirea și eliminarea corupției din administrația publică și crearea unui climat de încredere între cetățeni și autoritățile publice.

Normele prevăzute de Codul de conduită sunt obligatorii pentru toți funcționarii publici - atât pentru cei cu statut general, cât și pentru cei cu statut special. Pentru funcționarii publici cu statut special, normele Codului de conduită se aplică în măsura în care acestea nu vin în contradicție cu normele deontologice statuate în legile speciale și/sau codurile de conduită sectoriale. Codul de conduită nu este aplicabil personalului contractual și nici demnitarilor sau judecătorilor.

În exercitarea funcției publice, funcționarul public se călăuzește de următoarele **principii**:

Principiul legalității

În exercitarea atribuțiilor ce îi revin, funcționarul public este obligat să respecte Constituția Republicii Moldova, legislația în vigoare și tratatele internaționale la care Republica Moldova este parte.

Funcționarul public care consideră că i se cere sau că este forțat să acționeze ilegal sau în contradicție cu normele de conduită va comunica acest fapt conducătorilor săi. Principiul legalității este unul dintre principiile fundamentale ale dreptului, el reprezentând acea regulă fundamentală în al cărei temei toți subiecții de drept – persoane fizice și juridice, autorități publice și organizații non-guvernamentale, funcționari și cetățeni străini etc. – au îndatorirea de a respecta Constituția, legile și celelalte acte juridice, normative și individuale, întemeiate pe lege și aplicabile raporturilor sociale la care participă.

Principiul legalității presupune că funcționarul public este obligat, pe de o parte, să respecte prevederile Constituției Republicii Moldova, ale legislației în vigoare și ale tratatelor internaționale la care Republica Moldova este parte, iar pe de alta – să contribuie la punerea lor în aplicare. În situația în care

conducătorul îi cere funcționarului public să îndeplinească o dispoziție pe care acesta o consideră ilegală, funcționarul public are dreptul să refuze, în scris și motivat, îndeplinirea acesteia. Dacă funcționarul public nu este sigur de legalitatea unei dispoziții, acesta urmează să comunice în scris autorului dispoziției dubiile sale, precum și să aducă la cunoștința conducătorului ierarhic superior al acestuia astfel de situații. Dacă funcționarului public i se cere să acționeze ilegal din partea celor față de care nu are raporturi de subordonare, el este obligat să informeze conducătorii săi și organele competente. Funcționarul public este pasibil de răspundere disciplinară, dacă a executat dispoziția ilegală, nu a comunicat autorului dispoziției dubiile sale sau nu a adus situația respectivă la cunoștința conducătorului ierarhic superior al celui ce a formulat dispoziția.

Principiul imparțialității

Principiul imparțialității presupune că funcționarul public, în exercitarea funcției publice, nu va face nici o deosebire de tratament între cei implicați, indiferent de rasa acestora, naționalitatea, originea etnică, limba vorbită, religie, sex, apartenența politică, sau originea socială. În relațiile interumane, atât în interiorul autorității (în relația cu colegii), cât și în afara ei (în relația cu cetățenii), funcționarul public trebuie să acționeze în limita bunului-simț și să aibă o conduită corespunzătoare. Prin poziția oficială pe care o deține, funcționarul public nu trebuie să influențeze alte persoane pentru ca acestea să acționeze în contradicție cu prevederile legislației.

Principiul independenței

Apartenența politică a funcționarului public nu trebuie să influențeze comportamentul și deciziile acestuia, precum și politicile, deciziile și acțiunile autorităților publice.

În exercitarea funcției publice, funcționarului public îi este interzis:

- a. să participe la colectarea de fonduri pentru activitatea partidelor politice și a altor organizații social-politice;
- b. să folosească resursele administrative pentru susținerea concurenților electorali;
- c. să afișeze, în incinta autorităților publice, însemne sau obiecte inscripționate cu sigla sau denumirea partidelor politice ori a candidaților acestora;
- d. să facă propagandă în favoarea oricărui partid;
- e. să creeze sau să contribuie la crearea unor subdiviziuni ale partidelor politice în cadrul autorităților publice.

Principiul profesionalismului

Funcționarul public este obligat să îndeplinească sarcinile și atribuțiile de serviciu în mod profesionist, ceea ce presupune responsabilitate, competență, eficiență, promptitudine și corectitudine. Profesionalismul se realizează prin îndeplinirea sarcinilor de serviciu, aplicând cunoștințele teoretice și deprinderile practice dobândite pe parcursul activității. Funcționarii publici sunt atât în drept, cât și obligați să-și dezvolte abilitățile profesionale.

Principiul loialității

Principiul loialității presupune că funcționarul public trebuie să fie atașat de autoritatea în care activează, aceasta însemnând că el nu trebuie să întreprindă acțiuni ce ar denigra, sabota, știrbi imaginea entității, sau ar defăima persoanele care se află în fruntea ei. Principiul loialității se raportează strict la autoritatea publică, nu la conducătorii ei, nefiind echivalentul devoțiunii față de conducere.

Încălcarea codului constituie, după caz, abatere disciplinară, contravenție sau infracțiune, căreia i se aplică, respectiv, prevederile legislației privind funcția publică și statutul funcționarului public, ale Codului contravențional sau ale Codului penal.

1.3.2. Codul deontologic al asistentului social

Codul deontologic al asistentului social a fost aprobat prin ordinul ministrului muncii, protecției sociale și familiei și este menit să servească drept ghid pentru comportamentul profesioniștilor din domeniul asistenței sociale, exprimând standardele comportamentului etic în relațiile cu colegii, beneficiarii și comunitatea sub diferite aspecte.

Statutul profesional al asistentului social depinde de competența pe care o manifestă, iar aceasta, la rândul ei, depinde de gradul de înțelegere și „interiorizare” a valorilor specifice asistenței sociale.

Setul de valori al Asistenței Sociale exprimă în esență:

- ✓ obligația de a asigura o „justiție socială”;
- ✓ protecție și „bunăstare socială”;
- ✓ ridicarea „calității vieții” individuale, familiale și de grup în cadrul comunității;
- ✓ repudierea tuturor formelor de discriminare, marginalizare.

Asistentul social își desfășoară activitatea pe baza principiului independenței profesionale, care îi conferă dreptul de inițiativă și decizie în exercitarea actului profesional, cu asumarea deplină a răspunderii pentru calitatea acestuia.

Independența asistentului social nu poate prejudicia în niciun fel interesele beneficiarului serviciului.

Asistentul social pledează pentru condiții de viață care să conducă la satisfacerea nevoilor umane de bază și promovează valorile sociale, economice, politice și culturale, compatibile cu principiile justiției sociale.

Asistentul social prestează servicii de asistență socială specifice tipului de intervenție și beneficiarului serviciilor. Relațiile asistentului social cu beneficiarii serviciilor sale profesionale se bazează pe onestitate și confidențialitate.

Concluzionând, accentuăm faptul că succesul în activitatea profesională și satisfacția personală pentru profesia practică depinde, în primul rând, de dăruire care nu poate exista fără cultivarea sistematică a convingerii ferme că drepturile omului și, implicit, drepturile copilului trebuie să fie o realitate pentru purtătorii acestor drepturi.

MODULUL II.

CREȘTEREA ȘI DEZVOLTAREA COPILULUI

Personalitatea copilului se formează prin intermediul interacțiunilor zilnice și depinde foarte mult de comportamentul adulților. Respectiv, comportamentul profesioniștilor din domeniul social influențează nemijlocit dezvoltarea personalității copilului. Cunoașterea proceselor creșterii și dezvoltării copilului are o deosebită semnificație atât pentru înțelegerea manifestărilor comportamentale ale acestuia, cât și pentru nevoia aprecierii unor aspecte de identitate.

Modulul dat își propune o amplă descriere a particularităților de vârstă și a crizelor de dezvoltare prin care trece un copil în dependență de factorii de mediu care îl înconjoară. Depășirea cu succes a unei crize este garantul unei personalități integre la maturitate.

Modulul mai prezintă nevoile fundamentale ale copilului, o atenție deosebită acordându-se nevoii de atașament, care este înăscută și este destinată supraviețuirii. Relația de atașament se formează în primii doi ani de viață ai copilului și este influențată, pe lângă atitudinea și caracteristicile mamei, de particularitățile copilului, ca participant activ la interacțiune, precum și de caracteristicile mediului de îngrijire. De asemenea, modulul prezintă importanța și rolul familiei în procesul de reabilitare a copilului ca personalitate.

Capitolul II.1. PARTICULARITĂȚILE DE VÂRSTĂ ȘI CRIZELE DE DEZVOLTARE ALE COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Nevoile fundamentale ale copilului;
- ✓ Nevoile emoționale ale copilului;
- ✓ Particularitățile psihofiziologice în dezvoltarea copilului la diferite etape de vârstă;
- ✓ Crizele dezvoltării psiho-sociale ale copilului;
- ✓ Depășirea corectă a crizelor de dezvoltare ale copilului.

2.1.1. Nevoile fundamentale ale copilului

Un copil, care crește fără atenția și prezența părintelui, nu va deveni un adult puternic, conștient de locul și de valoarea sa în lume. Acest copil riscă să devină un adult neîmplinit emoțional, incapabil să răspundă nevoilor afective ale propriului copil în viitor. Când nevoile unui om nu sunt satisfăcute, acesta nu poate evolua sănătos, eficient, echilibrat și armonios în societate. În cazul copiilor plasați în diferite servicii, ce au menirea de a le substitui familia, rolul de a îndeplini nevoile acestora le revine îngrijitorilor².

Abraham Maslow este cel care a creat celebra piramidă a trebuințelor oricărei persoane, nevoi care pornesc de la bază – cele fundamentale, ce asigură supraviețuirea și ajung spre vârf – cele superioare, ce asigură dezvoltarea armonioasă și completă a persoanei. Piramida trece de la nevoi exterioare la cele interioare, ce asigură dezvoltarea personalității.

Această piramidă a nevoilor este un instrument prețios când discutăm despre dezvoltarea copilului odată ce permite urmărirea satisfacerii nevoilor copilului, stabilind la care nivel pot exista lacune. Conform teoriei lui Maslow, îndeplinirea nevoilor dintr-un nivel va duce în mod natural la nevoile de mai sus – asigurând astfel dezvoltarea armonioasă a copilului. În momentul în care, copilul resimte una dintre nevoi, aceasta înseamnă ca ea nu este complet îndeplinită și că dezvoltarea spre nivelurile de mai sus devine dificilă sau chiar este stopată.

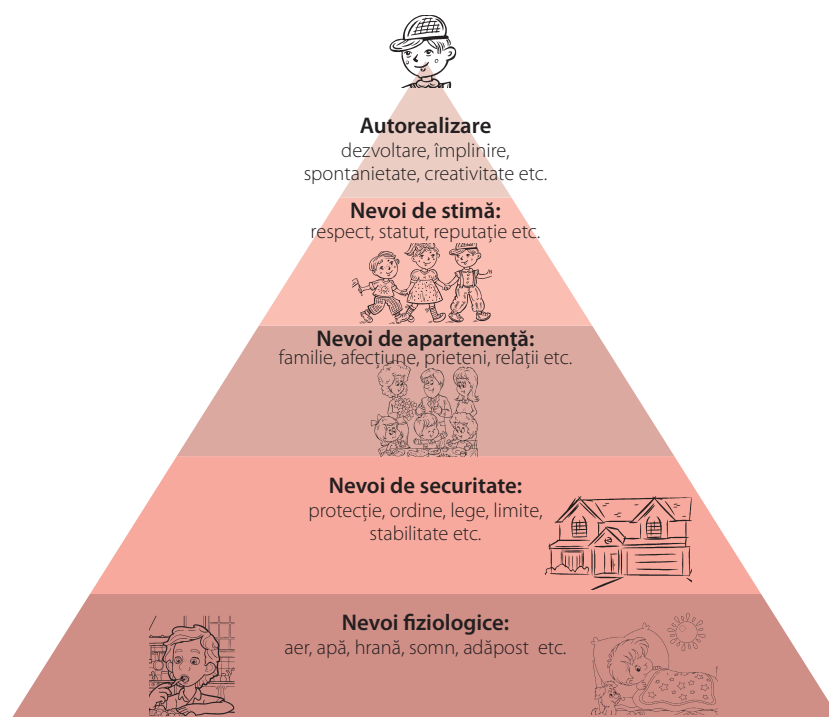


Figura 1. Piramida nevoilor copilului

² Asistenți parentali profesioniști, părinți-educatori, specialiști din cadrul serviciilor de plasament temporar și a celor de zi

1. Nevoile fiziologice – se află chiar la baza piramidei, reprezentând nevoile fundamentale de supraviețuire: nevoia de hrană și apă, nevoia de somn, de adăpost și curățenie, adică acele nevoi care asigură supraviețuirea. Ideea esențială ce ține de acest nivel constă în faptul că, dacă nu sunt îndeplinite 85% din nevoile fiziologice, copilul nu va putea trece la următorul nivel în dezvoltarea sa, adică, dacă copilului îi este foame, acesta nu se va preocupa de alte nevoi (de a fi creativ sau de a învăța ceva nou, de exemplu).

2. Nevoile de securitate – reprezintă nivelul doi în piramida nevoilor copilului: securitatea, protecția și asigurarea unui mediu stabil. Părinții trebuie să protejeze copilul de factorii de risc, să îi impună anumite granițe în felul de a se comporta și să-i asigure atât fizic, cât și psihic un mediu echilibrat, sigur și confortabil. Urmând ideea necesității îndeplinirii fiecărui nivel al piramidei: copilul ce nu are o familie stabilă, un mediu de trai securizat și nu simte protecție, va rămâne „blocat” la acest nivel, tânjind după securitate (aceste carențe vor fi explicate mai detaliat în capitolul II.3.).

3. Nevoile de apartenență (afecțiune și socializare). Este bine cunoscut faptul că omul este ființă socială. Încă din primii ani de viață, copilul are nevoie de apropierea altora, de atenție și afecțiune. Bebelușii simt nevoia de a avea pe altcineva alături, de contact, de sentimentul de apartenență la o familie. Copilul învață și se dezvoltă prin intermediul interacțiunii cu ceilalți. Astfel, copilul are nevoie de persoane semnificative în viață, care să-i ofere primele cunoștințe despre lume și să-i ofere afecțiune.

Nevoile de apartenență se bazează în primii ani pe părinți, iar, odată cu creșterea, ele se extind și asupra altor persoane – prieteni, gașcă etc., astfel învățând regulile adaptării și interacțiunii în grupuri de persoane de aceeași vârstă. Un copil izolat, care nu are relații sociale cu alți copii și care este neglijat de către părinți va suferi după formarea unor legături umane.

Notă pentru profesioniști:

Un subiect delicat pentru îngrijitorii din APP și CCTF revine și atitudinii pe care trebuie să o aibă când copilul îi numește „mamă”, „tată”. Explicațiile pe care psihologii le dau în aceste cazuri sunt diferite. Unii psihologi sunt de părere că îngrijitorul are obligația să-i explice copilului, încă din primele zile de la primirea copilului, indiferent de vârsta copilului, că ea nu este mama sa și soțul său nu este tatăl său. Copilul înțelege încă din primele clipe de viață ce i se comunică și mai ales cum se comunică cu el. Unii specialiști recomandă utilizarea prenumelui, Ana, Maria etc. pentru a numi îngrijitorul. Alții spun însă că se poate utiliza și „mamă Ana, mamă Maria”, însă nicidecum simplu „mamă”.

Cu siguranță, orice copil își dorește să aibă o mamă și interesul superior al copilului ar fi ca acesta să aibă o familie. Nu trebuie însă să ignorăm faptul că acest copil este, de cele mai multe ori, plasat pentru o perioadă determinată, urmând ca apoi să fie adoptat de către o familie sau integrat în familia biologică sau familia extinsă. Atunci va putea să exerseze din plin terminologia specifică familiei dar și să o experimenteze. Între timp, poate avea drept model familial, modelul familiei dumneavoastră și acest lucru îl va ajuta în viitor să se integreze într-o altă familie.

4. Nevoile de stimă. Următorul nivel al piramidei nevoilor copilului se referă la nevoile de stimă: nevoia de a fi valorizat, apreciat, sprijinit și respectat de cei din jur. Un copil, indiferent de vârstă, are mare nevoie să știe că este iubit, apreciat, încurajat și respectat, mai ales de către persoanele importante pentru el. Pe măsură ce își dezvoltă relațiile sociale, el va resimți această nevoie de apreciere și din partea altor copii și adulți (îngrijitor, învățător, frate mai mare, prieten, colegi de clasă etc.). Tratarea copilului cu indiferență sau cu agresivitate distruge în copil satisfacerea acestor nevoi. Fără a aprecia, valoriza, sprijini și încuraja copilul – prin vorbe și gesturi – el nu își va forma o stima de sine adecvată. Această nevoie de stimă motivează, de asemenea, copilul să obțină succese (la școală, în grupul de prieteni sau în alte activități), iar prin succesul obținut, el își consolidează stima de sine devine o personalitate integră.

5. Nevoia de autorealizare. Cu cât sunt îndeplinite, succesiv, nevoile, cu atât persoana va resimți nevoile superioare, fiind motivată să acționeze spre îndeplinirea lor și dezvoltându-se ca personalitate. A. Maslow spune că un copil nu poate ajunge la vârful piramidei dintr-odată: el trebuie să treacă prin cele-

lalte trepte, și, la atingerea vârfului, va fi deja adult. Însă, din anumite puncte de vedere, și copilul ar putea ajunge la nevoia de autorealizare prin acumularea cunoștințelor, dezvoltarea unor abilități speciale, fixarea unor vise, scopuri. De fapt, acest vârf se referă la tot ceea ce înseamnă creșterea ca om: de la aspectele concrete – acumularea cunoștințelor și dezvoltarea competențelor, la aspecte spirituale – preocuparea pentru sensul vieții.

Copiii mici nu își pot îndeplini singuri nevoile, așa cum o plantă nu se poate uda singură.

Piramida nevoilor copilului ar putea fi explicată ca o scară, și, dacă se reușește urcarea la o treaptă, se va dori urcarea și pe următoarea, astfel până se ajunge în vârf, vârful semnificând o persoană satisfăcută și dezvoltată multilateral. Însă, pentru a ajunge în vârf, copilul va trebui să găsească îndeplinirea nevoilor la fiecare treaptă, iar în acest context, părinții sunt cei ce trebuie să fie sprijinul pe parcursul primelor 4 trepte.

Sugestii în îndeplinirea nevoilor fundamentale ale copilului:

- ✓ *Deprindeți copilul, treptat, cu regimul de somn-veghe caracteristic familiei dumneavoastră. Înaintea de a veni în familia dumneavoastră este posibil ca acest copil să fi avut un alt regim.*
- ✓ *Oferiții copilului satisfacția de a gusta diferite alimente, dar nu mai mult de 2 noutăți pe săptămână, în caz contrar, riscați să-l obișnuți doar cu ceva nou sau să-i creați tulburări ale digestiei.*
- ✓ *Stabiliți reguli clare și respectați-le. În cazul în care ați stabilit niște reguli, este important să le respecte toți membrii familiei. Odată cu trecerea timpului, regulile vor trebui ajustate și adaptate noilor situații. Fiecare familie va avea propriile sale reguli.*
- ✓ *Oferiții copilului oportunitatea de a-și crea noi prieteni. Ghidați-l, însă nu-i interziceți să prietenească cu cineva anume sau să prietenească cu cine îi indicați dumneavoastră.*
- ✓ *Încurajați copilul prin vorbe și gesturi („ești bravo!”, „știam că vei reuși!”) – (Anexa 1).*
- ✓ *Ascultați-i visele, scopurile și, pe cât este posibil, dezvoltați potențialul copilului.*

2.1.2. Nevoile emoționale ale copilului

Copiii, cu siguranță, nu vin pe lume însoțiți de un manual de utilizare. Și dacă ar fi așa, atunci capitolul despre cum ar fi un copil fericit nu ar fi foarte complicat, deoarece există o formulă care, la prima vedere, este foarte simplă pentru orice îngrijitor al unui copil:

**Îndeplinirea în mod consistent a nevoilor
emoționale ale copilului = copil fericit**

Un copil ajunge să fie fericit atunci când îngrijitorii satisfac, în mod constant, nevoile lui, iar, pe măsură ce va crește, copilul va deveni din ce în ce mai capabil să-și îndeplinească nevoile de sinestător.

1. **Nevoia de dragoste.** Copiii au nevoie de dragoste când au dreptate, când nu au dreptate, când sunt fericiți și când sunt triști. Ei au nevoie să fie iubiți așa cum sunt, tot timpul.
2. **Nevoia de onestitate.** Copiii au nevoie de a cunoaște oamenii și de a avea încredere în ei. Minciuna, adevărul spus pe jumătate și deceptiile îl fac pe copil să fie confuz. Îngrijitorul este cel mai important model în acest sens ajutându-l să fie onest, prin exemplul propriu.
3. **Nevoia de respect.** Copilul trebuie tratat ca o persoană valoroasă. Trebuie lăsat să facă alegeri. Are nevoie de explicații pentru unele decizii care sunt luate împreună cu adultul. Impunerea, fără a înțelege importanța lor, îl privează pe copil de posibilitatea de a învăța să ia singur decizii. De asemenea, este necesară folosirea unui limbaj al respectului (mulțumesc, „iartă-mă”, „te rog” etc.).

Notă pentru profesioniști:

În cazul îngrijitorilor, există o dificultate în îndeplinirea acestei nevoi de dragoste pentru copil, odată ce există o luptă între „cantitatea de dragoste” suficientă de care are nevoie copilul pentru a crește armonios și „cantitatea de dragoste” care i se poate oferi copilului, astfel încât să nu se atașeze prea mult de acesta, suferind, mai târziu când, acesta va părăsi familia.

Rezolvarea acestui conflict nu are o soluție universală și depinde de vârsta copilului, de istoricul copilului, de forma de plasament etc. Îngrijitorul trebuie să fie conștient de acest lucru și să ia o atitudine corespunzătoare: comunicare deschisă și sinceră cu copilul, exprimarea sinceră a emoțiilor și explicarea corectă a situației în care se află poate constitui o componentă importantă în determinarea hotărâului de atașament față de copil. Cât de dificilă nu ar părea sarcina, cert este că un copil are o necesitate imperioasă în satisfacerea nevoii de dragoste, iar aceasta poate fi manifestată la nivel comportamental, prin ascultarea copilului când își exprimă gândurile și sentimentele, acordarea atenției când are nevoie de aceasta și presupune atingerea adecvată (mângâieri, îmbrățișări, săruturi), însoțită de ceea ce numim, de obicei, afecțiune (zâmbet, cuvinte de încurajare, apreciere, exprimarea încrederii în el ca persoană etc.).

4. **Nevoia de înțelegere.** Copilul are nevoie să fie înțeles. Ascultarea fără a-l întrerupe facilitează înțelegerea situațiilor din punctul lui de vedere. Așteptările față de copil nu trebuie să fie legate doar de dorința îngrijitorului, ci trebuie să reflecte ceea ce este bine pentru copil.
5. **Nevoia de emoții pozitive.** Deseori, copilul, în procesul învățării sociale, trece prin experiențe negative, în special, când primește sarcini pe care nu le poate îndeplini cu succes, ceea ce îl face să se dezamăgească în sine și în capacitățile sale. În majoritatea cazurilor, adulții sunt cei care impun copiilor astfel de sarcini, pentru a-i dezvolta sau pentru a-i testa potențialul. Însă, pe lângă aceasta, copilul mai are nevoie și de experiențe, care îl vor ajuta să-i crească încrederea în sine, el are nevoie să fie ajutat să ajungă la un anumit succes, să găsească soluții la problemele de zi cu zi, să primească aprecieri și încurajări, să descopere noi locuri, noi relații etc.
6. **Nevoia de a-i fi descoperit potențialul înnăscut.** Este foarte important de a accepta copilul așa cum este, cu abilitățile sale și cu viziunile sale. Una dintre sarcinile cele mai importante ale îngrijitorului este cea de a-i crea copilului condițiile necesare dezvoltării potențialului său sau de a orienta copilul spre dezvoltarea unor abilități speciale (dans, pictură, înot etc.) asupra cărora copilul are înclinații. Îngrijitorul va proceda incorect în cazul în care va impune copilului o anume profesie de viitor, încercând astfel să realizeze propriul vis prin intermediul copilului.
7. **Nevoia de libertate.** Copilul crește și evoluează, respectiv, atitudinea față de copil trebuie să se schimbe în ceea ce privește regulile, limitele sau consecințele. Odată cu înaintarea în vârstă, copilul are nevoie de mai multă libertate pentru a învăța să se descurce de sinestătător, pentru a se dezvolta ca personalitate integră.
8. **Nevoia de încredere în adultul care îl îngrijește.** În fiecare copil trăiește frica de a fi abandonat, în special, această frică poate fi resimțită mai acut de către copiii care au fost abandonați de mai multe ori. Drept consecință, copilul are necesitatea de a crea o legătură de încredere cu un adult, care să aibă grijă de el necondiționat. Copilul are nevoie de atenția și compania îngrijitorului pentru a învăța, pentru a fi ascultat, pentru a se juca, pentru a citi, pentru a comunica etc. Este bine ca timpul petrecut cu copilul să devină un obiectiv al îngrijitorului, pentru care să depună efort conștient și care, cu siguranță, va fi răsplătit în viitor.

Sugestii în îndeplinirea nevoilor emoționale ale copilului:

- 👉 *Apreciați și încurajați copilul în noile lui încercări.*
- 👉 *Asigurații un mediu emoțional de securitate repetându-i cât de important este pentru dumneavoastră.*

- ✦ *Ascultați și încercați să înțelegeți copilul abordându-l în mod respectuos.*
- ✦ *Arătați preocupare sinceră față personalitatea copilului, față de ce simte și gândește el.*
- ✦ *Observați când copilul se luptă cu ceea ce simte și ajutați-l să-și dea seama despre ce este vorba și ce să facă cu emoțiile sale.*
- ✦ *Întrebați copilul cum și-a petrecut ziua, cu cine și-a petrecut timpul și care sunt momentele importante din fiecare săptămână.*
- ✦ *Petreceți timp cu copilul în activități de joc, în pregătirea temelor, în îngrijirea casei, în pregătirea mesei etc.*

2.1.3. Particularitățile psihofiziologice în dezvoltarea copilului, la diferite etape de vârstă

Perioada 0-1 an – Pruncia

Prima perioadă stabilă în dezvoltarea copilului este de la naștere până la un an. În primul an, se înregistrează cel mai accelerat ritm de creștere din întreaga viață postnatală. Ulterior, rata de creștere, deși încă ridicată până la trei ani, încetinește progresiv.

Dezvoltarea fizică	Dezvoltarea intelectuală	Dezvoltarea socială
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copiii cresc în lungime, în medie, cu 50%; <input type="checkbox"/> la cinci luni, copiii își dublează greutatea, la 1 an, și-o triplează; <input type="checkbox"/> văzul și auzul se dezvoltă mai repede decât mișcările corporale; <input type="checkbox"/> în perioada 3-6 luni, sunt observate primele elemente de mișcări intenționate. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> descoperă multe obiecte, le cunoaște pe cele care produc zgomot, pe cele care se mișcă, pe cele care îi produc plăcere, pe cele care nu trebuie atinse; <input type="checkbox"/> recunoaște persoanele apropiate din familie și reacționează la cele care sunt necunoscute; <input type="checkbox"/> spre sfârșitul perioadei, poate rosti primele cuvinte. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> este dependent total de persoana ce îl îngrijește; <input type="checkbox"/> comunicarea emoțională este acum de maximă importanță; <input type="checkbox"/> comunică prin plâns la nevoile fiziologice și emoționale; <input type="checkbox"/> la 6 luni, se conturează teama de străini care dispare în jurul vârstei de 1 an; <input type="checkbox"/> se dezvoltă sentimentul de atașament față de părinte/ îngrijitor; <input type="checkbox"/> imită expresiile emoționale pe care le observă la părinți sau la alte persoane apropiate.

Sugestii pentru îngrijitori:






- ✦ *Protejați copilul de pericole fizice. Feriți copilul de oportunitatea de a porni aragazul, de a deschide dulapul în care se află medicamentele sau de înălțimi periculoase.*
- ✦ *Îngrijiți-vă de sănătatea copilului. Mergeți regulat la medicul pediatru, asigurați-i copilului o alimentație sănătoasă și mențineți igiena zilnică atât a copilului, cât și a spațiului în care se află acesta și a obiectelor cu care intră în contact (sticluță, jucării etc.).*
- ✦ *Înconjurați copilul cu multă grijă și atenție. Copilul are nevoie de adulți în preajmă pentru a dezvolta relația de atașament.*
- ✦ *Oferiți copilului oportunități pentru a explora și cunoaște mediul.*
- ✦ *Vorbiți cât mai mult cu copilul pentru o stimulare adecvată a limbajului.*

Perioada 1-3 ani – Prima copilărie

În perioada 1-3 ani, unii autori consideră că ființa umană achiziționează 60% din experiența fundamentală de viață. În această perioadă, copilul devine mai independent, i se perfecționează mersul și se dezvoltă comunicarea verbală, ceea ce stimulează întreaga activitate psihică.

Dezvoltarea fizică	Dezvoltarea intelectuală	Dezvoltarea socială
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> se perfecționează mersul independent, poate merge cu spațele, poate urca scările, poate să sară și să se cațere; <input type="checkbox"/> se dezvoltă motorica fină (poate apuca lucruri mărunte doar cu 2 degete); <input type="checkbox"/> dezvoltă deprinderea de a mânca (la 18 luni cu lingura, la 21-24 luni cu furculița, în jurul vârstei de 2 ani mănâncă singur, dar se pătează); <input type="checkbox"/> dezvoltă deprinderea de a se îmbrăca (în jurul vârstei de 4 ani se va putea îmbrăca de sine-tătător). 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copilul descoperă că toate obiectele și fenomenele, însușirile au un nume; <input type="checkbox"/> începe să rostească corect și inteligibil cuvintele; <input type="checkbox"/> explorează mediul, acționează spontan și necontrolat; <input type="checkbox"/> este curios și nerăbdător să afle cum funcționează fiecare lucru; <input type="checkbox"/> se instituie etapa interogativă a Decelușului; <input type="checkbox"/> la începutul perioadei se exprimă în propoziții scurte, care se vor transforma, treptat, spre 3 ani în fraze; <input type="checkbox"/> are o fantezie deosebită, poate crea personaje și evenimente fictive. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> înțelege tot mai bine că este o persoană unică, separată de toți ceilalți; <input type="checkbox"/> manifestă tot mai multă independență; <input type="checkbox"/> solicită părinții/ îngrijitorii să participe la jocurile lui; <input type="checkbox"/> apare simpatia sau antipatia față de persoanele cunoscute; <input type="checkbox"/> începe să-i placă gluma, păcăleala, comicul și surâde la complimente; <input type="checkbox"/> apare <i>negativismul primar</i>, când copilul se opune prin plânsete, țipete făcând adevărate spectacole; <input type="checkbox"/> începe să intuiască mai clar limitele ce i se impun și să sesizeze conduitele admise.

Sugestii pentru îngrijitori:

-  *Asigurații copilului suport pentru achizițiile motorii, de limbaj și gândire.* Susțineți copilul în orice activitate ce îl provoacă să fie interesat de lumea înconjurătoare sau chiar implicați copilul în astfel de activități (de exemplu: mers pe scări, jocuri cu mingea, învățarea poeziilor scurte etc.).
-  *Oferiți copilului posibilitatea de a realiza lucruri de sinestătător* (să ducă olița la baie după ce a folosit-o, să pună cana la loc etc.).
-  *Oferiți copilului suport pentru a învăța limitele.* În această perioadă se întăresc regulile de bază pentru ce este permis și pentru ce nu este permis.
-  *Creați situații pentru a dezvolta deprinderile de bază în autoîngrijire.*
-  *Oferiți oportunități zilnice de a se juca cu o varietate de obiecte.*

Perioada 3-6/7 ani – Vârsta preșcolară

Vârsta preșcolară a fost multă vreme considerată o etapă neimportantă, din punctul de vedere al achizițiilor intelectuale, un interval de timp în care copiii nu fac nimic altceva decât să se joace. De fapt, chiar acest joc are o importanță majoră. Într-un anumit sens, este echivalentul „muncii adultului”. Prin joc, copiii își dezvoltă abilitățile de cunoaștere și învață noi modalități de interacțiune cu semenii și adulții. Astfel, etapa preșcolară este una a schimbărilor semnificative, nu doar fizice, ci mentale și emoționale.

Importanța pe care această perioadă o are în evoluția psihică a copilului este determinată și de faptul că un copil, prin joc, participă la acțiunile celorlalți relaționând cu ei, iar toate acestea îi creează satisfacție, bucurii și trăiri intense în plan afectiv. Lipsa grijilor și fericirea acestei perioade a condus la denumirea „vârsta de aur a copilăriei”.

Dezvoltarea fizică	Dezvoltarea intelectuală	Dezvoltarea socială
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copilul crește în înălțime cu 2-5 cm pe an, ajungând de la aproximativ 92 cm la 116 cm, iar în greutate, de la 14 kg la 22 kg; <input type="checkbox"/> dantura provizorie („dinții de lapte”) se deteriorează și apar mugurii noii danturi; <input type="checkbox"/> crește precizia mișcărilor (de coordonare, control, manipulare); <input type="checkbox"/> se dezvoltă echilibrul. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> caracteristic acestei vârste este „gândirea magică” – tot ce îl înconjoară pe copil este însuflit; <input type="checkbox"/> copilul își centrează gândirea asupra propriului caracter folosind mult cuvinte ca „eu”, „mie”, „al meu”; <input type="checkbox"/> la 6 ani, copilul se exprimă prin propoziții și fraze tot mai corecte gramatical folosind epitețe, comparații, adverbe etc.; <input type="checkbox"/> spre 4-5 ani, copilul își poate menține atenția 20-25 min, iar spre 6-7 ani, cca 40-45 min.; <input type="checkbox"/> povestește despre evenimente din trecut, prezent și viitor, având un bun simț temporal. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> se integrează tot mai activ în mediul social și cultural din care face parte asimilând modele de viață și experiențe; <input type="checkbox"/> grădinița devine unul din factorii cheie ai dezvoltării copilului; <input type="checkbox"/> are posibilitatea de a se juca „de-a școala”, „de-a mama”, dezvoltând astfel jocul imaginar; <input type="checkbox"/> începe să înțeleagă ce înseamnă a respecta regulile unui joc și a fi corect; <input type="checkbox"/> se identifică cu persoane din afara familiei; <input type="checkbox"/> dezvoltă independența și controlul comportamentului; <input type="checkbox"/> are nevoie de o „libertate controlată”.

Sugestii pentru îngrijitori:

- Ajutați copilul să își dezvolte motricitatea fină (de exemplu: manipularea diferitor obiecte mici, colorarea desenelor etc.).
- Încurajați dezvoltarea continuă a limbajului prin vorbit, citit, cântat.
- Încadrați copilul în variate activități de joc (de exemplu: jocuri cu obiecte, jocuri pe roluri, jocuri în comun etc.).
- Oferiți copilului oportunități pentru a învăța să coopereze, să ofere ajutor și să se împartă.
- Antrenați copilul în activități premergătoare scris-cititului (de exemplu: scrierea de bețișoare, cercuri, recunoașterea literelor din alfabet etc.).

Perioada 6/7 – 11/12ani – Vârsta școlarului mic

Vârsta școlară mică sau copilăria de mijloc este o perioadă marcată, în primul, rând de modificarea statutului social și, mai puțin, de modificări fundamentale de ordin cognitiv. Schimbarea statutului (copilul devine elev) este dramatică, reprezentând un pas hotărâtor în viață.

Dezvoltarea fizică	Dezvoltarea intelectuală	Dezvoltarea socială
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> gradul de formare a diferitelor regiuni ale creierului este aproape ca și la adulți; <input type="checkbox"/> devin destul de puternici mușchii inimii, se lărgesc vasele sangvine, iar plămânii își intensifică activitatea; 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> învață deprinderile scris-cititului; <input type="checkbox"/> crește capacitatea de a povesti și de a crea povestiri, abilitatea de a folosi elemente descriptive literare; <input type="checkbox"/> se dezvoltă percepția timpului și spațiului; 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> învățătorului devine „model” pentru școlar; <input type="checkbox"/> se constituie sentimentul de apartenență la școală, clasa sa școlară; <input type="checkbox"/> sociabilitatea școlarului mic se manifestă, evident, tot în activitatea școlară, prin relațiile cu ceilalți copii;

<ul style="list-style-type: none"> □ osificarea scheletului încă nu este terminată. Datorită acestui fapt, organismul elevului de vârstă mică este mobil și plastic, ceea ce oferă posibilitatea de a-l încadra în diferite tipuri de sport și de a-l dezvolta cu succes din punct de vedere fizic; □ între 9 și 11 ani se întăresc oasele mâinilor, de aceea elevii mici însușesc mai greu scrisul, ei nu pot scrie repede și timp îndelungat. 	<ul style="list-style-type: none"> □ se dezvoltă capacitatea operațiilor mentale asupra unor probleme abstracte; □ poate să desprindă trăsăturile caracteristice obiectelor, fenomenelor, persoanelor sau situațiilor; □ încep să clasifice, incluzând obiectele după anumite însușiri esențiale în categorii; □ se dezvoltă atenția și memoria prin fixarea informațiilor școlare; □ imaginația devine mai complexă, mai bogată, se bazează pe termeni și împrejurări din ce în ce mai variate. 	<ul style="list-style-type: none"> □ devin mai puțin dependenți de părinți și mai interesați de colegi; □ apar prietenii prin apariția unor interese și activități comune; □ se manifestă puternic spiritul critic și căutarea dreptății; □ înțeleg și resimt tot ceea ce se întâmplă în familie (conflicte, certuri); □ sunt semnificative relațiile pozitive cu părinții / îngrijitorii sau, dimpotrivă, atitudinile de renegare sau respingere.
---	---	---

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↪ *Creați copilului timpul și spațiul necesar în îndeplinirea temelor pentru acasă.*
- ↪ *Discutați în fiecare zi despre cele întâmplate la școală. Dacă observați că evită să vă povestească, puteți începe prin a povesti câteva momente din ziua dumneavoastră, astfel, arătându-i exemplul.*
- ↪ *Interesați-vă cine îi sunt prietenii și ajutați-l să construiască prietenii cu alți copii.*
- ↪ *Învățați copilul să aibă responsabilități în cadrul familiei.*
- ↪ *Determinați vocația copilului. Acum puteți încerca, practic, orice tip de sport sau domeniu artistic în care se poate manifesta copilul cu interes și capacitate.*
- ↪ *Învățați copilul să își coordoneze timpul între sarcinile școlare, familie, prieteni și colegi.*

Perioada 11/12 – 14-15 ani – Vârsta pubertății

Pubertatea este percepută ca sfârșitul copilăriei, remarcându-se prin procesul unor mari transformări anatomice, morfologice, fiziologice, psihice și printr-o structurare complexă a personalității, care, odată declanșate nu se limitează la o anumită sferă, ci se resimt în întregul organism. Până când organismul nu va finaliza dezvoltarea, aceste transformări se vor desfășura fără vreo anumită ordine, în mod aproape haotic, și orice efort de sistematizare va fi imposibil.

Dezvoltarea fizică	Dezvoltarea intelectuală	Dezvoltarea socială
<ul style="list-style-type: none"> □ crește concentrația din sânge a hormonilor masculini (testosteronul) și feminini (estrogenul); □ are loc o creștere în înălțime și în greutate. Astfel, fetele câștigă în jur de 24 cm și 17 kg, iar băieții în jur de 24 cm și 19 kg; 	<ul style="list-style-type: none"> □ cunoștințele puberilor devin din ce în ce mai diverse; □ se dezvoltă nevoia de cunoaștere și dorința de a se informa; □ sensibilitatea vizuală crește de 2-3 ori la cca 13 ani, astfel se dezvoltă capacitatea de prelucrare a informației odată cu o mai bună diferențiere a mărimii, distanței și formei; 	<ul style="list-style-type: none"> □ maturizarea sexuală dă naștere unor trăiri tensionate, confuzie și disconfort; □ stima de sine este instabilă sau este necorespunzătoare; □ puberul începe să-și evalueze propria valoare și să devină conștient de aptitudinile sau talentele pe care le are; □ dă dovadă de inițiativă și stabilire de scopuri;

<ul style="list-style-type: none"> ❑ mai intensă este creșterea în lungime a oaselor lungi ale membrelor superioare și inferioare, ceea ce conferă puberului un aspect dizarmonic; ❑ se produce maturizarea sexuală, care se evidențiază prin semnele primare (dezvoltarea organelor genitale) și secundare (sistemul pilos, creșterea sânilor și apariția ciclului la fete, la băieți au loc primele ejaculări spontane, se modifică vocea și comportamentul, în general). 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ se dezvoltă mult abilitățile observatorii; ❑ se creează obișnuința de a utiliza scheme, imagini, simboluri și concepte din care apare capacitatea de a înțelege situații complicate și strategii de exprimare; ❑ se dezvoltă operațiile gândirii, care permit operarea cu informații din ce în ce mai abstracte și mai complexe; ❑ procesul de dezvoltare a limbajului se face din punct de vedere cantitativ și calitativ. 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ este perceput inegal de către adulți – câteodată este considerat încă copil, iar altă dată „deja mare”; ❑ începe să fie tot mai independent și să se simtă tot mai bine în grup, alături de copiii de vârsta sa; ❑ apare tendința de afirmare în grupul de semeni; ❑ comportamentul față de părinți se schimbă, apare dorința de independență, de a-și petrece timpul liber cu cei de vârsta lor, ceea ce dă naștere, uneori la relaționări conflictuale.
---	--	--

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Urmăriți ca preadolescentul să se alimenteze corect. Ținând cont de transformările biologice ale acestei perioade, de creșterea semnificativă în înălțime și greutate, alimentația puberului trebuie să fie adecvată acestei dezvoltări rapide, să conțină necesarul de proteine, calorii și vitamine (în această perioadă nevoia de zinc, fier, calciu și vitamina D este cu 50% mai mare). În această perioadă pot apărea și tulburări alimentare cum ar fi bulimia sau anorexia.*
- ✚ *Mențineți în permanență relația cu școala pentru a cunoaște reușita copilului. Poate fi suficientă menținerea unei bune relații cu dirigintele copilului.*
- ✚ *Negociați regulile în colaborare cu preadolescentul.*
- ✚ *Respectați-i alegerile de orientare profesională.*
- ✚ *Încercați să păstrați o relație pozitivă cu prietenii copilului, astfel, având posibilitatea de a cunoaște cu ce se ocupă când petrec timp împreună.*

Perioada 14-15 – 18-20 ani – Adolescența

Dacă pentru pubertate era specific ritmul brusc de creștere, atunci în perioada adolescenței se produce o dezvoltare intensă în plan psihic și se stabilizează structurile de personalitate. Este o perioadă tumultuoasă și plină de contradicții, fiind descrisă de unii asemenea unei „furtuni”, ca „vârsta crizelor”, iar de alții drept „vârsta marilor elanuri”. Adolescentul devine, astfel, un nonconformist și un luptător activ pentru îndeplinirea dorințelor sale, un original în adaptarea la lumea înconjurătoare.

Dezvoltarea fizică	Dezvoltarea intelectuală	Dezvoltarea socială
<ul style="list-style-type: none"> ❑ între 14 și 20 de ani creierul atinge greutatea maximă; ❑ se încheie procesul de osificare a anumitor părți ale craniului în timp ce osificarea scheletului se realizează progresiv și se definitivează între 20 și 25 de ani; 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ se evidențiază gândirea discursivă și se constituie concepția despre lume și viață; ❑ inteligența atinge un nivel maxim de operativitate; ❑ apare o dorință pentru achiziționarea de cunoștințe și disponibilitatea pentru confruntarea de idei; 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ se cristalizează propriul sistem de valori prin semnificațiile personale acordate conceptelor de justiție, reciprocitate, egalitate, demnitate etc.; ❑ se dezvoltă capacitatea de comunicare și abilitățile sociale; ❑ comportamentul dobândește caracteristici specifice sexului;

<ul style="list-style-type: none"> ❑ se dezvoltă volumul mușchilor și crește forța musculară; ❑ înfățișarea se definitivează și diferă în funcție de sex. 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ performanțele intelectuale sunt influențate de potențialul cognitiv, dar și de talentele, preferințele, de atitudinea față de viață și față de învățatură; ❑ devin egocentrice în gândire, consideră că experiențele pe care ei le traversează sunt unice și caracteristice doar lor personal. 	<ul style="list-style-type: none"> ❑ relațiile între băieți și fete, dar și relațiile în grupuri de același sex capătă o semnificație profundă; ❑ scade autoritatea parentală; ❑ pot apărea conflicte cu părinții, alți adulți cu privire la viziunea asupra vieții sociale, lipsa susținerii unor proiecte personale.
---	---	---

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Acordați o atenție deosebită sentimentelor, gândurilor și convingerilor adolescentului. Pentru el aceste lucruri sunt extrem de importante.*
- ✚ *Acceptați intențiile adolescentului în a-și căuta persoanele cu care se poate identifica (cu care să se-mene). Acest lucru poate fi observat în modul în care își amenajează camera (afișe cu diverși actori, sportivi, cântăreți), asupra comportamentului (a felului cum vorbește și cum se îmbracă), asupra pasiunilor pe care le dezvoltă (muzica ascultată, filmele urmărite, cărțile citite, sportul practicat). O atitudine de acceptare din partea îngrijitorului, îl face pe adolescent să aibă încredere în alegerile sale, să vorbească despre ele cu deschidere și să învețe să-și asume responsabilități.*
- ✚ *Susțineți adolescentul în căutarea identității sale vocaționale (în ceea ce vrea să devină). Chiar dacă dumneavoastră sunteți conștient de abilitățile adolescentului, este bine să-i oferiți ocazia să și le identifice singur, să exerseze eșecul și succesul, într-un cadru de încredere și respect.*
- ✚ *Încercați să petreceți timp de calitate împreună cu adolescentul. Schimbați tipul de relație în unul egalitar și fiți sincer cu el abordându-l, ca pe un om matur.*

2.1.4. Crizele dezvoltării psihosociale ale copilului și depășirea cu succes a acestora

De la naștere și până la intrarea în școală, copilul trece prin trei *crize ale dezvoltării* (facem abstracție de criza legată de momentul nașterii, care se manifestă printr-o schimbare radicală a condițiilor de viață). Acestea sunt crizele de la 1 an, de la 3 ani și de la 7 ani. Crizele sunt perioade de scurtă durată în dezvoltarea psihică a copilului, ce se caracterizează printr-un salt calitativ în dezvoltarea copilului.

Criza de la 1 an

Nivelul dat de dezvoltare al copilului este pragul de trecere spre următoarea perioadă de dezvoltare. De obicei, se evidențiază trei laturi în evoluarea crizei:

1. *Procesul stăpânirii mersului vertical*, care continuă și în copilăria fragedă. Copilul conștientizează că adulții fac pași mari, merg mai repede, iar el încă nu poate îndeplini aceste acțiuni. Deseori, în încercarea de a merge, copilul cade și se lovește, ceea ce îl stresează și mai mult. Unii copii învață să meargă „în 4 labe” foarte rapid, anume pentru a-și satisface necesitatea de a merge mai repede.
2. *Voința și afectele* – acestea sunt reacțiile de protest, opoziție și contrapunere personală față de alți oameni. Uneori, această latură se manifestă foarte puternic în cadrul perioadei de criză, mai ales în condițiile educației incorecte (dacă la copil se strigă, este bătut, pedepsit cu lipsa de mâncare etc.).
3. *Vorbirea*. Perioada dată se caracterizează prin faptul că nu putem spune ferm dacă copilul vorbește sau nu. Avem de a face cu o perioadă latentă a însușirii de către copil a limbajului, perioadă care poate dura 3-4 luni. Anume în cadrul acestei perioade apare vorbirea autonomă, care

servește drept trecere de la perioada copilului ce nu vorbește, la perioada vorbirii active. Trecerea copilului de la vorbirea autonomă, la vorbirea activă este considerată drept sfârșitul perioadei crizei de la 1 an și începutul unei noi perioade în dezvoltarea psihică și formarea personalității copilului.

Sugestii pentru depășirea cu succes a crizei vârstei de 1 an:

- ✚ *Fiți cât se poate de răbdător cu copilul.* În această perioadă, copiii devin mai capricioși, însă această perioadă este doar o etapă trecătoare.
- ✚ *Ajutați copilul să formuleze corect cuvintele.* Repetați dumneavoastră înșivă cuvintele corect (de exemplu: dacă copilul spune la cuvântul „broscuță” – „boscută”, el nu conștientizează că nu vorbește corect, iar repetarea de către adult a cuvântului amuzant „boscută” îl induce pe copil în confuzie și nu-i oferă ocazia de învăța cuvântul corect).
- ✚ *Ajutați-l să exploreze spațiile noi.* Copilul, în perioada dată, va căuta să descopere noi teritorii. Permiteți-i copilului să pipăie lucruri noi, să intre în spații noi. Îl puteți conduce în acest sens, sprijinind-l de mână, conducându-l spre anumite locuri punctate de dumneavoastră.
- ✚ *Asigurați-i copilului un mediu de siguranță.* În această perioadă, copilul, deseori, cade dorind să stăpânească mersul vertical. Deseori, „trage” lucrurile pe care nu le poate ajunge, iar în aceste situații sunt posibile accidentări. Adultul trebuie să prevadă orice situație riscantă și să protejeze copilul.
- ✚ *Încălțați copilul în încălțăminte comodă.*

Criza vârstei de 3 ani – „Eu singur”

Una dintre cele mai importante laturi ale dezvoltării copilului de la 1 an până la 3 ani este dezvoltarea conștiinței de sine. Acum, copilul începe a se concepe pe sine ca pe un om ce există independent, care nu se schimbă odată cu schimbarea situației. Conștiința de sine îl face pe copil să își schimbe atitudinea față de sine și față de oamenii maturi din jur. Copilul începe a pretinde la aceeași libertate, la aceleași posibilități, care îi sunt specifice omului matur. Conținutul de bază al crizei de la 3 ani constă anume în criza relațiilor sociale ale copilului, ce se manifestă prin contrapunerea dorințelor și intențiilor proprii, cerințelor înaintate de oamenii maturi din jur. Anume din aceste considerente apar primele dificultăți serioase în contactul adultului cu copilul, în interacțiunea și comunicarea cu el. Evoluarea perioadei de criză este determinată în mare măsură de poziția pe care o ocupă în cadrul relațiilor cu copilul adultul/îngrijitorul. Păstrarea atitudinii precedente din partea adulților duce la conflicte stabile în relațiile cu copilul și, din contra, schimbarea poziției adultului, faptul că copilului i se oferă independența posibilă în comportare duce la învingerea greutăților și asigură trecerea la perioada următoare de dezvoltare.

Sugestii în depășirea cu succes a crizei vârstei de 3 ani:

- ✚ *Abordați copilul printr-o atitudine de la egal la egal.* Odată cu atingerea vârstei de 3 ani, copilul trebuie tratat asemenea unui adult. El are nevoie de afirmare și adultul este persoana de referință în acest sens.
- ✚ *Fiți de acord cu părerea copilului în cazul în care el ține morțiș la aceasta, chiar dacă este una greșită.* De exemplu, dacă copilul ține în mână un pix și el spune că acesta este creion, contrapunându-se cu dumneavoastră, îi puteți juca jocul. Fiți de acord cu el. Nu este nimic grav în faptul că nu vă ascultă argumentele, iar el se va simți bine că și-a impus părerea.
- ✚ *Oferiți libertatea de a alege* (de exemplu, dintre câteva variante de îmbrăcăminte, dintre câteva activități de joacă etc.). Pentru a nu scăpa de sub control comportamentului copilului, oferiți-i șansa de alegere de sine stătătoare, doar că dintre variantele propuse de dumneavoastră.
- ✚ *Cereți părerea copilului atunci când mergeți la cumpărături, în special, când doriți să cumpărați ceva anume pentru el.* Acest lucru îi va crește gradul de maturitate și responsabilitate.

- ↳ *Implicați copilul în activitățile dumneavoastră mature (gătit, menaj, îngrijirea animalelor de casă etc.). Această implicare îl face să participe la viața socială, să învețe abilitățile caracteristice unui adult și, totodată, îi satisface necesitatea de a se considera un copil mare.*

Criza vârstei de 6-7 ani

Evenimentul cel mai important în viața copilului de 6-7 ani este schimbarea poziției lui sociale – preșcolarul devine elev. Odată cu aceasta, se modifică radical regimul și modul de viață al copilului, se schimbă statutul lui în familie, se lărgeste sfera lui de comunicare cu adulții (în ea intră un nou adult – învățătorul); elevul intră într-un colectiv nou de semeni; activitatea lui dominantă nu este jocul, ci învățarea. Noua situație socială și activitatea de învățare pun în fața fostului preșcolar sarcini foarte mari: el trebuie să fie disciplinat, organizat, să depună zilnic eforturi volitive și intelectuale. Elevul de vârstă mică tot mai des este obligat să facă ceea ce trebuie și nu ceea ce își dorește. El trebuie să fie atent, să memorizeze, să analizeze, să compare, să facă generalizări. Toate aceste cerințe vin în contradicție cu capacitățile sale. Anume aceste contradicții au rol pozitiv foarte mare, odată ce ele devin forța motrice a dezvoltării psihice și a formării personalității elevului de vârstă mică. Prin urmare, vârsta dată este o perioadă de trecere de la copilăria preșcolară, la preadolescență.

Importanța vârstei date constă în faptul că anume în clasele primare se pun bazele însușirii activității de învățare și de muncă, se însușesc cunoștințe generale despre lumea înconjurătoare, se formează deprinderile de a citi, de a scrie, de a calcula și se însușesc noțiunile morale. De asemenea, pe parcursul acestor ani, se formează un șir de abilități noi, ce au lipsit la preșcolari – *comportamentul voluntar, capacitatea de a reflecta, autocontrolul și planificarea de sine stătătoare a acțiunilor*. Aceste abilități permit înfăptuirea cu succes a activității de învățare, iar, ulterior, vor contribui la însușirea cu succes a materialului de studiu din clasele superioare.

Sugestii în depășirea cu succes a crizei vârstei de 6-7 ani:

- ↳ *Pregătiți copilul, încă din timpul perioadei de vară, cu noul regim pe care îl va avea când va începe a merge la școală, în special, regimul de somn-veghe.*
- ↳ *Amenajați un loc special unde copilul își va putea pregăti temele și asigurați-i rechizitele necesare.*
- ↳ *Respectați drepturile lui de școlar. Copilul are nevoie de alocarea unui timp pentru efectuarea temelor pentru acasă, de pregătirea anumitor costume pentru celebrări sau învățarea poeziilor pentru concursuri. Aceste lucruri trebuie respectate și de către ceilalți membri ai familiei, astfel copilul se va simți încurajat în obținerea succeselor școlare.*
- ↳ *Întrebați copilul despre activitățile școlare, atitudinea lui față de învățător și față de colegii de clasă. Îngrijitorul trebuie să fie la curent cu ceea ce se întâmplă în mediul școlar ce influențează copilul.*
- ↳ *Urmăriți ca copilul să-și pregătească sistematic temele. Astfel, va fi mai ușor pentru crearea noii deprinderi de învățare.*
- ↳ *Stimulați interesul copilului pentru activitatea de învățare prin argumente, exemple sau promisiuni pe care le veți îndeplini. O dificultate care apare începând cu a doua jumătate a primului an de învățământ constă în faptul că copilul se dezamăgește în școală. La început, totul e nou pentru copil, e interesant, volumul informației e mic și materialul este memorat cu ușurință, însă, odată cu creșterea volumului și gradului de complexitate al materialului de studiu, apar și primele dificultăți și insuccese la învățatură, fapt ce îl fac pe copil să se dezamăgească, inclusiv, în capacitățile sale. Este important ca copilul să fie susținut în această situație, iar, la necesitate, să frecventeze ore suplimentare în recuperarea materialului lacunar.*

Criza vârstei de preadolescență (12-13 ani)

Preadolescența este etapa formării active a sistemului de interese, valori personale și orientări morale. Pe parcursul acestor ani, are loc o analiză profundă și o apreciere serioasă a experienței individuale deja acumulate, are loc determinarea poziției de viață, este revizuită atitudinea față de oameni și societate. Anume din această cauză, preadolescentului îi este caracteristic un comportament destul de specific, ce se manifestă, deseori, prin reacții neașteptate.

Cauza principală a crizei din perioada preadolescenței constă în apariția unui *nou nivel al conștiinței de sine*, ce se caracterizează prin necesitatea și capacitatea preadolescentului de a se cunoaște singur pe sine ca o personalitate integră și originală, ce se deosebește mult de ceilalți oameni. Acest fapt conduce la apariția tendinței de *autoafirmare, autorealizare și autoeducație*. Anume aceste trebuințe constituie baza vârstei date.

Unul dintre factorii interni ce provoacă criza la această vârstă este capacitatea preadolescentului de autorefecție, ce vine ca un mecanism de autocunoaștere orientat asupra lumii interioare. În această etapă, preadolescenții suferă foarte mult în legătură cu neajunsurile evidențiate în caracter, comportament și exteriorul fizic. Observațiile critice, din partea pedagogilor, în fața colegilor de clasă, din partea adulților, în fața prietenilor sau rudelor se depozitează negativ în această perioadă și pot conduce la dezvoltarea unor complexe de inferioritate. De asemenea, nemulțumirile preadolescentului, deseori, se exteriorizează prin conflicte atât cu semenii, cât și cu adulții.

Un mare rol în formarea crizei preadolescenței îl joacă *poziția interioară a copilului*, adică atitudinea lui față de situația obiectivă în care se află și situația spre care el tinde. Anume poziția interioară determină atitudinea preadolescentului față de alți oameni și față de propria persoană. Pentru copiii care au fost abandonați, această situație este foarte instabilă, iar conflictele interioare depozitate de-a lungul timpului, se pot exterioriza sau aprofunda și mai mult. Această perioadă este una propice pentru rezolvarea conflictelor copilului legate de trecutul său traumatizant și crearea unei relații armonioase cu sine și cu lumea din jur.

O altă cauză a crizei la această vârstă este *simțul maturității*, ce ocupă locul dominant în poziția interioară a preadolescentului. Pilonul acestei particularități a preadolescentului este trebuința acută de a fi matur, de a fi inclus într-o activitate specifică adultului, de a fi recunoscut de către toți ca personalitate matură. Pe de altă parte, realizarea acestei trebuințe într-o activitate serioasă, de regulă, preadolescentul nu îi face față. De aici, apare tendința spre așa numita „maturitate exterioară” – tendința de a-și schimba exteriorul, în conformitate cu moda, un interes demonstrativ față de sexualitate, folosirea băuturilor alcoolice, fumatul etc. De altfel, anume ultimele devin cauza principală a unor conflicte serioase dintre preadolescent și adulți.

Una dintre cauzele frecvente, care acutizează criza preadolescenței, este *bariera de semnificații*. La exterior, această barieră se manifestă sub forma capacității preadolescentului de a asculta, dar a nu auzi ceea ce spune adultul sau, mai exact, de a nu accepta sensul cuvintelor adresate. Cea mai frecventă cauză a apariției barierelor de semnificații este ignorarea motivelor reale ale comportării preadolescentului sau descifrarea incorectă a acestor motive. Uneori, drept cauză a barierelor apărute poate fi repetarea nejustificat de frecventă a aceluiași cerințe, care încetează a mai fi percepute de către copil datorită faptului că el se deprinde cu ele, dat fiind faptul că sensul acestor cerințe este diferit pentru preadolescent și adult.

Sugestii în depășirea cu succes a crizei vârstei preadolescenței:

- ✎ *Exprimați-vă părerea cu încredere, însă cu mult respect față de preadolescent.*
- ✎ *Ajutați preadolescentul să ajungă singur la anumite concluzii sau să ia decizii corecte, însă independent. Deseori, adulții, din dorința de a-și ajuta copiii și de a-i feri de greșeli, decid în locul lor considerând că au mai multă experiență de viață, iar asta le dă dreptul de a impune careva concluzii. Nu este de negat experiența unui adult, însă preadolescenții vor fi cu atât mai mult împotrivă, în cazul în care nu li se cere o părere proprie. O concluzie este cu atât mai prețioasă, cu cât este mai mult bazată pe o experiență proprie.*

- ✚ *Delegați preadolescentului anumite sarcini pentru care ar putea fi responsabil doar el și nu interveniți în îndeplinirea acestora. Acest lucru dezvoltă nivelul de responsabilitate.*
- ✚ *Oferiți sfaturi părintești preadolescentului. Preadolescenții au nevoie în continuare de reguli și sfaturi din partea îngrijitorului. Chiar dacă, de cele mai multe ori, preadolescentul sfidează sfaturile și sugestiile adulților, totuși el tinde să țină cont de ele și chiar să le dea ascultare. În situația în care nu au ținut cont și au greșit, le crește respectul față de adulți. Iar dacă nu primesc sfaturi deloc, preadolescenții se simt neimportanti.*
- ✚ *Continuați să mențineți regulile în familie cu anumite ajustări. Deși, preadolescentul cere mai multă libertate, totuși regulile de bază nu sunt anulate, iar un comportament politicos și respectuos față de ceea ce este valoros pentru familie și societate trebuie păstrat.*
- ✚ *Acceptați situația că preadolescentul nu mai este copil și cu cât va trece timpul, cu atât mai mult se va îndepărta de dumneavoastră. Acest lucru nu înseamnă lipsă de respect sau recunoștință din partea preadolescentului, pur și simplu, el devine de sinestătător.*
- ✚ *Sub nici o formă nu certați copilul în fața semenilor sau a altor adulți. Aceasta poate conduce spre comportamente de răzvrătire sau de autoizolare.*
- ✚ *Încercați să îi oferiți copilului mai multă libertate. Nu îl controlați și nu îl supravegheați în mod excesiv. Aceasta poate duce fie la frustrare și conflicte, fie la dezvoltarea unei personalități dependente de îngrijitorul său.*
- ✚ *Fiți dispus să ascultați preadolescentul ori de câte ori va simți nevoia. Este un mit că între părinți și preadolescenți există doar relații conflictuale. În majoritatea cazurilor îngrijitorii și copiii reușesc să construiască o relație de încredere reciprocă.*
- ✚ *Apreciați realizările copilului și încurajați-l să ia decizii singur. Acest lucru îl va ajuta să aibă mai multă încredere în sine și să depășească cu succes această perioadă de criză.*

Mesaje-cheie:

- ✚ Dacă la adulți există o piramidă a nevoilor, astfel încât nevoile fiziologice sunt la bază, urmate apoi de cele de securitate și cele de apartenență la un grup, fie el familie, serviciu, grup de prieteni, apoi urmate spre vârful piramidei de respectul de sine și realizarea de sine, la copil această piramidă se transformă într-un tot unitar, pentru că acesta are nevoie să i se satisfacă toate necesitățile concomitent și nu ierarhic.
- ✚ Dacă un copil va resimți o mare parte din copilărie o lipsă – referitoare la primele 4 nivele ale nevoilor umane – acea lipsă, deși va dispărea la un moment dat, îl va afecta pe parcursul întregii vieți. De exemplu, copilul care nu a avut securitate emoțională, stabilitate, provenit dintr-o familie destrămată în care existau des conflicte, poate avea dificultăți în a relaționa, în a forma legături stabile armonioase, în a construi o familie. De aceea, este de datoria îngrijitorului să satisfacă nevoile de bază ale copilului la primele 4 nivele.
- ✚ La primele vârste ale copilului, sarcina cea mai importantă este dezvoltarea capacității de auto-stăpânire, de autocontrol. Această achiziție se realizează în interacțiunile cu o persoană disponibilă, sensibilă, care îl calmează și-i dă sentimentul că este protejat. Treptat, această abilitate a îngrijitorului devine capacitate a copilului de a se calma și de a se stăpâni, construindu-și, astfel, încrederea în capacitățile sale și ale celorlalți de a depăși situația de stres.
- ✚ În perioada 0-1 an, pentru prunc activitatea dominantă este contactul nemijlocit-emoțional cu maturii, când se formează și o anumită atitudine față de ei.
- ✚ În perioada copilăriei fragede (1-3 ani), activitatea dominantă este cea de manipulare cu obiectele. O formațiune nouă a vârstei o constituie dezvoltarea vorbirii.
- ✚ În perioada 3-7 ani, activitatea dominantă revine jocului de roluri, prin care copilul se orientează (în plan general), în sensul activității umane.

- ⌘ La vârsta școlară mică (7-11/12 ani), activitatea dominantă este învățarea, în cursul căreia copilul însușește cunoștințe, se formează procesele cognitive, în special, gândirea.
- ⌘ În perioada preadolescenței (11/12-14/15 ani, activitatea dominantă este contactul în cadrul sistemului activității social-utile (de învățămînt, social-organizațională, de muncă, etc). Formațiunea nouă a acestei vârste o constituie tendința spre maturitate, formarea conștiinței și a autoaprecierii, părerea generală asupra vieții.
- ⌘ În adolescență, activitatea dominantă e cea instructiv-profesională, în procesul căreia se formează interesele profesionale, concepția despre lume, autoconștiința, sensul vieții și idealurile morale.

Capitolul II.2. FORMAREA IDENTITĂȚII COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Procesul de identificare psiho-socială a copilului;
- ✓ Constituirea identității de gen a copilului;
- ✓ Formarea identității vocaționale a copilului;
- ✓ Specificul formării identității copilului aflat în situație de risc;
- ✓ Factorii determinanți în formarea identității copilului;
- ✓ Importanța elaborării „cărții vieții” copilului.

2.2.1. Procesul de identificare a copilului

A avea o identitate înseamnă a fi cineva, a ocupa o anumită poziție într-un context social dat, a juca un anumit rol, a dispune de un anumit statut. De fapt, identitatea unei persoane reprezintă un răspuns explicit sau implicit la întrebarea *Cine sunt eu?*

Identitatea se constituie progresiv pe măsura organizării și structurării informațiilor despre sine, ea ajungând să includă aspecte legate de caracteristicile înnăscute și dobândite ale personalității, abilitățile și competențele personale (cunoștințe, deprinderi, aptitudini, talente), rolurile și statutele sociale, vocaționale și de gender adoptate de individ, la un moment dat, modalitățile de interacțiune, de comunicare și de rezolvare a conflictelor, de autoreglare a comportamentului, modalități de identificare cu modelele.

Identitatea se află într-o permanentă construcție și reconstrucție. Structurarea ei începe încă din copilărie, continuă în perioada școlară mică când se conturează pe baza rezultatelor activității școlare și a raportării acestora la ceilalți și la cerințele lor, dar vorbim despre identitate odată cu perioada adolescenței când abilitățile cognitive și de interacțiune socială sunt suficient de mature pentru a permite reflectarea asupra propriei persoane și a dezvoltării acesteia. Prin specificul problemelor decizionale pe care le aduce cu sine, perioada adolescenței forțează reflectarea asupra propriei identități, respectiv, identificarea propriilor valori, interese și abilități, evaluarea capacității de a lua decizii și de a face față diverselor situații. Toate aceste procese contribuie tocmai la cristalizarea identității.

Mulți autori au legat apariția identității de sine de momentul în care copilul se recunoaște în oglindă. Biologul britanic Darwin credea că acest fenomen are loc la 17 luni, mai târziu, psihologii Gesell, la 2 ani și Zazzo, la 3 ani.

Un moment esențial al identității este acela în care copilul vorbește despre sine folosind pronumele personal „eu”.

Etapele identificării în oglindă încep în primul an de viață, mai întâi, cu interesul pentru figura adultului (a persoanei care îl îngrijește) din preajmă care este mult mai vie decât propria sa imagine, care se manifestă începând cu a 3-a lună de viață. Din acest moment, el surâde în oglindă, vorbește cu imaginea sa ca și cum ar avea un alt copil în fața lui. Către 8 luni el este intrigat de imaginea dublă a unei persoane (reală și în oglindă), apoi el se interesează din ce în ce mai mult de imaginea sa și în lunile următoare e preocupat din ce în ce mai mult despre efectul oglinzii.

La mijlocul celui de-al doilea an, el se privește cu atenție și este fascinat de ceea ce descoperă. La această vârstă, copilul înțelege că în oglindă nu este un alt copil și începe să se intereseze de simultaneitatea celor două imagini (se joacă executând diverse mișcări în oglindă). Între 18 și 24 de luni, copiii reușesc să înțeleagă că în imaginea din oglindă este vorba tot de ei înșiși, că imaginea nu prezintă un alt copil, stadiul următor fiind cel în care înțeleg că este vorba de propria lor reflecție, aceasta fiind doar o imagine.

Tot în jurul vârstei de 2 ani, apare *negativismul* ca formă în dezvoltarea identității personale – refuzul de a fi hrănit, îmbrăcat, de a se supune dorințelor părintelui. Modul negativ de a răspunde poate continua până la patru ani. Copilul de această vârstă privește aproape toate propunerile adulților ca o amenințare

a integrității sale. Astfel, el dezvoltă o deprindere de a spune „NU”, chiar dacă, gândindu-se mai bine, vrea să spună „da”. El consideră că e mai bine să reziste la orice propunere ce vine din partea adultului pentru a proteja respectul față de sine.

Între patru și șase ani, copilul este extrem de egocentric. El consideră că lumea există în folosul său. El crede că soarele îl urmărește ca să vadă dacă este un copil bun sau nu. Pentru el, Dumnezeu sau Moș Crăciun sunt ființe a căror primă datorie e să-l servească. Copilul consideră punctul său de vedere drept unul absolut și crede că alții gândesc precum gândește el. El nu știe că acest mod de gândire este numai al lui. Spiritul de competiție apare abia după vârsta de trei ani și, odată cu acesta, apare și simțul proprietății („Această minge este a mea”, „Tricicleta este a mea”, „Tăticul meu, fratele meu” etc.).

Erik Erikson, unul dintre cei mai importanți psihologi, autor al teoriei dezvoltării sociale a ființei umane, considera că fiecare etapă de dezvoltare a identității noastre este caracterizată prin evenimente și conflicte, sarcini specifice de rezolvat pe care copilul, și mai târziu adolescentul, adultul trebuie să le parcurgă și să le soluționeze adecvat pentru fiecare vârstă sau etapă specifică. Personalitatea individului este un produs al modului cum au fost soluționate aceste crize sau conflicte. De aceea, aceste stadii de dezvoltare au mai fost numite și crize de dezvoltare, iar ieșirea din criză se poate face în mod pozitiv sau negativ. Individul care va fi incapabil să facă față crizei într-un mod acceptabil, va avea probleme în parcurgerea următoarelor stadii și dezvoltarea ulterioară va avea de suferit. Cu toate acestea, Erikson este de părere că experiențele nesoluționate corespunzător la o anumită etapă pot fi compensate, ulterior. Rezolvarea satisfăcătoare a unei crize poate avea ca rezultat diminuarea efectului, în cazul unor deficiențe ulterioare care pot interveni în următoarele etape de dezvoltare.

Etapa	Principala achiziție (variantele extreme)	Factorii sociali determinanți	Valoarea prioritară
Primul an de viață (0-1 ani)	Încredere versus Neîncredere	Mama sau substitutul matern	Speranța
<p>În acest prim stadiu se formează sentimentul de încredere, versus neîncredere în ceilalți, în funcție de îngrijirea și dragostea acordată copilului, când acesta este nevoit să aibă încredere absolută în cei care-l îngrijesc.</p> <p><i>Rezultate pozitive:</i> Satisfacerea corespunzătoare a nevoilor bebelușilor va conduce la dezvoltarea unei atitudini încrezătoare față de mediu și speranța în viitor.</p> <p><i>Rezultate negative:</i> Nesatisfacerea acestor nevoi existențiale într-un mod favorabil va conduce, în viitor, la dezvoltarea sentimentului de neîncredere, insecuritate, suspiciune și teama de viitor, în general.</p>			
Prima copilărie (1-3 ani)	Autonomie versus Dependență	Părinții	Voința
<p>La această etapă se dezvoltă sentimentul de autonomie, încredere în sine, când copilul vrea să se apuce și să facă anumite lucruri, cu riscul de a greși.</p> <p><i>Rezultate pozitive:</i> Încurajarea din partea părinților la această etapă va dezvolta copilului sentimentul de siguranță și încredere în sine, absolut necesare în viitoarele situații-problemă pe care le poate întâmpina în etapele următoare.</p> <p><i>Rezultate negative:</i> Dacă părinții manifestă dezaprobare în tot ceea ce fac copiii, mai ales prin ridiculizarea unei fapte, de exemplu, atunci când copiii mai fac în pat uneori și sunt apostrofați la genul: „nu ți-e rușine, ești băiat mare și mai faci în pat?”, acesta va începe să se rușineze de propriile acțiuni, dar va pierde și încrederea în propriile decizii.</p>			

A doua copilărie (3-6 ani)	<i>Inițiativă versus Retragere, vinovăție</i>	Mediul familial	Finalitatea acțiunii
<p>Acest stadiu este supranumit și „vârsta de joacă”, când copilul prin joc învață regulile sociale. Deoarece copilului i se cere să-și asume din ce în ce mai multă responsabilitate pentru ceea ce face, el poate ajunge să-și dezvolte un puternic simț de inițiativă. Acesta poate fi încurajat de părinți prin a-i permite copilului să sară, să alerge, să se joace. Părinții, care pedepsesc copiii pentru inițiativă, îi pot face să se simtă vinovați că nu și-au îndeplinit corespunzător responsabilitățile atât în această perioadă, cât și mai târziu în viață.</p> <p><i>Rezultate pozitive:</i> În această perioadă a vieții, copilul începe să exploreze lucruri noi, să-și descopere abilități motorii, să interacționeze mai mult cu cei din jur, începe să aibă inițiativa multor activități imitând, de obicei, adulții; frecvent, vor încălca interdicțiile impuse de către părinți, fapt penalizat verbal sau altfel. În aceste situații, rolul părinților este foarte important și dacă aceștia vor fi toleranți, dar și consecvenți disciplinar, în același timp, copiii vor învăța că nu toate lucrurile le sunt permise, fără a se simți vinovați și, în același timp, vor continua să cerceteze mediul, fără a se rușina de ceea ce fac, iar asumarea de responsabilități va conduce la dezvoltarea simțului de inițiativă. De asemenea, părinții trebuie să manifeste înțelegere față de curiozitatea sexuală specifică la această vârstă.</p> <p><i>Rezultate negative:</i> Intervenția educativă necorespunzătoare va dezvolta copilului o teamă de pedeapsă exagerată; copilul va considera, pe viitor, că orice inițiativă personală este greșită; dacă anumite acțiuni nu vor fi finalizate corespunzător, se va dezvolta sentimentul de vinovăție.</p>			
A treia copilărie (6-12 ani)	<i>Sânguință, eficiență versus Inferioritate</i>	Școala și grupul de joacă	Competența
<p>În această etapă, copilul achiziționează cunoștințe și deprinderi, în special prin intermediul școlii, specifice culturii din care face parte. Odată cu începerea școlii, apare prima comparație socială. Temele pentru acasă devin o necesitate, iar nevoia de autodisciplină crește cu fiecare an.</p> <p><i>Rezultate pozitive și negative:</i> O abordare corespunzătoare din partea părinților, dar și a învățătorilor vor dezvolta un simț al competenței în copil sau, dimpotrivă, printr-o atitudine necorespunzătoare, vor dezvolta sentimentul de inferioritate. Cea mai frecventă greșeală a părinților este de a-și compara permanent copilul, în funcție, dacă și-a făcut temele, dacă a luat rezultate mai proaste decât ale vecinului sau prietenului etc. (de exemplu: „Vezi, Georgel a luat mai mult la lucrare decât tine. / Tu nu scrii la fel de frumos ca Ionel” ș.a.m.d.).</p> <p>Aceste comparații și reacții nefavorabile, nu fac decât să adâncească sentimentul de inferioritate al copilului, iar o nerezolvare corespunzătoare acestei situații va fi decisivă în rezolvarea următoarei perioade de criză, deosebit de importantă și anume, criza adolescenței.</p>			
Pubertatea și adolescența (12-18/20ani)	<i>Identitate de sine versus Confuzie de rol</i>	Modelele și covârșnicii	Unitatea
<p>În această perioadă, adolescentul caută să-și formeze și să-și dezvolte o identitate personală și vocațională, încearcă să se identifice cu un rol profesional. În același timp, se formează comportamente specifice rolului sexual (este o perioadă de tatonare a comportamentului sexual în care băieții, de exemplu, se dau cu gel, își fac țepi, iar fetele se machiază și încearcă să se pună în evidență printr-o vestimentație cât mai sumară). Pentru a ajunge la un simț clar și coerent al identității, adolescenții se implică în diverse roluri, fără a se antrena concret în vreunul.</p> <p>În acest stadiu apare confuzia de roluri și întrebarea frecventă a adolescentului: „cine sunt eu?”. Adolescentul manifestă totodată și un comportament indezirabil, prin însuși conflictul interior prin care trece: „să am inițiativa să fac cutare lucru?” Pe de o parte, își dorește să aibă inițiativă într-o acțiune, pe de altă parte, este inhibat de părinții care-i dirijează și limitează fiecare acțiune. Eșecul în dobândirea unei identități clare, durabile are ca rezultat confuzia dintre ceea ce este și ceea ce dorește să fie. Scopul educațional în această etapă este de formare a copilului autonom prin acordarea unei anumite independențe, discret controlată de părinți.</p>			

Părintele care la aceasta vârstă își însoțește copilul la examen și-l așteaptă în curtea liceului sau a facultății, creează și întreține dependența acestuia. Psihoterapeutul clasic Alfred Adler spunea că „orice copil problemă este un părinte problemă”.

Majoritatea psihologilor consideră că adolescența reprezintă criza centrală a întregii dezvoltări. Criza de identitate este considerată ca fiind singurul conflict puternic pe care o persoană îl are de înfruntat în această viață, iar depășirea într-un mod satisfăcător se poate realiza în condițiile în care și celelalte stadii au avut o rezolvare pozitivă.

Rezultate pozitive: Capacitatea de a se percepe ca o persoană armonioasă, cu o identitate personală puternică.

Rezultate negative: Confuzie în legătură cu cine este și ce reprezintă, incapacitatea de a lua decizii și a alege în mod special în privința vocației, a orientării sexuale etc.

Presiunile puternice din partea părinților sau a societății pot determina dezorientarea și disperarea adolescentului; acestea au ca rezultat înstrăinarea fizică sau psihică de mediile normale, iar în cazurile extreme, ale difuziunii rolului, tânărul poate adopta o identitate negativă. Spre deosebire de băieți, fetele se dezvoltă diferit privind dezvoltarea identității, acestea manifestând tendința de amânare a dezvoltării identității, până la găsirea partenerului de viață, care are un rol important în determinarea statutului lor.

2.2.2. Formarea identității de gen a copilului

O parte importantă a identității și a individualității fiecărei persoane, și anume rolurile de gen, se formează prin intermediul socializării. Astăzi, familia, școala, mass-media, tehnologia informațională, muzica și filmele influențează acest proces. Vectorii de socializare, unii tradiționali și alții noi, contribuie la păstrarea și transmiterea stereotipurilor de gen.

Genul se referă la ideile unei societăți în legătură cu ceea ce li se „potrivește” în temperament, comportament, atitudini bărbatilor și femeilor dintr-o societate. Cu alte cuvinte, genul se referă la modul în care membrii unei societăți consideră că bărbatul și femeia se comportă sau ar trebui să se comporte (ce înțeleg membrii unei societăți prin „masculin” și „feminin”).

Identitatea de gen reprezintă o componenta de bază a conștiinței de sine, iar formarea și dezvoltarea acesteia depinde de numeroși factori, atât biologici, cât și socio-culturali.

Conceptul de gen (sex psihologic sau „gender” – engl.) reprezintă asumarea mentală a sexului biologic. Formarea acestuia începe către vârsta de 3 ani și are loc în mai multe etape:

1. adoptarea *comportamentelor* și a *atitudinilor* specifice genului căruia îi aparține copilul;
2. apariția *conceptului de gen ca atare*, adică înțelegerea în termeni cognitivi a ceea ce înseamnă să fii băiat/bărbat sau fată/femeie.

Spre 3 ani, copilul învață să facă diferențele între fete și băieți și să se identifice ca atare (“eu sunt fetiță” sau „eu sunt băiețel”). La această vârstă, vocabularul copilului îi permite să utilizeze pronumele „ea, el” să facă diferențele dintre genuri („piscă-motan”), chiar dacă nu le rostește cu acuratețe. După vârsta de 3 ani, copilul preferă să se joace cu jucării pe care le asociază sexului. Fetițelor le place mai mult să se joace cu păpușile, să facă ceea ce face mama profesionistă, să facă curățenie, să devină doctorițe. Băieților le place să-l ajute pe bărbatul casei, să repare ceva prin casă, să conducă mașina. Fetițelor le place să fie privite ca prințese, să sărute obrazul bărbatului și să „aibă grijă de bebe”. Băieților le place să joace fotbal, să fie „voinici”, să se murdărească. Copilul se identifică cu adultul de același sex, încercând să îl imite.

Este bine să lăsați copiii să exerseze aceste roluri de femeie și de bărbat, prin jocuri de rol (de-a mama și de-a tata). Este important să vorbim cu ei despre nelămuririle lor și trebuie să fim cât mai sinceri cu ei atunci când pun întrebări, inclusiv atunci când întreabă despre „cum vine un bebe?”

Între 18 luni și 5 ani, copiii încep să fie preocupați din ce în ce mai mult de organele sexuale, mai ales, de diferențele între fete și băieți. În această perioadă se fac achiziții referitoare la noțiunea de sex. În perioada 2-5 ani, sentimentele copilului față de adultul de sex opus devin specifice.

Sentimentele de atașament și dragoste se transformă în sentimente „amoroase”. Admirația pe care copilul o are pentru adultul de sex opus este nelimitată și apar sentimente de gelozie pentru acesta.

Sentimentele băiatului

În această perioadă, băiatul caută mângâierile mamei (femeii care îl îngrijește) așteptând mai multă drăgălășenie din partea ei. Are un comportament de protecție a acesteia, sentimentele lui sunt intense și serioase. El caută să demonstreze (inconștient, bineînțeles) „virilitatea” lui față de ea. Mulți copii spun la această vârstă : „Când voi fi mare, mă voi însura cu mama Ana” (mama sau îngrijitoarea). Comportamentul de amabilitate, curtare, grijă față de femeie sunt din ce în ce mai intense. Nu de puține ori face demonstrații de dragoste, de amabilitate, face tot ce poate pentru a o mulțumi și pentru a-i arăta că este mai puternic și mai harnic decât soțul acesteia.

Există o dependență față de persoana care îl îngrijește, nu suportă lipsa ei, plânge dacă aceasta pleacă la serviciu sau îl duce la grădiniță. De multe, ori vrea să doarmă cu ea și să-l înlăture pe soț din cameră și chiar din patul ei. Prezența lui distruge dorința băiețelului de a fi numai el cu cea care îl îngrijește.

Nu de puține ori, adulții observă comportamentul copilului și-l ceartă. De exemplu, copilul dorește să stea în brațele îngrijitoarei sale și soțul acesteia îi spune: „ești prea mare ca să stai în brațele ei, las-o în pace”.

Sentimentele fetiței

Fetița devine cochetă, geloasă, ascultătoare, foarte devotată bărbatului din casă, își îndreaptă toată atenția spre bărbatul casei, care devine favoritul ei. Când sosește acesta, fetița arată atâta bucurie, încât este în stare să uite de toată lumea și să-i dea atenție numai lui. Îl urmărește, se joacă numai cu el, vrea să mănânce cu el, vrea să facă baie numai dacă el este cel care o ajută, dorește să doarmă cu el. În momentul în care adulții sunt în pat, fetița se bagă între ei.

Este perioada în care, în ciuda unei relații bune cu persoanele de sex opus, fetița are o relație dificilă cu îngrijitoarea sa. Devine capricioasă, opozantă, refuză să coopereze cu aceasta, deși cu soțul acesteia cooperează foarte bine. Are sentimente de invidie față de îngrijitoare, o contrazice, este tentată de dorința de a o înlătura, în ciuda faptului că o iubește și o admiră.

Psihologul american L. Kohlberg, ce a studiat teoria dezvoltării morale susține că înainte de vârsta de 6-7 ani, copiii nu pot menține constanța genului lor așa cum nu pot realiza conservarea. Ei vor realiza această înțelegere doar gradual, dezvoltarea având trei stadii:

1. *Etichetarea genului.* Pe parcursul copilăriei mici, copiii își pot denumi propriul sex și pe al celorlalți. Dar când sunt întrebați, de ex: „Când tu (fată) vei crește mare, ai putea fi tătic?” sau „Poți fi băiat dacă ți-ai dori?”, copiii mici vor răspunde că da. Mai mult, când copiilor li se arată o păpușă al cărei păr sau haine sunt transformate în fața lor, ei afirmă că sexul păpușii nu mai este același.
2. *Stabilitatea genului.* În această fază, copiii au o înțelegere parțială a permanenței sexului. Ei înțeleg stabilitatea lui în timp, dar, deși știu că bebelușii de sex masculin sau feminin vor deveni băieți și fete, apoi bărbați și femei, ei continuă să afirme, așa cum o făceau până atunci, că schimbarea piep-tănăturii, hainelor sau activității specifice genului vor determina o persoană să-și schimbe și sexul.
3. *Consistența genului.* În jurul vârstei de 6-7 ani, copiii devin siguri asupra constanței sexului, indiferent de situație. Ei știu că sexul rămâne constant, chiar dacă o persoană hotărăște să se îmbrace în hainele sexului opus sau să realizeze activități specifice acestuia.

Vârsta preadolescenței (începând cu 11/12 ani) este considerată un moment important care indică o schimbare de direcție atât asupra lumii interne, cât și asupra lumii externe. Acum interesul se îndreaptă spre semenii de sex opus (colegi, prieteni), spre cochetărie, frumusețe corporală, lectura romanelor interzise. Este perioada „fructului interzis”.

Tot acum evoluează conceptul rolurilor de gen, a regulilor ce normează comportamentul persoanelor de gen masculin și, respectiv, de gen feminin.

Adolescența este vârsta la care unii copii încep viața sexuală, iar acest lucru își pune o amprentă definitorie asupra identității sexuale și a celei de gen.

Identitatea de gen se formează pe tot parcursul existenței, aceasta fiind influențată de nenumărați factori (rolul părinților, al fraților, al covârșnicilor, al școlii, de mass-media etc.). În formarea identității de gen, un rol important îl au stereotipurile sociale care orientează valoarea judecăților și a relațiilor interindividuale.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Oferiți copiilor un răspuns pozitiv atât pentru o activitate specifică de gen (cum ar fi la băieți jocul de construcții), cât și pentru o activitate mai puțin specifică genului (cum ar fi tot la băieți jocul cu păpușile de pluș). Rolul îngrijitorilor în acest caz este să ofere modele de comportament nestereotipe și să întărească atât comportamentele de gen specifice, cât și pe cele de gen nespecifice.*
- ✚ *Încurajați copiii să se joace cu jucăriile care îi atrag, fără a ține cont de restricțiile culturale.*
- ✚ *Oferiți copiilor jucării neutre ca gen, precum jocurile de puzzle, cuburi, seturi de desenat sau de pictură. În nici un caz, nu ar trebui să folosiți sintagme ca „jucării pentru fete” sau „jucării pentru băieți”. Acestea îi demotivează pe copii să se joace cu un obiect care poartă o etichetă greșită.*
- ✚ *Nu ironizați băieții cărora le place să servească masa, să se joace cu păpușile sau să picteze. La fel, nu descurajați fetele care preferă să se joace cu mașinuțe.*
- ✚ *Nu râdeți pe seama copiilor și nu îi ironizați. Sentimentele pe care copiii le încearcă în aceasta perioadă sunt foarte serioase, de aceea ei trebuie, pur și simplu, înțeleși.*
- ✚ *Nu sancționați prea dur manifestările „de dragoste” ale copilului. Dacă veți fi prea exigenți cu copilul, îl veți inhiba și, în viitor, s-ar putea să aibă probleme de relaționare.*
- ✚ *Admirați copilul (în special în perioada 3-6 ani). Acesta își dorește să fie cavalerul / domnița de onoare, cel care vă ajută și vă face fericiți.*
- ✚ *Răspundeți cu dragoste la sentimentele copilului. Pentru a evolua favorabil, copilul are nevoie să îi fie înțelese sentimentele sale de dragoste.*

2.2.3 Formarea identității vocaționale a copilului

Identitatea vocațională combină aspecte legate de cunoașterea propriilor interese, valori, abilități și competențe, pe de o parte, cu preferința pentru un anumit tip de activități, stiluri de interacțiune și medii de muncă, pe de altă parte. Ea apare la intersecția dintre experiențele multiple de învățare și de muncă ale adolescentului.

Identificarea vocațională se manifestă mai mult ca o descoperire a aptitudinilor, capacităților și abilităților proprii, iar apoi ca pregătire activă, direcționată spre admiterea în învățământul superior sau spre viața profesională.

Modelele profesionale sunt oferite atât de mediul social, de „moda” referitoare la anumite profesii mai solicitate la momentul respectiv, cât și de aspirațiile familiei sau cele individuale. Adesea, pot să apară neconcordanțe între oferta profesională a pieței muncii și aspirațiile profesionale ale copilului. Cu toate acestea, preferința pentru anumite discipline școlare constituie un punct de reper pentru alegerea profesională. Alegerea viitoarei profesii se conturează mai devreme decât preadolescentul începe să își cunoască aptitudinile de care dispune și a celor care corespund profesiei alese.

Orientarea profesională începe să se contureze de la vârsta de 14 ani, profesia aleasă sau dorită îmbrăcând și o conotație romantică chiar („Vreau să fiu medic pentru a salva vieți omenești”, „Vreau să cunosc multe limbi pentru a călători” etc.).

Psihologul american Ginsberg (1972) a determinat că procesul de dezvoltare al identității vocaționale trece prin trei etape:

1. *Etapa fantezistă* (3-10 ani) – în jurul vârstei de 10 ani, deciziile copilului se bazează pe propriile dorințe și capricii, aspirând să ajungă jucător de baschet, star rock, actor, etc., orice care este atrăgător și fermecător. Începe apoi să povestească aceste idei despre dezvoltarea carierei tuturor celor care îl ascultă și sunt de acord cu el. La grădiniță, marea majoritate a băieților aleg ocupații masculine, iar marea majoritate a fetițelor aleg ocupații feminine, cum ar fi asistentă medicală sau profesor, copilul identificându-se cu diverse persoane semnificative din mediul familial sau școlar imitând comportamentul acestora în cadrul jocurilor. Această etapă este foarte importantă pentru dezvoltarea vocațională, fiind un indicator al dorinței copilului de a avea o profesie când va fi mare. Pe măsură ce se apropie de finalizarea claselor primare, interesele copiilor devin tot mai clare, aceștia învățând importanța cunoașterii și înțelegerii aptitudinilor, preferințelor și valorilor proprii pentru alegerea viitoarei profesii.
2. *Etapa alegerii bazate pe interese* (11-16/17 ani) – la această etapă preadolescenții încep să ia în considerare și alți factori, în afară de dorințe: interesele pe care le are (Îmi va plăcea să fiu medic?), abilitățile (Voi fi capabil să relaționez cu ceilalți?), valorile proprii (Este foarte important pentru mine să-i ajut pe ceilalți?). Pe măsură ce înaintează în vârstă, adolescenții vor lua decizii tot mai mult pe baza valorilor și capacităților de care dispun și tot mai puțin pe baza dorințelor și intereselor. Alegerile pe care le fac în această perioadă pot avea un caracter vag și trecător, fiind abandonate ușor atunci când apare o altă direcție vocațională care pare să ofere satisfacții mai mari. În această etapă, interesele pot să nu corespundă totdeauna cu aptitudinile, ele corespunzând mai exact aspirațiilor generale implicate în concepția despre lume și viață.
3. *Etapa realistă* (18-25 ani), caracterizată prin cristalizarea identității vocaționale, adaugă interesele, abilităților, valorilor, oportunitățile reale ale locurilor de muncă. Pe măsură ce adolescenții părăsesc etapa alegerii, bazată pe interese, încep să ia în considerare realitatea locurilor de muncă, vor aduna informații privind educația necesară unei anumite profesii, condițiile de muncă impuse de aceasta, vor face apel, de asemenea, la consilierea vocațională. Odată cu perceperea realității, adolescentul va vorbi despre carieră atât în termeni de factori personali, cât și în termeni de factori de mediu, încercând să aleagă cea profesie care se potrivește mai bine.

Familia – factor de orientare

Diversele cercetări în domeniul orientării atestă faptul că școala aduce o mare contribuție în procesul orientării, însă influența familiei, în procesul alegerii studiilor și profesiei, este cea mai mare.

Atribuțiile familiei, în procesul orientării, prezintă următoarele aspecte:

- ◆ Cunoașterea copiilor, formarea capacităților de autocunoaștere și autoapreciere obiectivă în familie

Majoritatea cercetărilor atestă faptul că foarte mulți părinți, îndeosebi ocrotitorii temporari, își cunosc superficial copiii. Îngrijitorii trebuie să fie ajutați în mod continuu de către școală și consilierul școlar, ca să-și cunoască copiii într-o lumină reală. Ca modalități și mijloace de cunoaștere a personalității copilului în familie, pot fi utilizate: observația, convorbirea și analiza rezultatelor activității școlare.

Prin intermediul *observației*, îngrijitorii trebuie să urmărească modul în care învață copiii, atitudinea lor față de munca părinților și a altor persoane, preocupările din timpul liber.

Convorbirile pot fi purtate de către îngrijitori cu copilul, cu profesorii, cu dirigintele și cu consilierii din școală. Dialogul cu copilul permite îngrijitorilor precizarea unor observații, clarificarea aspirațiilor copilului, precum și motivarea explicită a preferințelor și opțiunilor sale.

Convorbirile periodice cu factorii școlari pot oferi date importante în legătură cu posibilitățile existente și perspectivele de dezvoltare ale copilului. Ele completează sau/și corectează imaginea pe care o au părinții despre copiii lor.

Analiza rezultatelor activității copilului furnizează familiei o serie de date concludente cu privire la interesele, înclinațiile și aptitudinile copilului.

De maximă importanță pentru procesul orientării este și ajutorul dat de către îngrijitori în ceea ce privește dezvoltarea la copii a capacităților de autocunoaștere și autoapreciere obiectivă a personalității. În acest sens, ei pot utiliza, cu succes, diverse procedee:

- sinceritatea și obiectivitatea aprecierilor făcute în legătură cu posibilitățile copiilor. Îngrijitorii nu trebuie să-și înșele copiii cu laude nejustificate, dar nici să-i demobilizeze cu exigențe exagerate.
- compararea autoaprecierilor copiilor cu aprecierile celor din jur. În special, adolescenții și tinerii, întrucât sunt mai preocupați de propria lor persoană, sunt foarte atenți și receptivi la părerile celor din jur.

◆ Informarea școlară și profesională în familie

Cercetările din domeniul orientării școlare și profesionale demonstrează că informațiile elevilor cu privire la rețeaua școlară, lumea profesiunilor și cerințele vieții sociale sunt destul de sumare. Acest lucru diminuează simțitor posibilitățile lor opționale. Și în cazul profesiunilor preferate s-a constatat că elevii cunosc incomplet conținutul muncii, condițiile de muncă și cerințele psihofiziologice. Ca urmare, copiii trebuie ajutați într-o măsură mai mare să se informeze asupra școlilor, profesiunilor și a necesarului forței de muncă. Cu cât aceste informații vor fi mai bogate și mai detaliate, cu atât posibilitățile lor de alegere vor fi mai mari, iar opțiunile vor fi mai adecvate și mai realiste.

Se disting două modalități de informare școlară și profesională în familie:

- Transmiterea directă de către părinți a unor informații;

Informarea profesională a copiilor în familie începe prin cunoașterea profesiunilor practicate de către îngrijitori. Ei își cunosc suficient de bine profesiile pe care le practică, astfel încât să le poată descrie cu lux de amănunte. Îngrijitorii pot oferi o serie de informații corecte cu privire la importanța profesiunilor respective, conținutul și specificul muncii, frumusețea și dificultățile ce o caracterizează, abilitățile cerute lucrătorilor din domeniul respectiv, modul în care se face calificarea. De asemenea, părinții pot să prezinte copiilor profesiunile altora, profesioni pe care le cunosc din întreprinderile sau instituțiile în care lucrează. În același timp, o serie de informații pot oferi rudele și cunoscuții familiei. Aceștia pot răspunde la multe întrebări și probleme pe care le pun copiii în legătură cu o anumită profesie.

Unele probleme mai dificile apar în cazul profesiilor necunoscute de cei din familie. În asemenea situații, ajutorul trebuie solicitat din partea factorilor școlari. Totuși, în acest caz, îngrijitorii pot să se documenteze în legătură cu profesiile care îi interesează pe copii prin contactul direct cu unii dintre specialiștii cunoscuți, prin consultarea unor cărți, broșuri și îndrumare școlare, prin vizionarea unor emisiuni la radio și televiziune.

- Stimularea și facilitarea activităților independente de informare școlară și profesională a copiilor;

Acest lucru poate fi realizat de către familie printr-o serie de căi și mijloace specifice:

- ✚ Una dintre cele mai accesibile o constituie lectura, care oferă mari posibilități de informare, educă interese, determină opțiuni școlare la elevi.
- ✚ Familia trebuie să pună la îndemână bibliografia dată de școală, lucrări de știință și tehnică, reviste literare, tehnice și științifice.
- ✚ O altă cale de informare este presa cotidiană în care apar destul de frecvent anchete și interviuri cu oameni de știință sau specialiști din diferite domenii, descrieri ale unor profesii și sectoare de activitate prioritare. Părinții trebuie să-i obișnuiască pe copii să urmărească sistematic anumite rubrici din presă, să decupeze și să colecționeze articole de acest gen.
- ✚ Deosebit de instructivă este și studierea îndrumărilor anuale pentru admiterea în școli profesionale, în licee și facultăți. Aceste materiale oferă principalele informații despre condițiile de admitere și de școlarizare, despre secțiile de specializare și chiar unele indicații despre profesiunile pentru care pregătesc anumite școli.

👉 Printre căile și mijloacele de informare utilizate de familie se mai pot enumera: viziunea filmelor și jurnalelor de actualități, a emisiunilor de radio și televiziune, vizitarea muzeelor și expozițiilor.

Fără îndoială, informarea școlară și profesională desfășurată în familie trebuie să se caracterizeze prin corectitudine și obiectivitate. Profesiile trebuie prezentate într-o lumină reală, fără exagerări referitor la avantajele lor și, în același timp, fără ocolirea sau amplificarea dificultăților pe care acestea le presupun.

2.2.4. Factorii determinanți în formarea identității copilului

Omul este o ființă biosocială. Suntem creați de natură, însă, ca personalitate, suntem formați de societate.

Toate teoriile identității subliniază rolul important pe care îl joacă ereditatea, mediul și educația în formarea identității umane.

Ereditatea

Prin moștenire, copilul capătă însemnele fizice, proprii tuturor oamenilor – configurația corpului, posibilitatea mersului vertical, construcția sistemului nervos, structura creierului și a organelor de simț, care, împreună, asigură posibilitatea dezvoltării intelectului.

Purtătorii informației ereditare sunt genele – structuri stabile, însă nu invariabile. Sub influența cauzelor interne și a acțiunilor externe (radiații, intoxicații etc.), genele pot suferi schimbări, *mutații*. Unele anomalii în dezvoltarea organismului uman – polidactilie, buză de iepure, gură de lup, daltonism etc. – se explică anume prin mutațiile ce au loc în gene.

Identitatea genetică este, practic, imposibilă între antecesori și descendenți, probabilitatea unei identități absolute fiind de 1 la 70 de trilioane. Rezultă, astfel, că, din punct de vedere genetic, fiecare individ este diferit, unic și irepetabil, în raport cu toți ceilalți din trecut, prezent sau viitor.

Așadar, *ereditatea* este o moștenire, o zestre genetică și nu o simplă transmitere de însușiri ale părinților. Genele nu trebuie considerate bune sau rele, ci trebuie văzute din perspectiva acțiunii lor cu mediul. Adică, un copil nu trebuie considerat cu gene „rele” numai pentru că unul dintre părinți a avut devieri de comportament (crime, furturi etc.), trebuie văzut cum interacționează acesta cu mediul.

În afară de ereditate, un factor biologic îl constituie *congenitalitatea*. Nu tot cu ce se naște copilul este transmis prin ereditate. Unele particularități înnașcute ale lui pot fi explicate prin condițiile vieții intrauterine – influența preparatelor medicamentoase, sănătatea mamei, consumul de alcool, fumatul etc.

Este foarte important să cunoaștem ereditatea, să cunoaștem zestre genetică, întrucât aceasta reprezintă premisa naturală a devenirii ființei umane.

Mediul

O importanță determinantă pentru formarea personalității o are mediul social, care trebuie privit în sens larg. Ereditatea sau posibilitățile ereditare interacționează totdeauna cu mediul și, în aceste condiții, acesta poate fi văzut ca un modelator permanent al vieții (școala, prietenii, familia, strada).

Premisele ereditare sunt indispensabile dezvoltării psihice a omului, însă mediul oferă multitudinea materialelor de construcție. Mediul este destul de complex, dar poate fi structurat în:

- a. mediul natural – aerul, apa, particularitățile climei, zona geografică etc. – lucruri care, într-un fel sau altul, sunt legate de dezvoltarea psihicului, sănătate și durata vieții;
- b. mediul sociocultural – arta, știința, familia, grupul de prieteni, școala etc. – condiții absolut necesare dezvoltării personalității umane.

Educația

Aceasta reprezintă factorul fundamental și determinant al formării și dezvoltării personalității umane.

Educația realizează echilibrul optim între zestrea genetică și mediul în care trăiește și se dezvoltă copilul. Educația înseamnă influența intenționată și conștientă asupra individului.

Nu trebuie să uităm totuși că, în afara premiselor și condițiilor de mediu, nu poate să apară educația. Aceasta intervine ca un operator special, ca un organizator de proces cu funcții conducătoare ale dezvoltării personale.

Așadar, formarea identității și dezvoltarea personalității copilului decurge sub influența anturajului nemijlocit, cât și sub înrâurirea mediului social, în sens larg, prin influența mijloacelor de informare în masă și a întregului ansamblu instructiv-educativ.

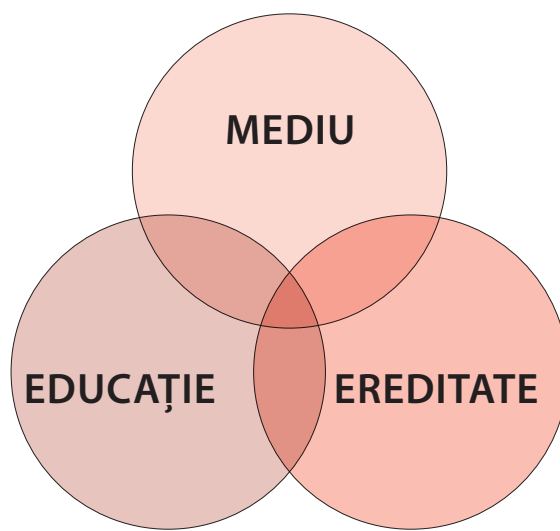


Figura 2. Relația educație-ereditate-mediul în dezvoltarea copilului

2.2.5. Specificul formării identității copilului aflat în situație de risc

Copiii care vin în plasament vin cu un bagaj cultural, moral, religios, uneori, diferit de cel al familiei de APP sau CCTF. Toți copiii sunt diferiți din punct de vedere fizic, psihic și al personalității.

A ajuta copilul să-și formeze o identitate, înseamnă a accepta diferențele și a integra copilul în familie. A învăța să acceptăm copilul nu înseamnă neapărat a face numai ce scrie în cărți, este la fel cum am învăța să mergem, este o chestie de echilibru între ceea ce moștenește copilul și ceea ce acumulează în familia APP sau CCTF. Copilul trebuie să simtă că avem încredere în el, că suntem disponibili să-l acceptăm și să-l ajutăm să-și creeze o imagine pozitivă despre sine. Copilul „citește” pe fața noastră ca într-o „carte deschisă”, detectează cu rapiditate sentimentele pe care le avem față de el.

De multe ori, ne putem pune întrebarea: „de ce trebuie eu să încurajez relația copilului cu o familie care l-a părăsit?” sau afirmăm cu multă convingere că „părinții lui nu ar trebui să mai aibă niciun drept asupra copilului”. În aceste cazuri, acționează prejudecata, uitând ca unul dintre cele mai importante roluri pe care le are specialistul în domeniul social este acela de a ajuta copilul să mențină relația cu familia sa de origine și a-l ajuta să își construiască o bună imagine de sine.

Pe de altă parte, apare o reacție paradoxală: familia la care este plasat copilul (și care este specializată, pregătită și remunerată, special, pentru serviciul pe care îl prestează) dezvoltă un sentiment de gelozie/ură față de familia copilului și pune în dificultate prin atitudine și comportament, dezvoltarea copilului și menținerea relației cu familia sa sau cu familia de adopție.

Copilul aflat în plasament va face întotdeauna referire la trei sisteme:

- familia de origine – cu bagajul genetic și cultural moștenit;

- ❑ familia de plasament – poate cu un alt bagaj de valori morale, spirituale și culturale;
- ❑ etnia și rasa.

Identificarea copilului conține trei elemente:

Primul element de identificare este *corpul*. Este bine deci să valorizăm imaginea corporală a copilului. Să-i vorbim despre corpul său, să-l ajutăm să se descopere într-un mod pozitiv. Chiar și cu un bebeluș se poate începe acest proces de autocunoaștere. Când îl îmbrăcam, îi povestim: „Acum îți dau bluzița pe mâna stângă, acum pe mânuța dreaptă”, „Acum îți dau pantalonașii pe piciorul drept etc.”, ca apoi după primele 12 luni să-i arătăm în oglindă „Acesta este nasul tău”, să-i prezentăm părțile componente ale corpului său. Identitatea copilului începe cu reprezentarea de sine.

Al doilea element de identificare este *familia sa biologică*. Este bine să vorbim cu copilul despre rădăcinile sale, de unde provine, cine-i sunt părinții, de ce se află la dumneavoastră, cu mult respect pentru familia și valorile sale.

Al treilea element este cel al *etniei și rasei*. Pentru a se cunoaște, copilul trebuie să știe ce etnie au părinții săi biologici, ce religie are și care este statutul social și cultural al părinților biologici, asta în măsura în care există aceste informații.

Persoanele care îngrijesc copilul au un rol primordial în dezvoltarea identității lui: a-l iubi, a-i valoriza diferențele și a le accepta îi va da copilului sentimentul că este capabil să se dezvolte, să crească, că este competent și că a reușit să-și formeze o identitate bine conturată. Îi va da senzația că aparține unei familii, unei școli, unui cartier, unui univers. Toate acestea îi vor da copilului o forță interioară care îl va ajuta să treacă peste perioadele dificile din viața sa.

De multe ori, pentru a ne identifica, pentru a ne găsi un loc în cultura noastră, avem nevoie să ne imaginăm că suntem cineva sau că vom deveni cineva. A visa cu ochii deschiși, a ne delecta cu imaginea pe care o inventăm despre noi, este un mecanism de autoliniștire, un factor de protecție.

Nu trebuie să confundăm acest vis cu ochii deschiși cu minciuna patologică. Putem lua ca exemplu un copil dintr-un centru de plasament care năucit de ceea ce vedea, de ceea ce se întâmpla în acel centru se refugia în diverse povești sau emisiuni TV, încerca să se liniștească visând la ceea ce va fi când va fi mare „Voi fi un mare fotbalist și voi da autografe tuturor copiilor, voi avea o casă mare și foarte mulți bani”. Să-ți crezi insulițe de frumusețe într-o realitate dureroasă, este unul dintre mecanismele cele mai eficiente de supraviețuire. Bineînțeles, că după ce copilul va fi dus într-un loc securizant, va fi înconjurat de dragoste, nevoile sale vor fi satisfăcute de către cei ce-l îngrijesc, visarea se va diminua, realitatea pozitivă luând locul, visului frumos.

Mulți copii tind să-și construiască imaginea de sine prin comparație cu ceilalți sau cu o imagine idealizată despre ceea ce ar trebui să fie. Eșecurile în anumite domenii ale vieții conduc, deseori, la sentimentul lipsei de valoare. Dacă i se va spune copilului „ești rău”, copilul va spune „sunt un rău” și se va comporta ca un copil „rău”.

Principalii factori care ar putea avea influențe negative în calea formării identității sunt:

- ◆ *complexul de proveniență* – copilul nu vrea să spună nimic despre familia sa sau despre locul de unde vine, centrul de plasament etc.;
- ◆ *neacceptarea condiției sale sociale* – copilul nu poate accepta ideea că este abandonat sau că nimeni nu va veni să îl ia acasă;
- ◆ *confruntarea permanentă cu atitudinea grupului* – deseori, acești copii sunt desconsiderați (atitudinea grupului fiind negativă);
- ◆ *confruntarea cu trecutul lor* – confruntarea cu traumele din copilărie: abuzuri, neglijare, exploatare.

La copiii din instituții apare, deseori, complexul de proveniență cu efecte negative asupra echilibrului personalității. Abandonul afectează profund sentimentul identității, determinând la copii și tineri sentimente de ambivalență, culpabilitate, frustrare afectivă, adesea atribuindu-și cauza abandonului, având

tendința să idealizeze părintele care l-a abandonat sau să caute o cauză, o explicație a abandonului. De aceea, majoritatea copiilor care merg în îngrijire vor dori să-și cunoască familia și să o accepte în viața lor. Rolul specialistului din domeniul social este primordial în acest moment în care copilul își formează identitatea.

Identitatea se fixează, cel târziu, în adolescență. Prin urmare, până atunci toate acțiunile pe care copilul le face în construirea identității au nevoie de susținerea și aprobarea îngrijitorilor. Este un proces dinamic care integrează pe parcursul vieții diversele experiențe ale individului.

Identitatea copiilor de diferite etnii

Identitatea etnică este foarte importantă pentru copil. Ideal pentru un copil de o anumită etnie ar fi să fie plasat într-o familie de aceeași etnie. Dar dacă nu se poate asigura acest lucru, atunci îngrijitorii trebuie să asigure copilului un sentiment pozitiv al identității etnice.

Moștenirile culturale trebuie respectate. Prin urmare, este bine ca acei ce ocrotesc copilul să-l informeze despre obiceiurile, tradițiile etniei din care provine copilul, să-i respecte apartenența la o religie (chiar dacă aceasta e alta decât cea a familiei de APP sau CCTF).

Prejudecățile și discriminarea sunt dăunătoare pentru toți copiii. Prejudecățile adulților duc la o deformare a imaginii copilului despre sine, la o stimă de sine scăzută și la o slabă încredere în propriile valori, propriile capacități și aptitudini.

Toate căutările copilului încearcă să răspundă la întrebările: „Cine sunt eu?”, „De unde provin?”, „Unde mă duc?”. Adolescenții care intră în viața de adult, fără să fi ajuns să-și cunoască adevărata identitate, vor întâmpina probleme de adaptare și integrare în societate.

Este foarte important pentru dezvoltarea copilului ca acei ce-l îngrijesc și-l ocrotesc, să-i prețuiască și să-i respecte identitatea, să-i dezvolte un sentiment pozitiv al identității, prin stabilirea unor legături cu familia biologică și rudele acestuia. Contactul direct dintre copil și familia acestuia aduce multe beneficii: ajută copilul să-și construiască un sentiment pozitiv al identității, o stimă de sine pozitivă și o mai bună integrare în plan social.

2.2.6. „Cartea Vieții” – instrument de valorificare a identității copilului

Copiii care locuiesc în familiile lor naturale au șansa de a-și cunoaște trecutul și de a-și clarifica evenimente din trecut prin prisma prezentului. Copiii separați de familiile naturale sunt privați adesea de această șansă, în special, dacă au schimbat în repetate rânduri familia, centre de plasament, case și localități. Trecutul lor poate fi pierdut, o mare parte din el chiar uitat.

Pentru a putea integra social un copil care a fost părăsit este bine să-l ajutăm mai întâi să-și accepte identitatea, să se accepte pe sine, ca apoi să se deschidă către cei din jurul său. Nu este vorba despre o re-întoarcere a trecutului pentru că acest lucru este imposibil, ci pentru a construi identitatea unui copil care nu-și cunoaște trecutul. Povestirile, poveștile, imaginile sunt cele care pot ajuta copilul să se descopere, să-și construiască viitorul, să-și construiască universul psihic.

De aceea este foarte important să-i vorbim copilului despre trecutul său, despre familia sa, să facem (sau să refacem de multe ori) povestea vieții copilului. Este foarte important să implicăm și copilul în realizarea acestuia. Indiferent cât de mic este copilul, cu siguranță, va putea contribui cu ceva la acest jurnal al vieții sale, fie chiar și cu o mângălitură. La fel de important pentru construirea identității sunt obiectele personale ale copilului: hăinuțele de pe când era mic, jucăriile preferate sau alte obiecte legate de trecutul său. „Zestrea” cu care vine copilul la dumneavoastră este foarte importantă pentru viitorul său.

Cartea Vieții (a se vedea Anexa 2) reprezintă un instrument cu valoare terapeutică. El este folosit cu scopul de a ajuta un copil dat spre îngrijire de a-și dezvolta un sens al identității și de a-și înțelege experiențele generate de separare sau plasament.

Cartea Vieții este folosită pentru a ajuta un copil:

- să-și dezvolte un sens al continuității și al identității;

- să înțeleagă separările din trecut și plasamentele actuale, reducând confuzia și neînțelegerea asupra acestor experiențe;
- să evite să folosească, într-un mod nesănătos, fanteziile în încercarea de a coopera cu experiențele dureroase ale vieții sale;
- să-și amintească persoane semnificative și evenimente din copilărie;
- să mențină o evidență a celor mai importante informații personale (certificat de naștere, informații medicale, fotografiile cu membrii familiei, premii școlare).

Cartea Vieții e o carte realizată, în mod individual, acoperind perioada de la naștere până în prezent, scrisă de către copil cu propriile sale cuvinte. În general, cuprinde o descriere a ceea ce i se întâmplă copilului, dar și a sentimentelor sale despre ceea ce se întâmplă. În carte pot fi incluse fotografiile, desene, premii, certificate, scrisori de la părinții de la îngrijitorii anteriori sau părinții adoptivi și părinții naturali, certificatul de naștere, genograma și orice altceva care ar putea fi inclus de către copil în mod particular.

Cartea Vieții este o încercare de a returna copiilor separați de familiile lor naturale o parte a acestui trecut. Strângerea la un loc a faptelor petrecute în viața copilului și a oamenilor semnificativi din ea, îl ajută pe copil să înceapă să accepte trecutul și să meargă înainte, în viitor, cu aceste informații despre trecut. Dacă adulții nu pot sau nu discută despre trecut cu copiii pe care îi îngrijesc, copiii pot crede că acest trecut este încărcat de lucruri urâte, pentru care ei sunt vinovați, lucru care are un efect negativ asupra dezvoltării lor emoționale și sociale.

Pentru copiii separați de părinții lor naturali și, în mod special, pentru cei care au schimbat mai multe locuri de plasament, este important să afle și să înțeleagă cauzele care au condus la separare și care a fost motivul pentru care atât de mulți adulți nu au putut avea grija de ei.

Cartea Vieții poate fi realizată printr-un jurnal, o casetă video sau, pur și simplu, poate fi o înregistrare a întâlnirilor care au avut loc cu copilul. Este foarte important ca toți copiii să fie implicați în discuții care se referă direct la evenimente din viața lor.

Cartea Vieții poate constitui mijlocul prin care i se oferă copilului informații, în concordanță cu vârsta sa, informații pe baza cărora copilul să ia sau să înțeleagă o serie de decizii care îi afectează viața. Spre exemplu, un copil care dezvăluie identitatea unui adult din familia naturală, care a abuzat sexual de el/ea, va trebui să înțeleagă că se poate să nu fie posibilă reintegrarea în familia naturală, atâta timp cât situația se menține neschimbată.

Tehnica de cunoaștere a „poveștii vieții” copilului oferă acestora o modalitate structurată de a vorbi despre ei înșiși. Cartea Vieții poate amplifica sentimentul valorii de sine al copilului, odată ce în mințile a aproape tuturor copiilor separați de familiile lor de origine există gândul că ei nu au nici o valoare și nu pot fi iubiți. Ei se autoînvinuiesc pentru acțiuni și fapte care aparțin, în exclusivitate, adulților. Dacă au fost abandonați, neglijați sau răniți de către părinți ori familia lărgită, sunt convinși că toți aceștia îi blamează.

O modalitate de a depăși aceste sentimente și de a construi un sentiment sănătos al identității este aceea de a discuta cu copilul despre trecut, prezent și viitor. Trecutul este constituit din locuri, date semnificative și perioade, oameni, schimbări, pierderi sau separări, evenimente fericite sau triste, cum ar fi boli, vacanțe sau aniversări ale zilelor de naștere. Prezentul este reprezentat prin imagini despre sine, reacții la evenimente din trecut și răspunsuri la întrebări de genul „ce caut eu aici?”, „cui aparțin eu?”, „cum mă privesc alții?”. Viitorul este reprezentat de subiecte ca „ce voi fi eu?”, „unde voi locui?”, „ce șanse am?”, „ce schimbări vor mai interveni?”.

Această tehnică poate fi folosită de orice adult care poate manifesta înțelegere, atenție, răbdare și care este pregătit să-și petreacă timpul cu copilul și să se dedice copilului: asistent parental al copilului, părinte-educator, personal din centrele de plasament, cu mențiunea că cei din urma vor trebui să obțină sprijinul activ al asistentului social al copilului și al altor persoane semnificative pentru copil.

Principiile de lucru care trebuie respectate în utilizarea acestei tehnici:

- ◆ Să nu trădați niciodată încrederea pe care un copil o are în dumneavoastră (dacă un copil vi se confesează pentru prima oară legat de un abuz sexual, va trebui să-i explicați clar copilului că unele informații vor trebui transmise mai departe altor persoane responsabile).
- ◆ Nu evitați să discutați cu copilul lucruri pe care acesta dorește să le discute doar pentru ca subiectele vă stânjenesc.
- ◆ Nu vorbiți în numele copilului.
- ◆ Odată începută munca la Cartea Vieții nu trebuie să abandonați copilul la jumătatea procesului, sperând că altcineva va termina ceea ce ați început dumneavoastră. Va trebui să continuați până când amândoi veți cădea de acord că este momentul să încheiați această muncă.
- ◆ În timpul formulării „poveștii vieții”, comportați-vă firesc, de parcă ați trece printr-o perioadă normală a vieții împreună cu copilul.
- ◆ Urmați și respectați ritmul impus de copil și nu cel care vă convine dumneavoastră. Grăbindu-l pe copil, nu faceți altceva decât să-i frânați în dezvăluirea informațiilor.
- ◆ Fiți consecvent – nu începeți niciodată munca pentru a spune mai apoi că veți continua când veți avea timp. Copilul nu va mai avea încredere în dumneavoastră și se va simți rănit dacă veți proceda așa.

Subliniem în mod deosebit faptul că, păstrarea confidențialității asupra a tot ceea ce spune copilul în timpul lucrului la Cartea Vieții, este una extrem de importantă și, uneori, dificilă pentru că ceilalți profesioniști din viața copilului (asistent social, psiholog etc.) pot avea o abordare „de echipă” asupra problemei, simțind că este imperios necesar să cunoască unele lucruri, tocmai cu scopul de a ajuta copilul. Copilul, probabil, nu va avea aceeași părere. De aceea, când este posibil, încercați să includeți în acest proces și persoane semnificative din trecutul copilului.

O alta abordare este să îi explicați copilului că doriți să-i cereți permisiunea de a discuta lucruri pe care vi le-a împărtășit, cu alte persoane, tocmai pentru că credeți că acest lucru ar fi în folosul lui. Este posibil și să negociați cu copilul ce anume aveți voie să spuneți și ce nu. De asemenea, se poate agreea cu copilul un moment anume când dezvăluirea lui poate fi împărtășită și altor persoane.

În situația în care copilul este suficient de mare, el trebuie implicat din plin în aceasta muncă de alcătuire a Cărții Vieții.

Oricând este posibil, obțineți fotografiile ale oamenilor importanți și ale locurilor importante din viața copilului.

Este util ca această „carte” să fie făcută pentru toți copiii aflați în îngrijire socială (APP, CCTF, Centre de plasament), indiferent dacă aceștia se vor întoarce acasă la familia naturală sau se vor muta într-o familie adoptivă.

Este important de subliniat că munca este proprietatea copilului și că ea trebuie să-l urmărească întotdeauna când el se mută.

Deseori, prin utilizarea acestei tehnici, copiii vor începe să discute despre experiențele și amintirile lor cele mai dureroase din trecut, despre îngrijorările și confuziile lor.

Cartea Vieții copilului cuprinde fapte și oameni semnificativi din viața copilului, și îl ajută pe copil să înceapă să accepte trecutul și să meargă înainte, în viitor, cu aceste cunoștințe despre trecut.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✎ *Respectați identitatea copilul și ajutați-l să o formeze corect;*
- ✎ *Respectați trecutul copilului odată ce acesta face parte din el și își pune amprenta asupra personalității sale.*

- ✚ Ajutați copilul să decidă în alegerea viitoarei profesii, fără a-i impune o opțiune ce reiese din viziunea dumneavoastră sau dintr-o dorință proprie neîmplinită.
- ✚ Ajutați copilul să exploreze caracteristicile personale prin metode simple, pornind de la observarea sistematică a comportamentului copilului, până la chestionare sau inventare administrate de specialiști.
- ✚ Fiți maxim responsabili în orientarea profesională a copilului.

Mesaje-cheie:

- ✚ Obiectivul major al adolescentului este formarea identității eului – o identitate durabilă și sigură, care poate fi definită ca fiind „sentimentul de a te simți acasă în propriul corp, sentimentul că știi încotro mergi, precum și certitudinea recunoașterii din partea celor care contează” (E. Erikson).
- ✚ Identitatea eului se structurează în jurul a trei componente principale:
 - a. simțul unității sau acordul între percepțiile sinelui;
 - b. simțul continuității percepțiilor sinelui în timp;
 - c. simțul reciprocității între propriile percepții ale sinelui și modul în care individul este perceput de ceilalți.
- ✚ Este important pentru toții copii să-și dezvolte un sentiment pozitiv al identității.
- ✚ Identitatea de gen nu este un dat al individului, ci este însușită din exterior. Asupra copiilor acționează influențe multiple (familia, școala, mass-media) ce conțin informații despre stereotipul de gen, deoarece aceste credințe acționează aproape permanent, copiii și le însușesc încă de timpuriu.
- ✚ Identitatea vocațională combină aspecte legate de cunoașterea propriilor caracteristici relevante pentru carieră, cu preferința pentru un anumit tip de activități și medii de muncă.
- ✚ Identificarea parentală este procesul prin care copilul adoptă și interiorizează valorile, atitudinile, trăsăturile de comportament și cele de personalitate ale părinților/ îngrijitorilor.
- ✚ Alegerea profesiei și a locului de muncă reflectă imaginea de sine a individului, care se află în permanentă construcție și reconstrucție.
- ✚ Toți copiii au o moștenire și o cultură care trebuie prețuite. Aceasta trebuie să se construiască tocmai pe punctele tari ale acestei moșteniri și culturi.
- ✚ Îngrijitorii au datoria de a prețui și respecta identitatea copiilor de care au grijă; ei trebuie să-i ajute pe copii să învețe, să înțeleagă și să-și prețuiască propria identitate.
- ✚ Contactul direct între un copil și familia lui / ei aduce multe beneficii: ajută copilul să-și construiască un sentiment pozitiv al identității, un înalt respect de sine și o mai bună integrare pe plan social, reduce riscul unui eșec al plasamentului, mărește șansa reintegrării.
- ✚ Stabilirea identității în adolescență reprezintă elementul-cheie în realizarea ulterioară a unor relații intime adecvate.
- ✚ Adolescența reprezintă criza centrală a întregii dezvoltări. Criza de identitate este considerată ca fiind singurul conflict puternic pe care o persoană îl are de înfruntat în această viață, iar depășirea într-un mod satisfăcător se poate realiza în condițiile în care și celelalte etape au avut o rezolvare pozitivă.
- ✚ Cartea vieții realizează o evidență clară a trecutului copilului (oameni, fapte, evenimente) și explică evenimente din viața copilului, ajutându-l să le înțeleagă.
- ✚ Nu există o profesie ideală, ci o profesie corespunzătoare pentru fiecare persoană.

Capitolul II.3. ROLUL ATAȘAMENTULUI ÎN DEZVOLTAREA COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Atașamentul în relația părinte-copil;
- ✓ Tipurile de atașament;
- ✓ Impactul tipurilor de atașament asupra formării personalității și comportamentului copilului;
- ✓ Consecințele unui atașament insecurizant;
- ✓ Factorii care influențează formarea atașamentului dintre părinte și copil;
- ✓ Profilul afectiv și comportamental al copiilor cu diferite tipuri de atașament;
- ✓ Dezvoltarea atașamentului securizant și protector;
- ✓ Semnele ce indică probleme de atașament.

2.3.1. Atașamentul și etapele de dezvoltare

Atașamentul este procesul prin care se realizează legături emoționale, proces care se bazează pe tendința de adaptare a copilului, de menținere a unei persoane familiare, care va purta numele de figură de atașament.

Termenul de *atașament* indică o legătură, un raport cu un substrat afectiv implicit și cu un sens pozitiv; o afecțiune puternică și durabilă, simpatie, prietenie sau dragoste.

Atașamentul este un raport ce se stabilește între copil și îngrijitorul său, supranumit figură de atașament. Legătura de atașament între copil și părinte se bazează pe nevoia copilului de îngrijire și protecție, securitate pe care o dobândește de la adult. Astfel, copilăria este o perioadă de vulnerabilitate, în care copilul depinde de adultul care-l îngrijește și care va deveni principala sa figură de atașament.

Legăturile de atașament se stabilesc preferențial cu mama sau substitutul acesteia, dar nu exclusiv; copilul stabilește legături de atașament și cu alți adulți de referință din mediul său familial sau social: tatăl, bunicii, bona, educatorul etc.

Legăturile de atașament se construiesc în timp, prin contribuția ambilor parteneri și pot fi privite ca un suport în supraviețuirea individului. Copilul mic se atașează de principala persoană care îi acordă îngrijiri materne. Această persoană poate fi oricine: mama, tatăl, bunicul, bona, îngrijitorul, educatorul. În timp, pe măsura creșterii și dezvoltării, copilul își diversifică și relațiile de atașament. Legătura de atașament se stabilește cu scopul de a menține comunicarea și proximitatea față de baza sa de siguranță – adultul ce-l îngrijește și, în felul acesta, își asigură protecția și supraviețuirea. La vârstele antepreșcolare și preșcolare mici, proximitatea fizică este foarte importantă, din acest motiv separările față de îngrijitorul său sunt urmate de proteste puternice din partea copilului, dar, pe parcursul înaintării în vârstă, copilul devine tot mai independent și lipsa proximității fizice este mai ușor de suportat.

Una din principalele funcții ale atașamentului este de a proteja copilul, de a media protecția sa în condițiile necunoscute ale mediului și ale vulnerabilității foarte mari.

Conform studiilor, se evidențiază patru faze în evoluția ontogenetică a atașamentului:

Faza 1. Etapa de preatașament – orientarea și semnalele sociale fără discriminarea unei figuri (0-2/3 luni).

Abilitatea copilului, în contextul interacțiunilor sale sociale, de a deosebi persoanele este limitată. La această vârstă, se observă: orientarea către persoană, urmărirea cu privirea, zâmbetul, vocalizarea în prezența persoanelor, semnalarea dorinței de a se apropia, plânsul, frica și tensiunea se diminuează la prezența și vocii umane.

Faza 2. Etapa atașamentului de acțiune – orientarea și semnalele sociale preferențiale în raport cu una sau mai multe figuri de atașament (2/3-6/8 luni).

Copilul își orientează comportamentul preferențial către mamă sau principalul îngrijitor. Răspunsurile sunt evidențiate prin orientarea auditivă și vizuală.

Faza 3. Etapa atașamentului delimitat – menținerea proximității cu o figură distinctă prin semnale și locomotie (6/8-18/24 luni).

Achizițiile motorii îi permit copilului să urmeze principala figură de atașament și să o întâmpine la revenire. Semnalele de comunicare și de apropiere față de persoanele străine se reduc. Copilul are un rol activ în căutarea contactului cu figura sa de atașament.

Faza 4. Etapa formării unei relații reciproce – formarea relației de parteneriat orientată spre atingerea scopului (18/24-36 luni).

Figura de atașament este reprezentată de o personalitate distinctă, independentă cu un comportament ce reflectă propriile obiective, motive și sentimente. Copilul își va ajusta comportamentul adaptându-se interacțiunii cu ceilalți, acțiunilor în parteneriat.

John Bowlby (părintele teoriei despre atașament) consideră că există 4 caracteristici principale ale atașamentului:

- ◆ *menținerea unei apropieri fizice în relația respectivă* (dorința de a fi aproape de oamenii de care suntem atașați);
- ◆ *siguranța* (reîntoarcerea la o anumită persoană din confort sau siguranță, pentru a nu ne confrunța cu teama sau amenințarea);
- ◆ *un alt tip de siguranță* (persoana de care suntem atașați reprezintă o sursă de siguranță, ceea ce ne permite să explorăm mediul care ne înconjoară);
- ◆ *stresul separării* (anxietatea care apare în absența persoanei de care suntem atașați).

De asemenea, Bowlby a enunțat 3 teze cu privire la teoria atașamentului:

1. În momentul în care un copil este crescut cu încredere de către parintele/ persoana care îl îngrijește, probabilitatea de a experimenta frica este mai mică decât cei care sunt crescuți fără încredere.
2. În al doilea rând, această încredere apare în urma unei perioade de dezvoltare începând cu anii copilăriei și continuând cu anii adolescenței. Așteptările care se formează în această perioadă tind să rămână aproape neschimbate pe parcursul vieții unei persoane.
3. În ultimul rând, el accentuează faptul că aceste așteptări care se formează sunt strâns conectate cu experiența actuală a individului.

Cercetările în ce privește experiența și reprezentările atașamentului la copii și adulți au clarificat patru tipare de atașament:

a. Atașamentul securizant

Această formă de atașament corespunde unei legături organizate, având o bază de securitate, care va susține explorarea, experimentarea, concentrarea atenției asupra învățării și deschiderea către nou. Legătura între copil și părinte este armonioasă și copilul tinde să răspundă cerințelor.

Comportamentul copiilor ce posedă un atașament securizant:

- au o funcționalitate specifică atunci când se simt în siguranță și își pot obține confortul prin contact, explorând și având inițiativă;
- sunt tulburați de despărțirea de mamă, dar se liniștesc după ce aceasta revine, iar ei își reorientează atenția către joc și explorarea mediului;

- la reunirea cu părintele, copilul se angajează în comunicare cu acesta prin contact vizual, schimburi verbale calme ca intensitate a sunetelor (există și verbalizări puternice dar nu țipăt puternic și de durată), cu o atenție orientată spre părinte;
- se observă la copil un „echilibru flexibil” între căutarea bazei de securitate și explorarea camerei sau angajarea într-o activitate de joc;
- își văd îngrijitorii drept bază de securitate atunci când sunt supărați;
- se dezvoltă în mod pozitiv ca indivizi adulți. Sunt capabili de relații cu colegii și cu alte persoane;
- dezvoltă o concepție clară despre sine și despre raporturile bărbat-femeie;
- învață să-și exprime și să-și controleze emoțiile;
- la vârsta preșcolară, sunt mai insistenți în rezolvarea unei probleme și mai capabili să ceară și să folosească ajutorul adulților;
- sunt gata să se implice în joc și să îndeplinească sarcinile propuse;
- sunt încrezători în puterile lor.

Comportamentul părinților ce contribuie la formarea atașamentului securizant:

- ✓ acceptare, cooperare și disponibilitate emoțională;
- ✓ sensibilitate la nevoile copiilor;
- ✓ un grad înalt de obiectivitate și deschidere;
- ✓ discurs coerent și colaborativ, dezvăluind flexibilitate, un echilibru între amintiri, stări și gânduri;
- ✓ manieră echilibrată și rațională în redarea evenimentelor plăcute și a celor neplăcute;
- ✓ răspunsurile sunt sensibile și ajustate semnalelor copiilor.

Formula pentru a crea un atașament securizant:

INTOTDEAUNA FIȚI MAI MARE

MAI PUTERNIC

MAI ÎNȚELEPT

MAI BUN

De câte ori este posibil, urmăriți nevoile copilului.

De câte ori este necesar, preluați controlul.

b. Atașamentul insecurizat evitant

Această formă de atașament corespunde unei legături insecurizate care reflectă o funcționare în oglindă a celor doi, mama și copilul. Mama rămâne distantă, evitând contactul fizic și schimburile afective cu copilul, iar copilul interiorizează un model de funcționare al mamei, îi răspunde, se adaptează, reeducându-și cererile către mamă, evitând-o, negându-și nevoile și dorințele dar păstrând o aparență de falsă siguranță și autonomie.

Comportamentul copilului ce posedă atașament insecurizat evitant:

- copilul nu este prea afectat de absența mamei, evită apropierea sau interacțiunea cu aceasta, o ignoră la revenirea ei în cameră sau o întâmpină ocazional; dacă se supără este ușor de calmat de către o persoană străină;

- ❑ copilul este inexpressiv, nu arată nici supărare, mirare, neliniște la episoadele de separare, și nici bucurie la reîntâlnirea cu părintele;
- ❑ după separare, copilul continuă să exploreze mediul sau să se joace, neșemnalând prin comportament o modificare semnificativă, iar la revenirea figurii de atașament, evită întâlnirea, confruntarea, regăsirea cu aceasta;
- ❑ în situația în care copilul este ridicat și luat în brațe la momentul întâlnirii, mai târziu, în momentul lăsării lui, acesta nu manifestă tendința de a plânge sau de a se agăța, de a se opune într-un fel sau altul separării;
- ❑ acest copil este evitant dar și anxios, aparent este de calm cu o lipsă a semnelor stării de stres;
- ❑ acest copil nu are încredere că va fi ajutat, este suspicios cu ceilalți indivizi, îi este frică de apropierea interumană și preferă să stea la distanță de restul;
- ❑ copilul, care împărtășește acest tip de atașament, manifestă o oarecare independență, o folosește pe mamă destul de puțin ca bază de securitate;
- ❑ la vârsta preșcolară, acesta se manifestă prin timiditate, rețineră și inhibiție;
- ❑ este un copil precoce independent; nu are curajul de a aborda problemele și nu știe să ceară și să profite de ajutorul adulților;
- ❑ preocuparea intensă a copilului pentru absența figurilor de atașament, insecuritatea, la nivelul legăturii cu *baza de securitate*, în același timp, comportamentele de explorare rămân puțin activate. Astfel, independența este doar aparentă, iar dincolo de aceste aparențe copilul rămâne fragil, vulnerabil și puțin eficient în performanțe;
- ❑ copilul cu strategii de evitare încearcă să depășească pierderea și lipsa îngrijirii, renunțând la căutarea acesteia și atașându-se mai mult de lucruri decât de oameni (cum ar fi un ursuleț de pluș sau o anumită activitate) pentru a putea crea un sentiment de securitate;
- ❑ de fapt, copilul cu comportament de evitare are o nevoie puternică de îngrijire, însă a învățat să-și suprime această nevoie datorită faptului că primii îngrijitori au fost prea exigenți, insensibili și nedisponibili. Asta înseamnă că acest copil este, frecvent, greșit înțeles ca fiind „rece” și uitat în munca zilnică, deoarece nu caută atenția și ajutorul îngrijitorului.

Comportamentul părinților ce contribuie la formarea unui atașament insecurizat evitant:

- ✓ respingeri constante din partea mamei și evitarea contactului fizic și al schimbului emoțional;
- ✓ exprimarea emoțională sărăcăcioasă;
- ✓ comportament parental intruziv, supraimplicat ce include și un control mare exercitat de către părinte;
- ✓ folosirea unui sistem de „reguli” care diminuează conștientizarea sentimentelor, mai ales, a stărilor legate de atașament;
- ✓ aparent, părinții afișează autonomie, putere și control, maturitate, context în care devine puțin probabil să se poată confrunța cu propriile vulnerabilități; insecuritate, lipsă de autonomie;
- ✓ lipsa de sensibilitate (sensibilitate maternă), precum și răspunsurile neajustate oferite copilului determină o eliminare a cererilor copilului în satisfacerea propriilor nevoi.

Sugestii pentru îngrijitori:

- 👉 *Oferiți copilului îngrijire de fiecare dată când observați că are nevoie. Luați inițiative de îngrijire chiar și când copilul nu cere ajutorul sau vrea să fie singur.*
- 👉 *Arătați întotdeauna că sunteți accesibil și dispus să fiți atenți la copil sau să vorbiți cu el.*

- ✚ *Arătați-vă emoțiile și „traduceți” ceea ce credeți că simte copilul cu propriile cuvinte (de exemplu: „O, doamne, ai căzut - cred că te doare tare - vino aici și stai cu mine puțin”).*
- ✚ *Insistați și aveți răbdare. Copilul are nevoie de dumneavoastră, dar îi este frică să își arate nevoile.*
- ✚ *Utilizați contactul indirect. Poate fi foarte dificil pentru copil să vorbească despre lucruri personale, dar este frecvent interesat și atras de obiecte (de exemplu: puteți privi un obiect interesant cum ar fi ursulețul de pluș al copilului sau un desen și puteți discuta cu copilul despre „cum se simte ursulețul” sau despre ce fac, gândesc sau simt persoanele și obiectele din desen). Copilul va vorbi astfel despre sine „prin intermediul lucrului” față de care sunteți amândoi interesați.*

c. Atașamentul insecurizat ambivalent-preocupat

Această formă de atașament corespunde unei legături insecurizate care reflectă comportamente ambivalente din partea copilului. Acesta îi lipsește și își dorește să fie alături de figura de atașament, și în același timp o respinge.

Comportamentul copilului cu atașament insecurizat ambivalent-preocupat:

- trăiește o stare de disconfort, chiar și în timpul jocului;
- la plecarea părintelui, copilul protestează foarte tare plângând și vocalizând puternic, iar preocuparea sa pentru părintele care a plecat este atât de mare, încât atenția sa este întru totul absorbită de eveniment și nu se mai poate concentra asupra explorării mediului, experimentării sau jocului;
- manifestările sunt ambivalente – plânge să fie luat în brațe, după care se mișcă furios și vrea să fie lăsat în pace, unii ajungând la crize de furie;
- unii copii pot fi lipsiți de energie;
- copiii, din ambele categorii, manifestă stres și o stare copleșitoare afectivă care îi împiedică în desfășurarea altor activități;
- la reîntâlnire cu figura de atașament, copilul solicită consolare și reasigurare, el exprimă nevoia de a fi liniștit, dar în ciuda prezenței mamei și a apropierei fizice, tensiunea nu descrește, iar copilul continuă să caute consolarea;
- toată atenția copilului este concentrată asupra modalității de apropiere de figura sa de atașament și după cum răspunsurile acesteia sunt imprevizibile, el rămâne interesat;
- copilul nu știe când și cum va primi răspuns la cererile sale, de aceea își păstrează concentrată atenția către mamă, neglijând alte activități, dar manifestând adaptare la situația cu care se confruntă, la tipul de legătură promovată de către părinte;
- are un comportament necontrolat și are nevoie de a i se impune control, limite;
- la vârsta preșcolară, poate fi agresiv, dependent, negativist, nemulțumit și protestează (la orice și pentru orice);
- copilul mai mare va fi foarte anxios în legătură cu ce fac sau gândesc ceilalți despre el („ei nu mă plac”, „tu ești supărat pe mine”);
- la un moment dat, copilul va încerca să-i controleze pe ceilalți, va încerca să „fie părinte” pentru alți copii, într-o manieră extrem de exigentă; ulterior, copilul se va plânge de faptul că este bolnav, greșit înțeles sau că nu-l iubește nimeni. El va încerca să vă schimbe toate deciziile și să negocieze orice condiții;
- nu va avea prietenii cu multe persoane de vârsta sa și va încerca să monopolizeze o singură prietenie („Doar tu ești prietenul meu, dacă vorbești cu alții înseamnă că m-ai trădat”);

- ❑ în cazuri excepționale, copilul poate fi violent, încercând să-i facă pe ceilalți copii să se supună la lucruri sau activități pe care aceștia nu doresc să le efectueze sau care nu le plac, cum ar fi abuz sexual, acte de violență etc.
- ❑ copilul va căuta atenție, dar, în același timp, îi va displăcea, îi va urî sau îi va critica, în mod constant, pe îngrijitori. Va încerca să îi divizeze pe îngrijitori („Doar pe tine te plac, pe ea o urăsc”).

Comportamentul părinților ce contribuie la formarea unui atașament insecurizat ambivalent-preocupat:

- ✓ sunt insensibili;
- ✓ nu răspund adecvat copiilor, fără însă să existe o respingere verbală sau fizică;
- ✓ sensibilitate maternă scăzută și răspunsuri neajustate oferite copilului sau prezența unor răspunsuri oferite ocazional sau imprevizibil. Aceasta determină o lipsă de preocupare a copiilor pentru explorarea mediului, pentru joc, fiind preocupat de prezența mamei sau a locului unde aceasta se află;
- ✓ sunt preocupați de propriile experiențe și emoții ce creează confuzie și blochează capacitatea de reflecție asupra evenimentelor din biografia personală;
- ✓ discursul este caracterizat de conținuturi contradictorii atât din punct de vedere cognitiv – al mesajului, al informației, cât și din punct de vedere afectiv – a trăirilor exprimate.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↪ *Fiți înțelegători, dar în același timp, fermi.* Nu îl pedepsiți pe copil, insistați calm asupra cererilor și condițiilor dumneavoastră.
- ↪ *Luați decizii pe care copilul nu le poate lua.*
- ↪ *Ajutați-l pe copil să se concentreze asupra sarcinii* (de exemplu: „Acum citim, nu facem nimic altceva în următoarele 10 minute”).
- ↪ *Alcătuți planuri raționale care să cuprindă activități scurte și repetați-le în fiecare zi.*
- ↪ *Atunci când copilul vă acuză sau învinuiește, fiți calm și înțelegător, însă nu negociați deciziile.* Dacă înaintați cerințe, asigurați-vă că nu cedați sau începeți să vă certați pe marginea lor.
- ↪ *Atunci când copilul dramatizează, ajutați-l să-și recapete echilibrul* (de exemplu: „Spui că vrei să mori pentru că nu te place nimeni – ei bine, acum ești puțin trist și nervos, dar se va încheia totul în câteva momente, chiar dacă tu nu crezi asta acum”).
- ↪ *Încercați să observați și să vorbiți cu alți îngrijitori despre momentele în care copilul vă irită sau vă face să deveniți ambivalent.* Încercați să fiți obiectiv, stabil, înțelegător și ferm.

d. Atașamentul dezorganizat sau dezorientat

Această formă de atașament corespunde unei legături insecurizate care reflectă imaginea unui conflict interior declanșat de nevoia copilului de a se apropia de baza sa de securitate, de a căuta o bază de securitate și frica pe care o resimte, în raport cu această figură (pentru a face față la stres copilul caută o bază de siguranță, în același timp, frica pe care o trăiește frânează apropierea de aceasta, îl conduce către evitare sau acțiuni agresive).

Comportamentul copilului cu atașament dezorganizat este compus dintr-un amestec de comportamente reflectate în celelalte forme de atașament:

- ❑ comportament contradictoriu – demonstrarea atașamentului urmat de o puternică evitare a părintelui, blocaj și stupefacție sau evitarea, urmată imediat de căutarea contactului vizual și manifestări de stres sau furie;
- ❑ mișcări și expresii incomplete, întrerupte, indirecte sau greșit direcționate, aceasta însemnând dezorientarea copilului în căutarea bazei sale de atașament (de exemplu: copilul manifestă supărare, stres, dar, în același timp, se distanțează fizic de mamă, nu se îndreaptă către ea);

- ❑ stereotipii, mișcări dizarmonice, incomode, poziții bizare, precum blocajele fără un motiv evident (de exemplu: copilul se mișcă prin cameră fără un scop anume, are o mimică ce exprimă confuzia și schimbări bruște de dispoziție);
- ❑ indicatori cu privire la teama resimțită de copil, în raport cu părintele (umerii aduși în față sau mimică specifică);
- ❑ comportamentul reflectă imaginea unui conflict interior declanșat de nevoia copilului de a se apropia de baza sa de securitate, de a căuta o bază de securitate și frica pe care o resimte în raport cu această figură (pentru a face față la stres, copilul caută o bază de siguranță, în același timp, frica pe care o trăiește frânează apropierea de aceasta, îl conduce către evitare sau acțiuni agresive).
- ❑ această formă de atașament este frecvent întâlnită în cazurile de maltratare a copilului.

Bebelușul sau copilul mic cu stil de atașament dezorganizat este posibil:

- ◆ să simtă frică față de îngrijitor chiar dacă acesta are un comportament securizant;
- ◆ să se întoarcă în mod brusc, de exemplu, când stă în brațe la îngrijitor;
- ◆ să răspundă în mod bizar la îngrijire;
- ◆ să rămână nemișcat, de frică, atunci când intră îngrijitorul;
- ◆ să evite contactul vizual;
- ◆ să țipe în surdină, fără a avea intenția de a realiza contact vizual, repetând tot timpul aceleași sunete sau cuvinte fără sens;
- ◆ să tindă să întrerupă brusc căutarea îngrijitorului (de exemplu, în timpul comunicării cu copilul, el, dintr-o dată, poate începe să facă altceva, să se joace sau să vă bată).

Copilul mai mare sau tânărul cu stil de atașament dezorganizat poate:

- ◆ să aibă contacte de scurtă durată și superficiale cu persoane sau lucruri;
- ◆ să fie foarte agitat, nefiind în stare să se concentreze asupra persoanelor sau lucrurilor;
- ◆ să înceapă, în mod constant, activități noi, fără a le termina vreodată sau a se bucura de ele;
- ◆ să nu aibă simțul limitelor personale (vorbește cu străini despre lucruri intime sau private);
- ◆ să aibă contacte nediscriminate (vorbește cu orice persoană pe care o întâlnește, caută confort și intimitate cu persoane complet străine). Este posibil chiar să aibă comportament sexual nediscriminat;
- ◆ să prezinte lipsuri în ceea ce privește sentimentele de vină, regret sau remușcări;
- ◆ să fie fermecător și să aibă multe contacte, fără a avea însă prietenii pe termen lung sau relații mai profunde cu anumiți îngrijitori.

Comportamentul părintelui ce contribuie la formarea unui atașament dezorganizat:

- ✓ comportamentul dezorganizat se datorează traumelor și pierderilor părintelui ce nu au fost rezolvate sau doliul ce nu s-a încheiat. Acest aspect afectează atașamentul cu copilul și, ulterior, interferează cu dezvoltarea acestuia;
- ✓ capacitatea de amintire, de reflectare asupra situațiilor problematice (decesul unei persoane importante, variate tipuri de abuz, traume, etc.) este foarte scăzută;
- ✓ discursul părintelui este încărcat de aspecte contradictorii flagrante ce încalcă înțelegerea funcționalității realității în care ne găsim, respectiv, la copil ajung mesaje care se contrazic și dezvoltă percepții confuze, nedeterminate.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↪ *Împărțiți vârsta copilului la trei – ce tip de contact este benefic pentru un copil de acea vârstă, cât de bine înțelege copilul instrucțiunile, cât timp se poate concentra un copil de acea vârstă? În cazul în care copilul a avut parte de privări și schimbări aleatorii în relațiile timpurii cu îngrijitorii, „totul este întârziat”. Tensiunile timpurii multiple și îngrijirea aberantă cauzează încetinirea dezvoltării copilului, în special, în ceea ce privește dezvoltarea socială, emoțională și intelectuală. În consecință, este posibil să percepeți copilul ca fiind un copil mai mic în corpul unui copil mai mare.*
- ↪ *Ar trebui să vă întrebați: „La ce vârstă mai scăzută sunt problemele acestui copil?”*
- ↪ *Ar trebui să preferați pe cât este posibil contactele, individuale îngrijitor - copil, înainte de a cere contacte copil - copil de aceeași vârstă.*
- ↪ *Utilizați activități și dialoguri relevante pentru copiii mai mici.*
- ↪ *Aveți foarte multă răbdare și nu așteptați să existe o dezvoltare rapidă.*
- ↪ *Prelungiți contactul vizual, dialogați, oferiți mult contact fizic.*
- ↪ *Pregătiți activități foarte scurte și un plan de activități foarte detaliat în timpul zilei.*

Tabelul 1. Diferențele cu privire la dezvoltarea copilului și performanțele acestuia

Copil cu atașament securizat	Copil cu atașament insecurizat
2 ani. Își concentrează atenția pe o durată mai îndelungată, sunt caracterizați ca fiind eficienți și cooperanți.	2-3 ani. Se joacă mai puțin, experimentează mai puțin și petrece mai puțin în interacțiunile sociale.
3 ani. Relaționează bine cu semenii.	3-5 ani. Este caracterizat ca fiind retras la nivelul grupului și își urmează cu dificultate scopul.
3-5 ani. Este activ, curios, cu inițiative sociale.	4-5 ani. Manifestă nevoia de contact, aprobare și atenție ce afectează relațiile și performanțele în activitatea de învățare .
4-5 ani. Este caracteriza ca fiind curios și competent.	5-8 ani. Sunt înregistrate probleme de comportament.
4-5 ani. Este independent, iar ajutorul este solicitat doar în situații ce implică un grad mai mare de dificultate.	
10 ani. Are rezultate școlare bune și competență socială bună.	

Beneficiile atașamentului securizant:

- reflectă încrederea pe care copilul o are în relațiile cu persoanele de îngrijire;
- copilul va profita la maximum de oportunitățile vieții, va fi apreciat de colegi, va avea capacități de lider și abilități sociale și va fi mai încrezător în el însuși decât alți copii;
- oferă posibilitatea de a-și defini limitele propriei stări de confort afectiv, a le face cunoscute celor din jur, a căuta menținerea în limite acceptabile a propriei ființe, ceea ce înseamnă a avea „bariere sănătoase”, care pot funcționa ca bază pentru legături sănătoase, stare de echilibru cu propria persoana și cu ceilalți.

Repercusiunile atașamentului nesigur:

- copilul cu atașament nesigur se îndreaptă pe un drum plin de probleme și conflicte ale propriilor relații atât în copilărie, cât și la maturitate;
- copilul cu atașament anxios va fi mai dependent;
- copilul cu atașament evitant va lega prietenii cu manifestări răutăcioase și manipulatorii;
- copilul cu atașament dezorganizat va fi narcisic, incompetent și dificil de înțeles, din punct de vedere social.

Semne care indică probleme de atașament la copilul mic:

- lipsa contactului vizual;
- nu cere și nu răspunde la consolare atunci când este rănit, speriat, bolnav;
- nu cere sprijinul persoanelor adulte în îndeplinirea unor sarcini dificile sau este incapabil de a-și asuma independența în sarcini corespunzătoare vârstei;
- nu exprimă preferință pentru un anumit îngrijitor;
- nu acceptă cu ușurință separarea de îngrijitor;
- acceptă și oferă puțină afectivitate;
- manifestă afecțiune la întâmplare față de adulți relativ necunoscuți;
- aflat în mediu necunoscut, nu caută îndrumare de la îngrijitor sau explorarea este limitată, ca urmare a faptului că acesta nu dorește să se îndepărteze de îngrijitor;
- nu cooperează sau cooperează forțat la rugămințile sau cerințele îngrijitorului;
- nu poate restabili interacțiunea, ca urmare a unei despărțiri, incluzând ignorarea/ evitarea, mânia aprinsă sau lipsa de afecțiune.

Efectele de durată ale atașamentului se răsfrâng asupra următoarelor procese psihice:**1. Nevoia de siguranță și sentimentul de a fi protejat**

- Un bun atașament creează un real sentiment de securitate, de încredere în ceilalți, în lume, în capacitățile personale de a face față situațiilor existențiale, mai mult sau mai puțin problematice.
- Un slab/precar atașament va (con)duce la o permanentă (și necontrolată) neîncredere în ceilalți, în lume și în sine însuși.

2. Organizarea sistemului de procesare a informației

- Un bun atașament îi va asigura trăirea stării de fascinație în jocurile de explorare și de descoperire a universului înconjurător.
- Un atașament precar și fluctuant va determina copilul să se concentreze predominant asupra relațiilor cu ceilalți și mai puțin asupra experiențelor cu lumea. Aceasta nu va reprezenta interesul său major, ceea ce înseamnă o restrângere (și o abordare de suprafață) a descoperirilor, proceselor, înțelegerii fenomenelor și a problemelor percepute de copil, aflat în explorarea și descoperirea lumii înconjurătoare.

3. Influențarea aptitudinilor de integrare socială

- Dacă atașamentul îi permite construirea unei relații de încredere cu ceilalți, copilul va ști să dea și să primească, într-o relație; dacă nu, el va rămâne, în permanență, incapabil să dea și să primească, în relație cu ceilalți.
- Calitatea atașamentului determină tipul și calitatea emoțiilor, trăirilor pe care copilul le are în relația cu socialul (jenă, rușine, vinovăție, empatie, mândrie, tendința de a seduce și de a manipula, tendința spre neîncredere și spre a se apăra etc.).

4. Construirea identității de sine

- Dacă copilul mic are un atașament securizant, atunci învață și reușește să-și stăpânească reacțiile distructive și să facă față frustrărilor. Având încredere în ceilalți, el este capabil să ceară ajutor, iar după trăirea evenimentului traumatizant, se îndreaptă spre adulții în care are încredere și care îl pot ajuta să depășească situația dureroasă.
- Copiii cu un atașament slab construit înainte de experiența negativă, sunt sever afectați de această lovitură, putând dezvolta chiar sindromul de stres posttraumatic.

2.3.2. Tulburarea reactivă de atașament (TRA)

Tulburările de atașament sunt regăsite în literatura de specialitate cu denumirea tulburare reactivă de atașament.

- A. *Atașamentul inhibat* – copilul este inhibat și puțin comunicativ, ambivalent sau retras emoțional. Copilul este nonresponsiv, cu un grad mare de evitare și cu dificultăți în autoreglajul emoțional. Acești copii nu caută și nici nu acceptă consolarea, iar sistemul lor de atașament pare dezactivat atunci când ar trebui să fie activat.

În ceea ce privește copiii de peste 5 ani, ce au crescut în instituții, aceștia formează atașamentul primar (cel reprezentat de principala persoană care-l îngrijește) cu îngrijitorii din instituție, legătură ce poate fi clasificată ca fiind de oricare tip.

Există copii care nu au crescut în instituții însă, datorită schimbărilor frecvente, a rupturilor relaționale frecvente, neglijențelor, abuzurilor și traumelor ei vor prezenta TRA. În condiții favorabile, acești copii au nevoie de o perioadă lungă de timp pentru a investi o nouă relație de încredere.

- B. *Atașamentul dezinhibat, nediferențiat* al copilului în relația cu adultul. Copiii ce prezintă acest tip de tulburare se agață (din punct de vedere fizic) de adulți, chiar de necunoscuți, își manifestă afecțiunea nediferențiat între cei cunoscuți și cei necunoscuți, sunt hipervigilenți cu răspunsuri centrate asupra unuia sau mai multor adulți.

Copiii din această categorie au suferit abandon și neglijență extremă, cu un vid relațional mare. De aceea, prin acest comportament riscant, copilul încearcă să „valorifice” fiecare situație posibilă favorabilă, fiecare oportunitate relațională.

Acești copii sunt dispuși să urmeze adulții necunoscuți, fără a verifica și a primi aprobarea adulților de referință, ceea ce atrage atenția asupra riscurilor legate de autonomia în prevenția și protecția de situații și relații riscante. Nu se manifestă selectivitate în interacțiunea cu diferite persoane, în raport cu care își caută baza de securitate.

Simptomele suficient de severe pentru a susține această tulburare sunt: starea de insecuritate, lipsa unei baze de securitate sau lipsa unei persoane preferate – figura de atașament.

Notă pentru profesioniști:

Doar formele de atașament insecurizate permit copilului să dezvolte tulburare de atașament, dar formele insecurizate de atașament nu sunt sinonime cu TRA.

Diagnosticarea timpurie a TRA este importantă atât pentru starea de securitate a copilului, cât și pentru traiectoriile dezvoltării copilului, cu riscuri pentru starea sa de bine și echilibru psihologic.

Identificarea timpurie a factorilor de risc, diagnosticul și intervenția terapeutică sunt soluțiile care asigură condițiile dezvoltării armonioase a unui copil.

Consultați specialiștii (psiholog, psihoterapeut) pentru a verifica semnele TRA.

Sugestii pentru îngrijitori:

Există 3 mari principii de bază care reprezintă fundamentul artei de a fi părinte:

- ◆ Să fiți o bază de siguranță pentru copilul dumneavoastră (relația de atașament).
- ◆ Să fiți un „șef” bun (comunicarea, trasarea limitelor, gestionarea anumitor comportamente ale copilului).
- ◆ Să pregătiți copilul pentru viitor, pentru funcționarea în societate (grădiniță, școală, interacțiune cu alți copii, etc.).

Pentru a realiza aceste principii:

- ✚ *Oferiți o bază de siguranță din care copilul poate porni să exploreze încrezător lumea din jur, având sentimentul că adultul îi da libertate și îi supraveghează cu grijă acțiunile.*
- ✚ *Oferiți un refugiu sigur în care să se întoarcă din explorare atunci când se simte amenințat sau lezat de ceva sau când are nevoie de reapropiere, știind că adultul este pregătit să-l întâmpine, să-i asculte și să-i satisfacă nevoile.*
- ✚ *Trasați limite ferme, responsabilăți și cereți copilului să accepte regulile. Copiii se simt în siguranță atunci când se simt cuprinși în sistemul de reguli și structuri ale "șefului bun".*
- ✚ *Oferiți copilului sprijin emoțional. Pe lângă nevoia de dragoste și afecțiune, copilul, în relația cu adultul, mai are nevoie și ca cineva să-l conducă, nevoia ca cineva să fie suficient de puternic și dornic de a face față emoțiilor sale, atât pozitive cât și negative, într-o manieră responsabilă.*
- ✚ *Oferiți copilului ceea ce necesită și nu neapărat ceea ce își dorește. Pentru că scopul nu este acela de a-l face să fie în permanență fericit, ci de a-l învăța să experimenteze și să facă față situațiilor frustrante și, mai mult, faptului că viața nu este întotdeauna corectă. Învățați-l să tolereze frustrarea și să fie perseverent.*
- ✚ *Învățați copilul cum să creeze legături cu ceilalți, cum să se simtă atașat de ei, cum să facă anumite lucruri și cum să interacționeze cu ceilalți. Copiii învață de la dumneavoastră, din felul în care relaționați cu el, cum să devină o persoană socială.*
- ✚ *Înlocuind părintele copilului, întotdeauna îndepliniți două activități diferite – faceți multe lucruri practice: activități cu copiii, îi îmbrăcați, îi culcați, îi spălați, le dați de mâncare etc. Acest lucru este necesar pentru a satisface nevoile copilului (nevoia de a mânca, de a dormi, de a se mișca) și pentru a crea un ritm natural pentru activități în timpul zilei. În timp ce faceți toate acestea, lucrați și la relația cu copilul: când îl îmbrăcați, vorbiți cu el, îi răspundeți, îi captați atenția, îi zâmbiți, îl mângâiați și așa mai departe. Aceste lucruri sunt necesare pentru a-l face pe copil să se simtă în siguranță, pentru a promova atașamentul, pentru educația socială și emoțională, în general.*
- ✚ *Răspundeți copilului atunci când acesta transmite semnale ale nevoii de contact (contact vizual, fizic prin mângâiere și/sau atingere, expresia facială clară, mesaj verbal etc.).*
- ✚ *„Citiți” sentimentele copilului și îndepliniți sarcinile într-o manieră flexibilă (de exemplu: când copilul e trist, îl alinați atunci când îl încălțați; când copilul este vesel, încălțatul devine o joacă etc.). A fi sensibil nu înseamnă că nu urmați reguli, ci îl motivați pe copil, înțelegând cum se simte în acel moment și acționând ca atare.*
- ✚ *Fiți foarte accesibil, pentru ca copilul să poată ajunge ușor la dumneavoastră când are nevoie. Toți copiii caută alinare, protecție, îngrijiri de la adulți. Ajutorul acordat copilului nu e condiționat decât de nevoia copilului, iar copilul nu trebuie să aștepte prea mult pentru a primi acest ajutor.*
- ✚ *Când copilul este furios, trist sau disperat, încercați să înțelegeți ce simte el, dar nu îi „imitați” sentimentele. Chiar și atunci când copilul este entuziasmat sau furios, nu deveniți entuziasmat sau furios, ci rămâneți calm. Nu certați și nu pedepsiți copilul pentru că este furios. Fiți ferm, fără a simți mânia pe care o simte copilul, și vorbiți cu acesta calm și cu amabilitate. Nesiguranța copilului va crește dacă o să vă enervați odată cu el.*

Abilitățile părinților/îngrijitorilor pentru calitatea unui atașament securizant:

1. *Abilitatea de a percepe corect copilul*
 - Modul de percepere a copilului este important pentru atitudinea și comportamentul față de el.
 - Cu cât percepeți mai realist copilul, cu atât este mai mare șansa de a vă apropia de el, într-un mod adecvat nevoilor și potențialului său.

- În cazul în care constatați că atribuiți copilului propria agresiune și anxietate, fie îi atribuiți calități pe care le observați la persoanele cu care au avut relații strânse înainte, aveți o percepere nerealistă a copilului. Aceasta are consecințe negative asupra imaginii de sine a copilului și poate afecta comportamentul în viața de adult.
- 2. *Abilitatea de a accepta responsabilitatea de a satisface nevoile copilului*
 - Satisfacerea nevoilor emoționale ale copilului, nevoile de îngrijire, liniște și apropiere, fără a aștepta ceva în schimb.
- 3. *Abilitatea așteptărilor realiste privind colaborarea cu copilul*
 - Aceste așteptări pot stimula, confirma și juca un rol decisiv în dezvoltarea copilului.
 - Atunci când copilul nu poate face față cererilor nerealiste, el poate provoca îngrijitorilor o furie de necontrolat. În afară de eșec, copilul se simte respins și pedepsit pentru motive de neînțeles, deși el a făcut tot ce a putut.
- 4. *Abilitatea de a intra în relația cu copilul*
 - Este esențial să stabiliți relații pozitive cu copilul, indiferent că este vorba de joc sau de învățare.
 - Acceptați copilul așa cum este, în același timp stabilind anumite limite fără a-i respinge sentimentele.
 - Neimplicarea în relația cu copilul va sugera respingere, critică etc.
- 5. *Abilitatea de a recunoaște și simți emoțiile copilului, care presupune trei aspecte:*
 - capacitatea de a înțelege sentimentele copilului;
 - capacitatea de a te pune în locul copilului;
 - capacitatea de a răspunde adecvat la sentimentele copilului.
- 6. *Abilitatea de a stăpâni propria durere și frustrare*
 - În situații de conflict și stări emoționale negative, învățați să gestionați propriile emoții, pentru a nu „vărsa” pe copil nemulțumirile.

Mesaje-cheie:

- ⌘ Atașamentul servește copilului pentru:
 - ↳ a atinge un potențial intelectual maxim;
 - ↳ a gândi logic;
 - ↳ a dezvolta un echilibru sănătos între dependență și independență;
 - ↳ a deveni încrezător în sine;
 - ↳ a face față stresului și frustrării;
 - ↳ a face față sentimentelor de frică și îngrijorare;
 - ↳ a dezvolta relații stabile și echilibrate în viitor;
 - ↳ a reduce gelozia.
- ⌘ Tiparele de atașament construite în copilărie se reflectă ulterior în modul de a relaționa cu ceilalți și în capacitățile de a simți și de a gândi.
- ⌘ Calitatea îngrijitorului de a răspunde la exprimarea emoțională a copilului este foarte importantă pentru determinarea naturii tiparului de atașament predominant pe care îl va adopta copilul: de siguranță sau de nesiguranță.

- ⌘ Dacă relația cu figura de atașament a fost una pozitivă, benefică, atunci copilul va avea încredere în a iniția și a susține relații la vârsta adultă. În schimb, dacă relația a fost tulburată și precară, adultul de mai târziu va fi temător și îi va fi extrem de dificil să *întrețină* o relație.
- ⌘ Atașamentul stabilit de copil cu persoana care-l îngrijește depinde atât de caracteristicile acesteia, cât și de ale copilului. Un copil dificil își va recompensa îngrijitorul mai puțin și, ca urmare, aceasta va fi mai frustrată în relație cu el și, implicit, mai puțin disponibilă. Într-un atașament securizant, ambii parteneri se simt bine împreună și își transmit mesaje de genul „Ce mamă bună am!”, „Ce copil minunat am!”.

Capitolul II.4. TRAUMA PSIHO-EMOȚIONALĂ LA COPIL

În acest capitol veți afla despre:

- ✓ Traumă, abuz și formele specifice ale acestora;
- ✓ Specificul manifestării reacțiilor copilului la evenimentele traumatice atât la nivel comportamental, cât și în relație cu mediul înconjurător;
- ✓ Caracteristicile emoționale și comportamentale ale copiilor la diferite vârste, care au suferit diverse evenimente traumatizante;
- ✓ Impactul diverselor evenimente traumatizante asupra dezvoltării copilului precum și asupra relațiilor sociale ale acestuia.

2.4.1. Experiența traumei la copil (*separarea, pierderea și abuzul*)

Fiecare copil, indiferent de vârstă, face cunoștință de-a lungul copilăriei cu diverse evenimente atât pozitive, cât și negative, care îl formează și îl definesc ca adult. Evenimente traumatizante reprezintă cele mai dificile experiențe care pot influența semnificativ atât dezvoltarea sa (fizică, morală, emoțională) ca personalitate, cât și relațiile pe care acesta le va stabili cu semenii și adulții. Indiferent de vârstă, *un eveniment traumatizant este atunci când o persoană a fost martoră sau a fost confruntată cu un eveniment/ evenimente care au implicat moartea, amenințarea cu moartea, vătămarea corporală gravă sau periclitarea integrității corporale proprii ori a altora.*

Uneori, se consideră că cele mai traumatizante sunt acele evenimente stresante ieșite din comun, declanșate brusc, cum ar fi dezastrele naturale sau provocate de om (războiul, actele teroriste), însă trebuie să recunoaștem că cele mai traumatizante evenimente în viața unui copil includ acele experiențe repetate, devenite cotidiene în viața unor adulți sau copii, precum: *abuzul de alcool, neglijența, expunerea la violență familială sau comunitară, abuzul fizic sau sexual recurent, separarea de părinți și plasarea în diverse instituții rezidențiale (școli de tip internat, spitale, case de copii) etc.* Asemenea evenimente descriu nu doar o experiență negativă „unică”, dar un anumit mod de viață cu care copilul trăiește, uneori, chiar zilnic.

Specialiștii deosebesc două categorii de traume:

1. *Trauma de tip I* (un eveniment traumatizant unic/singular), supranumită „trauma de șoc” și, de obicei, este memorată detaliat (decesul unei persoane, ziua separării de părinți, prima zi la internat ș.a.). Copiii găsesc adesea explicații „magice” pentru evenimente de tip „șoc”, întrucât nu pot, din cauza dezvoltării lor, să stabilească cauzele obiective/ reale a celor întâmplare. O consecință a acestei situații este sentimentul de vinovăție și tristețe pe care copilul îl trăiește și, uneori, chiar îl exprimă prin cuvinte.
2. *Trauma de tip II* (un șir de evenimente complexe, repetitive și îndelungat prezente în viața copilului). Acest tip de traumă este cel mai frecvent și se referă *la o serie de evenimente negative* (violență, neglijență etc.) și situații la care a fost expus copilul de-a lungul unei perioade de timp. Ea duce la negarea de către copil a celor întâmplare, precum și la evitarea discuțiilor despre aceste evenimente sau persoane cu care aceste evenimente sunt asociate. Reacțiile emoționale, frecvent întâlnite, ale acestui tip de traumă se referă la:
 - *distanțare și negarea celor întâmplare*, ceea ce nu apare la trauma de tip I;
 - *mânie și furie îndelungată*, în cazul când copilul a avut experiența unor maltratări severe prelungite. Aceste sentimente pot alterna cu perioade de pasivitate extremă și amortire emoțională, putând duce, ulterior, la automutilare și tentative de suicid;
 - *agresivitate verbală sau fizică* față de oamenii din jur, obiecte, animale, aparent justificată.

Cele mai distructive experiențe traumatizante pentru dezvoltarea copilului sunt:

- ❑ abuzurile: emoțional, fizic, sexual;

- delincvența unui membru al familiei;
- separarea membrilor familiei (prin părăsire, divorț);
- decesul unui membru al familiei;
- boala gravă a unui membru al familiei.

Expunerea la evenimente traumatizante presupune trăirea unor stări afective precum:

- frică intensă;
- sentimentul de neajutorare;
- pierderea controlului și nesiguranță;
- amenințări și neliniște permanentă.

Copilul care au avut ambele tipuri de traume (de „șoc” și „îndelungate”) poate avea reacții emoționale și comportamentale dintre cele mai negative și ușor confundabile, precum:

- explozii emoționale;
- instabilitate emoțională (trecerea rapidă de la tristețe la bucurie sau invers);
- izolare;
- stări de tristețe îndelungată;
- neîncredere față de alții;
- neîncredere în propriile forțe.

Recunoașterea și înțelegerea trecutului traumatic al copilului este esențială deoarece comportamentul copilului care descrie anumite traume (a se vedea subcapitolul 2.4.5.) este adesea confundat cu personalitatea lui și este abordat ca un copil „rău educat”. Frecvent asemenea traume pot conduce la apariția diverselor tulburări emoționale și/sau de comportament (a se vedea subcapitolul 2.3.2.), care trebuie înțelese adecvat, înainte de a fi aplicate anumite metode de corecție.

Este important să recunoaștem în comportamentul copilului semnele și simptomele specifice care ar indica prezența în trecutul acestuia a traumelor pentru a putea evita accentuarea acestora, pentru a crea un mediu sigur și protectiv sau a evita retraumatizarea acestuia.

Traumele din copilărie au în comun 4 indicii:

1. *Amintiri despre trecutul traumatizant* – în funcție de ce s-a întâmplat, copilul poate retrăi anumite secvențe din trecut și emoțiile negative de atunci. Uneori, poate avea coșmaruri sau vise cu conținut asemănător care se repetă.
2. *„Jocul traumatic”* – situațiile în care copiii repetă trăirea traumatizantă din trecut, în timpul jocului. Adesea, ei nu pot stabili o conexiune între jocul lor și evenimentul traumatizant.
3. *Frici neclare/ inexplicabile sau specifice trecutului traumatizant* – nedorința evitarea discuțiilor despre situații similare cu cele trăite în trecut, nedorința de a discuta, de a vedea persoane care au avut tangență cu trauma etc.
4. *Neîncredere față de oameni, față de viață și de viitor* – pierderea încrederii în oameni și așteptările negative față de viitor reprezintă cele mai negative consecințele.

2.4.2. Reacțiile copilului la traumă

Frecvent, comportamentul copilului în situații de separare, deces sau abuz îndelungat este inexplicabil și dificil de înțeles, datorită mai multor factori precum: natura relației cu îngrijitorul, perioada de timp pe care a petrecut-o copilul în abuz, starea de sănătate, cultura familiei din care provine și, evident, vârsta

copilului. Vârsta copilului reprezintă unul dintre factorii de bază care trebuie înțeleasă adecvat pentru că descrie particularitățile de dezvoltare și, respectiv, nevoile de bază pe care le are (a se vedea subcapitolele 2.1.1. și 2.1.2.).

Reacțiile (emoționale, comportamentale și fiziologice) ale copiilor la evenimente traumatizante, în dependență de vârstă, sunt:

Copilăria timpurie (0-3 ani) și vârsta preșcolară (3-6 ani)

- neajutorare, pasivitate;
- frică generalizată;
- stare de confuzie;
- dificultăți în a vorbi despre eveniment; lipsa verbalizărilor;
- dificultăți în identificarea emoțiilor;
- insomnii, coșmaruri;
- frică de separare, comportamente de „agățare” în raport cu adulții de referință;
- regresie (enurezis, pierderi ale abilităților motorii sau lingvistice);
- incapacitatea de a înțelege moartea, anxietate legată de moarte;
- tristețe îndelungată;
- dureri de stomac, dureri de cap;
- tresărire la sunete puternice/neobișnuite;
- imobilizare bruscă a întregului corp;
- neliniște, plâns excesiv, neobișnuit;
- reacție de evitare, răspunsuri de alarmă la stimuli vizuali sau senzații fizice legate de traumă.

Vârsta școlară (6-11 ani)

- responsabilitate excesivă, vină;
- joc traumatizant repetitiv;
- emoții negative la stimuli care amintesc de traumă;
- tulburări de somn, coșmaruri;
- îngrijorare legată de securitatea proprie/ a celorlalți, preocupări legate de pericole potențiale;
- comportamente agresive, accese de furie;
- frica de emoțiile legate de traumă;
- atenție la anxietățile părinților;
- refuz de a merge la școală sau motivație scăzută pentru învățare;
- îngrijorare sau grijă excesivă pentru ceilalți;
- modificări în comportament, în dispoziție;
- simptome somatice (durere);
- anxietate evidentă, frică generalizată;
- manifestarea unor comportamente specifice unei vârste mai mici;

- anxietate de separare;
- pierderea interesului pentru activități;
- confuzie, înțelegerea inadecvată a evenimentelor traumatizante, cel mai frecvent;
- incapacitate de concentrare, scăderea performanței școlare.

Preadolescență și adolescență (12-18 ani)

- conștiință de sine exacerbată;
- tentative de punere în pericol a propriei vieți;
- revoltă, rebeliune acasă sau la școală;
- modificări apărute brusc în relațiile cu ceilalți;
- depresie, izolare socială;
- declin în performanța școlară;
- comportament riscant de tip sexual, expunerea sexualității proprii, implicarea în relații sexuale;
- sentimente de rușine, vină, umilire;
- instabilitate emoțională și vulnerabilitate înaltă la accidente sau situații neprevăzute;
- dorința de răzbunare, răspunsuri la traumă orientate pe acțiune;
- egocentrism;
- tulburări de somn, tulburări alimentare, coșmaruri.

Sugestii pentru îngrijitori pentru prevenirea și recunoașterea traumelor copilului:

- ✎ *Solicitați, în limitele competenței dumneavoastră, informații obiective despre trecutul copilului precum și reacțiile pe care acesta le-a avut la evenimentele din trecut. Informați-vă despre mediul în care copilul a trăit și specificul relațiilor pe care le-a avut cu semenii și adulții semnificativi (părinți, profesori/educatori, colegi de clasă).*
- ✎ *Observați reacțiile copilului în diverse situații și recunoașteți simptomele specifice tipului de traumă/abuz.*
- ✎ *Obișnuiți-vă să reacționați CALM la tentativele copilului de a destabiliza discuția sau posibilele explozii emoționale.*
- ✎ *Ajutați copilul să accepte propriile emoții negative pe care le are în timpul unei reacții emoționale sau de comportament (de exemplu: „Înțeleg că te simți rău, știu că nu e ușor, hai să vedem cum te pot ajuta...”).*

2.4.3. Pierderea și separarea

Toate experiențele traumatizante din copilărie au un impact negativ asupra dezvoltării copilului, însă una dintre cele mai negative și inexplicabile pentru copil este experiența separării copilului de părinți și/sau pierderea unei persoane apropiate. Cercetările demonstrează că separarea și pierderea sunt experiențe care se deosebesc atât prin modul cum se realizează, cât și prin efectele pe care le pot avea asupra dezvoltării copilului. Cu toate acestea, există și asemănări între evenimentele separării și pierderii care pot fi tratate ca stresuri acute de viață.

Uneori, se consideră că pierderea înseamnă separarea permanentă de o persoană dragă prin decesul acesteia. În realitate, nu întotdeauna separarea este urmată de pierdere, deoarece separarea implică situații atunci când copilul a trăit o anumită perioadă departe de părinții biologici, după care revine în mediul familial; despărțirea de prieteni etc. Etapele unei pierderi grele sunt: negare, izolare, mânie, negociere,

acceptare. În baza acestor etape, există patru sarcini pe care trebuie să le îndeplinească o persoană care a suferit o pierdere grea și anume:

1. acceptarea realității;
2. stăpânirea durerii;
3. adaptarea la noul mediu;
4. îndepărtarea de la persoana pierdută;

Este util de a examina viziunea copilului și a înțelege modul acestuia de interpretare a separării sau pierderii unei persoane, deoarece pentru mulți copii, pierderea prin separare de părinte (părinți) poate fi trăită, de parcă ar fi fost un deces din cauza nivelului de dezvoltare emoțională și cognitivă al copilului. Or, exprimările emoționale și de comportament sunt similare celor din procesul de suportare al unui deces (Bowlby, 1979).

Notă pentru profesioniști:

Cea mai bună modalitate de a ajuta copiii să facă față unei pierderi sau schimbări mari este să le spuneți despre ceea ce se întâmplă, de îndată ce este clar că pierderea, separarea sau schimbarea se va întâmpla.

Atunci când încercăm să amânăm să le spunem noutatea, deseori subestimăm cât de sensibili sunt copiii față de preocupările și tensiunile părinților sau îngrijitorilor.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↳ *Înainte de a anunța copilul despre o eventuală separare, luați în considerare evenimentele traumatizante pe care copilul le-a avut și anticipați posibilele reacții pe care le-ar putea avea, identificând modalități de a atenua aceste reacții.*
- ↳ *Potrivii un loc confortabil (acasă, în odaia lui, la o plimbare în parc) pentru copil pentru a-l anunța despre decizia care urmează a fi luată. Evitați să discutați în locuri publice sau în prezența prietenilor și colegilor acestuia.*
- ↳ *Anunțați copilul despre orice schimbare, care se va întâmpla cât mai curând posibil. Spunându-i copilului despre o pierdere iminentă, nu doar preîntâmpinați durerea și neliniștea, care poate să apară la copil în timp ce el tot mai mult se întreabă cu ce a greșit, dar îi mai permite copilului să înceapă să se pregătească de cele ce urmează să se întâmple, decât să fie surprins pe neașteptate.*
- ↳ *Ajutați copilul să se obișnuiască cu ideea, oferindu-i posibilitatea de a discuta despre acest subiect. Copilul are șansa să înceapă să se obișnuiască cu ideea, să pună întrebări și să vorbească despre preocupările sale, să participe la ajustările care se fac, să trăiască și să retrăiască experiența de separare ca o modalitate de integrare a schimbărilor care se vor produce, să învețe capacitatea sa de a se descurca înainte ca aceasta să fie aplicată în acțiune. Vorbind despre schimbare, copilul ar putea înțelege că, deși schimbarea poate fi grea, el poate gestiona pierderea și separarea: ceea ce s-a întâmplat nu este atât de rău, încât el să nu poată trece peste aceasta sau să vorbească despre aceasta.*
- ↳ *Asigurați copilul că va putea să mențină legătura prin toate căile posibile (de exemplu: „dacă vei dori, vei putea veni în vizită sau să vorbim la telefon”).*
- ↳ *Reveniți la discuție de fiecare dată când copilul își dorește să o facă. Pentru că și noi trecem prin șoc și pierdere, este de înțeles că am putea dori să amânăm discuția cu copiii, să evităm să ne vedem cu ei, este însă esențial să manifestăm deschidere pentru discuție.*
- ↳ *Nu trebuie să ne ascundem durerea și reacțiile puternice atât timp cât îi spunem clar copilul că nu ne așteptăm de la el să ne rezolve problemele sau să ne facă să ne simțim mai bine. Copilul va*

putea mai ușor să creadă în aceasta, când va ști care dintre prieteni sau rude adulte vor oferi o mână de ajutor. Aceasta, cel mai probabil, îl va reasigura că este în mâinile unor adulți competenți și grijulii.

Decesul apropiaților

Moartea este dificil de explicat unui copil. Copiii sunt foarte afectați de decesul unei persoane iubite. Însă, cu sprijin atent, îngrijitorii și tutorii îi pot ajuta pe copii să se adapteze la realitatea morții și să-și gestioneze sentimentele de pierdere și durere asociate decesului. Uneori, adulții consideră că este mai bine să-i protejeze pe copii și să nu discute un deces cu ei. Este firesc ca îngrijitorii și tutorii să nu știe prea bine ce să le spună copiilor când le dau vestea decesului unei persoane iubite. Cu toate acestea, cercetările și relatările familiilor și copiilor în cauză arată că aceștia din urmă se adaptează mai bine dacă li se dau informațiile adecvate cât mai curând posibil.

Copiii au sentimente și emoții asemănătoare cu ale adulților, atunci când decedează cineva apropiat lor. Însă modul în care își manifestă aceste sentimente și emoții sunt adesea diferite, ceea ce poate fi derutant pentru copii, tutori și alți adulți.

Copiii mici nu pot să fie triști o perioadă îndelungată, așa că este posibil să fie foarte supărați acum, iar în secunda următoare să se joace și să râdă. Uneori, pot să accepte cu ușurință un deces la început, dar un pic mai târziu să devină foarte supărați. În acest caz, spunem că trec de la durere la alte stări. Acest răspuns este unul normal și este important să li se ofere ocazia de a-și exprima durerea când simt nevoia. Ca adult, poate fi dificil să faceți față schimbărilor de dispoziție ale copiilor, deoarece adulții tind să fie triști tot timpul. Modul în care copiii înțeleg moartea depinde, în mare măsură, de vârsta și de capacitatea acestora. Reacția copiilor la pierderea suferită va fi influențată de felul în care înțeleg ei moartea, așa cum veți vedea în secțiunile de mai jos. Totuși, copiii se dezvoltă în ritmuri diferite și pot înțelege moartea într-un mod mai naiv sau mai matur decât ar corespunde vârstei lor.







Tabelul 2. Reacțiile copilului la decesul părinților/ persoanelor apropiate

Vârsta	Comportamentul/ nevoile copilului
0-2 ani	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Copiii mici nu înțeleg semnificația morții, dar sunt foarte sensibili la supărarea celor din jurul lor. Ei reacționează la pierderea persoanei iubite și este posibil să o caute fizic sau, în cazul în care vorbesc, să o strige. <input type="checkbox"/> Bebelușii și copiii mici își pot manifesta suferința fiind supărați, mai obosiți decât de obicei, dependenți sau ușor de speriat. Deși copiii de această vârstă nu înțeleg semnificația morții, totuși este important să le vorbiți despre acest lucru. Vor începe să înțeleagă cuvintele nefamiliare, pe măsura ce cresc și se dezvoltă.
2-5 ani	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Copiii cu vârsta cuprinsă între 2 și 5 ani pot să nu înțeleagă faptul că moartea este inevitabilă și că i se întâmplă oricărei ființe vii. Din cauza înțelegerii lor limitate, este posibil să nu aibă nici o reacție când li se spune că a murit cineva. <input type="checkbox"/> Copiii de această vârstă pot înțelege lucrurile literal, așa că limbajul folosit este deosebit de important. <input type="checkbox"/> Este esențial să evitați explicații de genul „a plecat departe” sau „doarme”, deoarece acestea pot crea confuzii. Este mai bine să folosiți termenii „moarte” și „a murit”, deși aceste cuvinte sunt greu de spus copiilor mici. <input type="checkbox"/> Le este greu să înțeleagă faptul că o persoană decedată nu mai poate reveni, de aceea trebuie să li se repete că atunci când cineva moare, nu se mai întoarce niciodată. Ei pot pune întrebări precum: „Poți să te dai cu bicicleta în rai?, Buni mai poate să mă vadă?, Mami/tati va fi acolo când plecăm în vacanță?” Așa încearcă cei mici să dea un sens celor întâmplate.

5-11 ani	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Pe măsură ce copiii cresc, încep să înțeleagă ce înseamnă „pentru totdeauna” și că moartea este inevitabilă. Cu toate acestea, mai speră că pot schimba lucrurile („Dacă fac ce-mi spuneți, mama se poate întoarce?”). <input type="checkbox"/> Ca și copiii mici, și ei au nevoie să li se spună că nimic din ceea ce zicem sau gândim nu poate provoca moartea cuiva. <input type="checkbox"/> Copiii înțeleg mai multe despre moarte la vârsta de opt - zece ani. Treptat, aceștia înțeleg că moartea are o cauză și că toate ființele vii mor odată. <input type="checkbox"/> Este normal să pună întrebări despre moarte, chiar dacă nu au avut experiența unui deces printre apropiați. <input type="checkbox"/> Copiii pot să manifeste curiozitate și să pună întrebări despre ce se întâmplă în momentul morții sau după înmormântare. Este important ca cineva să le răspundă la astfel de întrebări.
12-18 ani	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Adolescenții înțeleg moartea la fel ca adulții. Experiența decesului unei persoane apropiate poate fi extrem de dificilă pentru adolescenți, întrucât aceștia încă nu au maturitatea emoțională a adulților. <input type="checkbox"/> Ei înțeleg caracterul final al morții și impactul pe termen lung pe care aceasta îl va avea asupra vieților lor și asupra vieții de familie. <input type="checkbox"/> La aceasta vârstă, ei trec prin schimbări fizice, emoționale și sociale majore, care îi pot face să se simtă foarte vulnerabili și să resimtă mai acut nevoia sprijinului din partea familiei și a celor iubiți. <input type="checkbox"/> Deseori, adolescenții discută despre experiențele și sentimentele lor mai mult cu prietenii, decât cu părinții/tutorii/îngrijitorii. <input type="checkbox"/> Poate fi util să discutați cu părinții prietenilor, cu profesorii sau cu alți adulți pentru a vă asigura că adolescenții vorbesc cu cineva această problemă.

Copiii își pot manifesta durerea printr-un comportament agresiv. Acest lucru se poate întâmpla prin crize sau certuri cu frații și surorile, precum și la școala, prin probleme de disciplină în clasă sau certuri cu prietenii. Aceasta este modalitatea lor de a-și exprima furia pentru pierderea nedreaptă pe care au suferit-o. Este posibil să învinovățească îngrijitorul pentru că a permis așa ceva sau să fie furioși că au fost părăsiți.

Sugestii pentru îngrijitori pentru gestionarea situațiilor de deces sau separare îndelungată:

-  *Răspundeți cât mai calm și sincer posibil la întrebările copilului, amintindu-i copilului că persoana iubită decedată nu se va mai întoarce niciodată. În toate familiile au loc certuri și, în astfel de momente, copiii pot spune că urăsc pe cineva sau că și-ar dori ca cineva să moară.*
-  *Este foarte important ca copilul să înțeleagă și să conștientizeze că nimic din ceea ce spunem sau gândim nu poate provoca moartea cuiva, dat fiind faptul că uneori copilul (între 5-11 ani) se învinuiește singur când moare cineva apropiat.*
-  *Îmbrățișați-l și oferiți-i asigurări emoționale. Copilul are nevoie să fie asigurat că, deși suferiți, tot puteți să aveți grijă de el și că încă este iubit și important.*
-  *Restabilirea sau crearea unor rutine (de exemplu, ora de mers la culcare, ora de luat masa, activități zilnice) sunt utile pentru copil. El se simt cel mai în siguranță când știe ce să facă și la ce să se aștepte, iar rutina ajută în acest sens.*
-  *Restabiliți limitele și regulile normale pentru a-l ajuta pe copil să se simtă în siguranță.*
-  *Asigurați-vă că oamenii importanți din viața copilului (de exemplu: profesorii) sunt la curent cu decesul, astfel încât să îi ofere și ei asistență.*

- ✚ Spuneți copilului că este în regulă să fie trist, dar că este în regulă și să fie fericit, să se simtă bine și să se joace, chiar și atunci când se întâmplă ceva trist.
- ✚ Amintiți-i lucrurile bune pe care le-a făcut pentru persoana iubită și încurajați-l să păstreze amintirile frumoase.
- ✚ Acordați-i atenție din plin când se comportă bine și fiți fermi când au un comportament pe care îl considerați inacceptabil. Îl puteți ajuta să-și rezolve furia discutând pe îndelete cu el.
- ✚ Puteți crea așa numitele „cutii de amintiri” cu lucruri speciale sau crearea unor albume de colaje cu experiențele comune, pentru a păstra memoria persoanei respective. Este important să se păstreze amintiri speciale și fotografii pentru copil, mai ales pentru cei foarte mici, care poate nu au multe amintiri cu persoana iubită.
- ✚ Creați condițiile speciale necesare în timpul somnului în cazul când copilul are dificultăți de somn (de exemplu: coșmaruri). Asigurați-l că este protejat. Este recomandabil să lăsați o lumină aprinsă.

2.4.4. Neglijența, abuzul fizic, emoțional, sexual și consecințele acestora asupra dezvoltării copilului

Abuzul față de copil este un fenomen frecvent întâlnit, mai ales în societățile marcate de sărăcie și șomaj. Frecvent, copiii care au fost victime ale abuzului manifestă o serie de semne și comportamente specifice. Cunoașterea acestor semne specifice, ajută profesionistul în poartă identificarea cazurilor de maltratare.

Abuzul copilului include abuzul fizic, abuzul emoțional/psihologic, neglijarea și abuzul sexual. Raportarea unui caz suspectat de abuz al copilului este responsabilitatea fiecărui adult care vine în contact cu un astfel de caz.

Un îngrijitor poate participa la etape diferite ale prevenirii, intervenției și tratamentului unui caz de abuz asupra copilului. Toți actorii comunitari ar trebui să fie familiarizați cu identificarea familiilor cu risc de abuz, precum și cu resursele interdisciplinare și comunitare disponibile victimelor și familiilor afectate de abuz al copilului.

Ca și alte victime, copiii abuzați resimt disfuncționalități psihologice. Spre deosebire de adulți, ei sunt traumatizați în timpul perioadei critice din viața lor: când se formează părerile despre sine, despre alții și despre lume, când își stabilesc relațiile cu propriile stări și când sunt dobândite pentru prima dată abilitățile de cooperare.

Asemenea reacții au un impact asupra maturizării psihologice și sociale ulterioare, ducând la o dezvoltare problematică. Indiferent de tipul specific de maltratare, consecințele abuzului asupra dezvoltării copilului apar în două stadii:

1. supunere și intrarea în rol de „victimă”, care implică stres, schimbări ale dezvoltării psihologice, dificultăți de înțelegere;
2. acomodare la prezența abuzului, implicând comportamente cooperante (pentru a crește siguranța și /sau scădea durerea în timpul victimizării).

Semne ale diferitor forme de abuz:

a. Neglijarea

Neglijarea este o formă nonfizică a violenței și reprezintă incapacitatea sau refuzul adultului de a asigura dezvoltarea copilului în toate aspectele vieții sale. Neglijarea afectează negativ atât dezvoltarea fizică a copilului, cât și cea psihologică. Neglijarea severă, mai ales a copiilor de vârstă mică, afectează major creșterea și dezvoltarea fizică și intelectuală a copilului, iar în cazurile extreme, poate conduce la spitalizarea, instalarea unei dizabilități și/sau decesul copilului.

Neglijarea	
Semne fizice	Semne emoționale
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copil înfometat ori alimentat nepotrivit; <input type="checkbox"/> neigienizat; <input type="checkbox"/> aspect vestimentar neadecvat; <input type="checkbox"/> pedepsit să nu mănânce sau să nu doarmă; <input type="checkbox"/> nu-și cunoaște ziua nașterii; <input type="checkbox"/> primește în dar obiecte nepotrivite; <input type="checkbox"/> nu are cu cine vorbi despre problemele sale ori nu are un program de viață adecvat vârstei sale, rămânând mult timp nesupravegheat; <input type="checkbox"/> greutatea nu corespunde vârstei; <input type="checkbox"/> bolnăvicios. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> instabil emoțional, manifestă explozii emoționale (de la plâns la râs); <input type="checkbox"/> tulburări de atașament; <input type="checkbox"/> vocabular sumar; <input type="checkbox"/> dificultăți de comunicare sau joc cu semenii; <input type="checkbox"/> nivel scăzut de înțelegere chiar dacă abilitățile intelectuale sunt potrivite vârstei; <input type="checkbox"/> motivație scăzută pentru învățare; <input type="checkbox"/> incapabil de a stabili relații interpersonale durabile.

Consecințele neglijării în plan emoțional:

- nu este curios, poate avea tulburări de atenție, un prag prea scăzut sau, dimpotrivă, prea ridicat de toleranță a frustrărilor;
- acuză frecvent dureri și probleme de sănătate nejustificate (cefalee, grețuri, vărsături, dureri abdominale);
- nu manifestă inițiativă și, frecvent, „așteaptă” să i se dea indicații;
- își imaginează cu dificultate viitorul sau are dificultăți majore în planificare propriului program.

Consecințele neglijării în plan social:

- stabilește contacte interpersonale fragile, are dificultăți de adaptare;
- încearcă să-și suplinească nevoile nesatisfăcute, uneori, prin fapte antisociale (individual sau aderând la grupuri de delincvenți) cu consum de droguri, fugă de acasă, absenteism, însușire deficitară a normelor etico-morale.

b. Abuzul fizic

Orice adult crede că-și poate exercita liber dreptul de a-l pedepsi pe copil. Pedeapsa fizică este folosită pentru a provoca durere. Pedeapsa minoră, prin repetare sau folosită impropriu, în neconcordanță cu faptele comise, poate conduce la traume psihice și variază de la lovirea cu palma, până la utilizarea unor obiecte dure, rănirea, legarea, provocarea de arsuri, trasul de păr sau chiar otrăvirea. În măsura în care lovirea produce vătămare, risc substanțial pentru sănătate/integritate corporală, aceasta devine abuz fizic. La fel, poate fi considerat abuz fizic exploatarea prin muncă a copilului, precum și asistarea acestuia la scenele de violență dintre părinți.

Abuzul fizic	
Semne fizice	Semne emoționale
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> întârzierea dezvoltării fizice și mentale, deficit al limbajului; <input type="checkbox"/> rahitism, carențe alimentare; <input type="checkbox"/> insomnie, tulburări de somn; <input type="checkbox"/> enurezis, encomprezis; 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> motivează ciudat urmele de pe corp (de exemplu că nu își amintește cauza lor); <input type="checkbox"/> evită orice contact cu părintele; <input type="checkbox"/> pare excesiv de docil; <input type="checkbox"/> împietrit ori bizar;

<input type="checkbox"/> urme de zgârieturi, dermatoze (pete pe piele);	<input type="checkbox"/> foarte precaut, cu reacții de apărare fizică nemotivate;
<input type="checkbox"/> hematoame în locuri neobișnuite;	<input type="checkbox"/> neîncredere;
<input type="checkbox"/> zgârieturi, tăieturi inexplicabile pe corp, față, arsuri, par smuls;	<input type="checkbox"/> teamă;
<input type="checkbox"/> fracturi osoase, dislocări, deformări ale membrilor;	<input type="checkbox"/> curiozitate scăzută sau absentă;
<input type="checkbox"/> leziuni la nivelul sistemului nervos central (dizabilități motorii, deficite senzoriale, paralizii oculare, convulsii, hemiplegii, comă);	<input type="checkbox"/> frică de separare;
	<input type="checkbox"/> vulnerabilitate la situații stresante;
	<input type="checkbox"/> dificultăți de autocontrol;
	<input type="checkbox"/> dificultăți de înțelegere și /sau învățare;
	<input type="checkbox"/> somnolență, vise însoțite de coșmaruri;
	<input type="checkbox"/> motivație redusă.

Consecințele abuzului fizic în plan emoțional:

- neîncredere în forțele proprii la vârsta adultă;
- comunicare dificilă, marcată de violență;
- copilul învață să folosească violența ca „formă” de exprimare a sentimentelor proprii și grijii față de cei din jur.

Consecințele abuzului fizic în plan social:

- copilul-victimă nu recunoaște, uneori, maltratarea și nu o denunță;
- frecvent, copilul care a trăit experiența abuzului fizic pe perioade lungi, consideră violența o modalitate de exprimare a sentimentelor, dar și o soluționare a conflictelor cu semenii și alte persoane;
- în calitate de adult, poate deveni vulnerabil și incapabil să manifeste înțelegere față de nevoile altora, precum și să provoace durere și suferință.

Tabelul 3. Comportamente manifestate de copiii din familii violente

0 – 3 ani	4 – 8 ani	9 – 13 ani
<input type="checkbox"/> eșecuri;	<input type="checkbox"/> verbalizarea fricii și a mâniei;	<input type="checkbox"/> agresivitate;
<input type="checkbox"/> lipsa abilităților limbajului;	<input type="checkbox"/> agresivitate, în raport cu semenii, copiii mai mici sau cu animalele;	<input type="checkbox"/> lovește mama, frații;
<input type="checkbox"/> dezvoltare motorie lentă;	<input type="checkbox"/> plictiseală, lipsa motivației;	<input type="checkbox"/> rănește / omoară animalele;
<input type="checkbox"/> furie excesivă;	<input type="checkbox"/> fuga de acasă/școală;	<input type="checkbox"/> depresie, sentiment de neputință, tentative suicidale;
<input type="checkbox"/> coșmaruri, tremur nocturn;	<input type="checkbox"/> absenteism școlar;	<input type="checkbox"/> poate să înceapă consumul de substanțe (droguri, alcool);
<input type="checkbox"/> balansarea capului;	<input type="checkbox"/> neliniște excesivă;	<input type="checkbox"/> lipsa relațiilor de egalitate pozitive;
<input type="checkbox"/> teama exagerată de separare.	<input type="checkbox"/> coșmaruri, insomnii, teama de a merge la culcare;	<input type="checkbox"/> implicare în găști sau izolare;
	<input type="checkbox"/> întâzieri în dezvoltarea limbajului;	<input type="checkbox"/> absenteism școlar;
	<input type="checkbox"/> întâzieri în dezvoltarea motorie.	<input type="checkbox"/> minciuni;
		<input type="checkbox"/> comportament deviant/delinvent.

c. Abuzul emoțional

Este un comportament intenționat al unui adult lipsit de căldură afectivă, care jignește, batjocorește, ironizează, devalorizează, nedreptățește sau umilește verbal copilul, în momente semnificative sau repetat, afectându-i, în acest fel, dezvoltarea și echilibrul emoțional.

Abuzul emoțional reprezintă:

- respingerea copilului ca ființă;
- „călirea”, prin reguli stricte, fără drept de negociere;
- înfricoșarea copilului, prin izolare, închizându-l în spații întunecoase, făcându-l să aștepte cu încordare, dezamăgindu-l, mințindu-l, blamându-l;
- amenințarea cu abandonul;
- abordarea copilului cu atitudini inconsecvente pentru același tip de greșeli;
- comunicare într-o manieră neclară, prea încărcată, sau insensibilă;
- atitudinea autoritară, dominatoare;
- îngrijirea și controlul excesiv sau discontinuu, care sufocă independența copilului;
- supunerea la practici ciudate (de exemplu: să stea cu mâinile ridicate timp de 30 min., să spele repetat o suprafață curată);

Toate celelalte forme de abuz au o componentă emoțională.

Abuzul emoțional	
Semne comportamentale	Semne emoționale
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> neputință și eșec permanent (care-i confirmă copilului „nu pot”, „nu sunt bun de nimic”); <input type="checkbox"/> manifestări agresive, iritabilitate; <input type="checkbox"/> inhibare; <input type="checkbox"/> dificultăți de adaptare (refuzul de a merge la grădiniță sau fobie școlară) și dificultăți de comunicare; <input type="checkbox"/> nu știe să se joace potrivit și să se exprime prin joc. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> stimă redusă de sine; <input type="checkbox"/> timiditate; <input type="checkbox"/> sentimente de vinovăție; <input type="checkbox"/> interiorizare/ izolare; <input type="checkbox"/> neîncredere în sine; <input type="checkbox"/> tristețe; <input type="checkbox"/> frică neclară; <input type="checkbox"/> agresiv cu sine și ceilalți.

Consecințele abuzului în plan emoțional:

- întârzie dezvoltarea maturizării emoționale și a capacității de înțelegere a stărilor emoționale ale altora;
- anxietate de separare sau de anticipare, inclusiv la vârsta adultă.

Consecințele abuzului emoțional în plan social:

- fugă de acasă;
- acte antisociale;
- dificultăți de adaptare durabile într-un mediu nou (familie adoptivă, grădiniță, școală);
- lipsă de inițiativă, de creativitate, de independență.

d. Abuzul sexual

Abuzul sexual asupra copiilor reprezintă o acțiune cu caracter sexual efectuată de un matur, de un adolescent sau de un alt copil. În cazurile în care la o acțiune cu caracter sexual iau parte un adolescent și un copil, situația nu întotdeauna este clară. Unele tipuri de comportament sexual la copii au formă de joc. Este dificil de descoperit un copil abuzat sexual, chiar și prin intermediul testelor psihologice. Asupra fiecărui copil, efectele sunt particulare, simptomele depinzând de:

- vârsta copilului;
- gradul de apropiere relațională față de agresor;
- forța agresorului;
- locul de desfășurare a evenimentului;
- frecvența situațiilor abuzive.

Conform studiilor, cei mai expuși riscului de a fi abuzați sexual sunt copiii cu vârsta cuprinsă între 8 și 12 ani, care au intrat precoce în perioada de pubertate, iar în 80% din cazurile de abuz sexual copilul îl cunoaște pe abuzator. Copilul poate fi abuzat ani de-a rândul, uneori, până la maturitate. Majoritatea cazurilor de abuz sexual asupra copiilor rămân nedescoperite.

Manifestări comportamentale ale copilului abuzat sexual:

- ◆ evită să rămână singur cu cineva dintre membrii familiei;
- ◆ prezintă frică nefirească față de o persoană matură sau nu dorește să contacteze cu aceasta;
- ◆ încearcă să relateze despre abuz prin intermediul unor aluzii. De exemplu, poate spune că cineva l-a rugat să păstreze o taină sau poate întreba ce se poate întâmpla dacă familia se destramă sau dacă „tata va fi luat de acasă”;
- ◆ descrie comportamentul unui adult, indicând că acesta ar fi încercat să abuzeze sexual un copil;
- ◆ este deprimat și retras, acuză suferințe fizice care nu au confirmare medicală;
- ◆ are tulburări de somn;
- ◆ acuză dureri în regiunea vaginală sau anală;
- ◆ nu vrea să meargă la școală, își pierde capacitatea de concentrare, are nereușită școlară;
- ◆ începe să se comporte agresiv;
- ◆ prezintă comportament sexual atipic – se masturbează în public, utilizează noi determinative legate de sex sau părți ale corpului, demonstrează cunoștințe sexuale care nu trebuie să-i fie caracteristice.

Consecințele abuzului sexual în plan emoțional:

- diminuarea respectului de sine;
- depresie;
- sentimentul de stigmatizare și neputință, precum și tendința de izolare persistă și la victimele ajunse la maturitate, în special, în cazurile în care abuzatorul este unul dintre membrii familiei;
- afecțiunile psihice se pot manifesta prin probleme de somn, lipsa poftei de mâncare, anorexie sau bulimie.

Consecințele abuzului sexual în plan social:

- comportament autodestructiv/ autoagresiv, manifestat prin tentative de suicid și printr-o stare inexplicabilă de frică permanentă, care poate deveni cronică;

- ❑ probleme în viața sexuală ulterioară.

Se întâmplă ca adolescenții și copiii mai mari să abuzeze copii mai mici. Uneori, în astfel de cazuri, este greu de stabilit dacă a avut loc un abuz sau un joc sexual. Unele comportamente sexuale sunt normale pentru copii la o anumită vârstă. Cu toate acestea, există semne care ar trebui să-i facă pe îngrijitori și specialiști să fie mai vigilenți. Putem considera că există un risc potențial pentru ca un copil (adolescent) să abuzeze sexual alt copil dacă:

- ❑ unul dintre copii/ adolescenți este mai mare decât celălalt;
- ❑ unul dintre copii/ adolescenți ocupă o poziție privilegiată (de exemplu, este lider al unui club de tineri sau un „rege” neformal al străzii);
- ❑ unul dintre copii/ adolescenți îl depășește, din punct de vedere intelectual, emoțional și fizic pe celălalt copil sau potențiala victimă are retard în dezvoltare sau o dizabilitate;
- ❑ unul dintre copii/ adolescenți îl amenință pe celălalt și încearcă să-l mituiască sau îl abuzează fizic.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ❑ *Urmăriți cu atenție comportamentul copilului în diferite contexte și monitorizați modalitatea în care acesta se comportă la fiecare vârstă pentru a putea înțelege semnificația comportamentului, dar și a aprecia cauza apariției acestuia (vârsta, trauma din mediul familial, situația actuală etc.).*
- ❑ *Contactați un psiholog/ supervisor, în cazul când observați schimbări neclare în comportamentul copilului și relații situația care vă neliniștește. Puteți face acest lucru chiar dacă nu sunteți sigur că este vorba de un abuz (fizic, emoțional, sexual). Faceți acest lucru pentru a exclude îndoielile sau a vă confirma suspiciunile și pentru a oferi ajutor în situație de risc.*

Mesaje-cheie:

- ⌘ Evenimentele traumatice reprezintă cele mai dificile experiențe, care pot influența semnificativ atât dezvoltarea copilului (fizică, morală, emoțională) ca personalitate, cât și relațiile pe care acesta le va stabili cu semenii și adulții.
- ⌘ Toate experiențele traumatizante din copilărie au un impact negativ asupra dezvoltării copilului, însă, una dintre cele mai negative și inexplicabile pentru copil, este experiența separării lui de părinți și/ sau pierderea unei persoane apropiate.
- ⌘ Cele mai traumatizante experiențe sunt cele care s-au petrecut pe perioade îndelungate de timp, precum și acelea care afectează sfera emoțională a copilului (abuzul fizic, psihologic și sexual).
- ⌘ Consecințele experiențelor traumatizante depind de vârsta copilului, tipul de familie în care a crescut/ s-a aflat, precum și de perioada de timp în care a fost expus traumelor și de specificul de dezvoltare al acestuia (sănătate, abilități etc.).
- ⌘ Recunoașterea și înțelegerea trecutului traumatizant al copilului este esențială, deoarece comportamentul copilului, care a suferit anumite traume este adesea confundat cu personalitatea lui și este abordat drept un copil „rău educat”. Frecvent, asemenea traume pot conduce la apariția diverselor tulburări emoționale și/ sau de comportament, care trebuie înțelese adecvat, înainte de a fi aplicate anumite metode de corecție.

MODULUL III.

CALITATEA RELAȚIEI COPIL – PROFESIONIST ÎN DOMENIUL SOCIAL

Relația îngrijitor - copil este una complexă, care începe să se construiască încă din primele zile de viață ale copilului. Aceasta solicită răbdare, dăruire, înțelegere, atenție, dragoste, comunicare etc., bazându-se atât pe comunicarea verbală, cât și pe cea nonverbală.

Modulul prezintă bazele comunicării interpersonale, care amplifică schimburile de mesaje și favorizează relațiile armonioase. Îngrijitorul trebuie să înțeleagă rolul de model pe care îl are asupra copilului.

De asemenea, pentru o dezvoltare armonioasă, copilul are nevoie de o comunicare eficientă cu îngrijitorii săi și de un climat familial echilibrat în care să se simtă în siguranță. Acest lucru este posibil dacă aceștia din urmă sunt atenți la nevoile copilului, se preocupă de educația lui, dau dovadă de înțelegere, sunt afectuoși și calmi și participă la evenimentele importante din viața lui. În același timp, este necesar ca părinții să fie fermi, să stabilească limite și să nu lase copilul să facă tot ceea ce vrea.

Modulul își propune, totodată, dobândirea competenței de prevenire și diminuare a stresului profesional pentru asigurarea eficienței activității profesionale. Dezvoltarea abilităților de gestionare a emoțiilor în spiritul asertivității, a respectului de sine și a celuilalt, lansează personalitatea în câmpul rezolvării constructive a conflictelor, a deciziilor responsabile și a negocierilor.

Capitolul III.1. CLIMATUL FAMILIAL FAVORABIL DEZVOLTĂRII ȘI EDUCAȚIEI COPILULUI

Fiecare copil are nevoie de un loc în inimile noastre.

În acest capitol veți afla despre:

- ✓ Importanța climatului familial pentru dezvoltarea favorabilă a copilului;
- ✓ Caracteristicile climatului familial favorabil și defavorabil, precum și impactul acestuia asupra comportamentului copilului;
- ✓ Abilitățile îngrijitorilor necesare pentru crearea și menținerea unui mediu familial favorabil dezvoltării copilului;
- ✓ Menținerea și adaptarea mediului familial la necesitățile individuale ale copilului;
- ✓ Susținerea copilului în procesul de tranziție spre contactul cu un nou mediu familial.

3.1.1. Crearea și menținerea unui climat familial favorabil creșterii și dezvoltării copilului

Creșterea și dezvoltarea armonioasă a copilului nu poate fi percepută fără prezența unui mediu familial potrivit, orientat spre necesitățile copilului (a se vedea capitolul II.1.). Personalitatea copilului se formează de-a lungul creșterii sale și este puternic marcată de „exemplele de conduită” pe care acesta le poate vedea la cei care îl înconjoară zilnic, dar și de relațiile cu acele persoane care reprezintă pentru copil modele de urmat – părinții, bunicii, îngrijitorii, frații/surorile etc. În cursul vieții sale, copilul parcurge diverse tipuri de relații care contribuie la formarea unei viziuni și percepții proprii despre normele sociale, regulile de comunicare și principiile de atingere a anumitor scopuri și obiective în viață.

Astfel de relații sunt cele de prietenie, școlare (coleg), familiale (fiu/fiică, frate/soră), de dragoste etc. Relația primordială în care copilul dobândește, în primii ani de la naștere, majoritatea experiențelor care îl formează semnificativ, sunt relațiile de rudenie (cu mama/tata, fratele, bunica etc.).

Funcția de bază a relației îngrijitor/părinte - copil constă în satisfacerea de către îngrijitor a trebuințelor primare ale copilului (a se vedea capitolul capitolul II.1.). De asemenea, foarte importantă în dezvoltarea personalității copilului, este și interacțiunea și comunicarea cu propriii părinți. Astfel, în funcție de felul în care părinții își înțeleg și își joacă rolul în primii ani de viață ai copilului, dezvoltarea psihică a acestuia poate fi stimulată, accelerată, desfășurată în manieră echilibrată, armonioasă sau dimpotrivă, întârziată, frânată cu producerea unor dezechilibre și dizarmonii, ce-i vor periclita, mai târziu, modul de relaționare cu cei din jur și integrarea normală în viața socială și profesională.

Familia constituie mediul natural al copilului, însă acest mediu, a cărui influență asupra dezvoltării individului este esențială, diferă mult de la o familie la alta. Pe de o parte, în funcție de societatea pe care o reflectă, pe de altă parte, în funcție de propria sa structură interioară dar și în funcție de experiența de familie pe care au avut-o părinții copilului în calitatea lor de copii.

Familia este o lume care, în anumite împrejurări, trebuie să-și organizeze apărarea față de agresiunile exterioare, pentru a-i proteja pe acei membri care sunt încă prea slabi pentru a le suporta fără prejudicii. În aceste situații, ea nu trebuie să se limiteze numai la acest rol, de „cetate întărită”. Sarcina familiei constă și în pregătirea membrilor săi pentru viață, nu să-i condamne la „închisoare”.

Părinții reprezintă primii mentori reali în viața copilului, furnizându-i primele repere de orientare în lume, primele informații și învățături despre lucrurile și fenomenele din natură și din societate, primele sfaturi, norme și reguli de conduită.

Nu toate familiile își înțeleg rolul în același mod. De aceea, diversitatea de „formule” familiale nu depinde numai de activitatea părinților, ci rezultă, de asemenea și din structura mediului. Toate preocupările,

frământările, ambițiile părinților au influențe asupra copilului, îl copleșesc, îl strivesc. Astfel, trăsătura de bază, care influențează personalitatea copilului, este calitatea legăturii dintre îngrijitor-copil.

Absența definitivă sau momentană, a unuia sau a altuia dintre acești membri se face resimțită în mod obligatoriu. De exemplu, unui bărbat care nu și-a cunoscut tatăl, îi vine foarte greu să-și îndeplinească sarcinile de tată.

Este foarte greu să dai ceea ce tu însuși nu ai primit.

Având în vedere că părintele este principalul manager al relației, el trebuie să asigure dezvoltarea acestor relații, în asemenea aspecte precum așteptările, cerințele și comportamentele, în concordanță cu dezvoltarea fizică și psihică a copilului. În îndeplinirea funcțiilor lor, îngrijitorii trebuie să țină cont de o serie de **abilități ale „îngrijitorului model”** și să evite cele mai frecvente greșeli.

Creșterea și educația copiilor, precum și ceea ce înseamnă „bun” pentru copil este foarte diferit. Astfel, înțelegerea rolului pe care îl au îngrijitorii în formarea și menținerea unui climat familial este esențială. În conformitate cu studiile din domeniu, un îngrijitor trebuie să posede un set de abilități extrem de necesare care sunt primordiale pentru crearea și menținerea unui climat familial pozitiv, orientat spre necesitățile copilului:

- 1. Abilitatea de a percepe copilul în mod realist.** Modul în care este perceput copilul are urmări asupra atitudinii și comportamentului. Cu cât părinții sunt capabili să perceapă mai realist și mai diferențiat, cu atât este mai mare șansa de a se apropia de el într-un mod adecvat nevoilor și potențialului său. De cele mai multe ori, așteptările îngrijitorilor, cu privire la comportamentul copiilor, îi împiedică să vadă calitățile reale pe care aceștia le posedă. În acest sens, de un real interes este modul în care este perceput copilul (percepere pozitivă sau negativă), deoarece îngrijitorul relaționează cu copilul în modul în care îl percepe. Astfel, copilul va simți atitudinea îngrijitorului și va reacționa față de aceasta, reieșind din modul cum a fost obișnuit să reacționeze, precum și reieșind din acele nevoi individuale pe care le are (experiențe traumatizante, nevoile specifice vârstei etc.) Atitudinea îngrijitorilor față de copil va influența părerea acestuia față de sine. Pe măsura ce timpul trece, se va percepe pe sine „bun”, „deștept”, „binecuvântat” sau „rău”, „prost” ori „blamat”, așa cum îl percepe îngrijitorul.
- 2. Abilitatea de a înțelege și satisface nevoile copilului.** Pentru ca un copil să se poată dezvolta fizic, emoțional, intelectual și social, trebuie să-i fie satisfăcute nevoile de hrană, îngrijire, stimulare, securitate și stabilitate, nevoia de a explora mediul înconjurător, nevoia de joacă și companie a altor copii, într-un cadru sigur. Îngrijitorii sunt cei care trebuie să satisfacă nevoile emoționale, nevoile de liniște, îngrijire și apropiere ale copilului. Prin comportamentul lor, îi transmit copilului că este normal ca ei să-i satisfacă nevoile de bază. Cererile nerealiste și o lipsă de recunoaștere și respect față de nevoile copilului sunt frecvent întâlnite în relație cu copilul. Este esențial să se înțeleagă faptul că nevoile copilului sunt o condiție de bază pentru starea lui de bine și, respectiv, nesatisfacerea acestora (de exemplu, nevoia de identitate și securitate) sunt cauze ale comportamentului problematic pe care acesta îl poate manifesta.
- 3. Abilitatea de a colabora cu copilul.** Așteptările realiste privind colaborarea cu copilul joacă un rol decisiv în dezvoltarea copilului, deoarece aceste așteptări pot stimula, provoca și confirma identitatea copilului. Cu toate acestea, uneori, ele pot fi prea mari sau prea mici și, în consecință, pot conduce la sentimente de insatisfacție sau lipsa de dorință de a realiza sarcini și de a urma regulile stabilite în familie. Abilitatea de a colabora depinde de cunoștințele despre copil (în special despre trecutul traumatizant al acestuia), așteptările și condițiile în care acesta trăiește.
- 4. Abilitatea de a interacționa pozitiv cu copilul și a petrece timp individual cu acesta.** Este hotărâtor pentru copil ca îngrijitorii să fie capabili să se angajeze pozitiv în relația cu el, în dezvoltarea, învățarea, jocul, tristețea și bucuriile lui. Un angajament pozitiv este în concordanță cu nevoia copilului de îngrijire, de a i se răspunde, de a-l ajuta să înțeleagă limitele și regulile de comportament. Este important ca, într-un asemenea angajament pozitiv, îngrijitorii să-l accepte pe copil

așa cum este el și să ia inițiativa pentru stimularea copilului, fără a respinge sentimentele acestuia. În acest sens, Maurice Debesse, care și-a dedicat cercetările psihologiei copilului spunea că *cea mai bună cale de a crește un copil, constă în a ști să ne bucurăm de copilul nostru așa cum este el*. Lipsa unei asemenea abilități poate duce la un atașament nesecurizat, sau să împiedice dezvoltarea pe mai departe a copilului.

5. Abilitatea de a avea o relație înțelegătoare cu copilul. O relație înțelegătoare îngrijitor - copil presupune 2 abilități – cheie, pe care trebuie să le manifeste adultul:

- abilitatea de a deosebi sentimentele copilului (bucurie, tristețe, ură, supărare etc.) și cauzele care le pot provoca;
- abilitatea de a răspunde/ reacționa în funcție de sentimentele copilului.

Abilitatea îngrijitorilor de a se pune în locul copilului, înțelegerea modului în care acesta simte și trăiește situațiile este principală în crearea unei relații și, în final, a unui climat familial pozitiv. Înțelegerea comportamentului și a nevoilor copilului permite îngrijitorilor să presimtă și să anticipe corect reacțiile copilului în anumite situații, precum și să empatizeze suferințele, eșecurile, bucuriile și succesele acestuia.

Un îngrijitor nevrozat, iritat sau imatur poate avea însă efecte nefaste asupra înțelegerii comportamentului și nevoilor copilului, dar și a climatului familial precum:

- frică și neliniște permanentă care agravează relația și climatul familial creând o atmosferă de tensiune;
- conflicte frecvente datorate înțelegerii eronate a sensului și scopului pe care îl urmărește copilul;
- neîncrederea copilului în îngrijitor precum și nedorința de a împărtăși cu acesta informația sau chiar evitarea contactului;
- nesupunerea sau asumarea unei poziții opozante („nu vreau”, „nu...nu”, „lăsați-mă în pace”).

6. Abilitatea de a-și exprima și controla propria nemulțumire, frică. Această funcție depinde de căile prin care îngrijitorii se confruntă cu agresivitatea, precum și de felul în care aceasta se răsfânge asupra copilului. Este vorba, în același timp, de exprimarea verbală și fizică a nemulțumirii și cuprinde atât nemulțumirea provocată de copil, cât și de alți factori din viața lor. Este inevitabil ca un asemenea copil să-i nemulțumească pe îngrijitori. Cauzele care determină conflictele și nemulțumirile, atât din cadrul familiei, cât și din afara ei (de exemplu de la locul de muncă), se răsfânge asupra copilului și îl fac să se simtă frustrat.

3.1.2. Relațiile armonioase îngrijitor-copil

Frecvent, provocările în educația copiilor par să-i copleșească pe îngrijitori, mai ales, în situațiile când aceștia au fost martori sau victime ale unor experiențe abuzive, stresante sau chiar traumatizante. În asemenea condiții, este dificil să construiești o relație pozitivă cu copilul, deoarece în această relație intervin nu doar calitățile și trăsăturile de caracter ale îngrijitorilor sau abilitățile lor de educație dar și consecințele comportamentului negativ din trecutul sau prezentul copilului, astfel, această misiune devine, cu adevărat, complexă și complicată.

Deseori, în asemenea situații, îngrijitorii, după multiple tentative de a redresa situațiile sau de a gestiona reacțiile emoționale, comportamentale ale copiilor (a se vedea capitolul II.4), ajung rapid fie la aplicarea unor metode umilitoare sau de pedeapsă, fie rămân descurajați, crezând că nimic din ce fac nu este bine/ potrivit. Cei mai mulți dintre noi devenim îngrijitori cu puține cunoștințe despre dezvoltarea copiilor și acționăm în acord cu instinctele și intuiția noastră sau cu experiențele din copilărie.

Îngrijitorii ar putea să construiască o relație sănătoasă cu copiii lor și să-i învețe tot ce aceștia au nevoie, fără să folosească pedepse fizice și umilitoare, prin aplicarea a două principii în toate interacțiunile cu copiii, nu doar în situațiile provocatoare.

Cele 2 principii sunt:

1. oferirea de căldură și organizare în toate relațiile cu copilul;
2. căutarea unei soluții pentru rezolvarea problemei, și nu abordarea punitivă (pedepsirea) a conflictului.

Cele două principii sunt cărămizile care stau la baza unei relații sănătoase îngrijitor-copil și a unei educații pozitive.

Zilele îngrijitorilor sunt pline de încercări de a găsi moduri prin care să își determine copiii să facă ceva *acum*: să se încalțe *acum*, să își facă temele *acum*, să intre în casă *acum*, să înceteze să lovească *acum*. Când copiii nu fac ceea ce vrem noi să facă, nivelul de stres crește rapid. Când simțim și presiunea timpului, expunerea publică sau teama, nivelul nostru de stres crește și mai mult. Grijele din viața de zi cu zi pot contribui, de asemenea, la creșterea nivelului de stres. Acest lucru este foarte normal și i se întâmplă oricărui îngrijitor, dar, de fiecare dată când are loc, slăbește relația părinte - copil. Cu cât se întâmplă mai des, cu atât relația devine mai distantă.

Este important să recunoaștem că aceste situații se dezvoltă rapid, în cazul unor probleme minore/ de scurtă durată. Obiectivele noastre, în situațiile problematice minore, sunt diferite de obiectivele noastre pe termen lung. Provocarea o reprezintă capacitatea de a ne concentra pe obiectivele pe termen lung în situațiile problematice minore. Dacă putem face asta, aceste situații devin *oportunități* pentru a învăța copilul ceea ce dorim cu adevărat să-l învățăm.

Imaginați-vă că priviți lucrurile prin niște ochelari care au opțiunea de „mărire” și „micșorare” a situației. Când priviți cu opțiunea de „mărire” setată, vedeți doar situația problematică actuală, simțiți stresul și reacționați în acord cu nevoile dumneavoastră din acel moment. Dar când priviți cu opțiunea de „micșorare” setată, veți vedea întregul context.

Cel mai important pas pentru construirea unei relații sănătoase cu copilul este să îl cunoști și să te comporți pornind de la ideea că fiecare situație îl poate învăța ceva.

Situație exemplu:

Este o dimineață obișnuită acasă. Copilul se pregătește pentru școală și este pe cale să întârzie. Copilul este lent și dumneavoastră observați doar timpul care se scurge. Astfel, îi reamintiți să se grăbească, dar el nu mărește viteza. Continuați să îi spuneți copilului să se grăbească, dar el pare că se mișcă din ce în ce mai încet. În vocea dumneavoastră se simte furia și începeți să vă plimbați prin casă, spunându-i că dacă veți întârzia, veți avea probleme la serviciu.

În această situație, poate aveți următoarele gânduri: „Știu că poate fi gata. Face asta intenționat, ca să mă facă să întârzie” sau poate vă gândiți: „De ce nu mă ascultă? Trebuie să îl fac să mă asculte” sau „Nu îmi poate face una ca asta. Îi voi arăta eu cine este șeful”.

Unii îngrijitori în această situație pot începe să strige sau să amenințe. Ei vor spune lucruri de genul: „Dacă nu ești gata în 2 minute, voi pleca fără tine” sau „De ce îmi faci mereu asta?” sau „De ce nu înveți niciodată?”. Astfel, ei vor amenința copilul cu pedeapsa sau cu interzicerea unui obiect care îi este drag copilului. Unii pot zdruncina copilul, îl pot lovi sau îl pot jigni etichetându-l, ca de exemplu „prost”.

Putem observa că și copilul devine stresat și speriat de furia și de amenințările îngrijitorului său. Copiii se pot simți răniți și triști dacă sunt etichetați. Pedepsele îi pot face să se simtă nedoriți și neubiți.

Doi oameni panicați NU sunt capabili să găsească o soluție constructivă pentru rezolvarea problemei.

Finalul probabil al acestui scenariu este că copilul ajunge la școală, fără un zâmbet sau o îmbrățișare de rămas bun. Copilul are probleme de concentrare în timpul orelor, se simte nedorit, respins și abandonat. Profesorul poate deveni frustrat pentru că el nu ascultă. Copilul își poate reaminti că i s-a spus că este „prost” chiar înaintea unui test sau se poate simți revoltat/ iritat

3.1.3. Tipuri de medii familiale și stilul intercomunicării familiale

Fiecare familie are un comportament specific al fiecărui membru. Cercetările autohtone asupra familiei care educă copii (în special adolescenți), din perspectiva convingerilor și relațiile partenerilor de familie, demonstrează că există anumite tipuri de familii care își construiesc relațiile, bazându-se pe o serie de obiceiuri și comportamente similare precum:

1. **Familia patriarhală.** Aici domină, de regulă, tatăl. Acest tip de familie se întâlnește mai ales în localitățile rurale, fiind tradițional în Moldova, unde capul familiei este bărbatul care domină, dar nu este agresiv și despot, ci rațional și practic. Deciziile se iau unipersonal, nu se discută, dar sunt explicate și argumentate. Relațiile sunt stabile, calme, de dominare, prevalează un stil de dirijare riguroasă. Comportamentul, ordinea și strictețea, odată stabilite în familie, se respectă de către toți membrii. Soțul și soția reprezintă un tot întreg, manifestând un comportament axat pe „noi”, care se transmite de la capul familiei spre ceilalți membri. Principiile stricte și unice de educație a copiilor contribuie la formarea unor personalități volitive, echilibrate și valoroase din punct de vedere social, însă, foarte rar, în asemenea familii copiii care au avut experiențe traumatizante se simt bine.
2. **Familia „egalitate”** se caracterizează printr-un echilibru psihologic, moral și material. Obligațiile și funcțiile soților sunt echilibrate: ambii participă la educația copiilor și la conducerea gospodăriei. Deciziile sunt luate la „sfatul” familiei, predomină relațiile armonioase, de colaborare, un stil axat pe angajarea tuturor membrilor în chestiunile familiei. Climatul este cordial, binevoitor. Conflictele au un caracter constructiv. Copiii se dezvoltă normal, dispun de independență, posedă spirit creativ, voință. Adolescenții din acest tip de familii, în general, sunt pregătiți pentru viața de familie, nu au dificultăți în autodeterminarea profesională și socială.
3. **Familia de tip despot.** În cadrul ei stabilitatea relațiilor se menține prin exteriorizarea emoțiilor negative, aici prevalează stilul comunicării distante. De obicei, „conduce” unul, cerând de la toți ceilalți supunere indiscutabilă. În relații apar conflicte de disperare, care pot fi urmate de reacții și izbucniri emoționale sau de izolare din partea copiilor, în special adolescenților. Scopurile familiei sânt stabilite doar conform exigențelor și prescripțiilor „conducătorului”.
4. **Familia „bastion”.** La baza acestei familii stau reprezentările negative despre intențiile periculoase ale tuturor (sau ale majorității) oamenilor din afara ei. Aici emoțiile negative se revarsă asupra persoanelor din exterior. Ambii soți acționează foarte unit și coordonat „împotriva” mediului exterior. Se întâlnesc familii de acest tip în care un părinte e foarte autoritar, iar altul, dimpotrivă, este prea indulgent sau tutelează excesiv copiii. Atmosfera din familie și educația prea severă din partea unui părinte, îmbinată cu tutelarea din partea celuilalt, provoacă la copil neîncredere în forțele proprii, lipsă de inițiativă, reacții nevrotice de protest, încăpățănare și negativism, în relațiile stabilite predominând conflictul de atracție-frică și de disperare.
5. **Familia „vulcan”.** Relațiile în acest tip de familie sunt foarte instabile: de la cele permissive, de tutelare, de alintare – la cele cu un înalt grad de exigență, predominând spontaneitatea. La prima vedere, acest tip de familie pare pozitiv, însă „erupțiile” de supărare, de ură, deși slăbesc încordarea, complică mult starea generală a climatului familial. Copiii suportă mari încărcături emoționale, devin vulnerabili, fricoși, anxioși și nervoși. În relații se observă toate tipurile de conflicte, dar intensitatea și forța ciocnirilor oscilează de la cele neînsemnate până la izbucniri cu adevărat „vulcanice”.
6. **Familia „teatru”.** Astfel de familii își păstrează stabilitatea prin intermediul modului de viață teatralizat. Membrii familiei joacă anumite roluri sau „montează” un „spectacol” în ansamblu, ceea ce

le permite „înscenarea” bunăstării relațiilor familiale. În realitate însă educația copiilor este lăsată numai pe seama instituțiilor respective – grădiniță, școală. Contactul cu copiii este înlocuit prin procurarea excesivă a bunurilor materiale (jucării, haine etc.). Membrii familiei își îndeplinesc obligațiunile formal, relațiile interpersonale oscilează de la cordiale la indiferente, de la dorința de a domina la cea de indiferență. În relațiile cu copiii, aprobările și dezaprobările se fac rapid și tot rapid se uită; lipsesc cerințele unice, de aceea copiii se dezvoltă, de obicei, cu anumite trăsături nefavorabile de caracter (negativism, pesimism etc.).

Aceste tipuri de relații pe care le stabilesc partenerii în cadrul familiei creează o anumită obișnuință de a se comporta atât între parteneri, cât și în raport cu copilul care se adaptează și reacționează la acest mod de relaționale reieșind din vârsta și abilitățile pe care le posedă.

3.1.4. Impactul climatului familial asupra formării personalității copilului. Adaptarea mediului familial la necesitățile copilului

În funcție de caracteristicile mediului și ai membrilor unei familii, se poate diferenția *climatul familial favorabil/stabil* și *climatul nefavorabil/instabil*. Atunci când analizăm efectele pe care le are climatul familial asupra copilului, putem afirma, cu siguranță, că un anumit comportament al copilului este „oglină” aceluși climat familial în care acesta a locuit și s-a dezvoltat

Tabelul 4. Caracteristicile și efectele climatului familial asupra copilului

Climatul familial favorabil:	Efectele asupra personalității copilului:
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> este bazat pe o anumită constantă a vieții de familie, pe respectarea fermă a unor principii/ reguli și norme de viață, de activitate; <input type="checkbox"/> în casă există tradiții și obiceiuri care sunt adecvate comunității, care creează ocazii pentru petrecerea împreună a timpului liber; <input type="checkbox"/> regulile care se respectă în familie sunt înțelese de majoritatea membrilor; <input type="checkbox"/> orice schimbare, care are loc sau se planifică, se realizează cu implicarea membrilor și deciziile sunt luate de comun; <input type="checkbox"/> copilul apelează la ajutor, în caz de necesitate, la membrii familiei, pentru că are siguranța că va primi sprijinul necesar; <input type="checkbox"/> îngrijitorii înlocuiesc pedepse cu disciplinarea pozitivă, înțelegând nevoile specifice ale copilului. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> dezvoltă un sentiment de siguranță și încredere în forțele proprii, precum și înțelegerea de la cine poate solicita ajutor, în caz de necesitate; <input type="checkbox"/> relaționează cu ceilalți membri ai familiei, în modul cum se relaționează cu el; <input type="checkbox"/> caută sprijin în interiorul familiei și, doar la necesitate, apelează la ajutor din exterior (de exemplu: școală, biserică etc.); <input type="checkbox"/> în pofida conflictelor și/ sau neînțelegerilor, își exprimă adecvat vârstei nemulțumirile și stările emoționale; <input type="checkbox"/> are mai multă încredere într-un viitor pozitiv pentru el/ea și știe ce trebuie să întreprindă pentru a-și realiza scopurile în viață.
Climatul familial nefavorabil:	Efectele asupra personalității copilului:
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> este caracterizat prin schimbări permanente ale modului de viață; <input type="checkbox"/> schimbarea neclară a regulilor și responsabilităților pe care membrii le au; <input type="checkbox"/> copilul caută frecvent ajutor în afara mediului familial, nefiind sigur că poate primi ajutor de la îngrijitor; 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> relaționează cu ceilalți membri ai familiei în modul cum se relaționează cu el; <input type="checkbox"/> este frecvent extrem de agitat sau precaut în comportament și utilizează agresivitatea ca modalitate de protecție față de ceilalți; <input type="checkbox"/> este neîncrezător în forțele proprii și nesigur în a-și exprima emoțiile;

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> există o neclaritate mare asupra modului luării deciziilor, iar membrii familiei, de obicei, sunt doar informați despre ce trebuie să facă, fără a li se argumenta motivul sau cauza. | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> are frici neexplicabile și are un sentiment de nesiguranță permanentă; <input type="checkbox"/> greu stabilește contacte și prietenii de lungă durată; <input type="checkbox"/> are dificultăți în a se separa de o persoană dragă. |
|--|--|

De asemenea, putem deosebi climatul familial și în dependență de gradul de libertate de acțiune acordată copilului:

Climatul familial restrictiv:

- se înăbușă spiritul de independență al copilului și nu-i permite să facă alegeri și să-și asume responsabilități;
- se consideră copilul, în permanență „nepregătit”, chiar și pentru cele mai mici decizii;
- frecvent se utilizează sau chiar se impun reguli neclare și abuzive, care încalcă drepturile copilului (spre exemplu: nu este hrănit sau i se retrag lucrurile personale).

Climatul familial înțelegător:

- se înțelege nevoile copilului;
- se dezvoltă inițiativele copilului;
- se oferă copilului posibilitatea de a alege, ținând cont de limitele vârstei.

Nu se poate vorbi despre un climat familial pozitiv decât în condițiile înțelegerii copilului ca persoană ce are nevoie de considerație și recunoaștere, de dragoste, îndrumare, sprijin și respect. Securitatea afectivă, armonia, jocul rolurilor în familie, nivelul de integrare a familiei în viața socială constituie factori ce contribuie la asigurarea unui climat familial înalt calitativ.

Tipul de relații familiale și comportamentul fiecăruia dintre membri contează mai mult decât prezența sau absența unuia dintre părinți sau a fraților, un rol important avându-l și flexibilitatea familiei. Climatul afectiv este o condiție a îndeplinirii succesului acțiunilor educative exercitate de către părinți/ îngrijitori.

Acceptarea copilului de către părinți/ îngrijitori aduce beneficii la nivelul comportamentului social al acestuia. Facilitează interacțiunile pozitive, încrederea în sine, comunicarea eficientă, integrarea mult mai ușoară în grupuri, manifestarea unor comportamente sociale adecvate în toate împrejurările.

Spre deosebire de copiii acceptați de părinți/ îngrijitori, cei care simt respingerea acestora se caracterizează prin instabilitate afectivă, iritabilitate, lipsă de interes pentru școală etc. Mai mult, acești copii manifestă, frecvent, comportamente agresive, revoltă, ostilitate, înclinație spre vagabondaj și furt.

Un copil, care a locuit într-un climat familial în care era hiperprotejat, poate conduce în timp la construirea unei personalități slabe, lipsită de inițiativă, pasivă, dezorientată și fără abilități proprii de înțâmpinare și abordare a eventualelor obstacole ale vieții. De asemenea, un astfel de climat poate favoriza apariția îngâmării, egoismului, individualismului și disprețului celor din jur.

La rândul său, o relație creată univoc, cu multă severitate va determina construirea unei personalități, frecvent depresive, fie irascibilă, răutăcioasă, răzbunătoare, rigidă. Atitudine de dispreț față de copil va favoriza instalarea neîncrederii în sine și formarea complexelor de inferioritate, cu consecințe nefaste asupra adaptării și integrării, mai întâi, în activitatea școlară, iar mai târziu, în viața socială.

Din punct de vedere psihologic, este considerată ca fiind cea mai potrivită relația în care îngrijitorii au reguli similare și raționale, în raport cu copilul. Evident, nu se poate pretinde o sincronizare perfectă, firile îngrijitorilor fiind diferite, însă o corelare cât mai strânsă, obținută prin efort și comunicare deschisă, se impune cu necesitate. Discordanța comportamentală a îngrijitorilor în relația cu copilul se poate manifesta în două forme: mama hiperprotectoare și tatăl exigent sau mama hiperexigentă și tatăl hipertolerant.

În aceste situații, copiii pot manifesta un mod specific de relaționare cu fiecare dintre îngrijitori: afecțiune și atracție față de unul, indiferență, răceală sau chiar apatie față de celălalt. Aceste relaționări induc la copil anumite tensiuni și nemulțumiri, neclarități, care, în anumite situații, pot răbufni într-un conflict deschis între îngrijitori și copii.

Influența imaginii parentale asupra formării personalității copilului se poate realiza în două forme:

- a. **apropiere**, influențând dezvoltarea personalității copilului în direcția descoperirii și identificării cu modelul parental. Modelul parental ideal se caracterizează printr-un nivel înalt de organizare și coeziune, echilibru, nivel înalt de adaptare și integrare, cadru relațional optim, afecțiune, sprijin, colaborare, cooperare etc.
- b. **contradicție**, impulsionând dezvoltarea personalității copilului în direcția îndepărtării sau negării modelului parental prin:
 - opunere pozitivă – copilul tinde să depășească valoric imaginea și statutul părinților;
 - opunere negativă – copilul tinde să anuleze statutul părinților.

Ceea ce oferă familiei un caracter unic și face ca un copil să se bucure, fără vreo condiție prealabilă, de acea atenție, acea considerație, acel devotament de fiecare clipă, este tocmai dependența totală a copilului de familie. De aceea, cheia modului nostru de a vedea, de a simți, de a intra în relație cu alte persoane, poate fi găsită în particularitățile contactului nostru cu cei care au alcătuit familia noastră.

Studiu de caz:

Mihai, are 17 ani și, mai mult de 5 ani din viața sa, a trăit într-o familie de APP. În familia sa de origine, Mihai a fost martor și victimă al abuzului psihologic și fizic. La vârsta de 5 ani, fiind în familia sa biologică, a început să fie martor al violenței domestice față de mama sa. Mihai, frecvent, era speriat și chiar încerca să oprească această violență, dar aproape niciodată nu reușea, și deseori era agresat și el.

După ceva timp, mama sa a decedat, iar aflarea în familie a devenit extrem de periculoasă și Mihai a fost plasat într-o altă familie. În această familie, el niciodată nu a mai fost martor a oricărei violențe, mai cu seamă a devenit mai liniștit și, chiar dacă devenea agitat sau nemulțumit, avea odaia sa unde putea oricând să se retragă și să se gândească (Mihai o numea „camera cu gânduri bune”). În aceea cameră, a putut să-și aranjeze lucrurile așa cum n-a putut niciodată să o facă. Acum, ajuns la majorat, Mihai este ferm convins că violența este „unealta celor slabi” deoarece asta a învățat de la familia de APP.

Argumentele și comunicarea sinceră, deschisă este cea mai bună metodă de a face o familie să fie caldă și primitoare.

De multe ori, Mihai spune: „Bunătatea acestei familii m-a convins că este posibil să crești un copil numai cu dragoste și răbdare, așa voi face și eu cu copiii mei când mă voi căsători...”

Crearea și adaptarea mediului familial este o provocare foarte mare pentru îngrijitorii de astăzi și presupune nu doar nevoia de a avea suficiente resurse financiare, dar și voință pentru a realiza o schimbare (uneori radicală), pentru a răspunde nevoilor specifice ale copiilor. Adaptarea mediului familial este o provocare cu atât mai mare, cu cât nevoile și trecutul traumatizant al copilului este neclar, dar și cu cât majoritatea membrilor familiei nu sunt pregătiți și dispuși să facă o schimbare.

Pentru a înțelege ce aspecte din mediul familial trebuie adaptate, este important ca îngrijitorii să aibă răspunsuri la următoarele întrebări:

- Care este trecutul (atât pozitiv cât și negativ) al copilului?

- Care a fost stilul de educație cu care copilul a fost obișnuit?
- Ce așteptări are copilul de la viața de familie și cum înțelege el noțiunea de „familie”?
- Care sunt dificultățile specifice ale copilului în ceea ce ține de starea de sănătate și dezvoltare? Are anumite probleme de sănătate care necesită respectarea anumitor reguli speciale (dietă, sensibilitate la anumite produse)? Are copilul anumite rețineri în dezvoltare și care este specificul de manifestare al acestora în comportamentul copilului?
- Cât timp a fost expus copilul unor tratamente negative și ce amprentă au lăsat acestea asupra copilului? (a se vedea capitolul II.4.)

Toate aceste întrebări pot ajuta îngrijitorii să-și formeze o părere cât mai realistă despre copil, dar și să ofere idei și acțiuni care trebuie întreprinse imediat după venirea copilului.

Studiu de caz:

Victoria are 13 ani și timp de 2 ani, împreună cu fratele său Igor (9 ani), locuiește cu alți 2 copii într-o Casă de Copii de tip Familial. Când Victoria venise în familie, unde locuiau doar băieți, Victoria nu știa și nu avea dorință de a petrece timpul în afara școlii cu băieții din casă, dar nici să inițieze contact cu aceștia. Frecvent, apăreau conflicte legate de faptul că Victoria nu dorea să participe la activități împreună cu alți băieți, iar îngrijitorii nu înțelegeau cum s-o ajute să se simtă mai bine.

După mai multe tentative de a înțelege comportamentul Victoriei, îngrijitorii au apelat la psihologul școlii, care i-a ajutat să descopere că Victoria, fiind în familia de origine, a fost victimă a abuzului sexual din partea tatălui și a altor băieți din comunitate.

După această descoperire, Victoria a urmat o serie de sesiuni de consiliere psihologică iar îngrijitorii au stabilit, de comun acord cu băieții, reguli de comunicare și comportament cu Victoria. După circa 2 luni, Victoria a început să manifeste deschidere pentru a petrece timpul și cu frații, și, în special, s-a atașat de mama-educator din CCTF care i-a devenit „ghid” în comunicarea și relațiile cu băieții. Săptămânal, Victoria are discuții sincere cu „mama”, prin care încearcă să înțeleagă mai bine comportamentul băieților și posibilele riscuri.

Principii pentru îngrijitori în crearea mediului familial pozitiv:

- Oferiți copilului un sentiment de securitate (reguli clare stabilite împreună cu el/ea, spațiu și obiecte personale, regim stabilit de comun etc.).
- Interesați-vă de activitățile copilului, chiar dacă nu le considerați utile.
- Spuneți-i copilului că este dorit și apreciat.
- Evitați amenințările, pedepsele fizice.
- Oferiți posibilitatea să-și asume responsabilitatea pentru propriul comportament.
- Obișnuiți-vă să rămâneți calm și să nu vă șocheze manifestările instinctuale (agresivitate, plâns etc.) ale copilului.
- Fiți înțelegător și evitați conflictele.
- Evitați să-l faceți pe copil să se simtă inferior.
- Respectați sentimentele copilului.
- Răspundeți cu interes la întrebările copilului.
- Ajutați copilul să depășească dificultățile, fără să-l considerați anormal.
- Oferiți posibilitatea de a greși, pentru a învăța din experiențele cotidiene.

Mediul instituțional și mediul familial

Efectele instituționalizării (plasarea în școală de tip - internat, casă de copii etc.) sau separării de familia biologică pot varia de la caz la caz, în funcție de următorii factori: modul în care adulții din instituție reacționează față de copil, mediul înconjurător, personalitatea copilului.

De aceea, copiii diferiți răspund în mod diferit. Fiecare copil are necesități proprii, diferite de ale celorlalți copii.

Cele mai frecvente efecte ale instituționalizării copiilor sunt:

- lipsa încrederii;
- timiditate;
- agresivitate;
- hiperactivitate;
- comportament dificil;
- afecțiuni pentru toată lumea;
- lipsa cunoașterii de sine;
- întârziere în dezvoltarea fizică și psihică;
- dificultate în a relaționa cu alți copii;
- tendințe agresive față de convârșnici.

Aceste dificultăți pot persista pe durata întregii vieți, în cazul în care, copilului a trecut printr-o astfel de experiență. Unele studii însă, au arătat că aceste dificultăți pot fi depășite.

Este foarte important ca un copil să poată dezvolta relații de atașament (a se vedea capitolul II.3.) Nu este suficient ca un copil și un adult să fie împreună, ci este absolut necesar ca adultul să-și arate, în mod clar și deschis, sentimentele sale pozitive față de copil. Cu timpul, copilul va răspunde la aceste sentimente în mod similar. Devotamentul și angajarea adulților în relația cu copilul sunt esențiale. Un copil care s-a atașat sigur de un adult, se simte confortabil, în mediul în care se află, și este, în general, mai curios, mai interesat, mai cooperant și mai prietenos cu ceilalți copii. Pentru copiii din instituție, mediul nu le va da automat stimularea, așa cum se întâmplă în familie.

Tabelul 5. Efectele instituționalizării

În familie	În mediul instituțional
Copilul are acces în diferite încăperi, poate păstra obiecte personale și poate avea acces la bunurile comune.	Copilul are acces limitat la un salon. Accesul la bunuri este interzis sau limitat.
Zgomotele casei și ale familiei.	Tăcerea goală, ușa închisă.
Poate fi îmbrățișat atunci când este potrivit.	Contactele personale sunt limitate sau chiar absente. Predomină o „răceală emoțională”.
Are posibilități multiple de joacă sau alte activități, conform preferințelor și abilităților.	Posibilitățile de joacă (jucării persoane) sunt limitate.
Are posibilitatea de a forma relații naturale cu semenii în baza intereselor.	Este obligat să relaționeze cu semenii, cu dificultăți similare, și să prezinte mai multe comportamente problematice.
Are sentimentul că aparține unei familii.	Nu este conștient de sentimentul de apartenență (multe infirmiere).

Dezvoltă conceptul „al meu”.	Nu are nimic personal
Își poate sărbători ziua de naștere (alte evenimente importante), într-un mod propriu și își manifestă individualitatea .	Evenimente la care participă au un caracter colectiv „pentru toți”.
Beneficiază de multiple relații și roluri „frate”, copil, elev, vecin, etc.	Beneficiază preponderent de rolul „beneficiar”, „sărman”, „cel mai trist ca noi”.

Așadar, mediul familial se deosebește, semnificativ, de mediul instituțional și oferă copilului multiple posibilități de creștere, dezvoltare și integrare în societate.

3.1.5. Susținerea copilului pentru schimbări majore. Contactul cu familia biologică sau schimbarea „familiei”

Creșterea copiilor în familie este un proces complex, iar succesul acestuia depinde de modul în care îngrijitorii și profesioniștii reușesc să pregătească copiii pentru depășirea situațiilor care au determinat separarea lor și a consecințelor acestora.

Schimbările majore în viața unui copil pot fi diverse, precum:

- nevoia de a părăsi familia actuală;
- schimbarea locului de trai;
- schimbarea instituției de învățământ;
- contactul cu familia biologică sau extinsă; atât reluarea legăturilor cu unii membri, cât și crearea legăturilor cu membrii acestora, în cazul când acestea au lipsit;
- reintegrarea în familia biologică sau extinsă.

Orice contact cu familia biologică/ extinsă sau schimbare semnificativă (în special în cazul reintegrării în familia biologică/ adoptivă etc.) în viața unui copil, în special, în cazul când acesta a avut și experiențe traumatizante, trebuie să urmeze următoarele **principii**:

- ◆ Modalitatea de a anunța schimbarea trebuie să fie consultată cu un specialist (psiholog, asistent social etc.) sau persoane care cunosc foarte bine copilul, pentru a evita reacții sau comportamente nedorite sau pentru a evita retraumatizarea.
- ◆ Schimbarea trebuie anunțată din timp (cel puțin o lună înainte ca această să aibă loc).
- ◆ Copilul trebuie să afle cât mai multe informații despre schimbare și condițiile în care urmează să plece. În special, dacă are frici sau experiențe de abuz și/ sau neglijență.
- ◆ Sprijinul și suportul emoțional necesar trebuie să fie accesibil copilului, în orice moment, după anunțarea schimbării majore.

Facilitarea întâlnirilor copil - familie

Reluarea legăturilor cu familia este importantă, dar trebuie să aibă loc doar în condițiile când aceasta oferă copilului siguranță și stabilitate, precum și previne angajarea acestuia în reacții emoționale și de comportament problematic.

Întâlnirile propriu-zise între copil și familie sunt organizate și mediate/ supravegheate de specialiști sau persoane care cunosc particularitățile emoționale și de comportament ale copilului.

Întâlnirile se pot organiza în locuri unde copilul se simte confortabil, într-o cameră special amenajată sau la domiciliul familiei, precum și în alte locuri adecvate. Locul ales pentru desfășurarea întâlnirii trebuie să fie firesc și mai puțin restrictiv, cu condiția să fie asigurată siguranța copilului. O dată cu evoluția relațiilor dintre copil și familie, întâlnirile în locuri neutre (cabinet, sală) vor fi, treptat, înlocuite cu vizitele acasă, cu sfârșituri de săptămâna petrecute în familie. Șederile peste noapte vor fi posibile atunci când exista certi-

tudinea că se poate asigura securitatea copilului în noul mediu familial.

La prima întâlnire copil - familie, este obligatorie prezența unui profesionist (asistent social, psiholog) pentru a media discuțiile, pentru a-l ajuta pe copil și pentru a răspunde la întrebările suplimentare ale părinților/membrilor familiei extinse. Familia trebuie să beneficieze de intimitate la întâlnirea cu copilul, dacă siguranța acestuia din urmă este asigurată.

Prezența persoanelor importante pentru copil, la unele din întâlnirile copil - familie este esențială, pentru stimularea parteneriatului dintre profesioniști și părinți, cât și pentru reușita procesului de reintegrare/integrare.

Sugestii pentru organizarea, facilitarea întâlnirilor și contactului cu familia biologică/ extinsă:

Până la întâlnire
<ul style="list-style-type: none"> ✦ Asigurați-vă că întâlnirea între familie și copil este benefică pentru copil. ✦ Anunțați, cu cel puțin o săptămână înainte, despre o posibilă întâlnire. ✦ Oferiți posibilitatea de a comunica la telefon cu familia, ori de câte ori este nevoie. ✦ Consultați un specialist, dacă aveți dificultăți în a înțelege cum este cel mai bine să-i comunicați intenția de a contacta cu familia. ✦ Discutați cu familia biologică despre intenția de a vă întâlni și situația actuală a copilului. ✦ Asigurați-vă că membrii familiei știu ce NU trebuie să facă și ce trebuie să facă, pornind de la nevoile copilului.
În timpul întâlnirii
<ul style="list-style-type: none"> ✦ Fiți alături de copil, pe tot parcursul întâlnirii, (în special, când aceasta este prima după separare de familia biologică/ extinsă); la necesitate, consultați un specialist. ✦ În cazul când copilul evită comunicarea sau este rezistent, mențineți discuția pe un ton constructiv și axați-vă pe aspectele pozitive. ✦ Vorbiți despre succesele copilului și calitățile pe care acesta le manifestă, în diferite medii. ✦ Opriți discuția, dacă observați reacții emoționale negative ale copilului sau schimbați subiectul discuției. ✦ Încheiați discuția într-o manieră pozitivă și asigurați copilul că „totul este bine”.
După întâlnire
<ul style="list-style-type: none"> ✦ Lăudați și/ sau apreciați verbal copilul pentru faptul că a acceptat ca întâlnirea să aibă loc (de exemplu: „Mulțumesc că ai acceptat să vii și să vorbești, ești bravo și foarte puternic că ai făcut asta”). ✦ Propuneți să discutați cu copilul despre cum s-a simțit și ce crede despre întâlnire. Nu insistați, dacă copilul refuză. ✦ Asigurați-l că sunteți gata să vorbiți cu el când va simți nevoia. ✦ Reveniți cu aprecieri pozitive pentru comportamentul și acceptarea întâlnirii cu familia. ✦ Planificați discuții la telefon pentru stabilirea ulterioarelor întâlniri.

Sugestii pentru îngrijitori în menținerea unui climat familial favorabil:

- ✦ *Obțineți cât mai multă informație despre starea de bine a copilului (ce îl ajută să se simtă bine, de ce are nevoie?). În cazul când vă este dificil să obțineți această informație de la copil, apălați la persoane care cunosc copilul.*
- ✦ *Discutați cu toți membrii familiei despre necesitățile copilului și asigurați-vă că fiecare membru știe „ce trebuie să fie evitat” și cum este acceptat să se vorbească și să se comporte cu copilul. Reluați discuțiile ori de câte ori se manifestă abateri de regulile stabilite.*

- ✦ *Păstrați deschidere pentru discutarea regulilor și a obiceiurilor din casă.*
- ✦ *Obișnuiți-vă să apreciați inițiativa copilului.*
- ✦ *Discutați cât mai curând posibil cu copilul despre așteptările acestuia față de viața de familie și explicați care sunt obiceiurile și tradițiile din familie.*
- ✦ *Oferiți copilului timp pentru acomodare fizică și posibilitatea de a-și amenaja spațiul personal, așa cum consideră de cuviință.*
- ✦ *Fiți alături de el atunci când el vă solicită ajutorul sau dacă observați că întâmpină dificultăți în a găsi soluții la probleme.*
- ✦ *Pregătiți surprize simple și speciale pentru succesele pe care le realizează copilul. Încercați să-l apreciați prin cadouri simple, care nu solicită resurse financiare, pentru a demonstra aprecierea și atenția pentru succese.*
- ✦ *Oferiți, în fiecare dimineață sau înainte de un eveniment important pentru copil, o încurajare/ un îndemn simplu și pozitiv pentru a motiva o dispoziție bună (de exemplu: „să ai o zi reușită, te așteptăm la 14.00 acasă, după școală”, „o să te descurci, eu am încredere în tine”).*

Mesaje - cheie:

- ✘ În cadrul relațiilor îngrijitor - copil, climatul familial joacă un rol hotărâtor. Acesta cuprinde stări psihice, moduri de relaționare interpersonală, atitudini, nivel de satisfacție, etc. Climatul familial caracterizează familia, ca un grup social mic.
- ✘ O importanță deosebită, în relația îngrijitor - copil, o are componenta emoțională, respectiv „căldura” sau „răceala emoțională”, „răutatea” sau „bunătatea”, „duritatea” sau „gingășia” care îmbracă și colorează activitatea de îngrijire, comunicarea verbală și jocul cu copilul, raportul dintre toleranță, înțelegere, blândețe și intoleranță, insistență și severitate, în procesul zilnic de educație a copilului, precum și raportul dintre permisivitate și interdicție în reglarea tendințelor, trebuințelor și dorințelor copilului.
- ✘ Climatul familial poate fi favorabil sau nefavorabil. Acesta este ca un filtru între influențele educaționale exercitate de îngrijitori și obișnuințele copilului, trăsăturile de caracter ale copilului fiind influențate de trăsăturile pe care le are familia în care trăiește.
- ✘ Pentru a crea un mediu familial pozitiv, relația îngrijitor - copil trebuie să fie cât mai bine adaptată la individualitatea copilului și la specificul situațiilor în care copilul se află.
- ✘ Orice exces nu poate avea decât un efect negativ asupra formării personalității copilului.

Capitolul III.2. STILURILE DE EDUCAȚIE ȘI DISCIPLINAREA COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Diferențele dintre stilurile parentale de educație;
- ✓ Influența fiecărui stil de educație asupra dezvoltării copilului;
- ✓ Educația pozitivă;
- ✓ Strategiile de disciplinare aplicate corespunzător particularităților de vârstă;
- ✓ Prevenirea comportamentelor/ reacțiilor inadecvate ale copiilor prin disciplina pozitivă;
- ✓ Elaborarea/ formularea regulilor și limitelor conform educației pozitive.

3.2.1. Stiluri parentale de educație a copiilor

Fiecare îngrijitor vrea binele copilului. De la această dorință și până la materializarea ei, este de parcurs un drum lung în care acțiunile dumneavoastră pot contribui la realizarea acestei dorințe sau dimpotrivă.

La începutul relației dumneavoastră cu un copil se află o intenție pozitivă. Există o valoare în sine a intențiilor pozitive, dar când e vorba de un copil, pe care l-ați luat în îngrijire pentru un termen limitat, vă interesează foarte mult rezultatul final. Ce reprezintă acest bine pe care îl doriți pentru copil? Ceea ce faceți contribuie, cu adevărat, la binele lui? Cum arată binele în viziunea copilului?

Stilul de educație al familiei este modelul orientativ al acțiunilor educative.

Practic, fiecare familie are stilul său de educație. Se consideră că atmosfera familială, climatul familial, tehnicile de influență ale familiei se pot identifica cu stilul de educație. Stilul de educație este o expresie utilizată în mod rațional, vizând natura și caracteristicile raporturilor familiale, în cadrul cărora se realizează procesul educațional. Acesta este, în principal, dependent de stilul parental, cu care se și confundă de multe ori.

Stilul parental se referă la modul părinților de a acționa/ influența asupra copiilor și vizează ansamblul de practici comportamentale și emoționale pe care părinții le au față de copii.

Stilurile de educație se organizează în jurul a două elemente principale: *căldură* și *control*.

Căldura părintească se referă la capacitatea de a fi apropiat din punct de vedere afectiv de copil, de a fi atent la nevoile și emoțiile sale și de a-i demonstra acest lucru.

Controlul parental încorporează comportamentele de disciplină, precum obișnuirea copiilor să acționeze conform regulilor, setarea limitelor într-un mod consistent și emoțional neutru, având așteptări adecvate vârstei copilului și, în același timp, monitorizând toată gama de activități.

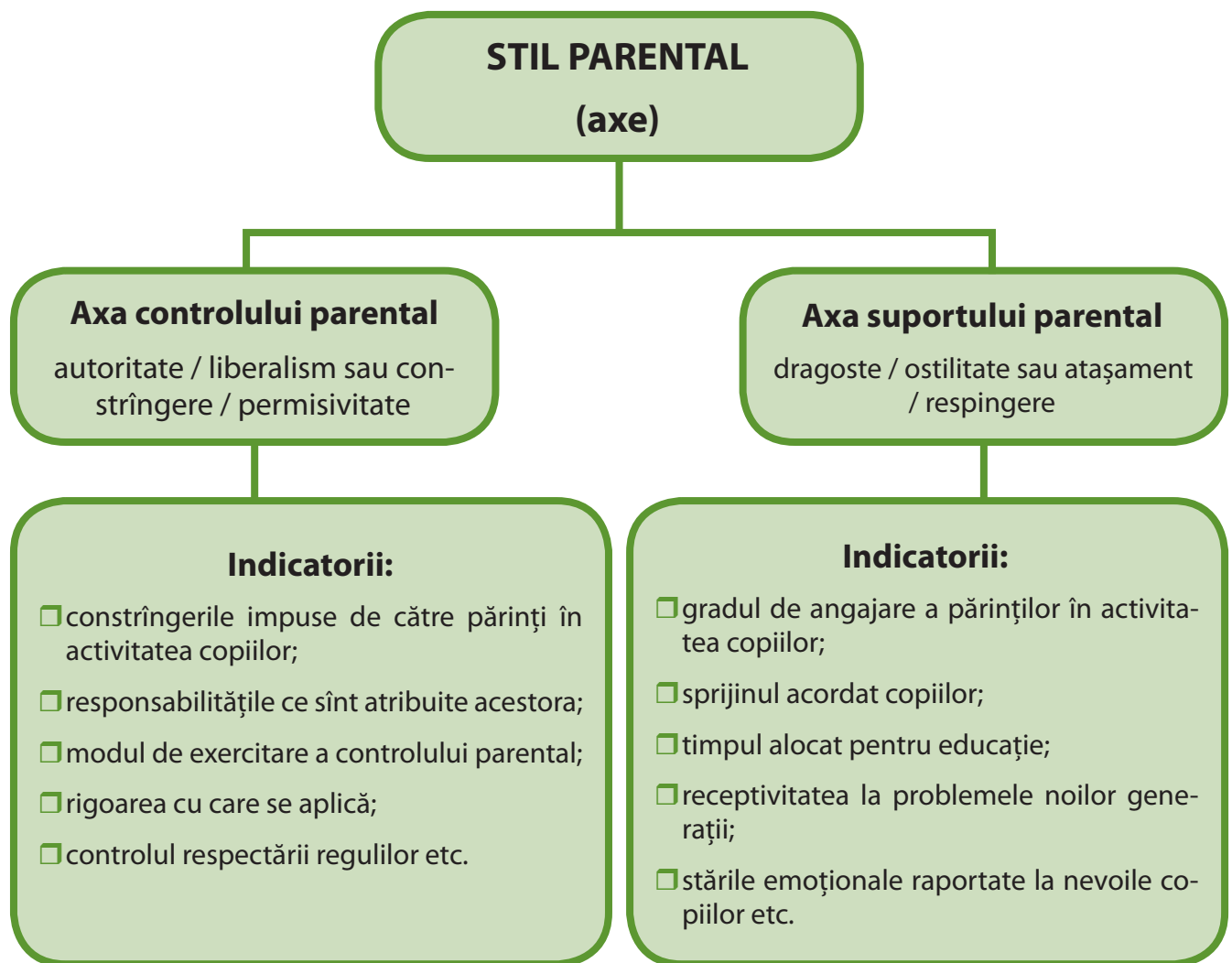


Figura 3. Axele stilurilor parentale

Combinarea acestor două elemente formează 3 stiluri de educație:

- A. Modelul *permisiv* se caracterizează prin nivelul scăzut al controlului, asociat identificării părintelui cu stările emoționale ale copilului. Acestuia îi sunt impuse puține norme de conduită și puține responsabilități, iar modul în care el răspunde așteptărilor parentale este supus unui control slab. Părinții/ îngrijitorii se străduiesc să înțeleagă și să răspundă nevoilor copilului. Ei acordă independență și libertate copilului, manifestă dragoste ridicată, dar limite scăzute. Părinții/ îngrijitorii utilizează explicația și negocierea pentru a obține acordul copilului. Părintele permisiv nu este abuziv sau ineficient, dar, datorită inconsecvenței (de exemplu, ora de culcare este 20, într-o zi și 22, într-o altă zi), modul său de abordare nu este eficient pe termen lung, întrucât copilul învață să-și manipuleze părintele/ îngrijitorul, iar părintele/ îngrijitorul. Astfel, se confundă agresivitatea copilului cu afirmarea sa. Părinții/ îngrijitorii nu se valorizează suficient.
- B. Modelul *autoritar* asociază un nivel înalt al controlului cu o slabă susținere a activității copilului; acestuia i se impun principii și reguli de conduită care nu pot fi încălcate. Autoritatea, tradiția, munca, ordinea, disciplina sunt valorile pe care părinții le transmit sistematic. Ei stabilesc limite și își controlează copiii, dar într-un mod afectiv și prietenos (de exemplu, „știi că n-ar fi trebuit să faci asta...”); stabilesc principii și reguli de conduită morală; transmit valori precum: muncă, autoritate, disciplină, ordine, tradiție etc.
- C. Modelul cu *autoritate* combină controlul sistematic, cu sprijin parental. Părinții formulează reguli și controlează respectarea lor, însă nu le impun. Sunt deschiși la schimburi verbale cu copiii, explicându-le raționamentele pentru care trebuie să respecte regulile și situațiile în care se aplică, stimulând totodată autonomia lor de gândire.

Studiu de caz:

Istoria mamei: O mamă povestește despre dificultatea de a-l face pe fiul său să vină acasă la timp. Ea povestește despre scuzele lui, despre promisiunile încălcate și ceasul stricat. Problema ei era una deosebită.

Istoria fiului: „Îmi place să mă joc după lecții în curtea școlii cu prietenii. Știu că trebuie să fiu acasă la 17.45, dar, uneori, uit. Ieri și alaltăieri am întârziat. Mama a fost așa mânioasă, încât azi am hotărât să întreb cât este ora de prietenul meu. Nu am vrut ca mama să strige din nou. Prietenul mi-a spus că este 18.15. Am încetat joaca și am alergat din toate puterile acasă. I-am explicat mamei că am întrebat ora de un prieten, doar că deja era prea târziu.”

- Prima reacție părintească.* „Am ascultat destule justificări de ale tale. Văd că acum nu pot avea încredere în tine. De data asta vei fi pedepsit. Următoarea săptămână, în fiecare zi, vei veni după lecții și vei sta acasă. Și nu crede că te vei putea uita la TV. Acum poți să pleci la tine-n odaie. Cina s-a terminat” (Stil autoritar, punitiv).
- A 2-a reacție părintească.* „O, dragule ai transpirat alergând. Stai să iau un prosop umed și să-ți șterg fața. Promite-mi că nu o să mai întârzi. Mă faci să mă simt tensionată când întârzi. Acum mergi și spăla-te pe mâini, căci cina se răcește...” (Stil permisiv).
- A 3-a reacție părintească.* „Îmi spui că ai făcut un efort și eu mă bucur să aud asta. Dar sunt totuși supărată. Nu vreau să mă îngrijorez din nou. Aștept să te ții de cuvânt și să fii acasă la 17.45. Noi am mâncat deja. Nu a mai rămas supă, dar dacă vrei, poți să-ți faci un sandwich” (Stil cu autoritate).

În funcție de modul în care părinții concep să-și disciplineze copiii, sunt descrise 5 categorii de părinți / stiluri parentale:

Tabelul 6. Avantajele și dezavantajele stilurilor parentale

Părintele autoritar	
<input type="checkbox"/> cere copilului să respecte cu strictețe, fără să comenteze, regulile existente; <input type="checkbox"/> filosofia de viață a acestuia: „Nimic nu este mai presus de lege.”; <input type="checkbox"/> nu consideră că este obligat să ofere explicații suplimentare, justificând prin expresii de genul: „De ce? Pentru că sunt mama/ tatăl tău! Nu se discută!”; <input type="checkbox"/> intenția copilului de a-și manifesta independența este interpretată ca o formă de rebeliune, fapt care reprezintă o sursă importantă a conflictelor; <input type="checkbox"/> este rece și detașat de copil, impunând respectul muncii și efortului.	
Avantaje	Dezavantaje
<input type="checkbox"/> copilul se obișnuiește să devină ordonat, disciplinat, respectuos față de cei de care îi este frică; <input type="checkbox"/> se dezvoltă spiritul critic al copilului; <input type="checkbox"/> copilul devine „perfectionist”.	<input type="checkbox"/> copilul va învăța foarte greu să devină sensibil la dorințele altora; <input type="checkbox"/> toată viața se va ghida de reguli stricte; <input type="checkbox"/> nu va ierta pe cei care greșesc; <input type="checkbox"/> va fi lipsit de inițiativă, de curaj și totdeauna nemulțumit, din teamă că va greși; <input type="checkbox"/> „a greși” este sinonim cu „a fi un ratat”; <input type="checkbox"/> stima de sine a copilului este diminuată.

Părintele indulgent	
<input type="checkbox"/> permite copilului să se manifeste cum vrea el, fără să-i impună multe restricții; <input type="checkbox"/> filosofia de viață a acestuia: „Copiii vor înflori singuri la timpul potrivit”; <input type="checkbox"/> pentru părinte, cea mai mare valoare – libertatea de expresie (verbală, artistică); <input type="checkbox"/> manifestă sensibilitate la drepturile altora, se consultă cu copilul atunci când ia o decizie; <input type="checkbox"/> manifestă căldură și interes față de tot ceea ce face copilul.	
Avantaje	Dezavantaje
<input type="checkbox"/> permite copilului să-și dezvolte o identitate proprie și să aibă o personalitate distinctă, marcantă, originală; <input type="checkbox"/> copilul se simte important, special, fapt ce determină creșterea stimei de sine; <input type="checkbox"/> se dezvoltă creativitatea și capacitatea de a lua decizii.	<input type="checkbox"/> copilul înțelege foarte greu rolul limitelor, al regulilor, de aceea, la nevoie, nu va ști să țină cont de ele; <input type="checkbox"/> poate fi considerat obraznic sau chiar copil „problemă”; <input type="checkbox"/> s-ar putea, curând, el „să ia controlul familiei”, în sensul că nu va mai face decât ce vrea el și nu va mai accepta sfaturi; <input type="checkbox"/> părintele se va simți „depășit”.
Părintele democratic (echilibrat)	
<input type="checkbox"/> îmbină controlul sistematic cu un nivel înalt al suportului parental; <input type="checkbox"/> formulează reguli și controlează respectarea lor, dar nu le impune; <input type="checkbox"/> este deschis în dialog cu copiii; <input type="checkbox"/> manifestă iubire, dar și limite, așteptări, dar nu cereri; <input type="checkbox"/> este suficient de indulgent, flexibil și deschis spre nou, pentru a putea accepta tot ce ar putea ameliora viața copilului și a familiei; <input type="checkbox"/> prezintă suficientă autoritate pentru a-i învăța pe copii să accepte reguli și să îndeplinească eficient sarcinile care li se dau; <input type="checkbox"/> este suficient de protector, pentru a oferi copilului securitatea de care are nevoie; <input type="checkbox"/> încurajează copilul să fie independent, respectându-i opiniile, interesele și personalitatea.	
Avantaje	Dezavantaje
<input type="checkbox"/> copilul își va dezvolta un echilibru emoțional, care va sta la baza dezvoltării armonioase a personalității; <input type="checkbox"/> copilul își va dezvolta deprinderi de comunicare eficientă, va manifesta creativitate, capacitate decizională, autonomie personală; <input type="checkbox"/> copilul va avea un nivel adecvat al stimei de sine; <input type="checkbox"/> va manifesta respect față de alții, va lua în considerare opinia celorlalți, va accepta observații; <input type="checkbox"/> independența care i se acordă, îl va ajuta să-și identifice propriile atitudini și să aleagă meseria care i se potrivește cel mai bine.	<input type="checkbox"/> copilul se va adapta cu greu stilului autoritar; <input type="checkbox"/> ar putea fi considerat „bleg”, pentru că nu va executa prompt sarcinile solicitate sau, dimpotrivă, „impertinent”, pentru că discută ordinele.

Părintele indiferent	
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> neglijează copilul, nu este preocupat de realizările lui; <input type="checkbox"/> nu manifestă frecvent trăiri emoționale pozitive pentru copil; <input type="checkbox"/> uneori lasă de înțeles că, un copil „este în plus”, „este o povară”, de care s-ar putea lipsi oricând; <input type="checkbox"/> filosofia de viață a acestuia: „În viață nu te poți baza pe nimeni altcineva decât pe tine însuși”. 	
Avantaje	Dezavantaje
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> lipsa afecțiunii îl face mai rezistent la greutățile vieții. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copilul învață că părerea lui nu contează prea mult, se simte lipsit de importanță; <input type="checkbox"/> își dezvoltă o stimă de sine redusă, poate deveni timorat și urmărit în permanență de un complex de inferioritate; <input type="checkbox"/> se va baza doar pe experiența lui de viață; <input type="checkbox"/> va fi mai rigid, mai apatic, mai insensibil la sentimentele și dorințele celorlalți.
Părintele protector	
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> este, aparent, un părinte model: extrem de atent la nevoile copilului, se dedică cu toată ființa meseriei de părinte; <input type="checkbox"/> prioritatea este de a oferi copilului securitate; <input type="checkbox"/> consideră că un copil este o ființă fragilă, care are nevoie, în permanență, de sprijin și protecție; <input type="checkbox"/> filosofia de viață a acestuia: „Nu tot ce zboară se mănâncă.” Își învață copilul să fie precaut și rezervat față de tot ceea ce vine din afara familiei; <input type="checkbox"/> hiperprotecția duce la îngrijorarea generalizată; <input type="checkbox"/> când apare o problemă, se grăbește să caute vinovații și să țină morală, ceea ce duce la scăderea eficienței rezolvării conflictului și a învățării unor reguli de disciplină; <input type="checkbox"/> acceptă greu situația în care copilul începe să-și dezvolte independența. 	
Avantaje	Dezavantaje
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copilul beneficiază de securitate, sprijin și protecție. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> copilul se simte sufocat și are tendința de a se îndepărta de părinte; <input type="checkbox"/> copilul consideră că este dificil să comunice direct cu părintele despre problemele personale, din teamă că acesta nu-l va înțelege; <input type="checkbox"/> copilul va învăța să ascundă informații, va avea o viață secretă, personală; <input type="checkbox"/> frustrarea, mânia va fi exprimată indirect, prin acte de răzbunare sau de sabotaj.

3.2.2. Specificul atitudinii materne și paterne

Relația mamă-copil

Mama este prima persoană cu care copilul stabilește o relație umană, este deosebit de important ca această relație să fie relaxantă și nu tensionantă. Faptul că, mai tâziu, copilul stabilește cu ceilalți din jur relații neadecvate, manifestate prin ostilitate, încăpăținare, agresiune sau, dimpotrivă, relații favorabile, cooperante, își are, în mare măsură, sorginte în natura relațiilor cu mama sa.

- Mama modelează sfera afectivă și intelectuală a copilului.
- Iubirea maternă este o susținere necondiționată a vieții copilului și o satisfacere necondiționată a nevoilor sale: pe de o parte - protecția, grija și responsabilitatea pentru copil, pe de altă parte - insuflarea dragostei de viață, formându-i sentimentul că e bine să trăiești, că e bine să fii un băiețel sau o fetiță.
- Mama este cea care formează în conștiința copilului sentimentul comuniunii sociale, cultivându-i ideea fundamentală că trăiești într-o lume în care nu este altceva decât un om între oameni. Sunt destui copii care, neprimind de la mamele lor această idee, ignoră faptul că au semeni. Printre aceștia se numără, îndeosebi, copiii orfani și copiii nelegitimi.
- Iubirea maternă presupune altruism, presupune capacitatea de a da tot, fără să dorești decât fericirea celui iubit. Mama încurajează echitatea, securitatea, simpatia, grija și ajutorul bazat pe relații.
- În comunicare, mama simplifică mesajele și vorbește la nivelul copilului și folosește un limbaj descriptiv.
- Atitudinile materne negative pot declanșa apariția unei largi game de boli, în plan somatic, psihic, psihosomatic; mama este o sursă de frustrări și carențe cu efect negativ. În raport cu tatăl, mama are un efect mult mai direct, mai important și imediat asupra dezvoltării copilului.

„O mamă trebuie să fie nu numai o „mamă bună”, ci și o persoană fericită. Dragostea de viață a mamei este la fel de contagioasă ca anxietatea ei. Ambele atitudini au un efect profund asupra întregii personalități a copilului.”

Erick Fromm

Se presupune că ar exista o relație între maniera în care mamele au perceput relația lor trecută cu părinții și relația lor afectivă cu propriii copii. În funcție de acesta, se evidențiază 3 categorii:

- „mame securizante” – colaborează eficient cu copiii lor, oferindu-le încurajări și indicații clare.
- „mame detașate, indiferente” – sunt mai puțin directive și manifestă puțină afectivitate.
- „mame preocupate de relația trecută” – se comportă într-un mod inadaptat, manifestând ambivalență în atitudine. Copiii lor prezintă tulburări de tipul: agresivitate, anxietate, tulburări psihosomatice, retard în dezvoltare.

Relația tată-copil

Tatăl contribuie substanțial la formarea stăpînirii de sine, a conștiinței și a conduitei morale a copilului, acesta fiind un mesager al universului extrafamilial și un punct de referință pentru comportamentul copilului.

- Tatăl are menirea de a echilibra relațiile din interiorul familiei, de a crea sentimentul de siguranță în grupul familial, de a conduce copilul către acceptarea regulilor educative și a normelor sociale, impunând respect și oferind numeroase modele de conduită în viață.
- Imaginea unui tată activ, întreprinzător, orientat spre succes, trezește dorința de a fi urmat. Atitudinea autoritară, brutalitatea și rigiditatea tatălui favorizează apariția neîncrederii în sine, considerată de unii autori drept model de orientare în viața socială.
- Tatăl este cel care ar trebui să dea o consistență morală educației și care, în momente-cheie, poate introduce conceptele de „nu”, „nu ai voie”, „sub nici o formă”. Dacă nu devin „sperietoare” pentru copii lor. Tații au șansa să transmită mesaje clare despre ceea ce este bine și ceea ce este rău, greșit sau corect, permis sau nepermis.

- Tatăl ar trebui să fie cel care, cu blândețe, dar și cu fermitate, pune limitele unei explorări a realității debordante și haotice, pe care o efectuează cei mici.
- Tatăl stabilește normele, el este cel care impune regulile, fiind un element important de control al comportamentului copiilor.
- Tatăl devine catalizator pentru copil, îl ajută să învețe să-și asume riscuri, să aibă inițiativă, să exploreze, să facă față obstacolelor, să se afirme ca personalitate. De exemplu, un „meci de fotbal” cu tatăl, pentru un copil preșcolar este un mod în care el se poate repera într-un mediu competitiv și securizant.
- Severitatea tatălui facilitează dezvoltarea agresivității copilului, în cazul dat doar frica de pedeapsă servește drept imbold al acțiunilor copilului.
- Efectele negative ale modelului patern se vor manifesta, mai târziu, în comportamentele și atitudinile copilului, în modelul personalității acestuia.

Notă pentru profesioniști:

- ❑ Studiile arată că băieții proveniți din familiile fără tată sau din care aceștia au lipsit timp îndelungat, în special, în perioada care vârstei 1-4 ani, sunt mai puțin siguri de masculinitatea lor și stabilesc mai puține relații cu semenii lor. Ei manifestă mai puțină încredere în sine, sunt mai puțin siguri de viitorul lor.
- ❑ S-a constatat, că nevrozele, astmul bronșic și comportamentul aberant se datorează influenței unei mame dominatoare, autoritare și a unui tată pasiv, subordonat.
- ❑ Tatăl reprezintă pentru fiică modelul unui bărbat, astfel că aspectele interrelației cu el sunt preluate și în viața adultă.

3.2.3. Educația pozitivă – disciplinarea pozitivă

Disciplina și educația copilului reprezintă cartea de vizită a oricărui părinte.

Educația pozitivă reprezintă:

- modalitatea prin care copiii pot fi crescuți fără violență și pedepse, în concordanță cu respectul pentru ei ca ființe umane, cu nevoi de protecție, suport și iubire necondiționată;
- modalitatea prin care părinții își mută atenția de pe obiectivele pe termen scurt („vreau să mă asculte acum”), către obiectivele pe termen lung („doresc ca, copilul meu să devină un adult autonom, responsabil și echilibrat, cu care eu să am o relație caldă și apropiată și peste 20 de ani”). Această schimbare îi ajută pe părinți să se gândească în fiecare moment: *Ce am făcut astăzi pentru a mă apropia de copilul meu? În ce fel faptul că l-am lovit sau am țipat la el îl învață pe copil să devină autonom, responsabil, echilibrat și apropiat de mine și peste 20 de ani?* Prin această metodă, părinții promovează soluțiile care îl învață pe copil autocontrolul și autodisciplina, pe care acesta și le va însuși chiar și atunci când părintele nu va fi în preajmă;
- comunicarea clară a limitelor și regulilor față de copil, astfel încât acesta să înțeleagă care sunt așteptările celor din jur față de comportamentul său, în diferite contexte de viață;
- învățarea acelor abilități care îl vor ajuta pe copil să facă față în situațiilor dificile: cum să își gestioneze emoțiile de frică, furie sau tristețe, cum să reacționeze când este agresat sau respins de alți copii, cum să accepte un refuz sau o invitație, cum să aplaneze un conflict, cum să negocieze, cum să-și construiască și să mențină o relație de prietenie, cum să facă față efortului și oboselii etc.;

- cunoașterea ritmului de dezvoltare a copilului, pentru a avea așteptări realiste de la el;
- raportarea la copil ca față de o persoană cu drepturi și nevoi, nu ca de o proprietate de care noi, maturii, dispunem după bunul plac;
- căldura în relația părinte-copil, dar și stabilirea unor limite, obiective pe termen lung, care să ne ghideze pașii zi de zi, înțelepciunea de a transforma orice situație cotidiană negativă/ provocatoare, într-o lecție de empatie, respect, înțelegere a nevoii care a creat acea situație. Orice părinte/ îngrijitor, trebuie să își pună permanent întrebarea: *în ce măsură, ceea ce voi face sau voi spune acum, ne ajută, pe mine și pe copil, să nu mai fim într-o astfel de situație?*

Notă pentru profesioniști:

Nici un copil nu va reuși să satisfacă așteptările părinților, fără certitudinea că este suficient de valoros și special pentru a face ceea ce și-a propus. Un copil certat, criticat, etichetat negativ își va identifica limitele și greșelile, fără a-și identifica și resursele, atuurile. Pentru a învăța despre sine că poate să reușească, copilul are nevoie de atenția și mesajele pozitive ale îngrijitorilor. Printr-o asemenea atitudine, copilul va avea încredere că va gestiona orice situație provocatoare, iar îngrijitorii vor avea certitudinea că acesta va folosi înțelept darurile pe care le-au sădit ani de zile în mintea și în sufletul său.

Disciplinarea copiilor reprezintă:

- unul dintre cele mai importante și mai dificile roluri pe care le are părintele/ îngrijitorul;
- cuvântul disciplină este înrudit cu cuvântul discipol și înseamnă *a învăța*, prin urmare, disciplinarea eficientă are drept reper de bază achiziția unor comportamente sănătoase;
- disciplinarea eficientă îl ajută pe copil să crească și să se dezvolte într-un mod echilibrat și sănătos, din punct de vedere emoțional și social;
- secretul disciplinării constă în concentrarea asupra tipurilor de comportament pe care *ar fi bine să le aibă* copilul;
- disciplinarea eficientă îl învață pe copil comportamente pozitive și nu este o metodă de „supunere” a copilului la regulile impuse de adult;
- disciplina este un program de ghidare, care ajută copilul să-și dezvolte autocontrolul, eficiența și scopurile.

Eficiența metodelor de disciplinare are următoarele caracteristici:

- sunt orientate spre învățarea asumării responsabilității și a rezolvării problemelor cu care se confruntă copilul. Aceasta presupune ca părinții să răspundă nevoilor copilului de a învăța să facă față cerințelor specifice vârstei, într-un mod care să nu afecteze formarea unei imagini de sine adecvate;
- presupun implicarea activă a copilului în procesul de învățare a unor comportamente, ceea ce va duce la autodisciplinare și îl va ajuta să facă față cu succes cerințelor sociale și de dezvoltare personală;
- copilul interiorizează regulile stabilite împreună cu părintele, fără a fi nevoie ca acesta să i le impună prin constrângeri exterioare sau să i le amintească de fiecare dată.

Tabelul 7. Diferențele dintre metodele de disciplinare și metodele bazate pe pedeapsă

Disciplina	Pedeapsa
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> implică drepturi egale și respect reciproc; <input type="checkbox"/> oferă posibilitatea de a lua decizii; <input type="checkbox"/> este asociată în mod logic, cu comportamentul neadecvat; <input type="checkbox"/> se adresează comportamentului, nu persoanei și nu implică judecata morală; <input type="checkbox"/> pune accent pe ceea ce ar trebui să facă copilul într-o anumită situație; <input type="checkbox"/> părinții transmit copilului că este acceptat și iubit, în pofida comportamentului inadecvat; <input type="checkbox"/> este un proces continuu; <input type="checkbox"/> dezvoltă autocontrolul; <input type="checkbox"/> dezvoltă capacitatea copilului de a gândi; <input type="checkbox"/> dezvoltă respectul de sine; <input type="checkbox"/> formează comportamentul adecvat. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> se exprimă prin puterea autorității; <input type="checkbox"/> copilul este forțat să adopte un anumit comportament; <input type="checkbox"/> este aplicată după bunul plac al părintelui; <input type="checkbox"/> are sens numai pentru adult; <input type="checkbox"/> nu are legătură logică cu comportamentul inadecvat; <input type="checkbox"/> se adresează persoanei, nu comportamentului; <input type="checkbox"/> se concentrează asupra comportamentelor anterioare, amintind copilului de greșelile făcute; <input type="checkbox"/> copilul este amenințat cu pierderea respectului sau a iubirii; <input type="checkbox"/> pune accent pe ceea ce nu trebuie să facă copilul; <input type="checkbox"/> insistă asupra respectării ordinelor; <input type="checkbox"/> poate încuraja comportamentul indezirabil, pentru a atrage atenția părinților.

Consecințele pedepsei ca metodă de disciplinare:

- copilul se comportă contrar așteptărilor;
- cei care pedepsesc nu respectă și nu au încredere în persoanele pe care le pedepsesc;
- pedeapsa fizică nu inhibă violența, ci, din contra, o dezvoltă;
- pedeapsa frustrează copilul și îi dă un model de imitat;
- copilul dezvoltă rezistența la pedeapsă;
- copilul preia un model agresiv de gândire și relaționare. Copiii ce au fost pedepsiți fizic întreprind mai multe acțiuni ostile, ca răspuns la comportamentul agresiv al celorlalți din jur; găsesc mai puține soluții pentru soluționarea problemelor și aleg variantele mai ostile;
- copilul poate învăța cum să evite orice vină pentru comportamentul avut. El primește pedeapsa și, astfel, își permite să facă orice. El ia pedeapsa ca pe o plată, pe care o plătește, dar poate face tot ce vrea. Prin urmare, copilul nu trebuie pedepsit și, astfel, simțul vinovăției (consecință naturală) îl va face să regrete.

Sugestii pentru îngrijitori în preluarea alternativelor la pedeapsă:

- ↪ Căutați nevoile și sentimente ascunse;
- ↪ Oferiți informații și explicații;
- ↪ Schimbați mediul;
- ↪ Găsiți alternative acceptabile;
- ↪ Arătați-i cum vreți să se comporte;
- ↪ Oferiți alegeri și nu dați ordine;

- ✚ Faceți mici concesii;
- ✚ Oferiți o perioadă de pregătire;
- ✚ Lăsați să apară consecințele naturale;
- ✚ Comunicați-le propriile dumneavoastră sentimente;
- ✚ Acționați când e necesar;
- ✚ Supravegheați copilul;
- ✚ Îndepărtați copilul de situații riscante;
- ✚ Jucați-vă împreună;
- ✚ Dezamorsați situația cu umor;
- ✚ Faceți un târg, negociați;
- ✚ Rezolvați reciproc conflictul;
- ✚ Revizuiți-vă așteptările;
- ✚ Luați o pauză parentală.

Principii de disciplinare

- ◆ Adultul se manifestă pozitiv.
- ◆ Sunt stabilite reguli atât pentru comportamente adecvate, cât și pentru cele indezirabile.
- ◆ Copiii, care respectă regulile primesc semnale pozitive: aprecieri verbale/ laude, mai mult timp liber, anumite privilegii etc.
- ◆ Copiii, care nu respectă regulile primesc semnale negative: se micșorează timpul pentru pauze, pentru emisiuni la TV, pentru joc video etc.
- ◆ Consecințele ar trebui să urmeze imediat comportamentului.
- ◆ Regulile și consecințele respectării/ nerespectării lor sunt negociate cu copiii.
- ◆ Se pornește de la premisa că, copiii se pot comporta decent și responsabil dacă doresc.
- ◆ Responsabilitatea copilului trebuie subliniată în mod continuu.
- ◆ Sprijinirea copilului în a face ceea ce este bine și în a face alegeri bune.

Consecvența în disciplinare

Consecvența reprezintă veriga slabă de care dau dovadă mulți părinți/ îngrijitori în procesul de disciplinare a copilului. Însă, a pune consecvența constituie secretul pentru o educație corectă, care trebuie menținută, indiferent de situație.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Concentrați-vă, la început, pe câteva reguli.* Gândiți-vă care comportamente ale copilului deranjează cel mai și concentrați-vă atenția spre acele reguli, în mod prioritar.
- ✚ *Fiți realist și înarmați-vă cu răbdare.* Nu va fi ușor să fiți consecvenți, va dura ceva timp până când veți rezista în fața tehnicilor, uneori șirete, pe care le găsește copilul pentru a obține ceea ce dorește. Însă, cu mult exercițiu și cu o doză substanțială de răbdare, veți reuși.
- ✚ *Așteptați să opună rezistență și să dramatizeze.* Veți avea tendința de a ceda și încălca regulile pentru a evita accesele de furie ale copilului. Nu veți putea ceda mereu; la un moment dat, va trebui să reveniți asupra regulii pe care ați încălcat-o.

- ✎ *Solicitați ajutor sau sprijin celor din jur.* Toți care sunt implicați în procesul de disciplinare trebuie să fie la curent cu strategia de disciplinare a copilului și să vă ajute să o puneți în practică. Ei trebuie să fie la fel de consecvenți ca și dumneavoastră în aplicarea regulilor și în stabilirea limitelor comportamentale.

3.2.4. Caracteristicile de vârstă ale copilului și disciplinarea

Pentru a găsi modalitățile potrivite de disciplinare, este important să se țină cont de vârsta copilului și de etapa de dezvoltare la care se află. Așteptările dumneavoastră nu trebuie să depășească posibilitățile fizice ale copilului și capacitatea lui de a înțelege unele lucruri.

Copilul de 9-12 luni

- comunică prin plâns nevoile fiziologice și emoționale;
- este activ și foarte curios, are tendința continuă de explorare, pe alocuri se aventurează în acțiuni inadecvate și periculoase;
- urmărește posibila reacție a adultului.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✎ *Cel mai bun mod de disciplinare a lor este evitarea tentațiilor. Mediul trebuie să fie sigur: ascundeți (plasați-le acolo unde nu le poate descoperi sau vedea) sau țineți sub cheie bijuteriile, telecomenzile, medicamentele, substanțele toxice etc. Când copilul se întinde sau se îndreaptă către un obiect periculos, spuneți calm „nu” și redirecționați-l, dacă e nevoie, chiar prin luarea lui din acel loc sau prin captarea atenției sale cu altă activitate.*

Copilul de 1-3 ani

- acționează spontan, necontrolat;
- nu înțelege, în deplină măsură, diferența dintre bine și rău;
- apar primele abilități de interacțiune cu semenii;
- începe să perceapă relația cauză-efect referitor la ceea ce se întâmplă;
- se enervează foarte ușor atunci când nu obține ceea ce dorește;
- explorează continuu mediul și solicită adultul să participe la jocurile lui.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✎ *Este absolut indispensabilă stabilirea unor limite.*
- ✎ *Este important să stabiliți un program previzibil și fix. Copilul se simte în siguranță, dacă înțelege că există o rutină zilnică, pe care o poate considera consecventă și constantă.*
- ✎ *Copilul are nevoie de formulări exacte, de exemplu: spuneți-le ce pot face, dar și ce nu au voie să facă. Dacă vedeți că copilul a aruncat jucăria-camion, spuneți-i că așa nu e bine, și ar putea să se joace cu jucăria respectivă în altă parte.*

Copilul de 3-6/7 ani

- este important pentru el să spună „Nu”, care îi dă o senzație de control;
- are nevoie de ajutor pentru a-și putea controla reacțiile emoționale;
- începe să învețe ce este potrivit pentru anumite situații sociale;
- spune „minciuni” despre lucrurile care s-au întâmplat sau ar dori să se întâmple, acestea fiind mai degrabă rodul imaginației decât minciuni autentice;

- deși știe bine ce poate și ce nu poate să facă, deseori, dorințele sunt prea puternice pentru ca să-și păstreze autocontrolul;
- are crize de furie, dacă lucrurile nu se întâmplă după placul lui, dar începe să se controleze, dacă i se explică de ce nu poate face;
- poate să nu înțeleagă pe deplin de ce încalcă regulile, dar este conștient că o face;
- se apucă de multe activități pe care nu le termină și îi este greu să stea mai mult timp într-un loc.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Este important să nu-i permițezi copilului să preia controlul.*
- ✚ *Ajutați-l să-și exprime emoțiile prin cuvinte, nu prin acțiuni violente. Uneori, copilul nu este în stare să-și exprime furia, iar dumneavoastră puteți să-l ajutați în această privință.*
- ✚ *Când copilul se poartă inadecvat, nu o face intenționat, deși uneori vă pare că anume așa este. El încearcă să învețe ceva nou despre lumea din jur și să înțeleagă în ce mod comportamentul duce la diferite consecințe. Sarcina dumneavoastră este să-l învățați ce comportament este acceptabil și ce comportament nu va fi tolerat.*
- ✚ *Explicați copilului legătura dintre acțiunile sale și consecințele logice și naturale.*
- ✚ *Stabiliți limite stricte și reguli clare acum. Ajutați-l să-și stabilească propriile limite în viitor.*
- ✚ *Fiți consecvenți.*

Copilul de 7-10/11ani

- la vârsta de 6 ani, începe să înțeleagă regulile, iar la 7 ani – adaugă propriile reguli, schimbă regulile, după bunul plac, și tinde să fie învingător cu orice preț;
- acceptă cu dificultate criticile și este foarte sensibil, emoțional;
- ființa sa este centrul propriului univers, are tendința de a se lăuda;
- este rigid și negativist, se adaptează greu, poate da dovadă de comportament violent și crize de furie.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Aplicați metoda consecințelor logice și naturale (urmează în text).*
- ✚ *Nu faceți amenințări regretabile la mânie („Închide ușa și n-o să te mai uiți niciodată la TV!”) de vreme ce nu le veți putea îndeplini. Dacă îl amenințați că întoarceți mașina și mergeți acasă, dacă nu încetează bătaia pe bancheta din spate, atunci trebuie să vă țineți de cuvânt. O zi de odihnă pierdută e mai puțin importantă, decât faptul că copilul a crezut în ceea ce spuneți.*
- ✚ *Continuați să le explicați copiilor de ce este nevoie de reguli în casă. Convocați consiliul de familie pentru a discuta probleme serioase. Ascultați întotdeauna și ce are copilul de spus despre o situație sau alta. Lăsați-l să contribuie la formularea regulilor casei.*
- ✚ *Alocați copilului treburi casnice pe măsura posibilităților sale.*
- ✚ *Vorbiți despre cele întâmplate și despre motivele care l-au determinat să procedeze în acest fel.*
- ✚ *Încercați o abordare mai matură. Copiii de 8-10 ani reacționează foarte bine atunci când li se oferă opțiuni. Atunci când taie din timpul alocat temelor, fiind prea ocupat cu alte activități, lăsați-i posibilitatea să aleagă la care din activitățile neșcolare renunță, pentru a nu se mai întâmpla să nu aibă timp de teme. Va învăța că în viață trebuie mereu să aleagă și că privilegiile se câștigă, în urma unui comportament adecvat.*

Copilul de 12-14 ani

- disciplina e la fel de importantă pentru adolescenți, precum e și pentru copiii mici;
- încă doresc și au nevoie să li se pună limite care să le ordoneze viața, deși este bine să le oferiți mai multă autonomie și responsabilitate.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↪ *Asigurați-vă că stabiliți reguli privind temele, vizitele prietenilor, orele de întoarcere acasă, întâlnirile și discutați-le, în prealabil, cu copiii pentru a nu exista neînțelegeri.* Deși, adolescenții se vor plânge, din când în când, vor realiza că dumneavoastră dețineți controlul.
- ↪ *Când adolescentul încalcă o regulă (de exemplu, când se întoarce mai târziu față de ora stabilită), cel mai bun plan de acțiune pare a fi retragerea privilegiilor.* Chiar dacă îi interziceți să iasă un weekend cu prietenii, asigurați-vă că discutați de ce încălcarea termenului limită e un lucru inacceptabil și îngrijorător.
- ↪ *E important să oferiți adolescentului un grad de control asupra vieții sale.* Aceasta îl va ajuta să respecte deciziile pe care dumneavoastră, ca îngrijitor trebuie să le luați pentru el.
- ↪ *Puteți să îi permiteți să facă alegerile proprii privind hainele, coafura, starea camerei sale.* Pe măsura ce crește, universul pe care îl poate controla se poate extinde, ocazional, și asupra orei de întoarcere, care poate deveni mai flexibilă.
- ↪ *De asemenea, este foarte important să vă concentrați pe consecințe pozitive:* ocazional, promiteți-i să-l lăsați afară până mai târziu dacă are un comportament adecvat pentru o perioadă stabilită de comun acord, în loc să-l amenințați cu reducerea orei de intrat în casă ca pedeapsă pentru comportament iresponsabil.

Metoda consecințelor logice și naturale

Comportamentul nostru are anumite consecințe. Unele apar în mod natural, neplanificat în viața noastră. Acestea decurg din comportamentul copilului, fără ca părintele să intervină în vreun fel și se numesc consecințe naturale.

Consecințele logice decurg și ele din acțiuni, dar sunt alese de către părinți și prezentate ca alternative.

Consecințele naturale	Consecințele logice
<input type="checkbox"/> responsabilitatea „cade” pe umerii copilului; <input type="checkbox"/> nu sunt administrate de către părinte.	<input type="checkbox"/> rezultatul „aranjat” de părinte, dar relaționat în mod logic cu ceea ce a făcut copilul; <input type="checkbox"/> apar deseori atunci când copilul se află într-o situație care i-ar putea pune viața/ siguranța în pericol; <input type="checkbox"/> sunt strict legate de situație.
Exemple	
<input type="checkbox"/> „Dacă nu pui laptele în frigider, el se va altera”. <input type="checkbox"/> „Dacă îți lași jucăriile în parc, ele pot să se defecteze sau să dispară”. <input type="checkbox"/> „Dacă îl lovești pe George, el nu se va mai juca cu tine”. <input type="checkbox"/> „Dacă nu-ți iei căciula, o să-ți fie frig”. <input type="checkbox"/> „Dacă nu-mi pui hainele la spălat, nu vei mai avea haine curate”.	<input type="checkbox"/> „Mihai, nu te mai plimba cu bicicleta prin pietre, poți să cazi”, spune mama. Copilul nu ascultă și cade, iar consecința logică este că mama îi va lua bicicleta pentru a nu cădea și a se trauma. <input type="checkbox"/> „Dacă nu-ți faci temele, vei lua o notă mică/ nu vei cunoaște/ nu vei lua testul”. <input type="checkbox"/> „Dacă nu vrei să strângi jucăriile după ce ai terminat joaca, o să ți le iau”.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> „Dacă te așezi la masă pe locul altcuiva, cel căruia i-ai luat locul va fi nemulțumit”. <input type="checkbox"/> „Dacă continui să superi pisica, ai putea să fii zgâriat”. <input type="checkbox"/> „Dacă umfli prea tare balonul, acesta ar putea să se spargă”. | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> „Ai la dispoziție o oră pentru a-ți face temele. Dacă nu le faci în acest timp, ți se va reduce din timpul destinat desenelor animate”. |
|---|--|

Sugestii pentru îngrijitori în formularea consecințelor:

- ✎ *Aplicați consecințele imediate și nu pe termen lung.* De exemplu, comportamentele de risc (fumatul, consumul de alcool) sunt întărite de consecințele imediate („îți miroase gura”) și mai puțin de consecințele pe termen lung („o să te îmbolnăvești, dacă mai fumezi”).
- ✎ *Pentru ca aceste consecințe să aibă efectul scontat, este recomandabil să existe o relație logică între consecințe și comportamentul neadecvat, relație pe care copilul să o observe.* De exemplu: Părintele îi dă o palmă copilului pentru că a spart un păhar. Palma nu are nici o legătură cu comportamentul copilului, deci nu reprezintă consecință logică sau naturală, ci o pedeapsă. Consecința logică ar fi – „la mătura și strânge cioburile de jos”, consecința naturală ar fi – „Nu mai poți bea din păharul tău preferat”. Atât timp cât copilul nu este deranjat el însuși de rezultatul comportamentului său (de exemplu: nu vede nici o problemă în a nu-și strânge jucăriile), consecințele naturale nu vor funcționa.
- ✎ *Pentru situațiile în care nu apar consecințe naturale, în mod constant și predictibil, se recomandă folosirea consecințelor logice, ca metodă de modificare a comportamentelor.* Consecințele logice, spre deosebire de pedepse, nu sunt folosite pentru a penaliza, a amenința sau pentru a intimida copilul. Ele sunt prezentate copilului ca o alegere, ca o alternativă pentru care el poate opta, dacă dorește. Diferența față de o pedeapsă este următoarea: copilului i se prezintă o situație de alegere, precum și consecințele logice (acțiuni care au legătură cu comportamentul) fiecărui comportament: al celui dezirabil și al celui indzirabil. El trebuie mai apoi să aleagă, deci are libertatea de a opta, precum și oportunitatea de a învăța să fie responsabil.

De exemplu: O fetiță are o stare de agitație pentru că nu a putut să meargă în parc din cauza ploii și deranjează toți membrii familiei prin comportamentul ei. Reacția tatălui:

- „Du-te în camera ta și stai acolo până la cină” (pedeapsă);
- „Dacă nu poți să-ți stăpânești comportamentul, mergi în camera ta până te calmezi. Dacă te vei controla, poți rămâne în continuare cu noi în această cameră” (consecință logică).

Copiii acceptă confruntarea cu consecințele logice când înțeleg că acestea sunt opțiuni și nu pedepse sau sancțiuni.

Metoda rezolvării problemelor

Când o problemă persistă, noi trebuie să înțelegem că ea este mai complexă decât ne-am imaginat la început. Pentru o problemă complicată este nevoie de o soluție mai avansată. Iată versiunea metodei:

Pasul I. Vorbiți despre sentimentele și necesitățile copilului.

Pasul II. Vorbiți despre propriile sentimente și necesități.

Pasul III. Gândiți-vă împreună cu copilul la toate soluțiile ce vă vin în minte.

Pasul IV. Scrieți-le PE TOATE, fără a le evalua (asta e bună, asta e rea).

Pasul V. Decideți care idei sunt bune, care nu vă convin și pe care le veți urma.

Exemplu:

Pasul I. Vorbiți despre sentimentele și necesitățile copilului.

P: *M-am gândit că nu este ușor pentru tine să-ți lași prietenii atunci când vă distrați așa de bine.*

C: *Daaa.*

Pasul II. Vorbiți despre propriile sentimente și necesități.

P: *Pe de altă parte, eu mă îngrijorez când tu întârzi.*

C: *(ascultă cu atenție fiind impresionat de faptul că mama a înțeles că lui nu este ușor să lase prietenii).*

Pasul III. Gândiți-vă împreună cu copilul la toate soluțiile ce vă vin în minte.

P: *Hai să punem mințile noastre în mișcare și să vedem dacă putem veni cu ceva idei care ar fi bune pentru amândoi.*

C: *(gândește...)*

Pasul IV. Scrieți-le PE TOATE, fără a le evalua (asta e bună, asta e rea).

C: *Voi veni acasă la 18.30 și tu nu te vei îngrijora.*

P: *Voi scrie asta pe foaie. Ce altceva?*

Pasul V. Decideți care idei sunt bune, care nu vă convin și pe care le veți urma.

P: *Acum să privim lista noastră și să alegem ce vrem să păstrăm și ce vrem să oitem.*

C: *Taie acolo unde scrie că mă vei lua de pe terenul de joacă.*

Sugestii pentru îngrijitori:

👉 *Când vă propuneți ca îngrijitor să îl învățați pe copil un comportament, gândiți-vă, în primul rând, la modul în care vorbiți cu el și ce mesaje îi transmiteți.*

Cum puteți face acest lucru:

- Concentrați-vă pe aspectele pozitive ale copilului („Bravo! Ai reușit!”).
- Acordați atenția progreselor făcute de copil și aspectelor pozitive ale situației („Apreciez modul în care ai rezolvat ...”).
- Acceptați diferențele individuale – fiecare copil învață diferit un comportament și reacționează diferit într-o situație („Mă bucur când tu ...”).
- Acordații, zilnic, încredere.
- Creați așteptări realiste față de copil, așteptări adaptate nevoilor și potențialului lui de dezvoltare („Sunt mândru/ă când ...”).
- Evitați comparațiile și competiția dintre copii („Pentru mine ești special!”).

👉 *Stabiliți regulile și limitele corect.*

Cum puteți face acest lucru:

- Asigurați-vă că regula corespunde situației.
- La impunerea regulii, țineți cont de vârsta, personalitatea și abilitățile copilului.
- Aplicați cu consecvență regulile stabilite.
- Urmați regula întocmai; cuvintele trebuie să fie urmate de acțiuni.
- Folosiți fraze simple, formulați regulile clar și într-o manieră pozitivă.

- Respectați sentimentele copilului și țineți cont de ele, pe cât este posibil.
- Fiți autoritari, fiți încrezători și siguri în atingerea scopului propus.
- Fiți gata să acceptați consecințele. Planificați pașii următori și fiți consecvenți în privința regulii impuse.
- Oferiți copilului posibilitatea de a alege, în limitele stabilite de dumneavoastră. Stabilind anumite limite, păstrați controlul asupra situației, oferind posibilitatea de a alege, îi permiteți copilului să simtă că deține controlul asupra situației.
- Încurajați copilul să vă ajute la formularea regulilor.

👉 *Aplicați disciplina pozitivă.*

Cum puteți face acest lucru:

- Utilizați încurajarea pentru a ajuta copilul să simtă că aparține, astfel încât motivația pentru comportamentul neadecvat să dispară. Apreciați fiecare pas care merge înspre îmbunătățire decât să vă concentrați pe greșeli.
- Un mod foarte bun de a ajuta copilul să se simtă încurajat este să petreceți un timp special „fiind împreună”.
- Seara, înainte de culcare, în timp ce îl înveliți cu plăpumioara, rugați-l să împartă cu dumneavoastră „momentele de tristețe” din timpul zilei și, de asemenea, „momentele de bucurie” din timpul zilei. Apoi faceți și dumneavoastră același lucru.
- Oferiți copilului preocupări cu semnificație. Copiii simt că aparțin cuiva atunci când știu că pot contribui în mod real.
- Decideți împreună ce trebuie să faceți. Procedați în așa fel, încât fiecare să facă ceva diferit și să nu rămână fixat într-o singură sarcină. Copiii au încredere, motivație și entuziasm atunci când sunt incluși în luarea deciziilor.
- Luați-vă timp pentru antrenament. Fiți siguri că copilul a înțeles instrucțiunile și ce înseamnă „curățenia” pentru dumneavoastră. Pentru el, poate însemna doar să strângă farfuria de la masă și s-o pună în chiuvetă.
- Nu este recomandat să vă confrunțați cu situația când emoțiile stau în cale. Dumneavoastră sau copilul puteți merge într-o cameră separată, să faceți ceva care să vă relaxeze sau care să facă să vă simțiți mai bine, apoi încercați să lucrați cu problema, ținând cont de respectul reciproc.
- Evitați întrebările de tipul „De ce ai făcut comportamentul X?” sau „De ce ești nervos/ furios?”. Acestea îi cer copilului să vă spună *cauza comportamentului său sau a emoției sale*. Sunt întrebări la care copilul nu vă poate răspunde. Întrebarea „de ce” este de cele mai multe ori percepută ca o formă de judecată sau critică atât de către adult, cât și de către copil.
- Evitați să folosiți exprimări în care spuneți copilului care este cauza comportamentului („ești neatenț, de aceea ai luat o notă proastă”, „ești dezordonat, de aceea nu îți mai găsești lucrurile”), îl ajută mai mult dacă îl întrebați „Ce s-a întâmplat?” sau „Ce crezi că s-a întâmplat?”, „Cum te simți când te gândești la ce s-a întâmplat?”.
- Evitați să „vânați” greșelile! Un comportament se învață, în primul rând, prin încurajări și feedback-uri pozitive, mai puțin prin feedback-uri negative. Renunțați la ideea că, pentru a-l face pe copil să-și schimbe un comportament, el trebuie să se simtă vinovat sau umilit! Dumneavoastră simțiți că faceți lucrurile mai bine atunci când sunteți umilit?
- Învățați copiii că greșelile sunt inevitabile și că ele sunt o oportunitate pentru a învăța! Aplicați metoda Celor 3 R, după ce ați făcut o greșeală: *Recunoașterea greșelii*; *Reconcilierea* (fiți dispus să spuneți „îmi pare rău, nu-mi place cum am făcut față acestei situații”); *Rezolvarea* (concentrați-vă pe soluții decât pe acuze). Rezolvarea este eficientă numai dacă faceți pașii în ordinea descrisă mai sus.

Tabelul 8. Însușirea unui nou comportament

Etape	Exemplu
1. Definiți clar comportamentul pe care doriți să-l învețe copilul.	Spălatul pe mâini înainte de masă.
2. Descompuneți în pași mici comportamentul respectiv.	Ridicarea mâneșilor, pornirea robinetului, udarea mâinilor, săpunirea mâinilor, frecarea mâinilor, limpezirea mâinilor, ștergerea mâinilor, închiderea robinetului, aranjarea mâneșilor.
3. Folosiți îndrumarea: <ul style="list-style-type: none"> – fizică; – verbală; – prin modelare, 	<input type="checkbox"/> Luați mâinile copilului în mâinile dumneavoastră și executați mișcările necesare spălării mâinilor; <input type="checkbox"/> „Acum ne spălăm..., acum ne ștergem”; <input type="checkbox"/> Observarea spălatului pe mâini la alții.
4. Recompensați aproximările succesive ale comportamentului dorit.	Apreciați copilul chiar dacă nu se șterge pe mâini, ci doar le pune pe prosop.
5. Ignorați aproximările succesive ale etapelor anterioare.	Dacă copilul știe deja să se șteargă pe mâini, apreciați-l numai atunci când execută bine etapa respectivă.
6. Retrageți, treptat, îndrumarea dumneavoastră.	Dacă vedeți că știe care sunt etapele spălării pe mâini, nu-i mai spuneți nimic.
7. Recompensați la intervale neregulate.	Recompensați spălatul mâinilor doar din când în când.

Comportamentele sunt rezultatul învățării.

Comportamentele se învață prin exercițiu.

 Tabelul 9. Reacțiile în cazul unui comportament greșit

Situație	Așa Nu	Așa Da
(copil 6-18 luni) În timp ce vă jucați cu copilul, el vă mușcă de mână. Ce faceți?	Mușcați și dumneavoastră. Foarte mulți părinți cred că în așa fel îi arată copilului că mușcătura doare și că nu trebuie să mai facă așa niciodată. Greșit. Nu veți reuși decât să vă râniți unul pe celălalt, iar relația părinte-copil va avea de suferit mai târziu, când copilul va crește.	Spuneți-i ferm copilului: „Fără mușcături. Mușcătura doare”. Apoi arătați-i alternativa corectă, de exemplu: o îmbrățișare, un pupic, astfel încât copilul să-și dea seama că, prin mușcătură, nu a procedat corect. Dacă cel mic este în perioada în care îi dau dinții și atunci mușcă pentru a-și domoli din senzația de iritare, oferiți-i în schimb ceva de ronțait, propice pentru dinții și gingiile lui.
(copil 3-4 ani) Copilul lovește sau are un limbaj necorespunzător la grădiniță. Ce faceți?	Îl loviți. În acest fel, îi transmiteți mesajul ca este OK să lovești, dacă ești mai mare decât „victima”. Îl criticați și vă pierdeți cum-pătul. În acest fel, îi scădeți copilului respectul de sine și-i puneți o eticheta de „copil rău”.	Ascultați ce are copilul de spus referitor la comportamentul său. Ce l-a determinat să lovească sau să vorbească urât. Încurajați-l să-și exprime sentimentele, furia, însă într-un mod constructiv. Arătați-i copilului cum ar trebui să-și exprime aceste sentimente, fără să se comporte urât. Explicați-i, că pentru comportamentul său, trebuie să petreacă un timp (voi hotărâți cât) de liniștire/ calmare, un fel de time-out.

		<p>Cum faceți acest lucru:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Explicați-i unde a greșit și că trebuie să suporte consecințele faptelor sale. – Lăsați copilul lângă lucrurile cu care se joacă, de obicei, însă spuneți-i de ce nu are voie să se joace cu ele. – Dacă a vorbit urât, dați-i o perioadă de X minute în care să nu vorbească deloc. – Perioada de „time-out” se încheie, doar dacă copilul a respectat regulile spuse. Dacă nu, se prelungește.
<p>(copil 5-7 ani) Copilul nu-și aranjează jucăriile în cameră.</p> <p>Îi spuneți și a doua oară ce are de făcut și continuă să refuze.</p> <p>Ce faceți?</p>	<p>Îl cicăliți. Copilul vostru va deveni și mai frustrat. Îl etichetați drept „leneș” sau „rău”. Faceți curat în locul lui. Acest lucru se traduce printr-o recompensare a lipsei de disciplină. Dacă exagerați cu consecințele, mai mult ca sigur, veți obține un rezultat negativ.</p>	<p>Calmați-vă și spuneți-i exact care sunt sarcinile lui în casă. De exemplu, are misiunea de a-și păstra jucăriile la locul cuvenit. Stabiliți consecințele nerealizării sarcinii. De exemplu: „Dacă nu aranjezi jucăriile la locul lor, nu vei mai putea să te duci cu prietenii la joacă azi!”. Este foarte important să nu repetați de multe ori înțelegerea. O singură dată este de ajuns. Dacă nu a respectat înțelegerea, țineți-vă de cuvânt.</p>

Practici pozitive

(Experiențe împărtășite de părinții care au participat la cursuri de Educație Parentală)

„Fiica mea are 4 ani. Ea mereu a fost un copil dificil. Mă face să-mi pierd controlul. Săptămâna trecută m-am întors acasă și tot tapetul în camera ei era desenat. M-am înfuriat tare și i-am dat o chelfăneală bună. Apoi i-am spus că-i iau creioanele, ceea ce am și făcut. A 2-a zi, am crezut că voi muri. Ea a luat rujul meu și a murdărit toată baia. Voiam s-o gâtui, dar m-am oprit. Foarte calm am întrebat *Ai făcut asta, fiindcă te-ai supărat pe mine că ți-am luat creioanele?* Ea a dat afirmativ din cap. *Maria, eu devin foarte supărată când pereții sunt murdăriți cu creionul. Și este dificil și greu pentru mine să-i spăl după asta. Știi ce ea a făcut?* Ea a luat o cârpă umedă și a început a șterge rujul. I-am arătat cum să folosească săpun și apă și ea a lucrat cam 10 minute. Apoi m-a chemat să-mi arate că majoritatea rujului a fost șters. I-am mulțumit, apoi i-am dat creioanele înapoi și ceva hârtii în cazul în care ea va dori să deseneze.

Eram foarte mândră de mine. Am telefonat soțului la serviciu să-i spun ce am făcut. A trecut o lună și Maria încă niciodată nu a desenat pe pereți.”

”După întâlnirea de grup cu alți părinți, am intrat pe ușa casei și am primit un apel telefonic de la profesorul de matematică al fiului meu, Dan. Părea foarte enervat. Mi-a spus că fiul meu rămâne în urmă cu materia, că distrage clasa, că încă nu știe tabla înmulțirii și că poate are nevoie de mai multă disciplină acasă. Primul meu gând a fost *El trebuie pedepsit. Nu-i voi permite să privească televizorul până nu va învăța tabla înmulțirii și se va comporta bine în clasă.*

Spre norocul meu, am avut o oră la dispoziție ca să mă calmez până fiul a venit acasă. Am discutat următoarele:

P: Domnul K. a sunat și părea mânios.

C: Oh, el mereu este mânios de ceva...

P: Eu consider că este ceva serios când primesc un sunet de la școală. El a spus că tu încurci lecțiile și nu știi tabla înmulțirii.

C: Ei, Mihai mi-a tras cu cartea pe cap și eu i-am tras înapoi.

P: Crezi că trebuia să-i întorci lovitura?

C: Da! Căci uneori îmi mai scrie scrisori neplăcute și-mi ia scaunul de sub mine, ca să cad jos. Și eu îi răspund în aceeași manieră.

P: Nu e de mirare atunci că nu faci mare lucru la lecție.

C: Eu știu tabla până la 6 și mi-a rămas încă mai puțin de jumătate s-o învăț.

P: Hmmm... Dan, crezi că ai putea să te concentrezi mai bine dacă ți s-ar schimba locul de lângă Mihai?

C: Nu știu... poate... pot învăța și restul tablei înmulțirii.

P: Cred că d-l K. trebuie să știe acestea. Hai să-i scriem o scrisoare. Eu scriu: *Stimate domnule K. Eu am discutat cu fiul referitor la problemele apărute și el a spus: Dan, ce-i spui tu domnului K.?*

C: Spune-i că-mi voi schimba locul de lângă Mihai.

P: Scriu: *Dan zice că i-ar prinde bine să-i schimbați locul de lângă Mihai. Încă ce?*

C: (după o pauză lungă) Scrie că în curând îi voi spune cu voce tare tabla înmulțirii cu 7 și cu 8.

P: Am scris. Altceva?

C: Nu.

P: Voi încheia scriind: *mulțumim că ați adus la cunoștință această problemă.*

Am citit întreg textul. Am semnat amândoi și Dan a dus scrisoarea la școală a doua zi. Știu că a fost bine pentru că primul lucru ce m-i l-a spus fiul a fost că domnul K. i-a zâmbit și a fost drăguț cu el."

Nu credeam că ceva de aici poate fi aplicat copilului meu. Ion este așa de neastâmpărat, încât unicul lucru pe care el îl înțelege este pedeapsa. Săptămâna trecută m-am înspăimântat la culme când vecinul mi-a spus că Ion a trecut cu bicicleta pe o parte a străzii strict interzisă de a fi parcursă. Nu știam ce să fac. I-am încuiat bicicleta, i-am oprit televizorul, i-am ascuns planșeta, ce a mai rămas?

Disperată fiind, am hotărât să încerc ceva din recomandările dumneavoastră. Când am ajuns acasă, m-am adresat fiului: *Ion, noi avem o problemă. Uite cum cred eu că tu te simți. Tu vrei să traversezi strada, dar fără ca să-ți ceri voie de la cineva. Așa este? El a dat afirmativ din cap. Uite cum mă simt eu. Eu mă îngrijorez când un copil de 6 ani traversează o intersecție unde se întâmplă foarte multe accidente. Când avem o problemă, avem nevoie și de soluții. Gândește-te și spune-mi ce idei ai referitor la problema asta.* Ion a început imediat să vorbească. *Nu acum. Este o problemă serioasă, așa că aș vrea ca noi amândoi să ne gândim mai mult timp. O să vorbim la cină când va veni și tata acasă.*

În seara aceea l-am pregătit pe soțul meu ca doar să asculte. Ion și-a spălat mâinile și s-a așezat pe scaunul său. De cum a intrat tatăl în odaie, el a exclamat: *Eu am o soluție! În fiecare seară, când tata va veni acasă, el mă v-a învăța cum să înțeleg luminile și când să traversez.* Apoi, după o pauză, și, *la ziua mea de naștere, voi traversa singur!!!*

Soțul meu aproape că a căzut de pe scaun. Mă gândesc acum că ne-am subestimat fiul!"

Nicu, 10 ani, mi-a spus că 3 cărți de ale lui au dispărut și eu trebuie să-i dau 100 de lei. Primul meu impuls a fost să-l lovesc sau să-l pedepsesc. Totuși mi-am controlat intenția inițială și am strigat odată așa de tare cât un om poate striga: *Eu sunt furioasă! Sunt foarte furioasă. 3 cărți au fost pierdute și acum eu trebuie să plătesc 100 de lei pe ele. Sunt atât de furioasă încât simt că o să explodez! Și-mi spui acum când voiam să prepar cina și apoi să ies în oraș. Așa va trebui prin telefon să-mi dicteze cineva tema ta de acasă. Fierb de mânie!*

Când am încetat să țip, în fața mea a apărut o față mică, îngrijorată și Nicu mi-a spus: *Mamă, îmi pare rău. Nu trebuie să cheltui 100 de lei. Poți să-i iei din alocația mea.*

Cred că am trasat cel mai mare rânjet care vreodată a apărut pe fața mea. Niciodată nu am încetat să fiu supărată atât de repede. Ce contează câteva cărți pentru o persoană fiul căreia chiar îi pasă de ceea ce simte ea?"

Comentarii, întrebări și experiențe trăite de părinți

Dacă un copil mic, care încă nu vorbește, atinge obiectele de care nu trebuie să se apropie, nu este normal să-l lovim peste mânăta lui micuță?

Dacă copilul nu vorbește, nu înseamnă că el nu ascultă și nu înțelege. Copiii mici învață în fiecare minut al vieții. Întrebarea este *ce învață ei?* Părintele alege aici. Copilul poate fi lovit repetat peste mână și, astfel, el va învăța că unicul mod de a obține ceva și de a interzice ceva este lovitura. Putem să ne comportăm demn cu copilul care este un om mai mic și să-i oferim informații despre ceea ce se poate și ceea ce nu se poate, informație pe care el poate să o folosească pentru tot restul vieții. Schimbăm locul obiectului sau luăm copilul de lângă obiect și-i spunem calm, clar și ferm: *Cuțitele nu-s pentru lins. Poți să lingi lingura dacă vrei. Cățelușul de porțelan se poate strica, iar cățelușul tău de pluș nu se va strica.* Poate va trebui să repetați informațiile despre obiecte, dar repetarea informației este mai bună decât lovirea repetată.

Care este diferența dintre pedeapsă și consecințele naturale?

„Fiul meu adolescent a împrumutat odată puloverul meu albastru, motivând că el se va potrivi de minune la blugii lui noi. I-am spus să-l ia, dar să fie atent și mai mult să nu-l ceară. O săptămână mai târziu, când am vrut să-l îmbrac, l-am găsit sub o grămadă de casete pe podea, în camera lui. Spatele îi era murdar de cretă, iar în față avea ceva asemănător cu sosul de spaghete. Eram atât de enervat, încât, dacă apărea atunci, era să-i spun că nu mai merge cu mine la meciul de fotbal și voi da biletele altcuiva. Când l-am văzut mai târziu, mă liniștisem un pic, dar nu de tot. El mi-a spus că îi pare rău, foarte rău și m-a întrebat dacă poate să-l împrumute și săptămâna următoare. Am spus *nu*. Fără morală, fără discursuri. El știa de ce.

Apoi, o lună mai târziu, el a vrut să-i împrumute o cămașă. I-am spus că, înainte de a-i împrumuta ceva, am nevoie să fiu asigurat, în scris, că lucrul împrumutat îmi va fi întors în aceeași bună-condiție. În aceeași seară am găsit o notă:

Dragă tată. Dacă-mi împrumuți cămașa ta, voi face tot posibilul s-o păstrez curată. Nu mă voi sprijini de nimic, nu voi pune pixul în buzunarul ei și, când voi mânca, mă voi acoperi cu ceva. Cu drag, Mark!

Ei, am fost tare impresionat să găsesc acel mesaj. M-am gândit că, dacă a găsit timp să-l scrie, atunci va găsi timp să se ție de promisiune. Cămașa mi-a fost întoarsă a 2-a seară. Era curată și pusă pe cuier.

Pentru noi, această istorie arată consecințele naturale în practică. O consecință naturală a întoarcerii lucrului împrumutat în rea condiție este supărarea, iar altă consecință naturală este nedorința proprietarului să-ți mai împrumute ceva. Este posibil ca proprietarul să-și schimbe părerea dacă obține niște dovezi concrete că greșeala nu se va mai repeta. Responsabilitatea de schimbare aparține celui care împrumută, iar proprietarul nu trebuie să facă ceva ca să te învețe o lecție.

Săptămâna trecută am găsit patul pătat de suc de portocale. Când am întrebat cine a făcut-o, băieții mei au arătat unul la altul. Dacă nu este o idee bună de a găsi vinovatul și a-l pedepsi, ce pot face atunci?

Întrebarea „*cine a făcut asta?*” automat conduce la răspunsul „*nu eu!*” și părintele, la rândul său, se gândește că unul dintre copii minte. Cu cât mai mult încercăm să aflăm adevărul, cu atât mai mult copiii își apără inocența. Când vedem ceva ce ne înfurie, e mult mai bine să exprimăm acea furie decât să pedepsim: *Eu devin furioasă când patul este pătat. Petele de portocală pot rămâne pentru totdeauna acolo.* Putem auzi dar nu eu am făcut-o, el m-a împins,...câinele, a fost copilul. Acum este momentul oportun să zicem: *Nu sunt interesată să aflu cine a făcut-o. Nu sunt interesată să învinuiesc pe cineva pentru ceea ce s-a întâmplat în trecut. Sunt interesată să văd îmbunătățiri în viitor!*

Dacă nu pedepsim și nu învinuim, noi eliberăm energia copilului de a se concentra spre răzbunare și o canalizăm spre corectarea greșelii. *Acum vreau ca voi amândo să curățiți patul de pete.*

O alternativă a pedepsei este să ne exprimăm dezaprobarea. Când o exprim, copilul meu devine atât de vinovat pentru tot restul zilei, încât eu devin tristă. Poate că eu prea mult exprim dezaprobarea?

Copiii trebuie să simtă dezaprobarea noastră în anumite momente ale vieții, însă, dacă facem abuz, atunci copilul se simte vinovat și se disprețuiește, iar dezvoltarea lui este periclitată.

De aceea, oricând avem posibilitatea de a înlocui dezaprobarea, s-o facem, mai ales cu o acțiune de corectare a greșelilor. Când copilul își corectează greșeala, el nu se simte vinovat, ci se simte responsabil de a face ceva bine, respectat și aprobat! Ca părinți, noi trebuie să le dăm astfel de șanse:

P: *Sunt furioasă, frățiorul tău se juca fericit până când i-ai luat jucăria. Aștept să găsești o metodă de a-l face să înceteze să plângă.*

În loc de: *Ai făcut copilul să plângă. Acum o s-o primești!*

P: *Chiar mă mânie faptul că vin acasă și găsesc o chiuvetă plină cu veselă murdară, atunci când tu ai promis că o vei spăla. Mi-ar plăcea ca vesela să fie spălată până mergi la culcare.*

În loc de: *Poți să uiți de discotecă mâine seara. Poate asta te va învăța să-ți ții promisiunea.*

P: *O cutie întreagă de săpun lichid este vărsată pe podeaua din baie! Mă înfurii când văd așa porcărie. Săpunul nu este pentru joacă. Noi avem nevoie de o mătură, o pungă și o cârpă. Mai repede, înainte de a se întinde în toată casa.*

În loc de: *Uite ce trebușoară ai făcut. Uită de TV pe astă seară!*

Afirmații ca secvențele subliniate, sugerează copilului „mie nu-mi place ce ai făcut și aștept să corectezi asta”. Sperăm că atunci când va deveni adult se va gândi în situații critice *cum pot eu să corectez asta*, decât să se gândească „ceea ce am făcut acum dovedește că sunt o persoană nevrednică care merită să fie pedepsită”.

Eu nu-mi mai pedepsesc fiul, dar când îi cer socoteală, atunci când face ceva rău, el spune „îmi pare rău”. Apoi, a 2-a zi, el face același lucru. Ce pot face cu aceasta?

Unii copii folosesc scuzele pentru a bloca furia părinților. Ei își vor cere scuze, dar în același timp, vor repeta acțiunea. Acești copii trebuie să înțeleagă, din explicații că, dacă le pare cu adevărat rău pentru ce au făcut, atunci următorul pas este să treacă la acțiune. Li se poate spune: *A-ți părea rău înseamnă a te comporta diferit; a-ți părea rău înseamnă a te schimba; mă bucur să aud că-ți pare rău. Acesta este primul pas. Al 2-lea pas este să te întrebi ce se poate fi făcut.*

Mesaje-cheie:

- ☞ Comportamentul copilului este motivat întotdeauna de o nevoie. Pot fi nevoi esențiale, legate de supraviețuire (hrană, îmbrăcăminte, locuință, temperatură adecvată în casă, igienă etc.), altele țin de adaptarea la mediul social în care trăiește copilul (educație, socializare), de sănătatea fizică și psihică (control medical, vaccinuri, îngrijire medicală, în caz de îmbolnăvire, sport, alimentație sănătoasă, precum și alternanța dintre muncă, învățare și relaxare, preluarea unor responsabilități adecvate vârstei etc.), iar altele sunt nevoile emoționale.
- ☞ În disciplinarea pozitivă sarcina dumneavoastră este să identificați nevoile care generează comportamentul nedorit al copilului și să căutați modalități adecvate prin care să împlinescă acele nevoi și să elimine comportamentul neadecvat.
- ☞ Un factor important în educația copiilor este timpul petrecut cu ei.
- ☞ Secretul disciplinării pozitive constă în concentrarea dumneavoastră asupra tipurilor de comportament pe care vreți să le aibă copilul, decât pe respingerea și încercarea de a-l determina să renunțe la unele.
- ☞ Disciplinarea pozitivă urmărește să îl facă pe copil responsabil pentru propriile decizii, învățând din consecințele care apar atunci când ia decizii greșite.
- ☞ Niciodată nu putem spune că am aplicat suficient de mult disciplinarea, încât să fie justificată folosirea pedepsei.

- ⌘ Modelul oferit de părinți are uneori un impact mai mare asupra copilului, decât orice alte metode folosite în disciplinarea lui.
- ⌘ Părintele trebuie să fie o sursă de învățare și un model pentru copil. Acest lucru necesită anumite calități ale părintelui care, dacă nu sunt prezente într-o măsură suficientă, se pot însuși, de ex.: răbdarea, perseverența, creativitatea.
- ⌘ Furia, avertizarea sau amenințarea pot schimba disciplinarea în pedeapsă.

Capitolul III.3. COMUNICAREA ÎNGRIJITOR-COPIL

Și părinții, și copiii au de învățat lecția comunicării.

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Esența și formele comunicării.
- ✓ Limbajele de comunicare cu copilul.
- ✓ Comunicarea eficientă cu copilul.

3.3.1. Esența și formele comunicării

Oamenii nu pot conviețui fără comunicare. În orice moment, fie că vorbim, fie că nu, comunicăm, exprimând idei, opinii, păreri, emoții, sentimente, atitudini, fapte, sensuri, pentru a ne satisface anumite nevoi (materiale sau psihologice), aspirații, dorințe și interese, încercând să convingem, să influențăm sau să educăm.

În orice tip de societate copiii își considera părinții responsabili de satisfacerea dorințelor și necesităților lor, de reușitele sau insuccesele lor.

Relațiile între părinți/ îngrijitori și copii se bazează pe un mecanism de comunicare deosebit, care se realizează printr-un anumit model de conduită. În cadrul acestor relații părinții/ îngrijitorii încearcă, și de multe ori mulți dintre ei reușesc, să asigure socializarea copiilor, să contribuie la modificarea și perfecționarea stilului de relaționare dezvoltat în copilărie.

Dacă în timpul copilăriei părinții sunt cei care inițiază efectiv copilul în stabilirea relațiilor în familie, extinse apoi la grupul de joacă, atunci în timpul adolescenței părinții nu mai reușesc să supravegheze adolescentul decât cu mare dificultate. În copilărie, procurarea de jucării, alimentația, curățenia, conversația reprezintă apanajul exclusiv al adultului, pe când, odată cu creșterea, copilul devine din ce în ce mai independent și își impune propriile condiții de relaționare cu adultul.

Din latină, *comunicare* înseamnă *a face comun*, prin urmare, a comunica înseamnă a face cunoscut, a da de știre, a informa, a înființa, a spune ceva, astfel încât să avem ceva în comun.

Comunicăm pentru a ne transmite ideile, sentimentele, emoțiile, părerile, pentru a influența, pentru a corela între noi rezultatele muncii, pentru a ne socializa. Ori de câte ori comunicăm, avem în vedere patru obiective majore: să fim recepționați, să fim înțeleși, să fim acceptați și să provocăm o reacție, constând într-o schimbare de comportament sau de atitudine. Uneori, nu reușim să atingem nici unul dintre aceste obiective, caz în care am eșuat în procesul de comunicare.

Dacă știm de ce comunicăm, ce urmărim, care este scopul real, la fel de important este să avem răspunsuri clare la următoarele întrebări:

- Ce vreau să spun? Ce dorește cealaltă persoană să afle?
- Cine este persoana din fața mea? Ce personalitate are? Ce nevoi, ce aspirații, ce dorințe are ea? Cum vede ea lumea? Care sunt convingerile ei? Ce știe despre mesajul meu?
- Unde are loc dialogul? Care al fi cel mai potrivit loc, cea mai potrivită ambianță?
- Cum ar fi cel mai bine să transmit mesajul: verbal sau în scris? Cu imagini sau în cuvinte? Folosind un limbaj științific sau utilizând metafore? Serios sau folosind glume?

Când vorbim despre comunicare, pornim de la o sursă a comunicării care produce *mesajul* care poate conține gânduri, sentimente, idei, sau emoții. Mesajul nu poate fi transmis în forma pură, ci este tradus în cuvinte însoțite de tot ceea ce înseamnă limbajul nonverbal (mimică, gestică ș.a.).

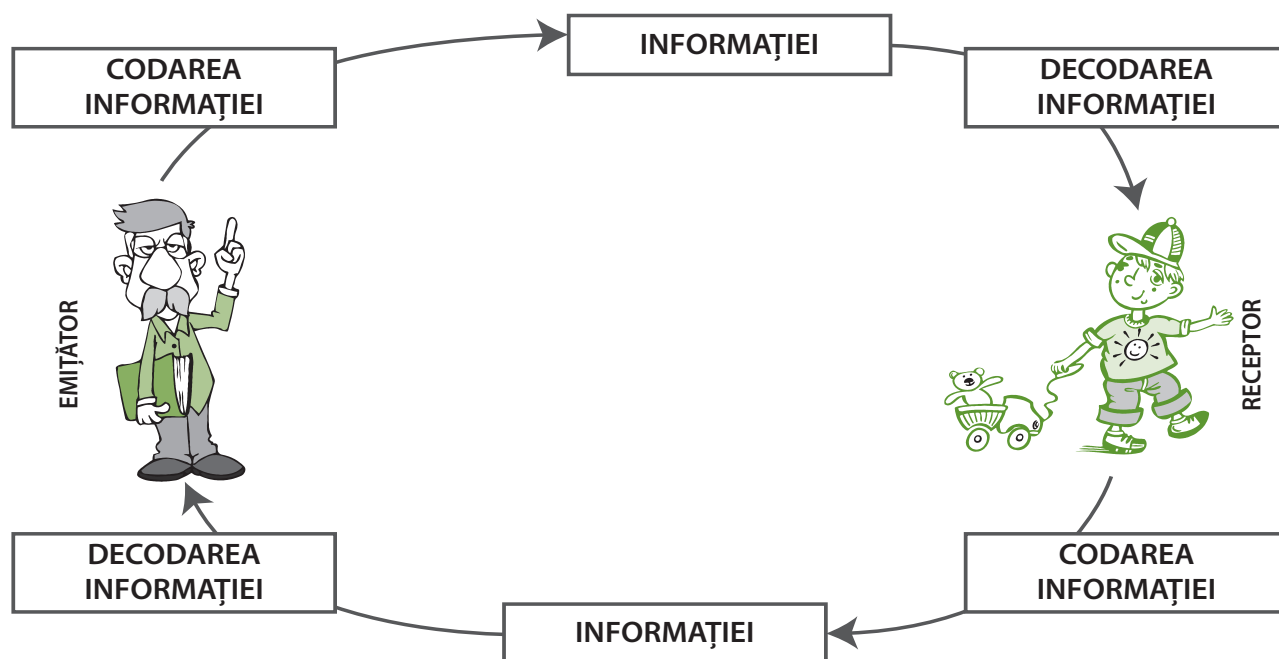


Figura 4. Schema fundamentală a comunicării

Așadar, mesajul este codificat în „limba” emițătorului și transmis prin intermediul unui canal (verbal, nonverbal, vizual etc.). În comunicarea umană, rareori folosim un singur canal. În procesul comunicării, apar „zgomotele” care pot perturba comunicarea. În categoria perturbărilor fizice intră: zgomotul străzii, întunericul, ceața etc.

Perturbările pot apărea și în etapele de codificare și decodificare, în funcție de particularitățile sursei și destinației. Este vorba de diferențele semantice ale unor cuvinte și de experiența de viață a fiecăruia. Semnalul este recepționat și decodificat la destinație. Destinatarul recepționează și înțelege mesajul transmis mai mult sau mai puțin, în concordanță cu ceea ce a vrut emițătorul să exprime: *adevărul este cel auzit, nu cel rostit* (a se vedea figura 5). În continuare, rolurile se pot schimba: destinația devine sursă și sursa devine destinație.

Uneori, ne înțelegem între noi, alteori nu. Există mai mulți factori care influențează acest lucru: diferențele de percepție, dificultățile de exprimare, automatismele, lipsa de interes, emoțiile, de diferențele de personalitate.

Atunci când mesajul nostru nu este înțeles, avem tendința de a da vina pe celălalt. El este de vină că nu a auzit ce am spus, el este de vină că nu nea înțeles, el este de vină că nu nea acceptat sau el este de vină pentru că nu a făcut ce am fi vrut noi să facă.

Adevărul este cel auzit, nu cel rostit. Dacă vrem să fim auziți, înțeleși, acceptați și să provocăm o reacție pozitivă din partea celuilalt, este indicat din partea noastră să ne asumăm responsabilitatea procesului de comunicare. Dacă celălalt nu ne înțelege, acest lucru poate fi din cauza faptului că noi nu am vorbit „pe limba lui”.

Formele de comunicare

Comunicarea umană are loc pe trei canale diferite: *verbal*, *paraverbal* și *limbajul corpului*.

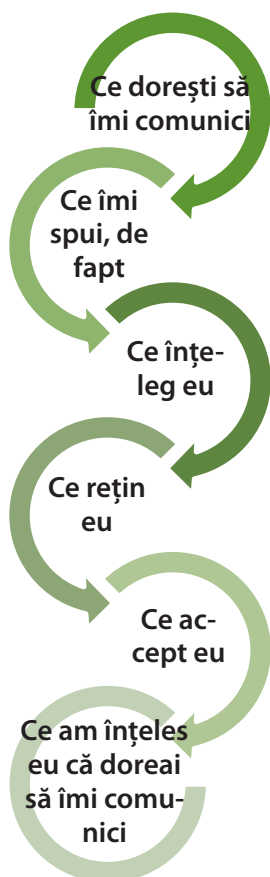


Figura 5. Mesaj inițial-mesaj final

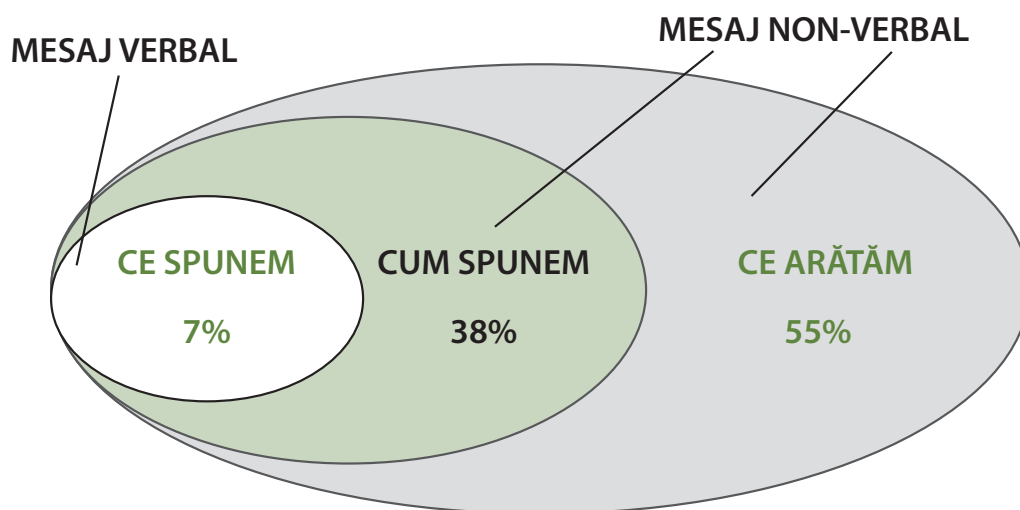


Figura 6. Ponderea formelor de comunicare

Comunicarea verbală se realizează prin rostirea și descifrarea cuvântului, adică prin graiul articulat și prin înțelesurile transmise, cu ajutorul cuvintelor unei limbi. Comunicarea scrisă o vom numi tot „verbală”.

Comunicarea paraverbală se face prin intermediul timbrului vocii, a tonalității, a ritmului vorbirii, a pauzelor dintre cuvinte și prin manifestările sonore fără conținut verbal: râsul, oftatul, geamătul, țipătul etc.

Limbajul corpului se referă la postura corpului, fizionomie, mimică, gestică, privire și distanța dintre persoane.

Deci mintea și corpul reprezintă un sistem complex prin care comunicăm – ele trebuie să se susțină una pe alta.

Mesaje non-verbale negative:

Oftat profund = mă obosești, nu te suport acum, te învinovățesc că faci lucrurile dificile pentru mine.

Maxilar încleștat sau scrâșnit din dinți = sunt furios și aș putea să explodez în orice moment; sunt impredictibil, așa că ai motive de teamă. Nu mă pot controla și asta se întâmplă cu oamenii când sunt foarte supărați.

Agitație = nu mă deranja acum, nu sunt în apele mele și, dacă mă mai stresezi și tu, nu o să fac față situației. Mai bine ai grijă și nu îmi complica viața mai mult decât este.

Poziție agresivă a corpului = ai face bine să mă ascuți imediat. Nu mă interesează ce simți și ce crezi tu. Dacă te opui, voi insista mai mult, voi deveni din ce în ce mai agresiv până când o să faci ce îți cer. Puterea, controlul și agresivitatea sunt mijloacele prin care obțin ceea ce îți doresc.

Mesaje non-verbale pozitive:

Zâmbet larg, cu toată fața = cred că ești extraordinar și mă umpli de bucurie; îmi faci viața mai frumoasă și mă bucur să fiu cu tine.

Râs în hohote = ești amuzant și deștept, îmi place să fiu cu tine; vreau să aflu cum vezi tu lucrurile; ai toată atenția mea și mă distrez împreună cu tine.

Privit intens în ochi = ceea ce împărtășești acum cu mine este mult mai important decât ceea ce se întâmplă în jurul nostru, chiar mai important decât orice aș putea să-ți spun eu acum; înțeleg că ești supărat și tot ceea ce vreau în acest moment este să te ascult și să te consolez cum pot eu mai bine.

3.3.2. Limbajele de comunicare cu copilul

În construirea unei relații armonioase, între îngrijitor și copil, un rol important îl are tipul de limbaj de iubire al copilului. Dacă nevoia de iubire a copilului nu este satisfăcută, dacă rezervorul lui de iubire este gol, sunt puține șanse ca dezvoltarea acestuia să decurgă într-un mod armonios.

Găsirea și utilizarea limbajului principal de iubire al copilului dumneavoastră nu înseamnă că, pe parcursul dezvoltării sale, nu va mai avea acte de nesupunere, dar, cu siguranță, faptul că se știe și se simte iubit vă va fi util în creșterea lui, pentru a-l ajuta să devină un adult responsabil. Așadar, „iubirea este fundamentul”.

Pornind de la acest principiu, s-a observat că există mai multe limbaje de iubire, mai exact 5: mângâierile fizice, cuvintele de încurajare, timpul acordat, darurile și serviciile.

Toate cele 5 limbaje de iubire³ sunt necesare în dezvoltării copilului, dar unul dintre ele va deveni principalul, cel la care copilul va fi mai sensibil, cel la care se va constata că va reacționa mai bine.

Limbaajul nr. 1: mângâierile fizice. Aici constatăm importanța pe care o dau acești copii îmbrățișărilor, sărutărilor, atingerilor ușoare pe umăr, braț sau creștet. Pentru acești copii, pe lângă cuvintele de afecțiune pe care părinții le adresează, îmbrățișarea oferită atunci când pleacă sau vin acasă, atingerea ușoară pe umăr atunci când fac o faptă bună, simpla mângâiere pe creștet este o confirmare a faptului că aceștia îi iubesc. Așadar, îmbrățișați-vă copilul!

Limbaajul nr. 2: cuvintele de încurajare. Încărcătura emoțională a cuvintelor este receptată de copii încă dinainte a înțelege sensul acestora. Astfel, tonul vocii, blândețea, atmosfera afectuoasă sunt factori care comunică iubire și căldură emoțională unui nou născut, precum și copiilor cu vârste foarte mici, care încă nu înțeleg sensul cuvintelor. Odată cu creșterea copilului și înțelegerea sensului cuvintelor, vorbele de laudă, de afecțiune, de tandrețe, de încurajare devin ca un „balsam pentru sufletul copilului”, care îl hrănesc pe interior, oferindu-i sentimentul valorii de sine și al siguranței, copilul beneficiind de încărcătura pozitivă a acestor cuvinte toată viața. La opusul cuvintelor cu încărcătură pozitivă se află vorbele tăioase, criticile care pot afecta imaginea de sine a copilului și pot arunca îndoiele asupra capacităților sale. Așadar, gândiți-vă cât de mult vă hrăniți copilul pe interior spunându-i o vorbă bună sau un simplu „te iubesc”.

Limbaajul nr. 3: timpul acordat. Ceea ce este important pentru copiii care au ca principal limbaj de iubire timpul acordat este faptul că faceți ceva împreună, că sunteți împreună. Fie că vă jucați, citiți o poveste sau mergeți în parc, important pentru copilul dumneavoastră este faptul că sunteți doar cu el, că îi acordați atenție doar lui, că vă petreceți timpul doar cu el. Timpul acordat presupune și contact vizual pozitiv, plin de afecțiune, deci nu uitați să vă priviți copilul și să îi transmiteți căldura, sprijinul și iubirea voastră necondiționată.

Indiferent dacă principalul limbaj de iubire al copilului dumneavoastră este timpul acordat sau un alt tip de limbaj, nu uitați că toți copiii au nevoie de cât mai multă atenție din partea părinților, de timp petrecut împreună cu ei. Un simplu „tati, mami, hai să ne jucăm” poate însemna „dacă vă petreceți mai mult timp cu mine înseamnă că mă iubiți”. Petrecerea timpului cu copilul dumneavoastră înseamnă să creați amintiri pe care el, dar și dumneavoastră, le veți avea toată viața.

Limbaajul nr. 4: darurile. Desigur că tuturor copiilor (și nu numai) le face plăcere să primească daruri, însă, pentru unii copii darurile sunt cele care le spun cât de mult sunt iubiți. Într-un fel, acești copii măsoară iubirea prin cadouri. De multe ori, darurile pot fi simbolice sau create de părinți, fără a fi costisitoare, dar pentru copilul care are ca principal limbaj de iubire darurile, fiecare din cadourile primite se traduce prin iubire „mi-a făcut acest dar pentru că mă iubește”. Sigur că toate cadourile din lume nu pot înlocui mângâierile, îmbrățișările, cuvintele de afecțiune, timpul petrecut împreună cu părinții/îngrijitorii, dar, pentru copilul care are ca principal limbaj de iubire darurile, un cadou care poate fi o gumă de mestecat, un set de creioane de colorat sau o bicicletă reprezintă echivalentul lui „te iubesc”.

Limbaajul nr. 5: serviciile. Pentru copiii cu acest principal limbaj de iubire, serviciile, pe care părinții lor le fac pentru ei, reprezintă o formă de iubire. Unii copii consideră că, dacă mama îi face supa preferată

3 G. Campman, R. Campbell *Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor*, București, 2001.

este o dovadă de iubire, pentru alții faptul că le face patul, că le coase nasturii sau că-i ajută la pregătirea temelor. Pentru ei, serviciile făcute de către părinți/ îngrijitorii întăresc faptul că aceștia îi iubesc.

Cum puteți descoperi principalul limbaj de iubire al copilului dumneavoastră? Prin atenție și observație. Pe măsură ce copilul crește, veți observa că folosește, în mod special, un anumit limbaj de iubire.

Umpleți-i rezervoarele cu iubire și șansele ca el să se dezvolte armonios și să devină un adult responsabil și echilibrat vor crește.

3.3.3. Comunicarea îngrijitor-copil

Părinții, în general (inclusiv, asistenții profesioniști și părinții educatori), au tendința de a discuta cu copiii despre notele pe care le-au obținut la școală, despre temele pe care le au, despre cât, cum și la ce materii au învățat sau motivele pentru care nu au învățat, cu alte cuvinte, despre temele pe care îi interesează mai ales pe ei ca părinți. Comunicarea se axează, în astfel de situații, mai ales pe emițător, de obicei, părintele și mai puțin pe receptor – copilul. Pentru ca părinții să aibă o comunicare eficientă cu copiii lor, acest lucru nu este suficient. Părinții trebuie să fie conștienți nu numai de importanța lor ca emițători ai unui anumit mesaj, ci și de cea a receptorului (a copilului) pentru că, în funcție de răspunsul oferit, se poate observa dacă mesajul a fost clar, concis și corect înțeles. Copilul va comunica cu plăcere cu îngrijitorul său dacă temele de discuție vor fi de interes comun și dacă adultul nu va domina discuția, va avea răbdare și o atitudine deschisă, nu va ridica vocea și își va asculta copilul, va oferi exemple și se va asigura că mesajul său a fost corect înțeles. Aceste lucruri îl vor face pe copil să aibă încredere în părintele său, să fie sincer cu el și să nu îl mintă, să-i ceară ajutorul atunci când are nevoie și să știe că se poate baza pe acesta.

Un alt aspect care ține de comunicarea dintre îngrijitor și copil este acela că, în discuțiile avute cu copiii, îngrijitorii vorbesc foarte mult despre ceea ce simt, despre modul în care s-au simțit într-o anumită situație, despre „suferința”, „rușinea” sau „indispoziția” pe care le-a creat-o un anumit comportament al copiilor sau o anumită acțiune, pierzând din vedere faptul că și aceștia au sentimente și emoții și că, poate, și pentru ei acele acțiuni au fost dificile, rușinoase sau dureroase.

Îngrijitorii nu trebuie să uite că și copiii pot avea momente de neliniște, de îngrijorare, de nesiguranță sau de tristețe, de neîncredere în propriile puteri sau de incertitudine. În astfel de momente, este cu atât mai important ca ei să fie lângă copiii lor, să-i sprijine, să aibă încredere în ei, să-i asculte și să-i încurajeze. Un copil care observă că îngrijitorii săi sunt alături de el doar în momentele în care are succes sau atunci când face lucrurile „corect”, își va crea o imagine greșită despre îngrijitorii săi, încercând să evite cât mai mult discuțiile cu ei. O astfel de situație duce, foarte probabil, la tensionarea și deteriorarea relațiilor dintre cele două părți și, ca urmare, și a comunicării, constituind obstacole în comunicarea îngrijitor-copil.

O relație armonioasă între îngrijitori și copii nu se poate consolida și, ca urmare, nu poate exista fără o comunicare adecvată între cele două părți, dacă îngrijitorii nu dau dovadă de *încredere* în copii, adică dacă nu țin cont de opiniile și ideile lor, dacă nu îi sprijină în deciziile pe care le iau, dacă nu sunt alături de ei la „bine și la greu”.

Un alt aspect care ține de relația dintre îngrijitor și copil este acela că aceasta ar trebui să se bazeze pe *toleranță* și nu pe agresivitate, forță. Limitele toleranței trebuie, totuși, să se situeze la nivelul la care să nu devină nocive pentru copil și să nu se transforme în nepăsare, indulgență necondiționată. Părinții/ îngrijitorii nu pot comunica cu copiii prin țipete, crize de isterie, îmbrânceli, lovituri sau pedepse drastice, precum nu pot realiza acest lucru nici prin indiferență, hiperprotecție, absența regulilor, a responsabilităților sau a sancțiunilor.

Relația de comunicare îngrijitor-copil nu presupune numai respectarea cerințelor mai sus prezentate, ci a și multor alte condiții, dintre care am dori să le amintim pe următoarele:

- copilul are nevoie de *intimitate*, la fel ca orice alt individ, astfel că este important ca îngrijitorii să-i respecte intimitatea, fapt care îl va face pe copil să aibă încredere în îngrijitorii săi și să comunice cu aceștia;

- ❑ este necesar ca părinții să țină cont și de *nevoile copilului* lor atunci când vor impune reguli și norme; de asemenea, pe cât posibil, acestea nu vor fi impuse în absența copilului ci împreună cu acesta deoarece în acest fel le va înțelege mai bine, va fi mai responsabil și se va angaja în respectarea lor;
- ❑ îngrijitorii îl vor ajuta pe copil să-și dezvolte o *imagine de sine pozitivă*. Pot realiza acest lucru prin încurajări și aprobări verbale și/sau nonverbale, complimente, prin asigurarea copilului că arată bine și că este capabil de performanțe și realizări deosebite, că este isteț și descurcăreț. Totuși, îngrijitorii nu vor exagera în această privință cunoscut fiind faptul că insistarea pe aceste aspecte îl pot frustra pe copil și poate avea mai mult efecte negative decât pozitive;
- ❑ chiar dacă îngrijitorii nu sunt de acord cu prietenii copilului sau cu *participarea lui la activitățile de grup*, vor încerca să accepte acest lucru sau, acolo unde este cazul, vor discuta cu acesta despre eventualele riscuri și pericole, dar pe un ton calm și liniștit, cu o voce caldă și înțelegătoare;
- ❑ una, poate, dintre cele mai importante condiții ale unei bune relații îngrijitor-copil, ca de fapt în oricare altă relație, este aceea că îngrijitorul trebuie să arate *afecțiune* față de copilul său. Astfel, o relație caracterizată prin îmbrățișări, zâmbete, strângeri de mână, încurajări, săruturi are foarte multe șanse de a persista în timp și de a se dezvolta, decât o relație care se caracterizează prin critici, țipete, jigniri, lipsa atingerilor fizice sau a încurajărilor. Nu este vorba de a răsfăța copilul, ci de a veni în întâmpinarea nevoilor sale firești.

Pentru o comunicare eficientă îngrijitor-copil sunt necesare mai multe lucruri din partea îngrijitorilor, mai ales: efort, răbdare, mesaje clare și concise, atenție, afecțiune, timp, respect și încredere. Toate acestea pot asigura evitarea obstacolelor în comunicare, feedback și alternarea rolurilor de emițător și receptor la cei doi parteneri ai comunicării.

3.3.4. Blocaje în comunicarea cu copilul

Uneori, e amuzant să observăm cum unii adulți tratează alți copii mai blând decât pe cei pe care îi îngrijesc. Dacă un copil își varsă băutura, putem auzi „Ce se întâmplă cu tine? Nu poți fi mai atent? Treci imediat și curăță mizeria!” în schimb, dacă copilul unui prieten varsă băutura, ne putem aștepta să auzim: „Nu e nimic! Se curăță într-un moment.”

Blocajele cel mai frecvent întâlnite, care nu doar inhibă sau scad eficiența comunicării, ci predispun și la apariția conflictelor sunt:

- ❑ *Amenințarea*
 - exemplu: „Dacă nu vii acasă cu rezultate bune, ai încurcat-o!”
 - ce gândește copilul: „Părintele meu e periculos”, / „Cu el nu e de glumit!”, „Ar trebui să am grijă de acum încolo!”
 - consecință: principala preocupare a copilului va fi să nu greșescă. Nu va avea curajul să facă ceva decât dacă va fi sigur că rezultatul este bun. Așa apare frica, minciuna, intoleranța etc.
- ❑ *Contrazicerea și minimalizarea problemei*
 - exemplu: „Sunt urâtă! Nu mă iubește nimeni”, spune fetița
 - „Nu e adevărat! Nu spune asta!”, „Nu fi supărată!”, îi răspunde tatăl.
 - ce gândește copilul: „Nu mai are rost să vorbesc cu tata despre problema mea, pentru că nu-i place ce zic eu”, „Crede că dacă îmi spune să nu fiu supărată, mă simt mai bine?”
 - consecință: contrazicând copilul în acest mod, părintele îi întărește convingerea deja formată. Copilul va simți că părintele său nu îl înțelege și nu e capabil să-i asculte problemele. Așa se poate naște lipsa de încredere în competența părintelui.

❑ *Critica*

- exemplu: „Nu ți-am zis să te uiți pe unde calci?“, „De câte ori trebuie să-ți spun că nu e voie acolo?“, „De ce ai făcut asta?“
- ce gândește copilul: „Iar îmi ține morală!“ „Mai aștept un pic și se calmează.“
- consecință: va scădea receptivitatea copilului la păreri emise de adul. Așa se poate naște indiferența.

❑ *Etichetarea*

- exemplu: „Ești o urâtă!“, „Ești o proastă!“, „Ești un bleg!“
- ce gândește copilul: „Adulții știu mai multe decât copiii.“
- consecință: dacă afirmațiile se repetă frecvent, atunci copiii vor fi urmăriți toată viața de această idee. În subconștientul lor, ei vor fi convinși că sunt urâți, proști sau blegi. De aceea, vor încerca, de câte ori se va ivi ocazia, să demonstreze că nu este așa. Apar complexe de inferioritate.

❑ *Indiferența*

- exemplu: „Mama Ana, am învățat să-l scriu pe M!“, spune copilul. - „Bine. Du-te din fața televizorului“, îi răspunde îngrijitorul.
- ce gândește copilul: televizorul e mai important decât mine!“, „Cum să fac să îi atrag atenția asupra mea?“
- consecință: copilul va căuta să atragă atenția asupra sa cu orice preț, chiar și prin fapte negative (furt, chiul, înjurături, stricatul unor lucruri).

❑ *Ironia*

- exemplu: forma verbală: „Ai auzit că s-a inventat cârpa de șters praf?“ „Mulțumesc pentru «ajutor»!“ forma nonverbală: privire „de sus“, zâmbet zeflemitor.
- ce gândește copilul: „Mă consideră un nepriceput.“ „Își bate joc de mine!“
- consecință: va scădea încrederea copilului în forțele proprii și încrederea față de părinte. El va căuta să fie apreciat în altă parte la „adevărata lui valoare“; așa poate să apară distanțarea.

❑ *Învinuirea*

- exemplu: „Tu ești de vină!“, „Ar trebui să-ți fie rușine!“
- ce gândește copilul: „E numai vina mea.“ „Nu sunt bun de nimic.“
- consecință: scade nivelul stimei de sine; așa pot apărea complexe de inferioritate.

❑ *Neatenția la ce ni se spune* (întrerupem o conversație începută, întoarcem spatele, schimbăm brusc subiectul discuției sau persoana de dialog).

- exemplu: „...și la școală toți colegii...“, povestește copilul. „Îți mai trebuie nucile?“ spune mama.
- ce gândește copilul: „Nu o interesează nimic din ce îi spun. Data viitoare nu mă mai obosesc să-i explic.“
- consecință: copilul va comunica ceea ce crede că o interesează pe mamă și va începe să omită ceea ce se va dovedi mai târziu a fi fost esențial; așa poate să apară neglijența.

❑ *Reproșul*

- exemplu: „Dacă nu eram eu, tu aveai să umbli încă mult pe drumuri!“ „Dacă nu trebuia să ajung să am grijă de copii ca tine, puteam face și alte lucruri în viață!“

- ce gândește copilul: „Ce vrea de la mine?” „Acum ar trebui să mă simt vinovat pentru că exist?”
- consecință: așa poate să apară sentimentul de vinovăție.

❑ Ridicarea vocii

- exemplu: „Ești un nesimțit și jumătate!!!” „Obraznicule!!!”
- ce gândește copilul: „Nu-mi place când strigă la mine...” „Crede că am probleme cu auzul?”
- consecință: exersată mai mult timp, această formă de „comunicare” se poate transforma într-o deprindere păguboasă a părintelui. Așa poate să apară disprețul față de părinte. Copilul se deprinde cu strigătele și nu reacționează.

❑ Umilirea

- exemplu: „Spune-le tuturor ce ai făcut!” sau „De aia strig la tine, să audă toți vecinii ce copil am luat și cresc la casă!”
- ce gândește copilul: „Nu mă respectă deloc.” „Nu meritam să mă facă de rușine la toată lumea.”
- consecință: părintele nu mai este un om de încredere, deoarece te poate face de râs când nu te aștepți. Prin urmare, copilul va învăța să ascundă adevărul; așa poate să apară neîncrederea.

Adoptarea acestor atitudini duce la scăderea eficienței în comunicare și, uneori, chiar predispuși la apariția conflictelor. Consecințele negative pot să apară mai devreme sau mai târziu, însă, pentru a putea fi preîntâmpinate, este bine ca adultul să acorde o atenție specială comunicării.

3.3.5. Comunicarea eficientă cu copilul

„Parcă vorbesc cu pereții! Tot ce-i spun îi intră pe o ureche și îi iese pe alta! Cum să vorbesc cu el ca să mă înțeleagă?”; „Nu ascultă ce-i spun! Parcă-i surdă! Ce să mă fac cu ea?”

De multe ori, ni s-a întâmplat să rostim sau să auzim aceste cuvinte. Problema comunicării dintre două persoane (mai ales între părinte și copil) este una pe cât de delicată și dificil de realizat, pe atât de importantă.

Nu este de ajuns doar să comunicăm, ci este esențial să comunicăm eficient. În general, se consideră că a transmite niște informații unei persoane este suficient pentru ca acestea să fie receptate așa cum dorim noi, însă, uneori, se întâmplă să nu ținem cont de impactul pe care îl au cuvintele noastre asupra interlocutorului atât din punct de vedere emoțional, cât și din punct de vedere al înțelegerii informațiilor. De aceea, de multe ori, ajungem să fim dezamăgiți de faptul că vorbele noastre nu și-au avut efectul dorit.

Comunicarea ca bază a educației, presupune două aspecte importante:

- ✓ ascultarea activă;
- ✓ comunicarea mesajului.

A. Ascultarea activă

O comunicare eficientă începe cu ascultarea.

La baza unei comunicări eficiente stă ascultarea a ceea ce dorește să ne spună interlocutorul. Din păcate, există tendința ca adultul să desconsidere părerea copilului din cauza lipsei lui de experiență („Tu ești mic nu știi nimic!”). El manifestă o atitudine arogantă prin care își impune supremația (Aici eu sunt șeful!). Uneori, această atitudine este împinsă la extremă, iar desconsiderarea se transformă în lipsă de respect („Tu când vorbești cu mine să taci!”). Atitudinea arogantă se manifestă nu doar prin vorbe, ci și prin expresii nonverbale (privirea „de sus”, încruntată, rece sau, pur și simplu, evitarea privirii copilului atunci când are loc o discuție; zâmbet „superior”, ironic; mișcări permanente ale corpului, ceea ce provoacă agitație).

Desigur, părintele se simte flatat atunci când copilul „nu comentează” sau umblă „pe vârfuri” când trece pe lângă el (Vezi cum ascultă de mine? Vezi cum mă respectă? Își poate spune îngrijitorul în sine sa). Ceea ce nu știe îngrijitorul este că acel copil ascultă pentru că nu are o alternativă mai bună. Ceea ce nu știe îngrijitorul este că acelui copil îi este frică de el, dar nu neapărat îl și respectă.



Figura 7. Comunicare ineficientă cu copilul

Dacă dorim însă ca între adult și copil să aibă loc o comunicare eficientă, va trebui să învățăm cum să ascultăm și cum să luăm în considerare părerea copilului, chiar și atunci când nu suntem de acord cu el. De aceea, când are loc o discuție, este preferabilă tratarea copilului de pe o poziție de egalitate, ca și cum ar fi (și ar trebui să fie) cel mai bun prieten al nostru (vorba înțeleaptă populară „Poartă-te cu celălalt așa cum ți-ar plăcea să se poarte cu tine”). Desigur, este greu de imaginat că copilul va deveni o persoană foarte capabilă peste câțiva ani, însă dacă acum el va fi tratat cu respect, atunci șansele sunt mari ca în viitor să se comporte bine cu cei din jur (când raportul de forțe se va schimba).

Tratarea de pe o poziție de egalitate nu înseamnă însă a lăsa copilul să facă ce vrea sau a ne subordona lui. E bine ca acesta să fie conștient de existența unor limite și a unei ierarhii familiale. În relația adult-copil nu ar trebui să existe competiție, nu ar trebui să se pună problema cine e mai tare, cine are întotdeauna dreptate, cine e câștigătorul și cine e ratatul. Atunci când reușim să lăsăm orgoliile la o parte într-o asemenea relație, putem afirma cu certitudine că am evoluat, că am devenit mai înțelepți.

De aceea, când comunicăm cu copilul, este bine ca acesta să simtă că i se acordă atenție (că există tot timpul un contact vizual și o postură care să indice ascultarea), că nu are de ce să îi fie frică, fiindcă spune ce simte și ce dorește. Cu alte cuvinte, să simtă că manifestăm respect față de persoana lui.

Ascultarea activă implică înțelegerea a ceea ce copilul simte și vrea să spună și apoi repetarea ideilor exprimate, într-un mod în care acesta să se simtă înțeles și acceptat. Ascultarea activă oferă o oglindă pentru copil, în care el se poate vedea mult mai clar. Cu alte cuvinte, i se oferă copilului un răspuns la ceea ce a exprimat și prin aceasta va ști că a fost înțeles de către îngrijitor.



Figura 8: Gradul de implicare a ascultătorului

Studiile de specialitate arată că, *pentru o comunicare eficientă, trebuie să folosim 40 - 60 % din timpul de conversație pentru a asculta.*

Este o mare diferență între *tăcere* și *ascultare*. Putem să tăcem, fără a asculta ce spune celălalt. Evident, este absolut necesar să tăcem pentru a asculta. Apoi, putem auzi fără să fim interesați și fără să înțelegem.

Tăcerea este pasivă, ascultarea nu.

Tabelul 10. Caracteristicile ascultătorului pasiv vis-a-vis de ascultătorul activ

Ascultătorul pasiv:	Ascultătorul activ:
<input type="checkbox"/> ascultă stilul, cuvintele și gramatica;	<input type="checkbox"/> ascultă ce se spune;
<input type="checkbox"/> își petrece timpul gândindu-se ce va spune;	<input type="checkbox"/> vrea să înțeleagă complet mesajul;
<input type="checkbox"/> ascultă numai faptele;	<input type="checkbox"/> ascultă mesajul real;
<input type="checkbox"/> pretinde că ascultă și își pierde ușor atenția;	<input type="checkbox"/> este foarte atent și nu permite factorilor externi să îi distragă atenția;
<input type="checkbox"/> face și altceva în timp ce ascultă;	<input type="checkbox"/> nu mai face și altceva în același timp;
<input type="checkbox"/> trage concluzii în timp ce ascultă;	<input type="checkbox"/> nu trage concluzii;
<input type="checkbox"/> dă semne de nerăbdare;	<input type="checkbox"/> nu își arată nerăbdarea;
<input type="checkbox"/> nu verifică înțelegerea din timp în timp;	<input type="checkbox"/> confirmă înțelegerea;
<input type="checkbox"/> nu arată un interes real față de interlocutor.	<input type="checkbox"/> confirmă non-verbal că ascultă.

Ascultarea activă presupune ceva mai mult decât a sta în fața unui copil, înseamnă a-l convinge că recunoașteți sentimentele din ceea ce spune sau omite să spună. Prin ascultarea reflexivă, putem ajuta copilul să gândească dincolo de problema care a apărut. Mai jos vă prezentăm un exemplu de ascultare activă:

Copilul: Profesorul este nedrept. N-o să fac niciodată ceva bine în clasa aceea!

Îngrijitorul: Simți că ești furios și dezamăgit și că ai vrea să renunți?

Comunicarea poate fi verbală și non-verbală. Acțiunile noastre, expresia facială și postura noastră le comunică celorlalți dacă îi ascultăm sau nu. Putem comunica non-verbal printr-un zâmbet, printr-o încruntare sau printr-o atingere pe umăr. Când răspundem prin acceptarea sentimentelor copilului, atât verbal cât și non-verbal, nu facem altceva decât să încurajăm comunicarea.

În comunicarea cu copiii este utilă folosirea cuvintelor care reflectă intensitatea emoțiilor, fiind astfel posibilă transmiterea faptului că ați înțeles nuanțele sentimentelor exprimate de către aceștia, de exemplu: „Ești extrem de supărat pe Victor.” „Ești extrem de emoționat pentru că vom merge în excursie.” „Ești foarte trist că ți-ai pierdut jucăria.”

Răspunsul la mesajele non-verbale este la fel de important ca în cazul mesajelor exprimate verbal. Nu se poate desluși înțelesul unei priviri posomorâte, al unui zâmbet larg sau al unui chip înduioșător doar prin simpla ascultare a mesajului vorbit. Expresiile comportamentale spun de multe ori mai mult decât cuvintele. Trebuie să învățăm să descifrăm ce se găsește în spatele cuvintelor spuse. Mai jos sunt prezentate câteva exemple de răspunsuri ale îngrijitorilor la comportamentele non-verbale:

- „Modul în care te încrunți îmi spune că nu ești de acord.”
- „Când zâmbești astfel, pari foarte fericit.”
- „Se pare că ești cu adevărat supărat. Vrei să vorbim despre asta?”

Pentru a ști că este ascultat, copilul trebuie să primească un răspuns. Există două tipuri de răspunsuri: închise și *deschise*. Răspunsul închis indică faptul că cel care ascultă nu a auzit și nu a înțeles ceea ce i s-a spus. Răspunsurile închise tind să blocheze comunicarea. Prin contrast, răspunsul deschis indică faptul că, cel care ascultă, a auzit ceea ce i-a spus cealaltă persoană și că a înțeles mesajul.

În continuare, prezentăm câteva exemple de răspunsuri închise și răspunsuri deschise:

Copilul: Sunt dezamăgit de Victor și de ceilalți copii, pentru că nu au venit să se joace cu mine. Nu știu ce să cred...

Răspuns închis: Păi, lucrurile nu merg întotdeauna așa cum vrem noi. Așa-i viața.

Răspuns deschis: Simți că nimănui nu-i pasă de tine și te simți părăsit?

Primul răspuns nu ține cont de sentimentele copilului. El transmite mesajul că ceea ce simte copilul nu contează. Acest tip de răspuns blochează comunicarea cu copilul și poate să-l facă să se simtă respins. Răspunsul al doilea transmite că interlocutorul a înțeles sentimentele copilului, în acest fel, copilul simte că este acceptat și ascultat. Astfel, el poate decide să spună mai multe în legătură cu problema pe care o are.

Ascultarea reflexivă presupune oferirea unor răspunsuri deschise, care arată că înțelegem sentimentele celui cu care vorbim. Răspunsul închis nu permite copiilor să-și exprime sentimentele din cauza manifestării de către cel care ascultă a dezinteresului de a-l asculta și a-l înțelege (prin intermediul mesajelor verbale sau non-verbale). Răspunsul deschis permite copilului să-și exprime sentimentele prin manifestarea acceptării sentimentelor copilului și a înțelegerii mesajului transmis de către adult.

Exemplul 1: Afirmația copilului: Nu o să mă mai joc cu fetița aceea niciodată!

Răspuns închis: De ce nu o ierți? Probabil că nu a vrut să facă asta!

Răspuns deschis: Într-adevăr ești supărat pe ea!

Exemplul 2: Afirmația copilului: Nu pot s-o fac!

Răspuns închis: Acum nu vorbi așa! De-abia ai început!

Răspuns deschis: Pare să-ți fie greu.

Exemplul 3: Afirmația copilului: Aș vrea să pot pleca și eu. El întotdeauna pleacă unde vrea.

Răspuns închis: Am mai discutat despre aceasta, așa că nu mai insista!

Răspuns deschis: Ți se pare nedrept ce se întâmplă?

Exemplul 4: Afirmația copilului: Nu vreau să mă duc la școală azi. Nici Andrei nu merge.

Răspuns închis: Fiecare copil trebuie să meargă la școală.

Nu se poate să nu mergi la școală.

Răspuns deschis: Îți este teamă că te vor bate colegii?

Exemplul 5: Afirmația copilului: Ești cea mai rea mamă din lume!

Răspuns închis: Să nu mai vorbești niciodată așa cu mine!

Răspuns deschis: Se pare că ești foarte supărat pe mine.

Reguli de aur ale ascultării

- ◆ Fiți pregătit pentru a asculta.
- ◆ Nu întrerupeți.
- ◆ Fiți interesați și arătați acest lucru.
- ◆ Fiți deschiși.
- ◆ Ascultați cu atenție, urmărind ideile principale.
- ◆ Luați notițe dacă este cazul.
- ◆ Ascultați activ, reformulând și clarificând.

Așadar, ascultarea activă poate fi definită drept acel mod de a asculta, cu intenția sinceră de a înțelege „harta” celui alt, modul său de a vedea realitatea, felul în care se simte, în legătură cu lucrurile asupra cărora comunică, valorile și atitudinea sa.

„Un tată mi-a mărturisit cândva:

- Nu mă pot înțelege cu fiul meu. Nu vrea să asculte ce-i spun.

- Dă-mi voie să repet ceea ce mi-ai spus chiar acum, am replicat. Nu te înțelegi cu fiul tău, pentru că nu vrea să asculte ce îi spui?

- Da, chiar așa.

*- Dă-mi voie să încerc încă o dată, i-am spus. Nu te înțelegi cu fiul, pentru că el nu vrea să asculte ce îi spui **dumneata**?*

- Da, asta am spus, replică el.

*- Credeam că, dacă vrei să înțelegi pe cineva, **dumneata** trebuie să-l ascuți, i-am sugerat.*

- Ah! Exclamă și urmă o lungă pauză. Ah! repetă, pe măsură ce i se lumina mintea. Ah, Da! Dar... eu îl înțeleg! Știu prin ce trece. La vremea lui, am trecut și eu prin toate astea. Cred că ceea ce nu înțeleg este de ce nu vrea să asculte ce îi spun!

Omul nu avea nici cea mai vagă idee despre ce se petrecea în mintea fiului său. Privea în mintea sa și credea că vede în ea lumea întreagă, inclusiv pe băiatul său!”

Sursa: Stephen R. Covey „Eficiența în 7 trepte”

Sugestii pentru îngrijitori privind ascultarea activă:

- ✚ Fiți atent la tonul pe care îl folosiți și evitați atitudinea de „cel care citește gândurile”.
- ✚ Există situații când nu se recomandă ascultarea activă. Identificați situațiile în care copilul dorește să vorbească și pe cele în care preferă să păstreze tăcerea. Nu răspundeți la fiecare comentariu al acestuia. Fiți discret.
- ✚ Ascultarea activă poate funcționa uneori ca o recompensă pentru un comportament greșit al copilului. De exemplu, dacă el continuă să aducă în discuție aceeași problemă sau una similară, acest lucru poate să se datoreze faptului că a descoperit o metodă eficientă de a atrage atenția sau simpatia cuiva și nu are nici o intenție de a rezolva problema adusă în discuție. În acest caz, este bine să evitați ascultarea reflexivă sau chiar să menționați așteptările dumneavoastră legate de rezolvarea problemei. Astfel, *atunci când copilul aduce în discuție o anumită problemă*

doar pentru a capta atenția părintelui, un răspuns eficient ar putea fi: „am discutat această problemă de câteva ori; cred că nu pot să te ajut, dar sunt sigur că vei putea să o rezolvi și singur”. Dacă totuși copilul insistă, rămâneți tăcut și ocupați-vă de altceva sau schimbați subiectul. Probabil, copilul este nemulțumit de răspunsul primit, dar în acest caz va învăța că sunteți dispus să-l ajutați doar dacă și el depune un efort pentru soluționarea problemei.

B. Comunicarea mesajului

Situație pentru analiză:

După ce în week-end mama i-a spălat hainele și l-a pregătit pentru școală, luni, copilul ajunge acasă luni cu hainele murdare. Ce atitudine ar trebui să adopte mama în acest caz? Cum ar trebui să vorbească cu el?

În general, atitudinile care pot decurge din situații de acest gen se situează între două extreme:

a. atitudine agresivă: „Nesimțitul! Ești un nerecunoscător!”, „Nu ți-e rușine de ce ai făcut?”, „Habar nu ai ce înseamnă muncă!”

E bine să știm că acest tip de afirmații nu încurajează comunicarea. Dimpotrivă, atunci când ne adresăm unui copil în acest mod, indiferent ce îi spunem, pentru el reprezintă același lucru: „Mama mă critică” sau „Iar îmi ține morală”. În general, copilul va pretinde că este atent sau va fi atent la ceea ce i se spune fără a fi de acord, însă părintele nu are de unde să știe acest lucru, deoarece el nu este interesat de părerea copilului. Părintele, în acest caz, nu comunică eficient.

b. atitudine pasivă: trece cu vederea peste acest incident sau minimalizează importanța lui „Lasă că am să le mai spăl încă o dată”.

În acest caz, părintele se gândește că nici un efort nu e prea mare pentru copilul său sau că, dacă îi va spune copilului ce îl deranjează, îl va supăra așa de rău, încât va pierde „aprecierea” sau „dragostea” lui. Astfel, copilul va considera că nu este o problemă prea mare să facă asemenea surprize neplăcute și le va repeta, cu o frecvență și o intensitate din ce în ce mai mare. În acest caz, părintele nu numai că nu comunică eficient, mai mult, nu comunică deloc. În plus, involuntar, îi dezvoltă copilului niște deprinderi negative de comportament.

Pentru a evita asemenea situații și a prelua o formă optimă de comunicare, condiția primordială care stă la baza unei comunicări eficiente este aceea de *a avea inițiativa comunicării*. Atunci când ascundem exprimarea sentimentelor noastre de frica unor posibile consecințe negative, ne mișim pe noi înșine. De aceea este necesar să avem curajul exprimării propriei atitudini vizavi de fapta petrecută, să ne asumăm responsabilitatea sentimentelor și dorințelor noastre.

Pentru a exista o comunicare eficientă între părinte/ îngrijitori și copil, este necesar nu doar părintele/ îngrijitorul să aibă inițiativa comunicării, ci și copilul.

Odată venită inițiativa comunicării din ambele părți, problema esențială care se pune în continuare o reprezintă cum e bine să ne exprimăm dorințele, bucuriile, neplăcerile, cum să ne cerem drepturile, să spunem NU atunci când situația o cere, fără a jigni interlocutorul. Altfel spus, cum reușesc atât părintele/ îngrijitorii, cât și copilul să învețe să **comunicare asertiv**.

A învăța să comunicăm asertiv înseamnă a învăța să exprimăm cum ne simțim într-o anumită situație („Sunt supărată, pentru că...”, „Mă doare când...”, „Sunt mândru de...”, „Mă simt jignită când...”, „Sunt dezamăgit, deoarece...”) sau ce ne-am dori de la interlocutor („Mi-ar face plăcere să...”, „Altădată aș vrea să...”).

În exemplul de mai sus, mama băiatului ar fi putut să-i spună „Mă doare când văd că nu pui preț pe munca mea” sau „Mi-ar plăcea ca, altădată, să fii mai atent cu îmbrăcămintea ta”. Prin acest tip de formulare a mesajelor, centrate pe „eu”, îngrijitorul îi atrage copilului atenția că și el are sentimente. Îngrijitorul, la rândul lui, îl ajută pe copil să vadă realitatea cu alți ochi, îl ajută să înțeleagă că, prin comportamentul său,

poate răni oamenii fără să-și dea seama. Pe de altă parte, acest tip de mesaj nu afectează drepturile sau integritatea partenerului de dialog.

Spre deosebire de mesajele centrate pe „eu”, mesajele centrate pe „tu” aduc mari prejudicii eficienței dialogului. Când spunem „Ești un nesimțit!” sau „Tu ești de vină!” ceea ce facem nu este altceva decât să criticăm sau să învinuim copilul, fără a-i da ocazia să se gândească la ceea ce simțim noi sau să se gândească la o soluție salvatoare. Mesajele centrate pe „tu” sugerează că greșeala e numai a copilului și că el trebuie să suporte consecințele, fără a-l ajuta să se gândească la o soluție alternativă, la o modalitate de a repara răul făcut.

De asemenea, mesajele centrate pe „tu” învinovătesc copilul, nu fapta. Ele generalizează o trăsătură de personalitate a copilului pornind de la o întâmplare particulară, îl etichetează pe baza unei singure ipostaze („N-ai știut să rezolvi exercițiul acesta simplu? Ești o proastă!”, „Cum adică nu ai știut de ședința cu părinții? Ești un mincinos!”).

Alte exemple de mesaje centrate pe „eu” și „tu”:

- „Mi-e rușine că am un copil care deranjează vecinii”, în loc de „Ești un obraznic!”
- „Mă supără faptul că nu îți faci temele”, în loc de „Ești o leneșă și jumătate!”
- „Mi-ar plăcea să nu mă mai deranjezi când mă uit la televizor”, în loc de „Treci în camera ta!” sau „Nu te mai tot plimba pe aici!”

Desigur că, rareori, ni se întâmplă să ne adresăm copiilor într-un limbaj atât de formal ca și cel din exemplele de mai sus, însă mesajele transmise trebuie să reflecte totuși sentimentele părintelui față de comportamentul copilului. Odată ce părintele învață să se adreseze în acest fel, sunt mari șanse ca și copilul, la rândul său, prin imitare, să folosească în comunicare limbajul responsabilității. Odată formată această deprindere, putem fi convinși că nu vor mai exista bariere în exprimare.

O altă condiție care stă la baza realizării unei comunicări eficiente, o constituie *comunicarea pozitivă*, ca rezultat al *gândirii pozitive*. Ilustrarea cea mai bună a diferenței dintre gândirea pozitivă și cea negativă este oferită de arhicunoscutul exemplu al paharului cu apă umplut pe jumătate: în timp ce unii consideră că au în fața lor un pahar din care lipsește apă și manifestă nemulțumire, îngrijorare, alții sunt mulțumiți că au un pahar umplut pe jumătate cu apă și se mulțumesc cu ce au.

Exemplul 1: După ce învățătorul s-a chinuit timp de mai multe săptămâni cu o elevă mai slabă la învățatură s-o învețe să scrie câteva litere și apoi să alcătuiască cuvinte cu acestea, mama a venit într-o zi la școală. Întâmplător, în acea zi eleva a scris o propoziție întregă. Învățătorul, dornic de a-i spune mamei vestea cea bună, îi arată caietul: „Priviți ce a făcut astăzi fiica dumneavoastră!”. La care mama, după ce și-a revenit din uluire, începe s-o lovească: „Nu ți-i rușine, măgăriță? De aia te trimit eu la școală în fiecare zi? Numai atâta ești în stare să faci?...” Apoi, se întoarce spre învățător: „Nu vă faceți probleme, domnu profesor, am eu grijă de ea să primească ceea ce merită acasă. Nu o să se mai întâmple așa ceva”.

Astfel, în timp ce învățătorul a apreciat „partea plină a paharului”, mama elevei a fost nemulțumită de „partea goală”. Și acesta nu este un caz singular...

Exemplul 2. Venind acasă fericit că a luat o notă bună, băiatul îi arată părintelui carnetul.

Acesta exclamă: „Doar nota nouă ai luat?”

Exemplul 3. O fetiță care vroia să-i facă surpriză mamei spălând vasele la bucătărie, din greșeală, scapă unul pe jos și îl sparge. În loc să aprecieze inițiativa și efortul depus, mama o învinuiește pentru greșeală, pedepsind-o.

Exemplul 4. Un băiat vine acasă cu o foaie de caiet plină cu litera „i”, din care o singură literă este încercuită de învățătoare ca fiind greșită. Văzând caietul, mama rupe foaia și îl pune pe copil să refacă întreaga pagină.

Toate aceste exemple demonstrează tendința izvorâtă dintr-o gândire exagerat de critică de a penaliza necruțător greșeala și a ignora aspectele pozitive. Aceasta duce, inevitabil, la concluzia „mai bine să nu lucrezi că atunci sigur nu greșești”.

Nu vrem să afirmăm aici că este bine să încurajăm performanțele mai slabe ale copiilor; vrem doar să evidențiem că adultul trebuie să demonstreze că este întotdeauna dispus să dialogheze. Chiar și atunci când copilul sparge un vas sau vine acasă cu o notă mai mică decât ne-am fi așteptat, un îngrijitor, care știe să comunice pozitiv, va reuși întotdeauna să găsească elemente demne de apreciat, să vadă picătura de apă din paharul, aparent gol.

Construirea unui mesaj la persoana întâi

Înainte de a vă exprima sentimentele de nemulțumire față de copil, gândiți-vă la următorul lucru: de obicei, ceea ce vă deranjează sunt consecințele unui comportament asupra dumneavoastră și nu comportamentul copilului în sine – adică cum afectează acesta nevoile și drepturile proprii. În cazul în care comportamentul copilului produce consecințele dorite, este foarte probabil să nu vă deranjeze acest comportament. De exemplu: Sunteți în bucătărie și pregătiți cina. Copiii sunt preocupați să se joace în celălalt colț al casei, râzând și distrându-se de minune. Zgomotul pe care îl fac nu vă deranjează. La un anumit moment, sună telefonul. Acum comportamentul lor interferează cu propriile nevoi, vă simțiți nemulțumit, deoarece nu puteți auzi ce spune cealaltă persoană la telefon. Ce vă deranjează în acest caz: comportamentul copiilor (faptul că se joacă zgomotos) sau consecințele acestui comportament asupra dumneavoastră (nu auziți ce vorbește cel de la capătul firului)? Desigur, ceea ce vă face să vă simțiți frustrat sunt consecințele comportamentului copiilor asupra dumneavoastră. Așadar, când le spuneți copiilor ce simțiți în legătură cu comportamentul lor, ei trebuie să știe că sentimentele pe care le aveți sunt un răspuns la consecințele comportamentului lor și nu la comportamentul lor în sine: „Dacă este așa mare gălăgie, îmi este greu să aud ce-mi spune Maria la telefon”.

Etape în construirea unui mesaj la persoana întâi

1. *Descrieți comportamentul care interferează cu activitățile dumneavoastră;* (doar descrieți-l și nu învinovățiți pe nimeni pentru el); de exemplu: „Când întârzi la școală și nu vii acasă...”
2. *Exprimați-vă sentimentele în legătură cu consecințele comportamentului asupra dumneavoastră;* de exemplu: „... mă îngrijorez că ți s-a întâmplat ceva...”
3. *Descrieți consecințele;* de exemplu: „...pentru că nu știu unde ești”. Ele ar trebui să cuprindă următoarele elemente:
 - când...* (descrieți comportamentul);
 - mă simt...* (descrieți sentimentul);
 - din cauză că...* (descrieți consecințele).

Dacă vom aplica această procedură la exemplul anterior, afirmația poate fi formulată astfel: „Când întârzi de la școală, mă îngrijorez că ți s-a întâmplat ceva, pentru că nu știu unde ești”. Accentuați cuvintele „pentru că”, astfel încât copilul să știe că sentimentele exprimate sunt legate de consecințe și nu de comportamentul în sine.

Principiile de bază ale comunicării părinte-copil

- ◆ Atunci când copilul dorește să discute cu dumneavoastră, este indicat să *închideți televizorul sau să amânați lectura articolului din ziar.*
- ◆ Dacă copilul vă povestește ceva important *evitați să răspundeți la telefon în același timp.*
- ◆ *Respectați intimitatea copilului dumneavoastră și evitați conversațiile cu „spectatori”.*
- ◆ Persoanele străine pot fi implicate în discuție numai dacă tema conversației o cere.
- ◆ Învinuirea copilului în fața persoanelor străine duce spre resentimente și ostilitate din partea acestuia.
- ◆ Evitați discuțiile „de sus”. *Modul în care se realizează contactul vizual trebuie să sugereze existența unei relații de parteneriat.*

- ◆ Dacă sunteți supărat sau furios, este bine să amânați discuția pentru mai târziu când veți fi mai liniștit și *când veți putea face o analiză obiectivă a situației.*
- ◆ *Ascultați activ, chiar și atunci când sunteți obosit.*
- ◆ Ascultați cu atenție și fiți politicoși. *Evitați să întrerupeți copilul atunci când încearcă să vă comunice ceva.*
- ◆ Evitați să căutați sensuri și pericole ascunse atunci când copilul dumneavoastră vă împărtășește o întâmplare din viața lui.
- ◆ *Înlocuiți „De ce?” cu „Ce s-a întâmplat?”*
- ◆ Dacă cunoașteți o situație anume este indicat să confrunțați, în mod direct, copilul cu informațiile deținute. *Evitați să apelați la terțe persoane pentru a afla adevărul.*
- ◆ *Încercați să reduceți frecvența „episoadelor” moralizatoare. „Morala” ținută copiilor nu face altceva decât să închidă canalul comunicării.*
- ◆ Evitați să caracterizați comportamentele copilului folosind cuvinte injurioase sau etichetări ironice.
- ◆ În urma discuțiilor, copilul trebuie să rămână întotdeauna cu *sentimentul că este acceptat, chiar dacă ceea ce v-a împărtășit nu este pe placul dumneavoastră.*
- ◆ *Lăudați efortul copilului de a comunica și, astfel, veți întări canalul comunicării.*

Sugestii pentru îngrijitori⁴:

☞ *Fiți disponibil pentru copiii dumneavoastră!*

- Observați momentele în care copilul ar vrea să vă vorbească (de exemplu, înainte de culcare, la cină sau în transportul public) și fiți disponibil pentru el în acele momente.
- Începeți dumneavoastră conversația, astfel îi veți arăta copilului că vă pasă de ceea ce se întâmplă în viața lui.
- Găsiți timp în fiecare săptămână pentru o activitate de unu la unu cu copilul și evitați să vă programați alte activități în acest timp.
- Aflați mai multe despre interesele copilului pe care îi aveți în îngrijire, de exemplu, care este muzica lui/ei preferată sau ce activități preferă și arătați-vă interesați de ele.
- Inițiați conversații spunându-i copilului mai întâi la ce v-ați gândit; nu începeți conversația printr-o întrebare.

☞ *Arătați-i copilului că îl ascultați!*

- Atunci când copilul vă vorbește despre problemele lui, opriți-vă indiferent de ceea ce faceți și ascultați-l.
- Arătați-i că vă interesează ceea ce spune fără a fi intruzivi.
- Ascultați-i punctul de vedere, chiar dacă vă este dificil să îl auziți.
- Lăsați-l să termine ceea ce are de spus înainte de a interveni.
- Repetați ceea ce v-a spus, pentru a vă asigura că ați înțeles corect ceea ce a vrut să vă spună.

☞ *Răspundeți-i copilului într-un mod pe care el să-l înțeleagă!*

- Domoliți-vă reacțiile puternice; copilul se va retrage dacă le păreți furioși.
- Exprimați-vă opinia, fără a o demonta pe a lui; recunoaște-ți că este normal să aveți păreri diferite.

4 Dr. Molly Brunk, Center for Public Policy, Virginia Commonwealth University; Dr. Jana Martin, Psychology Regional Network, Los Angeles, California; Dr. Nancy Molitor, Northwestern Health Care, Evanston, Illinois; Dr. Janis Sanchez-Hucles, Old Dominion University, Norfolk, Virginia

- Rezistați tentației de a vedea cine are dreptate. Îi puteți spune în schimb copilului: „Știu că nu ești de acord cu mine, dar asta este ceea ce cred eu.”
- În timpul conversației, concentrați-vă pe sentimentele copilului, nu pe emoțiile dumneavoastră.
- ↳ *Rețineți!*
- Întrebați-vă copilul ce își dorește de la o conversație cu dumneavoastră: are nevoie de un sfat, să fie ascultat, are nevoie de ajutor pentru a face față diferitelor emoții sau de a rezolva o problemă.
- Copilul învață prin imitare. Cel mai des, el va urma exemplul dumneavoastră în modul în care face față furiei, va rezolva o problemă sau se va autoregla.
- Discutați cu copilul – nu îi țineți morală, nu îl criticați, nu îl amenințați și nu îi spuneți lucruri dure.
- Copilul învață din propriile lui alegeri. Atâta timp cât consecințele nu sunt periculoase, nu vă simțiți obligați să interveniți.
- Realizați că, copilul vă poate testa prin a vă spune o mică parte din ceea ce îi supără. Ascultați cu atenție ceea ce spune, încurajați-l să vorbească, și el vă va împărtăși poate și restul poveștii.

Tabelul 11. Reguli generale pentru comunicarea îngrijitor-adolescent (adaptat după Asociația Psihologilor din SUA, 2002)

Reguli pentru părinți/ îngrijitori	Reguli pentru adolescenți
Respectați intimitatea adolescentului.	Respectați intimitatea părinților.
Oferiți nu doar sfaturi ci și exemple de comportament.	Consultați-vă cu părinții în problemele personale (intime).
Încurajați ideile (căutările) adolescentului.	Luați în considerare drepturile părinților.
Demonstrați afecțiune și suport emoțional constant față de adolescent.	Fiți politicoși cu părinții, mai ales când sunteți în public, în grup.
Păstrați secretele încredințate.	Păstrați confidențele, secretele împărtășite de părinți.
Nu fiți exagerat de posesiv.	Invitați prieteni în casă.
Încercați să tratați adolescentul ca pe un tânăr adult responsabil.	Nu vă criticați părinții în public.
Uitați-vă în ochii lui în timpul conversației.	Priviți-vă părinții în ochi în timpul conversației.
Vorbiți cu adolescentul despre probleme sexuale și despre moarte.	Discutați cu părinții despre probleme sexuale și despre moarte.
Oferiți adolescentului cadouri și felicitări de ziua lui de naștere.	Oferiți cadouri și felicitări părinților de ziua lor de naștere.
Sprrijiniți adolescentul atunci când nu este prezent.	Respectați dorințele lor, chiar și atunci când sunt absenți.
Abordați cu adolescentul probleme legate de politică și religie.	Discutați cu părinții despre politică și religie.
Considerați-vă responsabil pentru comportamentul adolescentului.	Acceptați supravegherea generală (și grija) părinților.
Nu criticați aspru alegerile și prietenii adolescentului.	Respectați aprecierile și evaluările părinților, chiar dacă vi se par demodate.

Mesaje-cheie:

- ⌘ Lipsa comunicării reprezintă stagnare, regresie și are consecințe negative asupra relației cu apropiatii, în special cu copii.

Împăratul Frederic, care a condus Sfântul Imperiu Roman în secolul al 13-lea, a dorit să știe ce limbi se vorbeau la nașterea omenirii, în Grădina Raiului. Era vorba de ebraică, de greacă sau de latină, se întreba el. Prin urmare, a dat ordin să se facă un experiment: un grup de copii urma să fie izolat într-un mediu care reproducea cu mare acuratețe circumstanțele originale din Grădina Raiului. Copiii urmau să fie crescuți de către dădace, cărora li s-a interzis să vorbească în prezența acestora. Nici un cuvânt nu urma să fie auzit, până ce aceștia nu începeau să vorbească propria lor limbă. Rezultatul? Toți copiii au murit.

- ⌘ Fiecare dintre noi poate învăța să comunice mai bine.
- ⌘ Abilitățile de ascultare și comunicare sunt cheia pentru o conexiune sănătoasă îngrijitor-copil.
- ⌘ A fi îngrijitor este un lucru greu, iar menținerea unei legături bune cu copiii, poate fi o provocare, mai ales că profesioniștii se mai confruntă și cu alte presiuni. Dacă aveți probleme, pe o perioadă mai extinsă de timp, ați putea să luați în considerare consultarea unui specialist, pentru a vedea cum puteți îmbunătăți starea de bine a familiei dumneavoastră.
- ⌘ Buna comunicare dintre îngrijitor și copil reprezintă elementul-cheie ce crește respectul de sine al copilului și, totodată, ajută la construirea unei relații armonioase.

Capitolul III.4. MANAGEMENTUL STRESULUI PROFESIONAL

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Stresul din viața de zi cu zi;
- ✓ Cauzele și simptomele stresului;
- ✓ Sindromul „arderii profesionale”;
- ✓ Stresul traumatic secundar;
- ✓ Prevenirea și reducerea stresului pe termen lung;
- ✓ Influența furiei asupra relațiilor din familie;
- ✓ Importanța acțiunilor adecvate în cazul acceselor de furie.

3.4.1. Stresul – surse, reacții și consecințe

Stresul reprezintă un aspect normal și necesar al vieții, aspect de care omul nu-l poate evita. Stresul poate genera un disconfort temporar, de asemenea poate produce consecințe pe termen lung. În timp ce prea mult stres poate altera starea de sănătate a unui individ cât și bunăstarea acestuia, totuși un anumit volum de stres este necesar pentru supraviețuire.

Familia se dorește a fi, la momentul constituirii sale, unul dintre factorii de echilibru ai persoanei, poate chiar cel mai important. Orice familie traversează momente dificile care necesită reorganizări, renunțări la unele modele de comportament și elaborarea altora. Aceste momente reprezintă surse de stres pentru familie.

Familia este un sistem deschis, viu, cu influențe multe și diverse din partea mediului și numeroase tipuri de interacțiuni cu acesta. Sistemul familial niciodată nu rămâne la fel; el se schimbă de la un moment la altul, în funcție de evenimentele care apar în interiorul și exteriorul familiei. Sistemul familial trebuie să se restructureze și să se reorganizeze în funcție de:

- apariția sau dispariția unora dintre membri (nașterea copiilor, a nepoților, decesul, căsătoria copiilor, revenirea după un divorț a copilului în cuibul familiei de origine);
- creșterea și dezvoltarea membrilor (copilul mic, adolescentul, conștientizarea rolului de părinte, înaintarea în vârstă etc.);
- apariția unor evenimente așteptate sau neașteptate (intrarea copilului la grădiniță sau școală, divorțul, pensionarea părinților, obținerea unui loc de muncă pentru părinte, o boală etc.);

Aceste schimbări, solicitări, evenimente nu sunt altceva decât surse de stres pentru membrii familiei.

Conform cercetărilor, sursele de stres familial sunt următoarele:

- conflictele maritale, separarea, divorțul;
- lipsa de afecțiune și respect;
- eludarea unor responsabilități;
- incompatibilitatea de idei, preocupări, atitudini, cooperare;
- comunicarea redusă;
- lupta pentru dominare;
- regulile rigide și restrictive;
- alcoolismul;
- problemele financiare, sexuale;

- existența unor teme „tabu”;
- inegalitatea atitudinilor față de copii;
- atitudinea critică excesivă;
- violența familială;
- boala/ invaliditatea.

Caracteristicile familiei care predispune cu succes la stres:

- comunicare eficientă, deschisă și constantă;
- toleranță față de individualitatea fiecărui membru, față de diferențele de generații;
- flexibilitate în roluri și reguli;
- relații democratice cu dreptul de decizie.

Conform cercetărilor, *sursele de stres în familiile APP* pot fi:

- provocările ce vin din confruntarea cu sistemul de protecție a copilului;
- așteptările neîmplinite;
- dificultățile în stabilirea noilor responsabilități în rolul de părinte;
- sentimentele provocate de subaprecierea muncii asistenților parentali profesioniști și a părinților-educatori de către societate, lucrul cu copiii adoptivi fiind de o valoare scăzută;
- experiența amenințărilor familiei și siguranța personală, inclusiv siguranța fizică, emoțională, și juridică;
- problemele personale emoționale care au apărut după acceptarea copilului în familie;
- dificultățile emoționale și de relație cu membrii familiei imediat după acceptarea copilului;
- dificultatea de ajustare a relațiilor între copiii biologici și cei adoptivi, rivalitatea fraternă, concurența pentru atenția parentală;
- lipsa de timp pentru a armoniza relațiile de familie maritale sau de altă natură;
- lipsa de sprijin social;
- oboseala din cauza grijii suplimentare pentru o altă persoană în casă;
- problemele de comportament ale copiilor, cum ar fi minciuna, furtul, agresiunea verbală și fizică, amenințările de violență față de sine, problemele de somn, temerile, nesiguranța și lipsa de încredere în sine;
- problemele emoționale ale copiilor legate de traumele din trecut și/sau tulburările de atașament și de dezvoltare;
- relația cu familia biologică a copilului;
- teama de a experimenta durere atunci când copilul va trebui să plece din familie.

Se constată că *anumite trăsături de personalitate fac persoana să fie mult mai vulnerabilă în situațiile dificile/ stresante:*

- tendința de perfecționism, scrupulozitatea excesivă, indecizia, rigiditatea;
- sensibilitatea accentuată, emotivitatea crescută, timiditatea, anxietatea;
- tendința spre viziuni pesimiste, neîncrederea, labilitatea afectivă;
- adaptabilitatea scăzută, impulsivitatea și iritabilitatea;

- toleranța redusă la frustrare, autocontrolul redus;
- nevoia imperioasă de autorealizare și de a-și dovedi valoarea;
- conflictele între motive;
- tendințele pronunțate egocentrice;
- tendințele obsesive, fobice;
- sentimentele intense de culpabilitate;
- sentimentele de inferioritate, insecuritate;
- boala și necesitatea de adaptare la o deficiență fizică, psihică și socială la un handicap etc.

În orice situație de stres, mai mult sau mai puțin intensă fiecare persoană va avea un set de reacții. Unele sunt simțite imediate, unele după ceva timp. Dacă starea de stres devine ceva permanent, cumulara reacțiilor poate duce la efecte de lungă durată, datorită scăderii capacității organismului de a se adapta. Stresul intens slăbește sistemul imunitar provocând/ agravând de la simple răceli, până la îmbolnăviri mai grave.

Tabelul 12. Reacții și semne ale stresului

Reacții fiziologice	Reacții emoționale
Tensiune musculară, ticuri, hiperventilație, tahicardie, aritmii, diaree, constipație, hipertranspirație, uscăciune, modificări la nivelul sistemului imun.	Frustrare, ostilitate, anxietate, tensiune, nervozitate, depresie, demoralizare, insatisfacție, sentiment de neputință, labilitate emoțională, culpabilitate.
Reacții cognitive	Reacții comportamentale
Deteriorări ale memoriei, scăderea gradului de concentrare, creșterea ratei de erori și confuzii, scăderea capacității de decizie, de planificare și organizare, evitare sau negare, inhibiții și blocaje, creativitate redusă, toleranță redusă la critică, ideație irațională.	Scăderea performanței, absenteism, evitare / evadare, pasivitate/ agresivitate, intoleranță, dezacord, accidente, excesul sau pierderea apetitului, insomnii, utilizarea crescută de alcool, tutun, cafea, tranchilizante, tendințe suicidale.

3.4.2. Sindromul „arderii profesionale”

Sindromului „arderii profesionale”/ de extenuare face parte din consecințele stresului profesional și reprezintă o stare de epuizare constantă rezultată din expunerea repetată la diferite episoade neplăcute, fără o reală posibilitate de evitare a acestora.

Sindromul „arderii profesionale” nu apare „peste noapte”. Este mai mult un rezultat al unui proces lent, prelungit care poate ține și câțiva ani.

Sindromul de extenuare rezultă dintr-o implicare de lungă durată în activități profesionale cu oamenii și este, în general, specific cadrelor didactice, medicale, asistenților sociali și a celor din domeniul juridic. Această oboseală poate exprima înstrăinarea unei persoane de munca sa.

Există mai multe cauze ale epuizării, uneori, paradoxale și contradictorii. Plictiseala, ca stare opusă supraîncărcării, poate cauza și ea epuizare. Relații de comunicare defectuoase între persoane reprezintă o cauză obișnuită a epuizării. Recompense inechitabile sau nesatisfăcătoare pot conduce și ele la epuizare. Prea multă responsabilitate, prea puțin sprijin sau necesitatea de a dobândi foarte rapid noi abilități și cunoștințe, a realiza aceleași sarcini sunt alte aspecte ce contribuie la apariția epuizării.

În cazul asistenților parentali profesioniști și a părinților-educatori, sindromul epuizării apare ca un stres cronic datorat confruntării cu nevoi familiale nesatisfăcute pe o perioadă îndelungată. Cererile per-

sisteme conduc spre scăderea energiei și motivației îngrijitorilor, aceștia putând experimenta sentimente de autoînvinuire și furie.

Trăsături de personalitate ce predispun la sindromul „arderii profesionale”:

- dificultatea de a spune „nu”;
- nivelul înalt de implicare;
- responsabilitatea excesivă;
- hiperperseverența;
- aflarea sub presiune intensă pentru un timp îndelungat;
- perfecționismul;
- tendința de a avea mai multe realizări;
- oferirea de prea mult suport emoțional.

Formula sindromului „arderii profesionale” la îngrijitori

Prea multe solicitări în materie de energie, forța și resurse, pe o perioadă îndelungată de timp.

+ Așteptări ridicate și implicarea personală profundă în activitatea de îngrijitor.

+ Prea puține acțiuni întreprinse pentru a reface energia consumată în îndeplinirea acestor solicitări.

= SINDROMULUI „ARDERII PROFESIONALE”

Sindromul „arderii profesionale” cuprinde trei **etape**:

1. *Epuizarea emoțională* – se manifestă ca o senzație de „irosire” mentală și fizică sau ca un sentiment de neputință în adunarea resurselor necesare depășirii unei situații problematice, sau de „forțare a unei limite”.
2. *Depersonalizarea* – se manifestă, de obicei, printr-o alterare a abilității profesionale. Printre atitudinile comune caracteristice depersonalizării se întâlnesc, frecvent, comportamentul rece, cinic, ironic sau nepăsarea față de nevoile emoționale ale celui cu care se lucrează.
3. *Tendința de diminuare a percepției realizărilor personale* – se caracterizează printr-o scădere a sentimentelor de împlinire în domeniul de activitate, cu prezența sentimentelor de inutilitate, scăderea încrederii în sine, eșec profesional și demotivare.



Figura 9. Etapele sindromului „arderii profesionale”

1. Prima etapă este caracterizată printr-o cantitate mare de lucru, nivel ridicat de stres la locul de muncă și așteptări ridicate. Cerințele locului de muncă depășesc resursele persoanei și locul de muncă nu atinge așteptările acesteia.

- II. În cea de-a doua etapă, persoanele afectate se simt epuizate fizic și emoțional. Oamenii au nevoie de investiții energetice mai mari pentru a efectua toate sarcinile lucrului. De multe ori, în această fază se pot manifesta dureri de cap sau alte dureri fizice.
- III. Etapa a treia include depersonalizare, cinism și indiferență. Mai mult, persoanele în această etapă sunt apatice, deprimare și plictisite. Devine normală o atitudine negativă față de colegi și clienți/destinatarii serviciilor.
- IV. În cea de-a patra etapă, oamenii simt disperare, neajutorare și prezintă, frecvent, dezgust față de sine, față de alții și față de tot ce este în jurul lor. Sentimentele de vină și inutilitate caracterizează această fază.

Adeesea aceste persoane au sentimentul eșecului sau a unor realizări ne semnificative. Intră astfel într-un cerc vicios care duce la scăderea stimei de sine, a eficienței generale și la o viață nu tocmai plăcută. Și toate acestea datorită expunerii prelungite la stres intens.

Sindromul „arderii profesionale” poate fi recunoscut prin identificarea următoarelor **caracteristici**:

a. *Semnale la nivel individual*

<p>1. semnale afective:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● stare de depresie / stări schimbătoare; ● tristețe copleșitoare; ● extenuare emoțională; ● tensiune / neliniște crescătoare. 	<p>2. semnale motivaționale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● pierderea entuziasmului; ● scăderea optimismului; ● resemnare; ● dezamăgire; ● plictiseală.
<p>3. semnale fizice:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● dureri de cap; ● greață; ● amețeală; ● dureri musculare; ● insomnii; ● ulcer/ tulburări gastrointestinale; ● oboseală cronică. 	<p>4. semnale cognitive:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ineficacitate / pierderea sensului și a speranței; ● lipsă de energie / sentimentul de fi „blocat”; ● sentimentul eșecului; ● respect de sine scăzut; ● vinovăție; ● idei suicidale; ● incapacitate de concentrare/ uitare; ● dificultate de a rezolva sarcini complexe.
<p>5. semnale comportamentale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● hiperactivitate/ impulsivitate; ● consum crescut de: cafea, țigări, alcool, droguri; ● abandonarea activităților recreaționale; ● melancolie involuntară/ negare. 	

Este de menționat că, în cazul semnalelor la nivel individual, trebuie acordată atenție extenuării mintale și emoționale, semnalelor mintale și comportamentale (mai degrabă decât celor fizice) și eficacității personale reduse. În plus, trebuie de avut în vedere faptul că semnalele sindromului „arderii profesionale” sunt întotdeauna legate de muncă și se manifestă la persoane care nu au prezentat neapărat semne de psihopatologie înainte.

b. *Semnale la nivel interpersonal*

<p>1. semnale afective:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● iritabilitate; ● sensibilitate exagerată; ● empatie emoțională redusă cu beneficiarii serviciilor; ● furie crescută. 	<p>2. semnale cognitive:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● percepția cinică și dezumanizatoare a beneficiarilor serviciilor; ● negativism / pesimism față de beneficiarii serviciilor; ● catalogarea beneficiarilor serviciilor în moduri jignitoare.
<p>3. semnale comportamentale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ieșiri violente; ● tendințe de comportament violent și agresiv; ● agresivitate față de beneficiarii serviciilor/ copiii proprii/ partener; ● conflicte interpersonale, conjugale și familiale; ● izolare și retragere socială; ● răspunsuri mecanice față de beneficiarii serviciilor/ copiii proprii/ partener. 	<p>4. semnale motivaționale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● pierderea interesului; ● indiferență față de beneficiarii serviciilor/ copiii proprii/ partenerul.

La nivel interpersonal, o persoană epuizată poate, pe de o parte, să prezinte un comportament violent. Pe de altă parte, în majoritatea cazurilor, vor apărea retragerea și izolarea socială. Un alt lucru este evident, la nivel interpersonal: beneficiarii serviciilor/ copiii proprii/ partener sunt tratați „ca niște obiecte”.

Lista efectelor sindromului „arderii profesionale”:

- performanțe reduse;
- productivitate și eficiență scăzută;
- mai puțină bunăvoință de a-și ajuta colegii;
- satisfacție mai mică;
- diminuarea angajamentului față de muncă;
- intenție mai mare de abandon a angajamentului;
- predispoziție mai mare spre conflicte;
- costuri mai ridicate;
- pierderi financiare din cauza nivelurilor ridicate de absenteism și concediu medical;
- rezultate negative în ce privește reabilitarea psihosocială a beneficiarilor serviciilor;
- probleme de sănătate;
- depresie;
- pierderea respectului de sine;
- nivel de bunăstare scăzut.

Sugestii pentru îngrijitori în prevenirea și diminuarea sindromului „arderii profesionale”:

- ↪ Conștientizați faptul că problema dată există.
- ↪ Acceptați responsabilitățile pentru realizarea unor acțiuni, legate nemijlocit de problema dată.
- ↪ Realizați o claritate cognitivă.
- ↪ Dezvoltați noi metode ce permit învingerea sindromului „arderii profesionale”.

Deoarece stresul este inevitabil în viața noastră, avem nevoie să cunoaștem și să aplicăm modalități de a reduce și gestiona arderea profesională, pentru a nu ajunge la epuizare. Noi nu putem schimba copilul pentru a nu ne stresa, nu putem schimba personalitatea asistentului social cu care colaborăm, dar putem face ceva în raport cu perceperea situațiilor stresante. Chiar și atunci când nu putem schimba circumstanțele din jurul nostru, putem face lucruri care ne vor ajuta să facem față stresului într-un mod mai sănătos.

Formula prevenirii sindromului „arderii profesionale”

Încercați să limitați solicitările inutile din viața dumneavoastră.

+ Formulați așteptări realiste.

+ Păstrați-vă echilibrul fizic și emoțional.

= RĂSPUNS SĂNĂTOS LA STRES

3.4.3. Stresul traumatic secundar

Studiile au arătat că acordarea de îngrijire poate fi extrem de plină de satisfacții, dar foarte stresantă, în același timp. Membrii anturajului, angajații în serviciile de urgență, cadrele medicale, consilierii, psihoterapeuții, asistenții sociali și toți cei care intră în contact cu victimele evenimentelor traumatizante, riscă să dezvolte simptome similare stresului posttraumatic.

Teoretic, persoanele care lucrează în aceste domenii încearcă să modifice comportamentele și emoțiile beneficiarilor serviciilor oferite, prin acordarea de sprijin emoțional, prin strategii de a face față emoțiilor sau o mai bună gestionare a competențelor cognitive. Impactul negativ în lucrul cu persoanele care au un istoric de traume psihologice (violența în familie, abuz sexual și fizic, stres posttraumatic cauzat de dezastru natural, abandon, decesul părinților) a fost descris sub termenii: *stres traumatic secundar* sau *epuizare produsă de compasiune*.

Studiile identifică câteva *motive* care explică riscul îngrijitorilor de a dezvolta stresul traumatic secundar:

- *Empatia* – este cel mai important instrument folosit pentru a ajuta copiii plasați temporar în familii. Copiii traumatizați se simt valorizați atunci când adultul empatizează cu ei. Cu toate acestea, atunci când adultul se identifică cu trauma copilului, există riscul de a le interioriza.
- *Timp insuficient de recuperare* – îngrijitorii, deseori, sunt expuși situației de a asculta de mai multe ori experiențele traumatizante ale copiilor. Astfel, ei ascultă aceeași poveste oribilă de multe ori. Fiind 24 de ore cu copiii, 7 zile pe săptămână, sunt lipsiți de timp liber. Pentru a se detașa de trauma copilului, au nevoie de ceva timp. Stresul traumatic secundar este cumulativ. Ascultarea poveștilor traumatice au efecte negativ, în special, asupra persoanelor cu multă compasiune.
- *Trauma personală nerezolvată* – mulți îngrijitori au propriile pierderi sau experiențe traumatizante. Propria durere/ suferință, la un moment dat, poate fi „reactivată” când un copil povestește despre o experiență traumatică similară. În cazul în care îngrijitorul nu și-a rezolvat problema personal, riscul de a internaliza trauma copilului este mai mare.

- *Copiii sunt cei mai vulnerabili cetățeni ai societății* – copiii sunt complet dependenți de adulți, în satisfacerea nevoilor fizice și emoționale. Când adulții maltratează copiii, aceasta trezește o reacție puternică în orice persoană căreia îi pasă de copii. Ca îngrijitori primari pentru copii vulnerabili, asistenții parentali profesioniști și părinții-educatori sunt supuși riscului de a avea o reacție emoțională puternică la ceea ce aud și ceea ce află despre acești copii. Incapacitatea îngrijitorilor de a schimba situația îi poate face să se simtă vulnerabili.

Chiar și în cazul persoanelor care interacționează sistematic cu victime traumatizate, stresul traumatic secundar apare doar în unele cazuri. Elementul fundamental al procesului de transmitere a traumei este empatia. Tocmai această calitate mobilizează poziția vulnerabilă a specialistului care asistă/ îngrijește victima evenimentului traumatic. Specialistul va încerca să ajute victima identificându-se cu ea. În acest proces inițial, va simți stări similare cu cele trăite de victima primară, producându-se contagiunea emoțională.

Empatia are trei componente:

- *Abilitatea empatică* – capacitatea persoanei de a recunoaște și de a înțelege stările celuilalt, precum și de a transmite această înțelegere prin reacții potrivite.
- *Grija empatică* – motivația de a mobiliza aceste reacții arătând preocupare, respect necondiționat și înțelegere.
- *Răspunsul empatic* – combinația celor două componente anterioare, fiind tradus prin efortul propriu-zis, mobilizat în suportul oferit beneficiarului.

Nivelul stresului provocat de munca empatică va fi determinat de abilitatea persoanei de a se detașa de sentimentele de satisfacție și împlinire trăite în procesul de vindecare, ca urmare a ajutorului oferit.

Calea de la stres la epuizare este determinată de interacțiunea a patru *factori*:

- nivelul stresului resimțit;
- amintirile traumatice;
- expunerea prelungită;
- gradul prealabil de perturbare a vieții (tendința spre ruminări cu privire la evenimentele traumatice).

Întâlnirea tuturor acestor condiții permite instalarea automată a stresului traumatic secundar.

Există câțiva *indicatori* ai stresului care indică riscul de a dezvolta stresul traumatic secundar.

Indicatorul-cheie este atunci când descoperim/ sesizăm că acționăm și simțim într-o modalitate diferită decât este normal pentru noi. Este normal pentru fiecare dintre noi să avem emoții de furie, supărare, tristețe sau neliniște. Oricum, atunci când aceste emoții ating extreme sau sunt îndelungate, aceasta este un indicator al stresului.

Tabelul 13. Indicatori ce favorizează dezvoltarea stresului traumatic secundar

Indicatori emoționali	Indicatori fizici	Indicatori personali
✓ furie;	✓ dureri de cap;	✓ autoizolare;
✓ supărare;	✓ dureri de stomac;	✓ cinism;
✓ neliniște/ îngrijorare intensă;	✓ dureri de spate;	✓ modificări de dispoziție;
✓ suferință prelungită.	✓ extenuare fizică.	✓ iritabilitate.

Înțelegerea nevoilor proprii și răspunsul adecvat este factorul protector major în combaterea stresului traumatic secundar. Pentru asistenții parentali este deosebit de important de găsit modalități de a „lua o pauză” de la funcția sa. Pentru a evita sentimentul de a fi copleșit de frustrare și tristețe este importantă angajarea în activități relaxante, plăcute și chiar distractive. Orice persoană care lucrează cu copii

maltratați sau traumatizați trebuie să-și rezerve timp pentru a se odihni emoțional și fizic și să se angajeze în activități care ar restabili sentimentul de speranță.

Capacitatea noastră de a ajuta copiii care au suferit, depinde de capacitatea noastră de a avea grijă de noi fizic, emoțional, social și spiritual astfel, încât să putem fi alături de ei oricând au nevoie de noi.

3.4.4. Strategii de prevenire și depășire a stresului și sindromului „arderii profesionale”

Adaptarea constituie condiția fundamentală a supraviețuirii ființelor vii în natură și societate. Atât în cazul omului, cât și al animalului reacțiile adaptative sunt în covârșitoarea lor majoritate învățate, dobândite.

Un element important de apreciere a sănătății familiei este modalitatea ei de a face față stresului. Eforturile familiei de a se adapta situației provocate de evenimentele stresante sau traumatizante, presupun două etape distincte, dar interrelaționate: reacția la cerințele imediate și practice ale situației și stăpânirea și gestionarea emoțiilor generate de evenimentul stresant.

Se cunosc 7 caracteristici ale comportamentului de adaptare:

1. explorarea activă a problemei;
2. exprimarea deschisă și liberă a sentimentelor pozitive și negative;
3. căutarea activă (propriu-zisă) a ajutorului de la ceilalți, inclusiv prieteni, rude și cei de la serviciile sociale;
4. împărțirea problemei în mai multe aspecte și analizarea și rezolvarea lor pe rând, una câte una; de exemplu, în cazul unui adolescent rebel, părinții trebuie să aleagă să se concentreze pe problemele majore ale vârstei, cum sunt drogurile, activitatea școlară, decât să se centreze pe probleme minore, cum ar fi camera dezordonată;
5. conștientizarea stării de oboseală, a disconfortului emoțional și a nevoii de a face pauze între eforturile cuiva. Astfel, o familie cu un copil cu multiple dizabilități trebuie să accepte faptul că este nevoie de o „pauză”;
6. manifestarea flexibilității și a dispoziției de a schimba comportamentul sau de a inversa rolurile în familie;
7. păstrarea încrederii de sine, dar și față de membrii familiei și menținerea unei atmosfere de optimism vizavi de eventualele obstacole și crize.

Factori protectori ce conferă rezistență în fața situațiilor stresante și cresc abilitățile de adaptare:

- existența rețelei de suport social: rude, prieteni;
- abilitatea de a găsi suportul social adecvat și de a cere ajutor profesioniștilor;
- relație de cuplu armonioasă;
- armonie între părinți, comunicare intrafamilială deschisă;
- situație socio-economică satisfăcătoare;
- starea bună de sănătate a celorlalți membri ai familiei.

Sugestii pentru îngrijitori în eliminarea sindromului „arderii profesionale”:

- ✎ *Exprimați-vă sentimentele.* Nu păstrați frustrările și stresul doar pentru dumneavoastră. Găsiți pe cineva căruia îi puteți vorbi despre ceea ce vi se întâmplă. Intercomunicarea îndepărtează stresul și schimbă perspectiva lucrurilor.

- ✚ *Luțați-vă o vacanță.* Nimeni nu este de neînlocuit. Dacă ați însușit bine delegarea activităților și a responsabilităților, fiți siguri că vă puteți lua un răgaz pentru a vă relaxa. Fiți atenți! Nu este suficient să plecați „fizic”, trebuie să vă luați și mintea cu voi.
- ✚ *Programați-vă timpul în așa fel, încât să vă puteți relaxa.* În loc să vă continuați activitatea în pauzele de prânz sau de cafea, pentru a ajunge la zi cu lucrul sau pentru a munci în plus, petreceți aceste minute făcând ceva ce nu are nici o legătură cu serviciul.
- ✚ *Nu vă programați niciodată mai mult de o activitate stresantă în aceeași perioadă de timp.* Preveniți suprasolicitarea.
- ✚ *Împărțiți-vă proiectele în secvențe mai mici.* Acesta nu va mai părea tot atât de dificil sau de copleșitor.
- ✚ *Revedeți-vă obligațiunile și responsabilitățile.* Această activitate este un exercițiu de forță și ar trebui să ne facem o prioritate din acest lucru. Decât să ne ocupăm noi de orice problemă nouă, este bine să le dăm voie și altora să rezolve probleme și să ia decizii.
- ✚ *Învățați să spuneți NU.* Nu vă simțiți niciodată obligat să acceptați să lucrați în plus sau să faceți ceva special, de care nu este neapărat nevoie, și care vă trezește mânia și ostilitatea. Capacitatea de a refuza ne dă sentimentul că suntem stăpâni pe situație. Aceasta nu înseamnă că nu vreți să vă implicați sau să vă asumați responsabilități.
- ✚ *Perfecționați-vă/ căutați noi modalități de a vă face munca.* Plictiseala, rutina sunt precursori ai sindromului. Trebuie să fim la curent cu ultimele noutăți și să cunoaștem tehnologiile și ideile actuale. Trebuie să introducem variații în felul nostru specific de lucru.
- ✚ *Învățați să vă relaxați.* Rezervați-vă, în fiecare zi, timp pentru a reveni la o stare de echilibru și relaxare din punct de vedere fizic.

Sugestii pentru îngrijitori în controlul stresului:

- ✚ *Priviți în jur, încercați să descoperiți dacă există vreun lucru care poate fi făcut pentru a schimba sau controla situația.*
- ✚ *Îndepărtați-vă de contextul stresant.* Permiteți-vă zilnic o pauză (chiar dacă este vorba de numai câteva minute).
- ✚ *Încercați să stabiliți prioritățile.*
- ✚ *Încercați să modificați modul de a reacționa la probleme.*
- ✚ *Alegeți tehnici de relaxare ce vi se potrivesc cel mai bine.* Meditațiile și exercițiile respiratorii și-au dovedit eficiența în controlarea stresului. Practicarea lor eliberează mintea de gândurile supărătoare.
- ✚ *Stabiliți scopuri tangibile.* Reduceți numărul dorințelor imposibile de realizat vreodată.
- ✚ *Evitați suprasolicitările.* Rezolvați problemele și conflictele pe măsură ce apar sau în mod selectiv, în funcție de priorități.
- ✚ *Încercați să vă faceți munca cât mai bine cu puțință, însă renunțați la ideea de perfecțiune.* Nimeni nu e perfect.
- ✚ *Nu vă trăiți eșecurile în mod dramatic, priviți pozitiv și învățați din greșeli.*
- ✚ *Modificați perspectiva de a privi lucrurile.* Învățați să recunoașteți stresul și să nu vă lăsați copleșit de el.
- ✚ *Priviți situația cu umor.* Atunci când dumneavoastră sau oamenii din jur încep să ia lucrurile prea în serios, găsiți o modalitate de a reduce încordarea printr-o glumă.

- ↪ *Evitați reacțiile extreme* (de exemplu, de ce ura când o simplă neplăcere este mult mai potrivită? De ce anxietate generală când poți fi doar ușor nervos? De ce deprimare, când tristețea este mult mai ușor de gestionat?)
- ↪ *Evitați autotratementului de calmare* (medicamente, alcool, fumat, alte droguri).
- ↪ *Transformați stresul distructiv în stres constructiv.*
- ↪ *Adoptați o manieră pozitivă de a privi lucrurile.*
- ↪ *Mențineți un spirit pozitiv*, evitați oamenii cu un spirit negativ, pentru că vă pot „contamina” cu stările lor. Creați o atmosferă pozitivă în jurul oamenilor cu care interacționați. Învățați să vă bucurați pentru realizări, chiar și atunci când nimeni nu o face.
- ↪ *Apreciați viața dumneavoastră personală.* Datorită telefoanelor mobile și internetului, suntem disponibili pentru toți și toate în orice moment. Nu permiteți să dispară granițele între timpul de muncă și timpul personal.

Lucruri ce nu ajută în combaterea stresului:

- consumul de alcool;
- fumatul excesiv;
- consumul de droguri;
- consumul de pastile;
- supraalimentația sau subnutriția;
- supraîncărcarea cu alte activități pentru a uita;
- ruminarea asupra problemei;
- interiorizarea sentimentelor de furie și ostilitate;
- închiderea în sine, izolarea și evitarea contactelor sociale;
- prea multe gânduri legate de trecut.

Sugestii pentru îngrijitori în managementul stresului familial:

- ↪ *Construiți-vă o rețea de sprijin.* În trecut, părinții cu copii mici locuiau, deseori, în localitatea în care crescuseră. Ei aveau o rețea de prieteni și familie care îi putea ajuta la îngrijirea copiilor, partea financiară, în situații de boală, la cazare, chiar la pregătirea mesei și spălatul rufelor. Atât bărbații, cât și femeile se bazau pe alți membri ai familiei și ai comunității pentru a supraviețui. Astăzi, mulți dintre noi nu avem o rețea de sprijin. Trebuie să creăm una. Noi toți avem nevoie de un sistem de sprijin. Avem nevoie să fim ajutați de prieteni, vecini și comunitate pentru a obține și a acorda sprijin.
- ↪ *Creați o rutină a familiei. Fiți consecvenți.* Rutina oferă, deseori, o sursă de stabilitate și confort pentru copii și familie. Noi toți, și mai ales copiii, au nevoie să știe ce se așteaptă de la ei și pe ce ne putem baza. Tiparele cunoscute pot să reducă stresul. Dacă știu că voi mânca după ce mama vine acasă de la servici și ca, după masă, mă voi juca, mă voi pregăti pentru culcare, voi auzi o poveste, și mă voi culca, mă simt mai în siguranță. Chiar dacă această rutină se schimbă puțin, știu că tot va avea consistență, ceva pe care mă pot baza. Pe de altă parte, dacă nu știu când va fi ora de masă, de joacă, sau de culcare, simt că nu am control asupra acestor lucruri și sunt neliniștit. *Stabilirea unor ore regulate pentru mese, culcare și timp petrecut împreună cu familia ajută la construirea unei structuri care îl face pe copil să se simtă în siguranță.* Trebuie să fim consecvenți în așteptări, disciplinare și rutină.
- ↪ *Simplificați rutina familiei în momentele de stres ridicat.* În momentele de stres, întrebați-vă: Ce este esențial și ce nu este? Ce se poate face diferit? Poate fi reorganizată viața de zi cu zi (curățenia,

gătitul, sarcinile casnice)? De exemplu: Gătitul în cantități mai mari ajută la micșorarea sarcinilor casnice în restul săptămânii.

- ✚ *Fixați un lucru pe săptămână pe care-l așteptați cu nerăbdare pentru a-l face cu familia dumneavoastră („Timp Special”).* Timpul Special este ceva special ce planificați să faceți cu familia, o activitate care vă place tuturor. Poate fi întâlnirea de vineri seara, lectura făcută împreună înainte de culcare sau plimbarea de duminică după amiază.
- ✚ *Aveți grijă de dumneavoastră înșivă.* Faceți acele lucruri care vă ajuta să vă simțiți mai pozitiv față de sine înșivă. Țineți minte, este OK să solicitați ajutor! Puteți solicita ajutorul unui partener, prieten, vecin sau coleg de serviciu. Învățați că nu trebuie să fiți responsabil pentru tot sau să faceți totul singur. Este foarte bine să solicitați ajutor câteodată.

Tehnici de relaxare și meditație

- ❑ Așezați-vă, relaxat, pe un scaun. Concentrați-vă asupra acestei poziții odihnitoare. Imaginați-vă fiecare părticică a corpului, din cap până în picioare, într-o stare de perfect calm. Rostiți cuvântul „relaxare”: „degetele de la picioare îmi sunt relaxate, degetele de la mâini, la fel, mușchii feței sunt și ei relaxați”.
- ❑ Imaginați-vă mintea ca pe suprafața unui lac în timpul furtunii, străbătut de valuri și chinuit de zgomot. Dar acum talazurile tac, iar suprafața lacului este netedă și liniștită.
- ❑ Petreceți 2-3 minute reamintindu-vă cele mai frumoase și mai calme peisaje pe care le-ați văzut vreodată, cum ar fi: un apus de soare la munte, o vale adâncă invadată de murmurul zorilor, o pădure în miez de zi sau lumina lunii oglindindu-se în ape fremătânde. Retrăiți aceste scene prin intermediul amintirilor.
- ❑ Repetați încet, în liniște, însoțind fiecare silabă cu o melodie proprie, cu o serie de cuvinte aducătoare de calm și pace, cum ar fi: *liniște* (pronunțați-l pe un ton hotărât, dar calm), *seninătate*, *calm*. Gândiți-vă la alte cuvinte asemănătoare și repetați-le.
- ❑ Alcătuiți o listă de ocazii în care, de-a lungul vieții, ați fost conștienți că cineva veghează cu grijă asupra dumneavoastră și reamintiți-vă cum, în momentele de grijă și neliniște, v-a venit ideea salvatoare sau cineva în ajutor.
- ❑ Reintrați în contact cu propriul stres. Stresul e periculos numai când nu suntem conștienți de el. Dar dacă suntem conștienți de el („Sunt stresat pentru că am o mie și una de lucruri de făcut”), îl putem percepe simplu, și va fi mai ușor de depășit. Încercați să vă întrebați în fiecare zi – și să notați – ce vă face să fiți stresat. Pot fi diverse lucruri curente sau pot fi lucruri din trecut.

Program de prevenire a sindromului „arderii profesionale”

1. Dezvoltați așteptări realiste față de copilul aflat în plasament:
 - Prin cunoașterea informației relevante despre copil de la asistentul social. Dacă nu vi se oferă informații necesare, insistați să cunoașteți aspecte importante din viața anterioară a copilului, cum ar fi: A fost sau nu supus abuzului fizic, sexual? Folosește careva medicamente? Ce probleme de comportament are? Are careva probleme de sănătate?
 - Prin cunoașterea particularităților de vârstă ale copilului/ copiilor aflați în plasament, ceea ce facilitează înțelegerea unor comportamente specifice vârstei și previne reacția emoțională a adultului.
 - Prin cunoașterea și înțelegerea condițiilor particulare ale copilului.

Exemplul 1: Un îngrijitor al unui copil cu vârsta de zece ani, cu sindrom alcoolic fetal, era frustrat când încerca să-l roage să facă ordine în camera lui. Rugămintea se transforma într-o luptă în fiecare sâmbătă.

Copilul știa ce să facă, dar nu făcea. Îngrijitorul curând și-a dat seama că, din cauza sindromului, copilul nu ar fi capabil de a traduce în acțiune ceea ce a auzit. Îngrijitorul a învățat de la un alt părinte să lipească pe perete fotografii ale unui copil care face ordine. Aceasta l-a ajutat pe copil să-i reamintească vizual ce are de făcut.

Exemplul 2: O familie APP, în grija căreia este un copil afectat de consumul de drog al mamei, s-a informat înainte de a lua copilul despre posibilele conduite/ reacții ale acestuia. Ei au aflat despre înfășatul bebelușului, păstrarea întinericului în cameră, evitarea mișcărilor rapide și susținerea buzelor pentru a ajuta să sugă din sticlă. Uneori copilul plângea la nesfârșit și părinții de multe ori se simțeau epuizați de plâns. Dar ei știau că această reacție este un efect al drogului și nu din cauza că ei nu au făcut ceva.

- Prin aranjarea spațiului locativ astfel, încât copilul să aibă șanse de succes – regulile casei, rutina zilei, reguli la cumpărături, etc.

Tabelul 14. Exercițiu: Ce face copilul tău?

În prima coloană , scrieți lucrurile pe care le face copilul și vă irită.			
În a doua , coloană scrieți ce așteptați de la copil.			
În a treia coloană , scrieți la ce stadiu de dezvoltare se află copilul.			
În ultima coloană , întrebați-vă dacă așteptările sunt realiste. Uneori, este nevoie să ne ajustăm așteptările. Alteori, așteptările sunt prea realiste și avem nevoie de a găsi o altă modalitate de a gestiona situația.			
Comportament	Ce aș vrea ca copilul să facă	Nivelul de dezvoltare sau nevoi speciale ale copilului	Așteptările mele sunt realiste?
Fiica mea adolescentă este suspendată de la școală pentru fumat.	Aștept de la ea să nu fumeze, deoarece nu este bine pentru ea. Aștept să fie din nou la școală.	Adolescenții adesea demonstrează comportamente de sfidare. Fata fuma înainte de a fi plasată în familie.	Nu este real să aștept de la ea să nu mai fumeze. Este mult mai real să aștept de la ea să facă anumite lucruri ce ar evita suspendarea de la școală sau să accept consecințele acțiunilor ei.

2. Dezvoltați așteptări realiste față de sine:

- Prin înțelegerea că, rareori, există soluții simple. Chiar presupunând că majoritatea problemelor au soluții, a aștepta ca ele să fie clare, simple și ușoare este o credință care se confruntă cu o realitate mult mai dură. Nu pot fi soluții simple în asistență parentală, atunci când cele mai multe probleme implică adesea mai multe persoane. Familia și problemele de comportament au nevoie de mult timp pentru a fi reduse sau soluționate eficient.
- Nu așteptați să schimbați copilul, să salvați copilul sau să produceți un miracol. Vă puteți aștepta ca prezența dumneavoastră în viața unui copil să-i creeze o lume diferită și că la toate problemele copilului dispuneți de soluții. În calitate de îngrijitor puteți face ceva diferit în viața copilului. Ați greși dacă ați crede că este în puterea dumneavoastră să faceți totul diferit. Nu contează cât de capabil sunteți, vor exista probleme pe care nu veți fi capabil să le gestionați, mai ales dacă insistați s-o rezolvați singur. Copiii aduc cu sine probleme de plasament care sfidează soluțiile și care vă va împinge la limită. Pentru a reduce stresul, faceți tot ce puteți și acceptați că nu puteți face totul. Nu vă așteptați la succes pentru fiecare copil.
- Celebrați pașii mici – „Nerăbdarea, este un risc în profesia de ajutor.” Obstacolele sunt frecvente. Dacă încercați să acceptați viteza mică a modificărilor și să sărbătoriți succesele mici veți reuși să preveniți stresul dumneavoastră și al copiilor.

- *Dezvoltați-vă abilitățile prin a învăța tot ce puteți. Deseori, copilul vine la dumneavoastră în plasa-*
ment cu „piese puzzle” și, împreună, trebuie să faceți o imagine. Dacă copilul este diagnosticat cu
tulburare de comportament, trebuie să studiați ce înseamnă acest diagnostic.
- 3. *Cultivați atitudini pozitive față de viață:*
 - *Aveți grijă de starea fizică a dumneavoastră., alimentați-vă sănătos, respectați orele de somn, faceți*
exerciții fizice.
 - *Exersați tehnici de relaxare, de control al respirației.*
 - *Cultivați atitudini pozitive față de viață*
 - *Căutați suport emoțional de la alții. Vorbiți despre emoțiile și sentimentele dumneavoastră.*
 - *Renunțați la obișnuințe distructive și nesănătoase.*
- 4. *Învățați cum să controlați furia.*

3.4.5. Furia – emoție asociată stresului intens secundar

Furia este copilul frustrării. Nu ne-am născut furioși. Învățăm acest lucru. La toate nivelurile sociale, furia, scăpată de sub control, a provocat izbucniri violente, asalturi și insulte, crime și sinucideri.

Poate că de furie ne temem mai mult decât de orice altă emoție. Știm cât de distructivă poate fi aceasta în viața noastră și ne temem de furia altora îndreptată asupra noastră. Furia poate ucide, ca în cazul furiei ucigașe, dar furia reprimată poate ucide prin alcoolism și alte dependențe, depresie, singurătate și resentimente cronice. Într-un fel, furia este ca duhul din sticla din *Poveștile celor 1001 de nopți*. Când iese din sticlă, crește, ia proporții gigantice și reduce foarte mult scara umană.

Se deosebesc 2 tipuri de furie:

- furie ca reacție imediată la o situație frustrantă;
- furie care este determinată de o atitudine ostilă față de ceilalți/ furie cronică.

Oricum, în ambele cazuri furia este o energie, descărcarea căreia duce la schimbări bune sau rele.

Se consideră că furia este o emoție sănătoasă. Furia comunică un mesaj că persoana se simte amenințată sau ofensată. Ceea ce creează probleme nu este emoția propriu-zisă, ci comportamentul adiacent emoției ori modalitatea prin care exteriorizăm furia. Avem de învățat să separăm emoția de comportament. Putem fi furioși, fără a produce prejudicii cuiva. Copiii din APP și CCTF vor dezvolta abilitatea de a-și controla furia prin exemplul adulților.

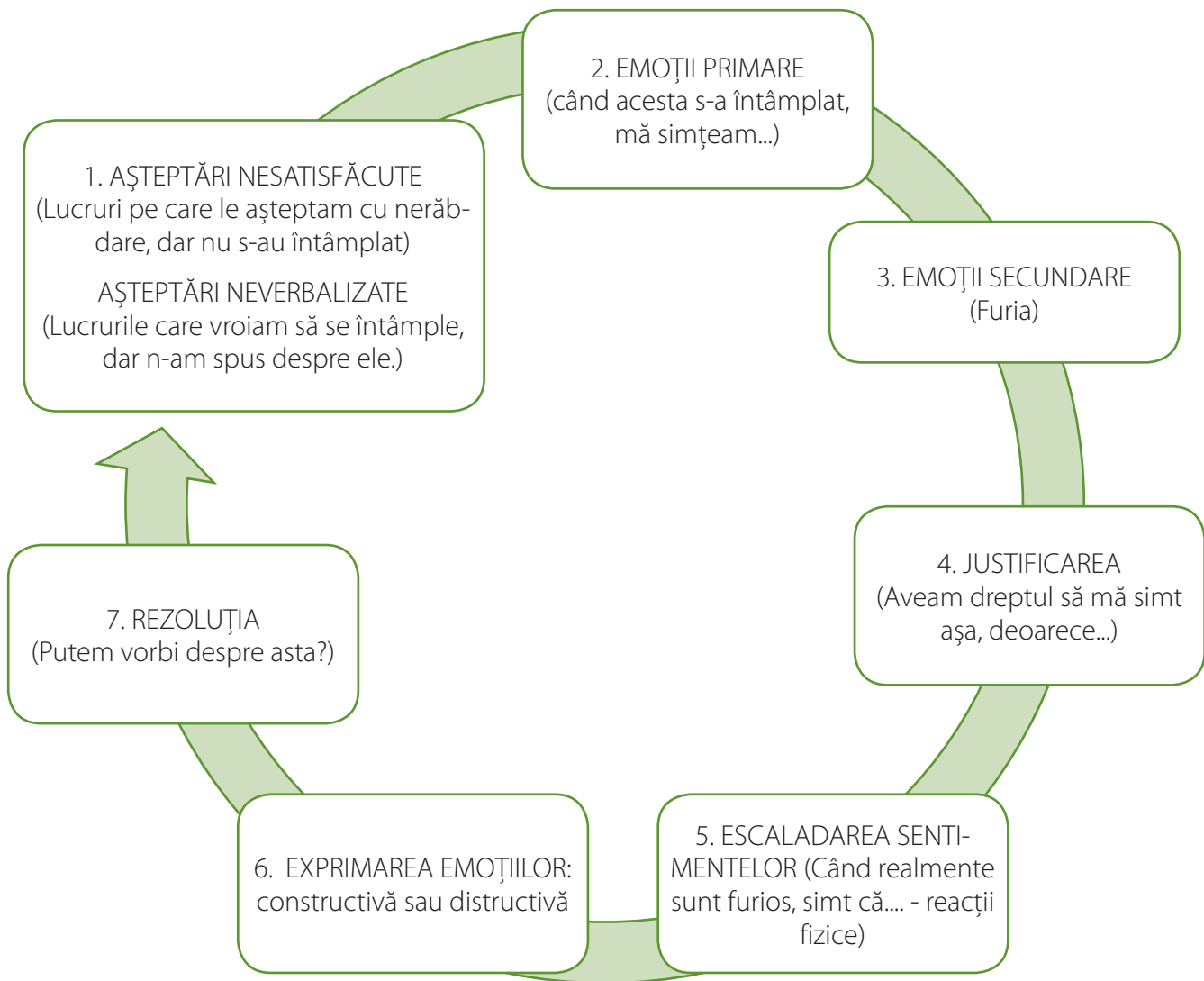


Figura 10. Ciclul furiei

1. Primul imbold al furiei sunt așteptările nesatisfăcute sau neverbalizate: „Am așteptat ca copilul, pe care l-am acceptat în plasament, să mă trateze cu respect. Am așteptat ca el să-mi fie de ajutor pe lângă casă.”
1. „Atunci când așteptările nu sunt satisfăcute, mă simt frustrat, supărat, dezamăgit.” Acestea sunt câteva din emoțiile primare care apar ca reacție.
2. Aceste emoții primare, care sunt în spatele furiei, conduc spre declanșarea furiei, ca emoție secundară. Când suntem furioși, căutăm emoția primară care este în spatele acesteia, emoția care comunică despre o așteptare sau nevoie nesatisfăcută: „Eu sunt furioasă, deoarece am avut nevoie să fiu ascultată.”
3. Urmează justificarea, prin care ne amintim de multitudinea de motive care ne face să fim furioși: „Băiatul acesta niciodată nu mă ajută, este un leneș. Fac tot ce e mai bine pentru el și nici măcar un gram de respect nu-i capabil.”
4. Ceea ce se întâmplă mai departe este escaladarea emoțiilor spre reacții fizice: transpirație, plâns, nod în gât, crește ritmul cardiac, tensiune musculară.
5. În această stare emoțională și fizică nevoia fundamentală este de a exterioriza emoția. Furia poate fi exprimată prin diferite modalități.

Tabelul 15. Modalități de exprimare a furiei

Modalități constructive	Modalități distructive
<ul style="list-style-type: none"> • Exprimați emoția prin cuvinte pentru a spune persoanei ce simțiți. • Luați o pauză și gândiți-vă la ceea ce se întâmplă. • Implicați-vă într-o activitate pentru degajarea energiei emoțiilor negative, cum ar fi: tăiatul lemnului, plimbarea, curățenia în casă, respirarea aerului proaspăt, plânsul. • Vorbiți cu cineva, spuneți o rugăciune. • Scrieți o scrisoare/ bilet. 	<ul style="list-style-type: none"> • A țipa la cineva. • A eticheta pe cineva (nebun, prost, debil, idiot). • A lovi, a îmbrânci, a mușca. • A conduce un vehicul cu imprudență. • A consuma alcool. • A strica ceva. • A arunca ceva. • A interioriza furia și a o rumina în interior. • A fi pasiv-agresiv sau a încerca să se răzbune.

6. Rezoluția furiei poate avea loc sau nu. Dacă ne dorim să depășim furia în mod constructiv, nu-i vom permite să ne controleze și să facă distrugerii. O vorbă veche spune „Nu merge la culcare supărat.” Rezoluția poate avea loc prin comunicare/ discuție cu partea adversă, care deseori este în interiorul nostru: „Sunt așteptările noastre realiste? Avem nevoie de a fi mai clari în ceea ce ne așteptăm?” Dacă rezoluția nu se produce, mânia va „călători” în jurul vieții noastre. Ați întâlnit vreodată o persoană care este supărată pe toată lumea? Uneori, ne direcționăm furia noastră spre alții, victime fiind copiii. Observăm că și copiii fac același lucru.

Cum punem furia în serviciul nostru?

1. Mai întâi, recunoașteți că sunteți furios. Adesea negăm acest lucru, chiar față de noi înșine. Este necesară o simplă rostire, în voce sau în minte, a cuvintelor „*Sunt furios!*” și să simțiți forța lor.
2. Analizați furia. De unde vine frustrarea? Ce cauzează starea de furie? Întrebați-vă „*Am dreptul să fiu mânios?*” Este o întrebare dificilă, dar fiți sincer.
3. Înfrunțați furia. Reacționați acceptând situația. Furia, uneori, poate acționa în favoarea dumneavoastră. Nu risipiți energia, focalizându-vă atenția pe situație. Concentrați-vă asupra unei soluții.

Cum exprimăm adecvat furia?

- Vorbiți despre experiența dumneavoastră. Folosiți cuvinte ca „Eu cred...”, „Eu sunt...”, „Sunt furios/ furioasă...”, „Simt... asta și asta...”
- Exprimați furia cât puteți de curând – nu o acumulați sub forma resentimentelor.
- Cereți exact ceea ce vă doriți. Ceilalți oameni nu vă pot citi gândurile „Aș vrea acest lucru – se poate? / Este posibil...?”
- Fiți pregătit să negociați – și alții au nevoi și planuri.
- Nu dați vina pe alții și nu spuneți pe un ton acuzator: „Ai făcut asta” sau „N-ai făcut asta”.
- Găsiți adevărata țintă a furiei dumneavoastră, dar nu acuzați pe nimeni pentru asta. Nu vă lăsați furia să se manifeste indirect.
- Găsiți un mod de a vă exprima furia în siguranță. Acest lucru ar putea include discuția cu un scaun gol, lovirea unei perne, o plimbare lungă, un joc de tenis de unul singur.
- Asumați-vă responsabilitatea pentru viața și fericirea dumneavoastră.

Sugestii pentru îngrijitori în depășirea furiei:

- ↳ *Luați o pauză.* Lăsați timpul și distanța să vă despartă de sursa frustrărilor. Când puteți, *dați-vă la o parte.*
- ↳ *Negociați.* Căutați un teren de înțelegere. Concentrați-vă asupra subiectului, nu asupra personalității. Dacă insultați interlocutorul, subminați părerea sau comportamentul, riscați să pierdeți încrederea reciprocă.
- ↳ *Supravegheați-vă limbajul.* Dacă folosiți un limbaj extrem, cu cuvinte precum „niciodată” sau „mereu”, cuvinte răutăcioase, amenințătoare sau violente, vă puteți aștepta ca, într-o zi, cineva să vă răspundă cu aceeași monedă. Căutați cuvinte pozitive, constructive în diverse situații și veți gândi în mod constructiv și pozitiv asupra situației.
- ↳ *Ascultați.* În primul rând, s-ar putea să vă înșelați. Poate cel care vă vorbește are ceva de spus, altceva decât „auziți”, fiind „orbit” de mânie.
- ↳ *Îmbrățișați-vă.* Dacă sunteți furios pe o persoană apropiată, îmbrățișați-o din tot sufletul. E greu să rămâneți furios când cineva vă demonstrează că ține la dumneavoastră și exact asta se întâmplă când ne îmbrățișăm.
- ↳ *Cereți-vă scuze.* Spuneți: „Îmi pare rău” atunci când greșiți. Simpla recunoaștere va face ca mânia să se stingă asemeni unui chibrit. În plus, când vă scuzați sincer, vă asumați responsabilitatea propriilor fapte.

Exercițiu de control al furiei

Pașii de mai jos sunt orientativi, fiecare persoană gândindu-se la o strategie care să-i aducă beneficiile dorite.

Pasul 1.

Evaluarea modului în care înțeleg eu furia

- a. Care e definiția mea pentru furie?
- b. Ce mă face furios, de obicei?
- c. Cine mă face furios, de obicei?
- d. Ce „butoane” îmi declanșează furia?
- e. Cum îmi exprim, de obicei, furia?
- f. Ce semne folosește corpul meu pentru a-mi arăta că sunt ușor înfuriat?
- g. Ce semne folosește corpul meu pentru a-mi arăta că sunt foarte furios?
- h. Cat de sănătos e felul în care îmi exprim furia?
- i. Cum mă simt când sunt în mijlocul unui moment de exprimare a furiei?
- j. Cum mă simt după ce mi-am manifestat furia?
- k. Care sunt beneficiile manifestării deschise a furiei mele?
- l. Ce mă oprește să îmi manifest furia?
- m. Cum reacționează ceilalți la manifestarea deschisă a furiei mele?
- n. Ce rezultate negative apar prin manifestarea furiei mele?
- o. Care este rezultatul pozitiv al manifestării furiei mele?
- p. Unde sunt rădăcinile problemelor mele legate de furie?

q. Cum pot să-mi recunosc furia și apoi s-o manifest într-un mod sănătos?

Pasul 2.

Recunoașterea unor furii nerezolvate în trecut

- Ce episoade de furie din viața mea au rămas nerezolvate?
- Care sunt persoanele cu care am încă furii nerezolvate?
- Ce evenimente continuă să îmi declanșeze și în prezent furia?
- Ce încercări am făcut pentru a lucra cu furiile mele nerezolvate?
- Ce mă oprește să lucrez la stăpânirea furiilor mele legate de chestiuni nerezolvate?
- Cum pot să iert, să uit și să vindec furiile din trecut?

Pasul 3.

Voi folosi stăpânirea furiei pentru orice situație curentă.

Pasul 4.

Voi folosi stăpânirea furiei pentru toate episoadele trecute de furie nerezolvate.

Pasul 5.

Voi folosi, cel puțin, 15 zile, activități de lucru cu furia, pentru a scăpa de sentimentele de furie construite în trecut.

Pasul 6.

Daca mai am încă furii nerezolvate, mă întorc la pasul 1 și încep din nou.

Mesaje-cheie

- ⌘ Cele mai obișnuite lucruri ne pot stresa.
- ⌘ Lucrurile care ne stresează pot veni atât din interiorul, cât și din exteriorul nostru.
- ⌘ Asistenții parentali și părinții educatori se confruntă cu situații stresante zi de zi.
- ⌘ Organismul și mintea au capacitatea de a se adapta și a face față stresului. Doar că, prea mult stres, poate provoca probleme fizice și mentale cronice.
- ⌘ Cunoașterea semnelor stresului este primul pas în reducerea și gestionarea acestuia.
- ⌘ Strategiile de prevenire și diminuare a stresului sunt la îndemâna oricui.
- ⌘ Sindromul „arderii profesionale” reprezintă o consecință a stresului cumulat de lungă durată.
- ⌘ Atunci când dorim să reducem cât mai mult cu puțință stresul, trebuie să identificăm potențialele surse de stres, să evaluăm realist resursele personale de a face față situațiilor problemă și să ne familiarizăm cu tehnicile de control al stresului, punând în acțiune mecanisme și strategii eficiente de ajustare.

MODULUL IV.

SUPORTUL COPILULUI AFLAT ÎN SITUAȚIE DE RISC

Dezvoltarea armonioasă a copilului, prin educație de calitate, reprezintă condiția de bază pentru incluziunea socială a acestuia. Sprijinul care trebuie oferit copilului aflat în situație de risc pentru dezvoltare este cea mai importantă investiție în viitorul acestuia.

Modulul dat își propune să evidențieze semnele și factorii de risc în situațiile de un potențial pericol pentru copii, precum și strategiile specifice de acțiune în condițiile în care copiii întâmpină anumite dificultăți (emoționale, de comportament, de învățare etc.). În același context, este prezentată o viziune complexă și comprehensivă asupra sprijinului care trebuie acordat copilului sistematic, în procesul de recuperare, accentul fiind pus pe strategiile de diminuare/ gestionare a conjuncturilor problematice specifice copiilor aflați în situație de risc și/sau separați de părinți.

Capitolul IV.1. PROBLEMELE EMOȚIONALE ALE COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Lumea afectivă a copilului și adolescentului;
- ✓ Identificarea stării emoționale a copilului;
- ✓ Dezvoltarea abilităților emoționale ale copilului;
- ✓ Depășirea trecutului traumatizant al copilului;
- ✓ Crizele emoționale ale copiilor și depășirea lor;
- ✓ Strategiile de reglare emoțională.

4.1.1. Sfera afectivă și dezvoltarea abilităților emoționale ale copilului

Problemele emoționale ale copiilor vin sub diferite forme și le afectează diferit viața. Există probleme superficiale, care sunt depășite cu ușurință, pe măsură ce copiii cresc și învață să recunoască și să-și controleze emoțiile, însă există și probleme de natură emoțională care devin cronice și pot afecta sănătatea mentală, dacă nu se intervine la timp.

Lumea afectivă a copiilor aflați în situație de risc și a celor separați de părinți este bulversată. Acești copii suportă o *traumă psihică* cu reacții și consecințe de lungă durată. Trauma reprezintă o leziune sufletească extrem de profundă care se asociază cu o prăbușire a sistemului de referință al persoanei.

Orice traumă psihică implică o *durere legată de o pierdere*, ce presupune nu o singură emoție, ci trăiri emoționale intense și variate. Cele mai devotate emoții ale durerii pierderii sunt: *regretul, neîncrederea, disperarea, anxietatea, singurătatea, vina, resentimentele, dorul, sentimentul lipsei de sens*. Felul de a fi al copilului este determinat de experiența de viață a acestuia în cadrul familiei, dar și al comunității. Situațiile din trecut i-au determinat pe copii să-și formeze propria strategie de viață care este dificil de schimbat.

Emoțiile și sentimentele sunt acei „musafiri” care ne vizitează în trecere. Uneori, musafirii par a fi tirani, uneori par a fi prieteni. Fiecare ne dorim să avem doar musafiri buni, pozitivi.

Așa cum oamenii au învățat să citească și să socotească, tot așa putem învăța să ne recunoaștem emoțiile, să le simțim în întregime, să ne gândim ce ne transmit, să descoperim situațiile și evenimentele care le-au provocat. Și pe măsură ce vom învăța să cunoaștem mai multe lucruri despre „musafirii” noștri și vom înțelege ce informații vor să ne transmită, aceștia, treptat, se vor transforma din tirani în prieteni. Astfel, se va deschide un spațiu care ne va permite să simțim o gamă largă de emoții ce dau vieții un sens.

Petrecem mult timp învățând copiii să facă lucruri simple, cum ar fi legatul șireturilor, însă ne așteptăm ca ei să învețe singuri cum să gestioneze sentimente complexe cum ar fi furia, tristețea sau frustrarea, fără prea mult sprijin din partea noastră. Copiii se vor dezvolta mult mai bine, dacă părinții îi sprijină și îi vor încuraja în dezvoltarea lor emoțională.

Emoțiile

Emoțiile reprezintă un semnal de alarmă pentru nevoile noastre emoționale. Odată identificate, putem să căutăm nevoile care se află în spatele lor.

De exemplu, sub *teamă* se află nevoia de siguranță și protecție. Atunci când suntem speriați, putem căuta un mediu protector.

Furia este prezentă atunci când apar obstacole în calea obiectivelor noastre. Nevoia este să se țină cont de noi.

Tristețea apare atunci când am pierdut ceva. Nevoia din spatele ei poate fi nevoia de a împărtăși durerea cu un protector.

Atunci când suntem *bucuroși*, simțim nevoia de a împărtăși acest sentiment cu toată lumea.

După ce identificăm emoțiile și nevoile din spatele lor le putem exprima și putem cere ceea de ce avem nevoie pentru ele.

Emoțiile sunt energie, ele nu pot fi ignorate, ele curg chiar dacă noi nu suntem conștienți de ele.

Uneori, există posibilitatea de a acoperi o emoție cu o altă emoție. Dacă o emoție este prea dificil de acceptat, o putem acoperi cu o altă emoție, pe care putem s-o exprimăm. De exemplu, dacă trăim o teamă mare de care nu suntem conștienți și nu o putem exprima, putem exprima furie. Atunci de câte ori ne este teamă exprimăm, de fapt, furie.

Tabelul 16. Clasificarea emoțiilor

Emoții pozitive	Emoții negative
Bucurie, simpatie, încântare, recunoștință, încredere, mândrie, entuziasm, siguranță, exaltare, veselie, plăcere, euforie etc.	Tristețe, furie, frică, necaz, frustrare, deznădejde, disperare, regret, dezgust, invidie, dezamăgire, mâhnire, plictiseală, vinovăție, zăpăceală, supărare, rușine, umilință, descurajare etc.

Antrenamentul emoțiilor înseamnă:

- ✓ a înțelege;
- ✓ a exprima;
- ✓ a regla.

Dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor este importantă din următoarele motive:

- *Ajută la formarea și menținerea relațiilor cu ceilalți.* De exemplu, interacțiunea de succes a copilului cu celelalte persoane depinde atât de abilitatea lui de a înțelege ce se întâmplă, cât și de abilitatea de a reacționa adecvat la aceasta.
- *Ajută copiii să se adapteze la grădiniță și la școală.* De exemplu, copiii care înțeleg emoțiile și modul în care acestea sunt exprimate, vor fi capabili să empatizeze cu ceilalți copii și să-i sprijine. În plus, copiii care înțeleg emoțiile celorlalți, sunt priviți de colegi ca fiind parteneri de joc mai buni și mai distractivi, sunt capabili să utilizeze expresivitatea lor pentru a atinge scopuri sociale, pot răspunde adecvat emoțiilor colegilor în timpul jocului și să se adapteze mai ușor la mediul preșcolar.
- *Previne apariția problemelor emoționale și de comportament.* Problemele în dezvoltarea emoțională a copiilor pot conduce spre dificultăți de comportament, în copilăria timpurie și în cea mijlocie.

Tabelul 17. Principalele abilități emoționale

Abilități emoționale	Exemple de comportament
Recunoașterea și exprimarea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> – să identifice propriile emoții în diverse situații; – să identifice emoțiile altor persoane în diverse situații; – să identifice emoțiile asociate unui context specific; – să transmită verbal și nonverbal mesajele afective; – să diferențieze starea emoțională de exprimarea ei externă; – să exprime empatie față de alte persoane; – să exprime emoții complexe precum rușine, vinovăție, mândrie; – să recunoască regulile de exprimare a emoțiilor.
Înțelegerea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> – să identifice cauza emoțiilor; – să numească consecințele emoțiilor, într-o situație.
Reglarea emoțională	<ul style="list-style-type: none"> – să folosească strategii de reglare emoțională.

În procesul de soluționare a problemelor emoționale ale copiilor, plasați temporar în familie, precum și în dezvoltarea abilităților emoționale, un loc important îl ocupă abilitatea îngrijitorilor de a recunoaște, exprima, înțelege propriile emoții și emoțiile copiilor.

Antrenamentul emoțiilor

Antrenamentul emoțiilor poate fi învățat de oricine. Este nevoie doar de dorința de a îmbogăți emoțiile copilului dumneavoastră și de foarte mult exercițiu. Acest lucru este eficient, în mod special, în timpul evenimentului emoțional, când intensitatea emoțiilor este mare. Pe măsura ce deveniți familiar cu emoțiile copilului, veți putea să le tratați, înainte de a se dezvolta în probleme mai mari.

Antrenamentul emoțiilor cuprinde următorii 5 pași:

1. conștientizarea de către părinte/îngrijitor a emoțiilor copilului,
2. recunoașterea momentelor emoționale ca „momente magice”, ca ocazii pentru adâncirea relațiilor familiale și pentru învățare,
3. ascultarea empatică și validarea sentimentelor copilului,
4. ajutorarea copilului în etichetarea verbală a emoțiilor,
5. stabilirea de limite, în același timp căutarea soluțiilor pentru rezolvarea problemelor.

Exemplu:

Mihai are 4 ani și este supărat... foarte supărat. Roșu la față din cauza plânsului, Mihai este furios deoarece sora lui mai mare tocmai i-a aruncat ursulețul preferat în toaletă. În momentul în care Mihai intra plângând în cameră, tatăl lui trebuie să facă față stării emoționale a fiului său. Iată unele dintre opțiunile lui:

1. Se poate preface că nimic nu s-a întâmplat și să sperie că problema se va rezolva de la sine.
2. Își poate încuraja copilul să treacă peste criză - nu este mare lucru... ursul se va usca.
3. Poate împărtăși sentimentele fiului său și să vorbească despre ele.
4. Îi poate explica fiului său că nu este nevoie să fie furios, că nu ar trebui să se supere pe sora lui.

Tatăl lui Mihai, un antrenor al emoțiilor, alege opțiunea 3. El se apropie de fiul său și alege să împărtășească acest moment de supărare cu fiul său.

Antrenamentul emoțiilor are loc atunci când apar sentimente puternice, deoarece cel mai bun moment de a *învăța* despre emoții și cum să le stăpânești este *momentul în care ele apar*. Discuția dintre tată și fiu ar arăta cam așa:

Mihai: „O urăsc pe loana! Mi-a omorât ursul!” (plânsete)

Tatăl: „Hai aici, Mihai.”

Mihai: „Tată, mi-a distrus ursul!”

Tatăl: „Văd că ești supărat. Pari furios pe sora ta.”

Mihai: „Da. Nu este drept.”

Tatăl: „Ai vrea ca loana să nu-ți fi aruncat ursul în toaletă și într-adevăr ea nu ar fi trebuit să facă una ca asta. Ești foarte supărat pe ea. Și eu aș fi supărat dacă aș fi în locul tău.”

Mihai: „Da.” (furia lui începe să se domolească).

Tatăl: „Îmi aduc aminte când sora mea mi-a făcut ceva foarte urât. Am fost atât de nervos încât am vrut să mă răzbun pentru ceea ce mi-a făcut. Și tu vrei să te răzbuni pe loana?”

Mihai: „Da. Vreau să îi arunc păpușa în toaletă.”

Tatăl: „Hai să vedem ce poți face. Nu cred ca aruncatul păpușii în toaletă este o idee foarte bună. Ne trebuie o soluție mai bună. Ai ceva idei?”

La prima vedere, adoptarea acestei metode sau pronunțarea acestor cuvinte poate părea nenaturală sau prea dură. Dar, ca și în cazul altor calități pe care le vom dezvolta, devenim mai buni antrenori ai emoțiilor prin exercițiu. De asemenea, fiecare eveniment emoțional este diferit, iar antrenarea emoțiilor trebuie să fie flexibilă. Nimeni nu poate face asta tot timpul. Dar cu cât acordăm mai mult timp emoțiilor unui copil, cu atât mai bine.

Avantajele antrenamentului emoțiilor

Părinții și îngrijitorii care au urmat acești 5 pași au avut ocazia să vadă multe rezultate pozitive ale copiilor:

- se descurcă mai bine în societate, au prietenii mai bune;
- învață mai bine;
- tratează mai bine stările sufletești negative;
- au mai puține probleme comportamentale;
- au mai puține boli infecțioase;
- au încredere în sine și în propriile emoții.

Antrenamentul emoțiilor se construiește pe empatie, pe încredere și conduce la relații mai apropiate între adulți și copii.

Sugestii pentru îngrijitori în antrenamentul emoțiilor:

- ↪ Aveți răbdare.
- ↪ Fiți sincer cu copilul dumneavoastră.
- ↪ Evitați critica excesivă, comentariile umilitoare, batjocura.
- ↪ Evitați calificativele negative date copilului (leneș, prost, egoist etc.).
- ↪ Subliniați micile succese ale copilului pentru a-i crește încrederea în forțele proprii.
- ↪ Conștientizați nevoile copilului dumneavoastră atât fizice cât și emoționale.
- ↪ Identificați ceea ce îi place și ceea ce nu îi place.
- ↪ Evitați să fraternizați cu „inamicul” în cazul în care copilul dumneavoastră crede că a fost nedreptățit.
- ↪ Oferiți posibilitatea de alegere și respectați-i dorințele.

Antrenamentul copilului în tratarea evenimentelor emoționale poate îmbunătăți relația dintre voi. Aceasta va face ca sarcina îngrijirii și educației copilului să devină mult mai plăcută pentru toți!

Etapale dezvoltării abilităților emoționale

1. Recunoașterea și exprimarea emoțiilor.

Abilitatea de a recunoaște expresiile emoționale reprezintă un fundament pentru achiziția ulterioară a unor informații suplimentare despre emoții, precum cauzele și consecințele emoțiilor, manifestările lor cele mai subtile, regulile sociale privind emoțiile la care copilul este expus și etichetele emoționale utilizate în limbajul acestuia.

Exprimarea emoțională reprezintă abilitatea copiilor de a-și exprima în mod adecvat emoțiile și este de o importanță covârșitoare pentru stabilirea interacțiunilor sociale.

Exprimarea adecvată a emoțiilor contribuie la menținerea interacțiunilor sociale.

Exprimarea neadecvată de către copii a emoțiilor negative (de exemplu, furie, frică, tristețe), prin agresivitate fizică sau verbală, determină apariția unui comportament de izolare a acestora.

Dacă acei copii care manifestă frecvent emoții pozitive au mai mulți prieteni și sunt mai îndrăgiți de ceilalți, copiii care se comportă agresiv au dificultăți în a recunoaște și a înțelege emoțiile exprimate de ceilalți, într-o situație specifică.

„Abilitatea copilului de a-și recunoaște și exprima propriile emoții prin cuvinte constituie o parte esențială a îndeplinirii propriilor nevoi. Apoi, identificarea și exprimarea emoțiilor sunt importante în realizarea comunicării și în controlul emoțional, ceea ce contribuie la dezvoltarea și desăvârșirea relațiilor sociale ale copiilor.”

Daniel Shapiro

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✦ În etapa în care copilul învață despre emoții și încă nu le știe denumirea, folosiți reflectarea sentimentelor, adică în loc să întrebați copilul cum se simte, întrebați-l la care un răspuns firesc ar fi „nu știu”, încercați să identificați emoția copilului și apoi să o transmiteți acestuia sub formă de întrebare sau afirmație. De exemplu, dacă un copil spune „Nu pot să îmi leg șiretul!”, puteți răspunde reflectiv astfel: „Pare să-ți fie greu!” sau „Îți este greu?”. Un răspuns de genul „Nu vorbi așa! De-abia ai început!” este un răspuns închis care blochează comunicarea și îl va face pe copil să se simtă neînțeles.
- ✦ Pentru a-i ajuta pe copil să-și identifice propriile emoții, adresați-le întrebări de genul: „Cum te face acest lucru să te simți?”, „Cum te simți atunci când...?”
- ✦ Încurajați în permanență copiii să utilizeze cuvinte și expresii ce denumesc stări emoționale. Când observați că un copil trăiește o emoție puternică întrebați-l cum se simte „Cum te simți când colegul te jignește?”, „Ești bucuroasă când te joci cu păpușile?”. Copilul va învăța astfel, că este normal să experimenteze diverse emoții și să vorbească despre ele.
- ✦ Comentați împreună cu copilul emoțiile exprimate de el, în cadrul conversațiilor avute sau a unor activități, precizând ceea ce gândiți despre ceea ce simt și despre modul de exprimare a ceea ce simt.
- ✦ În conversațiile zilnice cu copilul, nu faceți doar referiri directe la emoții, ci și interpretări ale emoțiilor apărute în interacțiunile sociale „Ce crezi că la făcut pe Mihai să se simtă jignit?” Oferiți explicații pentru aceste interpretări ale emoțiilor.
- ✦ Utilizați mesaje la persoana întâi pentru exprimarea propriilor emoții, păreri, speranțe. De exemplu, în loc de „Tu m-ai supărat”, puteți spune „M-am supărat când m-ai ignorat”, astfel îl veți învăța pe copil să se exprime și el în același mod.
- ✦ Încurajați copilul, oferind întăriri pozitive ori de câte ori aceștia au făcut față unei situații frustrante, precizând exact ceea ce a făcut, în acest fel, veți promova realizarea a cât mai multe comportamente pozitive de către copil.

- ↪ *Implicați copilul în diferite activități artistice (pictură, colorat) și întrebați-l ce face și cum anume se simte. Dacă începe să vă descrie un eveniment, un vis sau o emoție simțită, ascultați-l cu atenție și oferiți-i feedback prin utilizarea unor cuvinte precum „da”, „înțeleg” sau „și apoi?”.*
- ↪ *Insistați pe exprimarea verbală și nonverbală a emoțiilor trăite, mai ales în cazul copiilor care sunt frustrați, furioși sau iritabili. Consolați copilul când e trist, empatizați cu copilul când e furios, ajutați-l când îi este frică.*
- ↪ *Ascultați copilul și evitați exprimarea dezaprobării când este trist, evitați transmiterea mesajului că ar trebui să se simtă rușinat când exprimă furie, evitați ironizarea când copilul exprima frică, deoarece în acest mod îl pedepsiți.*
- ↪ *Evitați să minimalizați emoțiile copilului. De exemplu, dacă copilul exprimă tristețe nu îi spuneți să încerce să se înveselească, dacă copilul exprimă furie nu îi spuneți că lucrurile nu sunt așa de grave precum par, iar dacă exprimă frică nu îi spuneți să nu îi fie frică.*
- ↪ *Organizați un „moment al recunoașterii”, prin stabilirea unui timp special în care copilul să-și exprime emoțiile. Acest timp al expresivității emoționale implică vorbirea despre emoții și controlul lor și permite copiilor să-și manifeste aprecierea și considerația pentru cei care sunt draguți cu ei, deci să își exprime afecțiunea față de ceilalți.*
- ↪ *Reacționați moderat la emoțiile exprimate de copil, deoarece veți intensifica trăirea lui emoțională (de exemplu, nu fiți speriați când copilului îi e frică).*
- ↪ *Sprijiniți copilul pentru a recunoaște emoțiile celorlalți și încurajați-l să încerce să înțeleagă ceea ce simte un alt copil, adresându-i întrebări de genul: „Cum crezi ca se simte acum Adina?”*

2. Înțelegerea emoțiilor

Înțelegerea emoțiilor reprezintă abilitatea de a face legături între cauze și emoții, între emoții și consecințe.

- A) *Înțelegerea cauzalității* emoțiilor este un proces destul de dificil datorită tendinței oamenilor de a considera cauza emoției ca fiind un eveniment.

De fapt, emoția nu este determinată de un eveniment în sine, ci de modul în care copilul interpretează, la nivel mintal, evenimentul respectiv. Dacă emoția ar fi determinată de evenimentul sau situația în sine, atunci, într-un anumit context, toți oamenii ar trebui să simtă la fel (de exemplu, toți copiii, care sunt la grădiniță și modelează din plastilină un animal, ar trebui să simtă la fel, și să aibă aceleași emoții).

Exemplu: Doi copii trec pe lângă un câine; unul se gândește: „*Uite ce câine frumos, seamănă cu al meu!*” și se va simți încântat, iar celălalt își va spune „*Uite un câine dezlegat care, sigur, va veni la mine să mă muște!*” și va simți frică.

Înțelegerea cauzalității emoțiilor poate fi educată la copii prin discuții despre situațiile în care o persoană are o anumită reacție emoțională. De exemplu, un copil poate spune „*Sunt supărat pentru că mi s-a stricat jucăria!*” (reacție emoțională), dar, de fapt, el s-a supărat, deoarece s-a stricat jucăria cea mai importantă pentru el (înțelegerea reacției emoționale ca o consecință a gândurilor relaționate evenimentului: „*Jucăria care era cea mai importantă pentru mine*”). În cazul în care gândul relaționat evenimentului ar fi fost altul – „*Jucăria care îmi plăcea cel mai puțin*” – reacția emoțională a copilului ar fi fost diferită (spre exemplu, indiferență).

Gândurile sunt cele care ne provoacă diferite stări emoționale, nu evenimentele în sine.

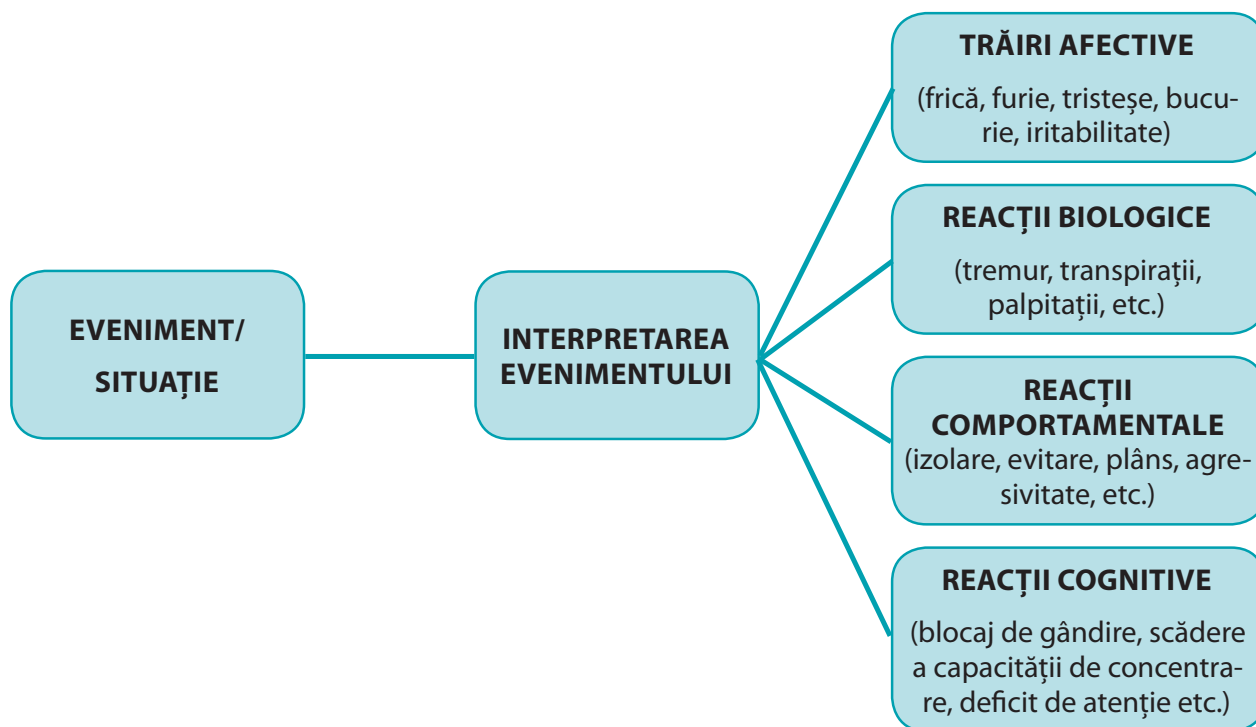


Figura 11. Interpretarea unui eveniment

B) *Înțelegerea consecințelor* unei emoții se referă la capacitatea unui copil de a-și imagina ce se va întâmpla după exprimarea unei emoții. Identificarea consecințelor exprimării emoțiilor este extrem de utilă în situațiile sociale.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✦ *Discutați cu copilul despre emoțiile unor persoane sau a personajelor din povești, punând accent pe consecințele comportamentale ale acestora în plan social („Cum crezi că s-a simțit Andrei când i-a fost dărâmat castelul? Dar când a venit Vlad să îl ajute? Vor mai fi ei prieteni?”).*
- ✦ *Pentru a încuraja comportamentele respective, este important să-i recompensați verbal când le observați. Astfel copilul va învăța la care tip de mesaje emoționale să fie atent.*
- ✦ *Sprijiniți copilul în realizarea legăturilor între acțiuni și emoții, prin adresarea unor întrebări specifice, directe și prin interpretarea emoțiilor care se află la baza comportamentelor. În acest fel veți putea dezvolta capacitatea copilului de a anticipa consecințele anumitor acțiuni, fapt ce contribuie la rezolvarea eficientă a problemelor și la dezvoltarea empatiei acestuia.*
- ✦ *Organizați un moment numit „timpul simțirii/ al emoțiilor” care va implica discuții despre legătura dintre emoțiile primare. Scopul acestui moment este de a-l lăsa pe copil să vorbească despre cauzele emoțiilor, despre ce anume fac când exprimă aceste emoții, care sunt consecințele acelor emoții, cum crede el că poate depăși aceste emoții și ce cred el că poate face celălalt copil. Când copiii realizează legăturile dintre emoții și gândire, ei înțeleg că modul în care se simt, se datorează, într-o mare măsură, gândurilor pe care le au.*
- ✦ *Lăsați-l pe copil să înțeleagă că toate emoțiile sunt acceptabile și valide, ajutându-l să distingă între emoții și modul lor de exprimare (de exemplu: „e normal să fii trist când cineva te lovește”). Validând emoțiile copilului crește încrederea acestuia în a se exprima, în același mod, în situații similare.*

3. Reglarea emoțională

Reglarea emoțională reprezintă procesul de inițiere, menținere, adaptare și modificare a apariției, intensității sau duratei stărilor emoționale interne, a proceselor fiziologice legate de emoții și a comportamentelor care însoțesc emoțiile pentru atingea propriilor scopuri.

Strategiile de reglare emoțională pot fi clasificate în trei tipuri:

1. strategii de rezolvare a problemelor;
 2. strategii emoționale;
 3. strategii cognitive.
- a. *Strategiile de rezolvare a problemelor* presupun găsirea soluțiilor la problemele cu care se confruntă o persoană și care provoacă emoții negative, precum și aplicarea soluției optime.
- Exemple de strategie de rezolvare a problemelor:
- Implicarea copiilor în diferite activități. Când un copil sparge un pahar, pentru a rezolva problema, este implicat în curățarea cioburilor de pe jos, în aducerea măturii și a fărașului.
 - Distragerea atenției de la sursa de stres. Copilul poate fi dus în altă cameră pentru a se juca cu altceva sau i se poate arăta anumite obiecte în scopul distragerii atenției de la sursa care le provoacă o emoție negativă.

Sugestii pentru îngrijitori:

- 👉 *Rezolvați împreună cu copilul o serie de probleme sociale, scopul fiind acela de a-l ajuta pe să gândească și să rezolve problemele interpersonale în mod eficient, ceea ce implică empatie (copiii înțeleg cum îi afectează pe ceilalți acțiunile lor).*
- 👉 *Utilizați conflictele, pe care copilul le experimentează, pentru a-l învăța despre emoții, despre cum să comunice, să negocieze, să facă compromisuri și să interacționeze. Pentru început, utilizați păpuși sau jocul de rol pentru a-i învăța pe copii cum să rezolve anumite probleme interpersonale, fără a recurge la violență.*

Situație pentru analiză:

Dacă aveți de a face cu o situație asemănătoare: „Alin a distrus, din greșeală, castelul din cuburi construit de Marcel. Marcel s-a înfuriat foarte tare și a început să strige, să plângă și să arunce cu cuburi în Alin”, puteți interveni în această situație pentru a-l ajuta pe Marcel să își dea seama de emoția trăită (furie) ca apoi, după ce ați reușit să îl liniștiți, să discutați împreună cu el despre situația în care a apărut furia.

Utilizați următoarele întrebări:

- Ce s-a întâmplat, înainte să te înfurii pe Alin?
- Ai făcut tu ceva care l-a supărat pe Alin, înainte ca acesta să îți strice castelul? L-ai vorbit urât? L-ai lovit?
- Mai era cineva cu voi când ați construit castelul?
- Poți să-mi spui ce s-a întâmplat imediat după ce tu te-ai înfuriat? Ce ai făcut tu când te-ai înfuriat?
- Ce a făcut Alin după ce ai aruncat în el cu cuburi?
- Ce crezi că au spus colegii tăi de la grădiniță despre tine când ți-ai manifestat furia astfel?

- b. *Strategiile emoționale* au drept scop nu atât rezolvarea problemei care declanșează emoția negativă, cât, mai ales, ameliorarea acestei trăiri emoționale negative. În cazul în care problema nu poate fi rezolvată, fie pentru că nu există soluții aplicabile, fie pentru că persoana implicată nu are resursele sau instrumentele necesare, sunt eficiente strategiile emoționale.

Strategiile emoționale aplicate de către părinți/îngrijitori sunt orientate spre exteriorizarea emoțiilor, anularea emoțiilor negative (tristețea sau furia) și înlocuirea cu emoții pozitive (starea de calm, de relaxare); comportamente, precum mângâieri, acordarea atenției, luarea în brațe, implicarea copiilor în activități re-

creative sau activități preferate, angajarea în activități domestice. Copiii învață de la adulți că, atunci când sunt supărați, pot face curat în casă, pot aranja hainele în dulap, pot aranja jucăriile în cutii sau pe rafturi etc.

Sugestii pentru îngrijitori:

În situațiile în care copilul este supărat pentru o faptă făcută de el, trebuie să blocați orice gând moralizator sau critic și să lăudați copilul pentru curajul de a spune adevărul. De exemplu, când un copil vine și spune: „Sunt tare trist pentru ca am spart vaza”, dumneavoastră trebuie să evitați criticarea copilului, în ciuda tentației de a vă exprima furia pentru distrugerea vasei preferate și, împreună cu cel mic, să găsiți soluții pentru remedierea problemei (copilul poate mătura cioburile de pe jos).

- c. *Strategiile cognitive* reprezintă metode de neutralizare a emoțiilor negative, prin evaluarea cognitivă a situației dintr-o altă perspectivă. Situațiile ce contribuie la declanșarea emoțiilor negative și care nu pot fi rezolvate comportamental pot fi evaluate sau interpretate diferit. De exemplu, copiii, cărora le este frică de injecții, își pot spune atunci când trebuie să primească o injecție „*nu poate să doară chiar atât de tare*” (această strategie se numește minimizarea deoarece, prin implementarea, ei este micșorat efectul sau impactul evenimentului neplăcut).

Sugestii pentru îngrijitori:

- ☞ Dumneavoastră sunteți un exemplu pentru copil referitor la ceea ce înseamnă reglarea propriilor emoții. Astfel, *încercați să exprimați cu voce tare ceea ce gândiți*, într-o situație neplăcută. De exemplu, dacă sunteți blocați în trafic împreună cu copilul, spuneți în voce: „*Nu-i nici o problemă, o să ajungem cât de repede putem. Acum este aglomerație deoarece, toată lumea vrea să ajungă la serviciu*”.
- ☞ *Încercați să nu reacționați într-o manieră negativă sau agresivă*. Copilul imită de multe ori comportamente pe care le observă la adulți, de aceea, controlându-vă propriile emoții și comportamente sau utilizând o serie de strategii cognitive, puteți modela pentru copil modalități mai eficiente de a reacționa în situații dificile, stresante.
- ☞ *Încurajați copilul să analizeze cât mai critic situația care i-a determinat să-și piardă controlul*. De multe ori, situațiile cu care se confruntă nu sunt atât de „îngrozitoare” pe cât îi pare lui și îi va fi mai ușor să facă față dacă le analizează mai întâi. De multe ori, după o analiză „la rece” a situației, aceasta nu ne mai pare chiar atât de dificilă sau gravă ca la început.

4.1.2. Gestionarea crizelor de furie, nervozitate, iritabilitate

Crizele de furie

60-80% dintre copiii de 1-3 ani au astfel de crize emoționale cel puțin o dată pe săptămână. 20% dintre copiii de aceeași vârstă le experimentează zilnic. În unele cazuri, acest comportament se poate prelungi până la 4 ani. După această vârstă, majoritatea crizelor ar trebui să se oprească sau măcar să se diminueze substanțial.

Crizele de nervi, chiar dacă sunt firești în viața oricărei persoane, pot deveni un pericol pentru sănătate, prin frecvența sporită și intensitate. Există persoane care devin aproape dependente de crizele de furie și izbucnesc din motive ne semnificative.

Cauzele crizelor de furie la copil:

Evoluția unei crize de furie la copil

Oboseală → o stare de iritabilitate crescută → stare de nervozitate → forme de comportament neadecvat → plânger, țipă, aruncă lucruri și chiar lovește persoane.

- Frustrarea din cauza faptului că vocabularul lor nu le permite să articuleze ce-i deranjează. Prac-

tic, copiilor le este imposibil să nu-și arate frustrările pe care ei le manifestă fizic. Cu cât toleranța la frustrare este mai scăzută, cu atât este mai probabil că accesele de furie să apară mai des.

- Copiii nu au încă dezvoltată capacitatea de a controla fiecare impuls emoțional. Deși impulsivitatea este o trăsătură, în mare parte, înnăscută, ea poate fi modelată prin educație. Controlul propriilor reacții se învață treptat, pe măsură ce copilul crește, însă el are nevoie de ajutor și din partea adultului. Criza de furie este o dovadă a lipsei de control a copilului asupra propriilor reacții negative.
- Copiii vor să testeze limitele părinților, atunci când regulile sunt impuse, fără a fi explicate. În acest caz, copiii simt că li se îngrădește libertatea și au accese de furie în speranța că îi vor face pe părinți să renunțe la reguli.
- La senzația de foame, copiii țipă, plâng și fac accese de furie, din cauza nivelului glicemic scăzut.
- Dificultatea de a persista într-o sarcină de lucru dificilă. Când își pierde răbdarea, atenția sau când sarcina li se pare prea grea, mulți copiii devin irascibili, încercând în felul ăsta să încheie activitatea. În cazul în care copilul observă că accesele de furie îl ajută să scape de sarcina de lucru, el va apela la ele ori de câte ori vrea să abandoneze activitatea.
- Vor să se răzbune pe părinți/ adulți/ îngrijitori. Copiii care s-au simțit nedreptățiți într-un fel sau altul, își exprimă supărarea față de ei, prin intermediul crizelor de furie.
- Copiii reacționează agresiv sau nepolitic, din punct de vedere comportamental, atunci când se simt neubiți, lipsiți de afecțiuni, neglijați sau defavorizați.
- Plictiseala, lipsa de activități care să le suscite interesul, neglijarea.

Copiii au accese de furie pentru că nu știu să facă față anumitor situații.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ☞ *Cheia schimbării este să descoperiți situațiile concrete în care copilul are accese de furie și să vă dați seama ce dificultăți întâmpină el în acele situații. Odată cunoscute dificultățile copilului, este mai ușor să îl ajutați să treacă peste ele.*
- ☞ *Indiferent cât durează criza, nu-i cereți ce nu vă poate da în acele momente. Nu negociați în timp ce țipă, urlă, plânge și este, în mod fundamental, speriat.*
- ☞ *Copilului mic îi spuneți o dată (maxim de două ori) ce nu are voie (motivul pentru care a izbucnit criza) și de ce nu are voie, folosind puține cuvinte, după care îi ignorați comportamentul neadecvat.*
- ☞ *Aveți grijă la tonalitatea vocii, care trebuie să fie calmă, neutră, vorbă rară și apăsată. Trebuie să transmiteți imaginea unui adult stăpân pe sine și pe situație, nu frustrat sau cu nervii la pământ.*
- ☞ *Încercați să nu vă lăsați purtat de grijă pentru ceea ce spun ceilalți.*
- ☞ *Acceptați sentimentele de furie, dar nu și acțiunile violente. Dacă dintr-un acces de furie copilul vă lovește, cea mai bună soluție pentru a-l liniști este să-l prindeți de mână și să îi spuneți: "Înțeleg că ești supărat/ă, dar nu este normal să mă lovești sau să te comporți în acest fel!"*
- ☞ *Dacă se ajunge ca în criză să lovească pe alții din jur, să arunce cu lucruri, copilul, pur și simplu, trebuie izolat / fie ieșit în afara spațiului unde are loc criza.*
- ☞ *Înainte de a-i spune „nu”, încercați să vă opriți, să vedeți dacă e posibil de evitat negația prin oferirea unei alegeri, prin oferirea unei explicații.*
- ☞ *Pentru a-i putea cere ca, treptat, să învețe să-și controleze emoțiile și reacțiile, învățați să vă controlați și dumneavoastră, să nu vă manifestați nervii necontrolat în fața lui.*

- ✚ În plină criză de furie, nu puteți „disciplina”, nu puteți „discuta problema”.
- ✚ Evitați să intrați în polemici cu cel mic. Vă recomandăm să nu vă implicați copilul în discuții argumentative, pe tema “ce ție nu îți place, altuia nu-i face”. Până la o anumită vârstă, copiii nu au capacitatea de a empatiza deoarece nu sunt suficient de maturi mental și emoțional. Cel mai indicat este să semnalăți copilului comportamentul greșit prin luarea unor decizii ferme. De exemplu:
 - dacă copilul lovește un alt copil, trebuie să luați atitudine, să-i explicați că a greșit și să-l duceți în alt mediu/ spațiu;
 - în cazul în care copilul nu le permite celor din jur să pună mâna pe jucările sale, este indicat ca nici el să nu mai aibă acces la acestea.

Aceste decizii drastice au scopul de a-l face pe copil să înțeleagă că astfel de atitudini nu sunt permise și că există pedepse clare pentru comportamentul neadecvat.
- ✚ Evitați utilizarea formulărilor care încep cu „NU”. Este dificil pentru un copil să asimileze informații transmise sub forma “NU face...”. De aceea, formulările de tipul “NU lovi” sau “NU mușca” trebuie înlocuite cu fraze de tipul “In momentul în care simți că vrei să muști sau să îmbrânțești pe cineva, încrucișează-ți brațele la piept și încearcă să te calmezi”.
- ✚ Nu obligați copilul să își ceară iertare. Specialiștii recomandă să nu îi obligăm pe cei mici să își ceară iertare atunci când greșesc, deoarece, în cele mai multe cazuri, scuzele lor nu sunt sincere și nu au valoare. Copiii învață să își ceară scuze conștient abia atunci când sunt iertați de către îngrijitori. Mai mult decât atât, nu ezitați să vă cereți scuze în fața copilului dacă ați greșit cu ceva sau l-ați tratat prea aspru.

4.1.3. Gestionarea temerilor și fricilor

Dacă pentru majoritatea copiilor temerile și fricile sunt emoții sau sentimente negative, obișnuite la vârsta copilăriei, pentru copiii din APP și CCTF acestea sunt cauzate de experiențele, traumele trăite nu imaginare, ci reale.

Frica este o emoție provocată de conștientizarea unui pericol real sau imaginar. Este reacția afectivă normală a organismului expus unei amenințări reale. O frică bruscă și intensă este însoțită de simptome fiziologice: puls și respirație accelerate, tensiune musculară mărită, transpirație, frisoane, senzație de sufocare etc. La copiii mici, frica se poate exprima, de asemenea, prin plâns, accese de furie, reacții de încremenire.

Fobia este o afecțiune mentală caracterizată printr-o frică intensă față de anumite obiecte, persoane, animale, lucruri sau anumite situații care nu justifică o astfel de reacție. Fobia poate fi însoțită de simptomele fiziologice: accelerarea pulsului, paloare, tremurături ale corpului, transpirație abundentă (în special a palmelor), senzație bruscă de sufocare, de lipsă de aer, dureri în piept, dureri de cap, senzație de leșin, accelerarea respirației etc.

Visele înfricoșătoare și coșmarurile. De obicei, visele înfricoșătoare sau coșmarurile apar dimineața de vreme. În general, acestea au legătură cu ceea ce se întâmplă sau s-a întâmplat în viața copilului. Cei care au trecut prin experiențe dificile, adesea, au vise înfricoșătoare. De cele mai multe ori, cel mic își amintește coșmarul atunci când se trezește și ar putea fi foarte speriat din această cauză. Este greu pentru un copil să adoarmă după un vis urât. Ascultați ceea ce are de spus despre vis. Țineți-l în brațe sau mângâiați-l pe spate. Vorbiți despre vis. Vorbiți despre ce îl sperie în viața reală.

Terorile nocturne. Terorile nocturne apar de obicei cam la o oră după ce copilul a adormit. Se trezesc panicați și este posibil să fie transpirați sau să le bată în inima foarte tare. Dimineața nu-și vor aminti evenimentul. Este posibil să se simtă confuzi când se trezesc. Majoritatea copiilor care au terori nocturne adorm repede la loc. Ppe de altă parte, adultului îi poate fi foarte greu să adoarmă după un astfel de eveniment. Poate fi de ajutor să stați cu copilul pentru că ar putea continua să viseze urât până să adoarmă. Țineți-l în brațe și spuneți-i că a fost doar un vis. Astfel de vise pot dura ani de zile.

Cauzele temerilor și fricilor la copil:

- perioade intense de stres;
- experiența abuzului;
- expunerea la violența domestică sau din comunitate;
- conflicte familiale, separate, divorț;
- perioada de instituționalizare;
- decese, boli, persoane cu dizabilități în familie.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↪ *Nu ignorați/ negați temerile sau frica copilului.* Mulți părinți/ îngrijitori greșesc atunci când ignoră sentimentele de frică care pun stăpânire pe copil. Ei pun aceste reacții ale copilului pe seama vârstei și încearcă să îl calmeze, căci nu i se întâmplă nimic. Este important să îl asigurați că sentimentele lui sunt normale și că sunteți alături de el, orice s-ar întâmpla. Nu-i negați trăirile, deoarece acesta nu este o soluție pentru a-l ajuta să depășească sentimentele negative.
- ↪ *Acceptați și respectați fricile și temerile copilului.*
- ↪ *Vorbiți cu copilul despre temerile lui.* Comunicarea este una dintre principalele arme pe care le aveți la îndemână pentru a îndepărta în mod constructiv și definitiv principalele temeri ale copilului. Îndepărtați copilul de sursa fricii. Vorbiți cu el, întrebați-l ce simte atunci când îi este frică, de ce anume se teme în momentul respectiv. Spuneți-i că îl credeți și că sunteți alături de el. Apoi, consolați-l puțin, spunându-i că și dumneavoastră, când erați mic/ă, aveți o mulțime de temeri și sentimente de frică față de multe lucruri. Spuneți-i că ați reușit să vă învingeți frica cu ajutorul părinților, care au fost alături. În acest fel, copilul vă va lăsa să îi fiți alături în lupta împotriva monștrilor fricii.
- ↪ *Vorbiți despre frici într-un mod jucăuș.* Poate fi de ajutor să folosiți păpuși, jucării de pluș, povești și arta pentru a vorbi despre temeri. În acest fel, copiii își pot exprima mai bine sentimentele, ceea ce le da un simț al controlului. Rugați-i să vorbească despre desenele lor sau orice altă creație pe care o realizează.
- ↪ *Petreceți timp cu copilul, în momentele în care pare să se teamă.* Este posibil ca, în timpul unei furtuni sau înainte de culcare, copiii să aibă nevoie de mai multă atenție. Unele frici pot fi mai puternice atunci când sunt combinate cu frica de întuneric. În astfel de cazuri, pot fi de folos ritualurile de culcare, cum ar fi un cântec sau o poveste.
- ↪ *Nu forțați copilul să-și înfrunte temerile.* Aveți răbdare cu copilul și aveți grijă să-i menajați emoțiile. Nu-l forțați să intre în odaia întunecată sau să se uite sub pat, doar pentru a-i demonstra că nu este nimic acolo. Copilul are nevoie de timp să înțeleagă ce sunt, cum apar sentimentele de teamă și cum să le depășească. E nevoie de pregătire pentru a înfrunta frica sau fobia.
- ↪ *Ajutați copiii să învețe despre lucrurile care îi sperie.* Acestea pot fi mai puțin înfricoșătoare, dacă știu cum merg lucrurile și la ce să se aștepte. Citiți cărți în care se explică de ce mașinile de pompieri au sirene sau în care se oferă informații despre tunete și fulgere. Lăsați-l să înțeleagă că este normal să se teamă puțin de unele lucruri, cum ar fi câinii pe care nu-i cunoaște sau oamenii străini.
- ↪ *Învățați-l să-și „contabilizeze” frica.* O dată ce ați identificat împreună sursa temerilor sale, obișnuiți-l să o evalueze cu ajutorul unei scări de intensitate de la 1 la 10. Întrebați-l ce notă îi dă stării sale de frică și, cu timpul, va înțelege că exagerează și îi va fi mai ușor să-și depășească teama.
- ↪ *Apreciați curajul.* Spuneți-i copilului când observați că este curajos și face ceva ce, de obicei, îl sperie. De exemplu: *“Bravo! Devii din ce în ce mai curajos! Când am trecut pe lângă casa cea nu mi-ai cerut să te iau în brațe, ci m-ai strâns mai tare de mână”*. Învățați-l să se încurajeze singur, cu ajutorul unor fraze-cheie de tipul „Pot să fac asta”, „Sunt destul de puternic” etc. Tehnicile de rela-

xare consacrate ar putea fi și ele de un real folos. Cu toate acestea, dacă problema persista, cereți sfatul unui psiholog.

Uneori, copiii pot avea nevoie de mai mult ajutor decât le putem oferi noi. Cea mai bună metodă de a-i ajuta poate fi apelarea la ajutorul altor persoane. O persoană potrivită poate fi consilierul de la școala unde învață copilul. De asemenea, sunt mulți terapeuți care lucrează cu copiii pentru a-și depăși fricile. La un centru specializat în probleme de sănătate mintală puteți găsi astfel de servicii sau chiar mai multe care se adresează copiilor speriați. Medicul de familie ar putea cunoaște persoane din comunitate care l-ar putea ajuta pe cel mic.

4.1.4. Depășirea trecutului traumatizant

Trauma se produce întotdeauna în timpul unei situații foarte stresante, când este depășită orice condiție de siguranță și confort. Gradul de severitate al traumei depinde de subiectivitatea percepției persoanei. Mai mult sau mai puțin, durerea lasă pentru totdeauna urme în sufletul omului.

Impactul unui eveniment traumatizant diferă, în funcție de tipul traumei, de intensitatea cu care acesta a avut loc, de durata expunerii, precum și de rețeaua de suport social, experiențele din trecut și mediul cultural din care provine copilul. Fiecare percepe evenimentul traumatizant diferit și nu există nici o modalitate de a prezice câți copii vor dezvolta probleme de sănătate mintală.

După expunerea la un eveniment traumatizant, stresul emoțional pe termen scurt este inevitabil. Aproape toți copiii și adolescenții exprimă în faza acută, post-expunere, schimbări de comportament, însă nu toate răspunsurile, pe termen scurt, sunt problematice (unele dintre ele pot reflecta încercări de adaptare, de ajustare la o situație dificilă). Se poate atesta dezvoltarea simptomelor din sfera anxietății, tulburărilor de somn și coșmarurilor, tristeții, furiei, iritabilității, lipsei intereselor pentru activități normale, capacitate redusă de concentrare, eșec școlar, acuze somatice. Cea mai mare parte a copiilor și adolescenților dezvoltă reziliență în urma experiențelor traumatizante (în special cei care au fost expuși la un singur incident). La cei care au existat traume repetate, care au avut manifestări din sfera anxietății anterior expunerii și care provin din familii adverse, riscul unei posibile afectări psihice pe termen lung este mai ridicat.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ☞ *Asigurați copilul că se află într-un mediu sigur și protector.*
- ☞ *Permiteți copilului să verbalizeze despre evenimente/ experiențe/ situații din trecut.*
- ☞ *Ascultați „povestea” și emoțiile copilului. Luați în serios cele spuse de copil.*
- ☞ *Spuneți-i copilului despre ceea ce s-a întâmplat într-un mod cât mai potrivit pentru nivelul lui de înțelegere, fără a intra în detalii înfricoșătoare. Utilizați limbajul accesibil copilului.*
- ☞ *Asigurați-vă că copilul nu a formulat concluzii greșite/ iraționale despre cele întâmplate. De exemplu, copiii mici ar putea înțelege că tragedia a avut loc, deoarece ei nu au fost ascultători.*
- ☞ *Vorbiți cu copilul despre cum oamenii reacționează la situații stresante. Spuneți-le despre sentimentele și emoțiile normale care le simt oamenii și alți copii în astfel de circumstanțe.*
- ☞ *Fiți înțelegători la comportamentele asociate traumei copilului. Recunoașteți că modificarea comportamentului (de exemplu, accesele de furie sau pipi în pat) este modalitatea prin care copiii reacționează la evenimentele stresante.*
- ☞ *Copiii caută să înțeleagă crizele lor și să găsească modalități de a le face față. Ei au nevoie de adulți pentru a le oferi exemplu, pentru a-i susține și încuraja.*
- ☞ *Comunicați copiilor despre propriile sentimente legate de trecutul lor.*
- ☞ *Țineți minte că fiecare este diferit și poate avea diferite emoții. Nu așteptați ca copilul să simtă similar ce simțiți dumneavoastră.*

- ✚ *Încurajați sentimentul controlului în viață. Copiilor mici oferiți-le alternative, permiteți-le să ia și să-și asume decizii. Acest aspect, este important, în special, după haosul produs de crize. Copiii care se simt neajutorați tind să intensifice simptomele stresului.*
- ✚ *Încercați să nu fiți hiperprotectiv cu copilul-victimă. Nu uitați de ceilalți membri ai familiei.*
- ✚ *Încercați să mențineți o rutină a zilei, în care copilul are activitățile/ sarcinile/ responsabilitățile sale.*
- ✚ *Încurajați noi prietenii și extinderea rețelei sociale. Implicați copilul în activități recreaționale: sport, hobby, cercuri artistice (după necesități și preferințe).*
- ✚ *Rezervați, în familie, timp pentru distracție – „ora glumelor”, „ora bancurilor”, pentru a menține un climat armonios.*
- ✚ *Implicați copilul în activități pentru relaxarea musculară: băi calde, masaj, multe îmbrățișări.*
- ✚ *Intervențiți, dacă o activitate îi trezește emoții negative asociate traumei. De exemplu, nu vă fie teamă să deconectați TV, dacă emisiunea stimulează alarma, frică, îngrijorare.*

Sugestii pentru îngrijitori cu referire la adolescenți:

- ✚ *Încercați să înțelegeți cum adolescentul gestionează suferința, durerea. Strategia adolescenților este diferită de cea a copiilor mici. Dacă starea afectivă a unui copil mic depinde în mare parte de adulți, un adolescent va căuta sprijin printre semenii.*
- ✚ *Fiți conștient de faptul că de cele îndeplinite cu adolescentul se cunoaște bine la școală, posibil prin rețele de socializare, în comunitate, de aceea, este important să creați acasă un mediu ce-i permite să știe că este bine să vorbească despre experiența lui. Chiar dacă cu adolescentul este mai dificil de inițiat discuții, oricum evitarea discuțiilor despre experiența traumatizantă duce la intensificarea anxietății. Dumneavoastră sunteți cel care trebuie să simțiți momentele potrivite pentru comunicare, nu adolescentul.*
- ✚ *Amintiți-vă că emoțiile de furie, disperare sau durere, fiind exprimate, sunt o parte naturală a procesului de vindecare. Spuneți-le despre aceste reacții, ei au nevoie de reasigurare că ceea ce simt ei este normal.*
- ✚ *Nu așteptați ca adolescentul să se simtă într-un anumit fel referitor la evenimentele traumatizante. Respectați emoțiile și credințele lor, chiar dacă nu sunteți de acord sau nu le înțelegeți.*
- ✚ *Adolescenții ar putea avea viziuni negative față de lume, animate categorii de oameni, față de viitor. Nu-l criticați pentru asta. Încercați să le arătați că, pe lângă teribilism, există în viața asta și lucruri frumoase. Aduceți exemple pozitive din viață, dar n-o faceți insistent.*
- ✚ *Încercați să nu intrați în polemici referitor la punctul lor de vedere. Adolescenții devin rebeli, răzbuunători, furioși față de cei ce le-au provocat suferința. Sentimentele și emoțiile sunt parte componentă a reacției la traumă și au dreptul de a-și exprima atitudinea. Doar că modalitatea de exteriorizare a emoțiilor poate fi negociată cu dumneavoastră., pentru a nu produce prejudicii.*
- ✚ *Adolescenții ar putea să refuze comunicarea cu dumneavoastră și să apeleze la suportul semenilor. Asigurați-l că sunteți disponibil oricând pentru discuții.*

4.1.5. Depășirea stărilor de tristețe și melancolie

„Deși lumea e plină de suferință, este plină și de succes în depășirea ei.”

Helen Keller

Tristețea de lungă durată, melancolia sau starea de depresie, la copil și la adolescent, este legată de abandon, de maltratare sau de separarea de figura sa de atașament, traume, însă pot exista și multe alte evenimente sau contexte de viață care să determine apariția episoadelor depresive.

Tristețea este o stare normală și naturală pe care și un copil o trăiește ca urmare a unor dezamăgiri inerente. Părintele reprezintă baza de siguranță a copilului și tot el este cel care poate susține copilul prin manifestarea iubirii față de acesta și a căldurii sufletești. Astfel, copilul va putea să depășească starea de tristețe pe care o trăiește.

Îngrijitorul ar fi bine să urmărească în ce situații sau în raport cu ce persoane sunt declanșate stări de tristețe. Evenimentele din trecut, declanșatori prezenți și alte asocieri pot provoca experiențe dificile pentru copil, urmate de stări de depresie.

Depresia în copilărie sau adolescență se dezvoltă treptat sau apare brusc. Copilul poate părea, mai degrabă, irascibil decât trist sau se simte plictisit sau deznădăjduit. Cei din anturaj pot observa la copilul cu depresie lentă în mișcări, insomnie sau agitație. Copilul poate fi autocritic sau poate avea sentimentul că cei din jur sunt prea critici față de el. Aceste simptome de depresie sunt adesea subtile la început. La această etapă, este dificil de identificat simptomele depresiei la copil.

Există câteva aspecte care permit diferențierea între starea de tristețe și descărcarea acestei tensiuni prin plâns și depresie. Simptomele unui început de depresie sunt:

- *Retragerea.* În ce privește relaționarea cu ceilalți, copilul se retrage și își reduce contactul cu adulții și copiii din anturaj.
- *Expresie stinsă și apatică.* Mimica, expresivitatea feței sunt mult reduse, mobilitatea și gesturile sunt, de asemenea, reduse.
- *Pierderea energiei.* Energia este mult mai scăzută la copilul depresiv. El este permanent obosit și apatic.
- *Sentimente de lipsă de speranță, devalorizare și culpabilitate.* Lipsa de speranță determină o lipsă de inițiativă, de angajare cu încredere într-o activitate proiectată anticipată de copil. Încercările de exprimare a sentimentelor sunt reduse.
- *Lipsa bucuriei.* Copilul nu se entuziasmează și nu se bucură în contexte în care anterior se bucura.
- *Tulburări alimentație, de somn sau de control sfincterian.* Poate fi afectată una dintre aceste laturi sau mai multe simultan.
- *Efect deprimant asupra altora.* Persoanele din jurul copilului sunt triste și deprimare, nu pot relaționa cu acesta, iar copilul păstrează distanță față de adulții de referință. Copilul manifestă ușor furie, supărare, frustrare și iritabilitate crescută din cauze ne semnificative.
- *Schimbarea deprinderilor.* Copilul are un aspect neîngrijit, este, frecvent, murdar, cu haine murdare și părul neîngrijit.
- *Ideație negativă.* Un simptom specific stărilor de depresie este prezența unor idei/ gânduri negative despre sine, trecut și viitor, despre lumea din jur, despre viață.

Depresia și tristețea pot apărea în viața unui copil care nu are încă mecanisme solide de apărare, care se confruntă cu nenumărate fragilități sau vulnerabilități, iar ele sunt semnalul de ajutor pe care copilul îl lansează către figura sa de atașament. Se știe că, într-un moment de stres, se activează baza de siguranță a copilului, iar acesta va căuta figura sa de atașament pentru a se asigura, calma și reconforta, pentru a se lansa, ulterior, în activități de explorare și joc.

Tratamentul pentru depresie implică consultația de specialitate, medicație specifică, educație familială sau o combinație a acestora. De asemenea, este important ca și copilul să fie implicat în planul de tratament, prin stabilirea unor relații, pe termen lung, cu specialiștii implicați în tratament.

În cazul copiilor cu depresie, este extrem de important ca îngrijitorii să fie instruiți cu privire la convingerile/ ideile iraționale de evaluare globală, pentru a-l putea învăța pe copil să se accepte necondiționat pe sine însuși și să nu-l evalueze global pe copil atunci când acesta greșește. Gânduri ca „nu sunt bun de nimic”, „nu voi fi bun de nimic niciodată”, „sunt foarte urât”, „sunt prost”, „sunt un ratat” sunt exemple de astfel de evaluări globale.

Tabelul 18. Gândurile iraționale vis-a-vis de gândurile raționale

Gânduri iraționale la copiii cu probleme legate de depresie	Gânduri raționale pentru copii
1. Când se întâmplă ceva rău, înseamnă că eu sunt de vină și nu sunt bun de nimic.	1. Fiecare este responsabil doar pentru acțiunile sale proprii. Eu sunt o persoană valoroasă, chiar dacă am greșit.
2. Nici un părinte nu m-ar putea iubi.	2. Chiar dacă părinții mei sunt supărați pe mine, nu înseamnă că nu mă iubesc și, chiar dacă nu m-ar iubi, asta nu înseamnă că nimeni nu m-ar putea iubi.
3. Dacă părinții mei sunt furioși, înseamnă că nu mă iubesc, deoarece nu sunt bun de nimic.	3. Dacă părinții mei sunt furioși, nu înseamnă că nu mă iubesc și nici că eu nu sunt o persoană valoroasă.
4. Ar trebui să fiu altfel (băiat/ fată, mai frumos, mai deștept etc.).	4. Sunt o persoană valoroasă, chiar dacă nu sunt fată, băiat etc. Valoarea mea nu ar fi mai mare, dacă aș fi mai deștept sau mai frumos.
5. Nu voi fi altfel niciodată.	5. Succesul este rezultatul efortului. Dacă nu depun, efort nu am cum să reușesc.
6. Nu am nici o speranță de a fi fericit.	6. Fericirea depinde de mine și de gândurile mele, nu de ceea ce se întâmplă în jurul meu. Pot fi fericit, chiar dacă nu am tot ceea ce îmi doresc să am.
7. Lumea este un loc rău.	7. Chiar dacă nu toate lucrurile care se întâmplă sunt așa cum îmi doresc, asta nu înseamnă că tot ce se întâmplă în lume este rău.
8. Am pierdut ceva sau pe cineva important pentru mine și nu voi putea trece niciodată peste acest lucru.	8. Chiar dacă am pierdut pe cineva drag, viața merge înainte și eu la fel.

Sugestii pentru îngrijitori în a-și ajuta copiii cu probleme de depresie:

- *Recunoașteți, împreună cu copilul, schimbările semnificative pe care le-ați remarcat (de exemplu, scăderea apetitului, schimbările de dispoziție etc.) și exprimați-vă preocuparea pentru aceste lucruri.*
- *Întrebați copilul despre stările lui afective și ajutați-l să-și recunoască stările de depresie.*
- *Învățați copilul că mulți oameni experimentează aceste emoții neplăcute, dar că este posibil ca acestea să fie eliminate (să se simtă mai bine).*
- *Stabiliți o relație de încredere cu copilul, pentru a permite exprimarea gândurilor personale care pot părea ciudate, extreme sau dificil de împărtășit.*
- *Ascultați copilul fără a-l critica (fără vre-un „dar”).*
- *Învățați copilul că el poate să aleagă cât de deprimat să se simtă.*

- ✦ *Învățați copilul, într-o manieră simplă, legătura dintre gânduri și emoții.* Identificați gândurile iraționale pe care copilul și le spune, într-o anumită situație, stabiliți care sunt gândurile raționale și puneți-l pe copil să le repete. Pentru a și le aminti, le puteți scrie pe cartonașe care să fie la îndemâna copilului.
- ✦ *Întrebați copilul dacă sunt prezente alte emoții pe lângă depresie cum ar fi furia sau anxietatea.*
- ✦ *Ajutați copilul să-și exprime gândurile negative.* Nu-l opriți și nu-i spuneți că nu ar trebui să gândească așa. Explicați-i că emoțiile lui sunt generate de gândurile respective și că le poate schimba în gânduri pozitive.
- ✦ *Sugerați noi gânduri și încurajați practicarea lor.*
- ✦ *Amintiți-vă să zâmbiți copilului, pentru a comunica faptul că aveți o dispoziție pozitivă.*
- ✦ *Încurajați activități corespunzătoare vârstei copilului.*
- ✦ *Încurajați interacțiunile sociale pozitive ale copilului (de exemplu, încurajați-l să-și invite prietenii acasă, să iasă cu ei etc.).*

4.1.6. Stimularea încrederii în sine

Dacă semănați în copii mânia, veți culege răzbunarea.

Dacă semănați vinovăția pentru greșeli, veți culege neîncrederea.

Dacă semănați neîncrederea, veți culege lașitatea.

Dacă semănați în copii credința, veți culege speranța.

Dacă semănați speranța, veți culege încrederea.

Dacă semănați încrederea în ei înșiși, veți culege curajul de a fi tot ceea ce pot să fie.

Dacă semănați dragostea, veți culege iubirea, care este mai presus de toate.

Din nefericire, sentimentele negative ale copiilor față de sine se datorează evaluării adulților.

Uneori, copiii decid că ei într-adevăr sunt stupizi, lipsiți de valoare, neiubiți. Aceasta afectează motivația, activitatea, relațiile interpersonale și viitorul succes al copilului. Conceptul de sine, odată format negativ, este dificil de recuperat.

Există un aspect foarte important, prin care copilul poate, pur și simplu, să fie învățat „să zboare” și aceasta este încrederea în sine, ce semnifică:

- curajul de a explora ca să cunoască lucruri noi;
- curajul de a învăța din greșeli;
- curajul de a se ridica deasupra acestora pentru a progresa.

Dar pentru ca să poată „zbură” trebuie „să le dați aripi”, să le cultivați încrederea în ei.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✦ *Acordați-i din start încrederea dumneavoastră.* Atunci când vreți ca un copil să aibă încredere în el, dați-i mai întâi girul de încredere, spunând-i, înainte de a începe ceva, că aveți încredere în el că poate face acel lucru. Mai puteți să îi arătați că aveți încredere în el, cerând-i ajutorul și contribuția în realizarea unor sarcini, dar care să fie totuși o provocare pentru el.
- ✦ *Încredințarea unor sarcini potrivite pentru vârsta copilului.* Stimularea unui copil se poate face atunci când îi dăm spre rezolvare sarcini care sunt în perfect acord cu perioada lui de dezvoltare.

Astfel de sarcini îi vor trezi sentimentul că este capabil. Sarcina încredințată trebuie să fie nici prea simplă, nici prea dificilă pentru vârsta sa.

- ✦ *Obișnuieți copilul, să ia parte la decizii.* În situațiile în care puteți, implicați copilul să ia decizii. Nu hotărâți totul în locul lui, considerând că numai adulții știu cel mai bine ce e de făcut. Dacă obișnuieți copiii să ia decizii, vor învăța că, dacă nu s-au gândit suficient de bine la avantajele și dezavantajele deciziei lor, vor suporta anumite consecințe.
- ✦ *Încurajați copilul, chiar și atunci când face greșeli.* Copiii trebuie lăsați să experimenteze singuri viața, desigur, într-un mediu controlat, astfel încât să poată învăța din propriile greșeli. Când greșesc nu-i criticați, explicați-le doar ce au greșit. Copiii trebuie să știe că a greși este ceva normal, și nu este o catastrofă. Este nevoie să experimenteze și eșecul pentru a învăța cum să îl depășească.
- ✦ *Organizați-i activitățile și mediul de viață.* Tot ce se întâmplă în copilărie devine important pentru mai târziu și acționează la distanță asupra copilului. Chiar și modul prin care știm să le organizăm activitatea zilnică sau camera unde se joacă și învață se va imprima în felul lor, ulterior de a se comporta. Un program regulat și bine organizat îl va învăța să fie disciplinat. Când unui copil, care nu știe niciodată ce urmează să facă, i se spune pe neașteptate că trebuie să facă ceva (de exemplu, să meargă la culcare sau la masă), el se poate opune pentru că este posibil să nu îi convină o schimbare de situație în acel moment.
- ✦ *Evitați să criticați copilul.* Dacă criticați copilul, îi veți distruge simțul valorii personale, care și așa nu este conturat. Modul de a se comporta trebuie dezaprobat și nu persoana sa. Șansele de a-și schimba un comportament nedorit sunt mult mai mari atunci când nu rănim prin cuvinte și prin acțiunile noastre aspre. Dacă îi veți spune și că aveți încredere în el că se va schimba, atunci el va căuta să se schimbe ca să răspundă așteptărilor dumneavoastră, să nu vă dezamăgească.
- ✦ *Evitați să cultivați sentimentul vinovăției când copilul a făcut ceva greșit.* Învățați-l să accepte unele consecințe naturale și logice ale faptelor, pentru că numai astfel greșelile, vor putea deveni trepte pentru dezvoltare.
- ✦ *Furnați cât mai multe posibilități pentru a avea succes.* Lăudați și accentuați, pe cât posibil, acțiunile copilului, dar nu fiți falși.
- ✦ *Discutați cu copilul ce și-ar dori să facă sau să realizeze.* Lucrați cu el, stabiliți scopuri reale și un program „pas cu pas”, ghidați-i spre atingerea scopurilor. Continuați până când ei singuri vor lucra asupra atingerii scopurilor.
- ✦ *Permiteți copilului să ajute pe cineva.* Aranjați o relație de tutorat împreună cu semenii. Faceți astfel, încât copilul să se simtă bine atunci când ajută pe cineva.
- ✦ *Rugați copilul să scrie 10 lucruri pozitive despre sine.* Ajutați copilul să găsească trăsăturile sale pozitive.
- ✦ *Scrieți împreună o listă a situațiilor în care copilul se simte neconfortabil sau le găsește a fi dificile.* Discutați modalitățile de comportament în aceste situații, joc de rol. Încurajați copilul să încerce noi comportamente în situații reale.
- ✦ *Ajutați copilul să-și modifice ideea „Eu nu pot” în „Eu voi încerca”.* Încurajați gândirea pozitivă (Anexa 3).

Mesaje-cheie

- ✦ Copiii, care prezintă deficite la nivelul competențelor emoționale și sociale riscă să dezvolte probleme serioase, atât în timpul copilăriei, adolescenței, cât și în timpul vieții adulte, într-o serie de domenii cum ar fi: pregătirea pentru școală, sănătatea mentală, dezvoltarea cognitivă, serviciu, viață de familie etc.
- ✦ Copiii și adolescenții sunt victime ale problemelor emoționale cărora nu le fac față.

- ⌘ Copiii trebuie să știe că sunt acceptați, indiferent ce simt, ce trăiri și ce probleme emoționale experimentează.
- ⌘ Nu există emoție ce n-ar putea fi recunoscută, exprimată, înțeleasă și controlată.
- ⌘ Nimeni nu se naște cu capacitate de a-și gestiona emoțiile. Reglarea emoțională o poate învăța oricine și la orice vârstă.
- ⌘ Capacitatea îngrijitorilor de a face față experienței traumatizante reprezintă un factor puternic ce prezice rezultate pozitive pentru copii.
- ⌘ Modul în care îngrijitorii discută probleme legate de emoții, poate transmite sprijinul și acceptarea lor și poate contribui la conștientizarea de către copil a diferitor stări emoționale pe care le experimentează.
- ⌘ Prezența suportului social și acordarea de asistență psihosocială, cât mai curând posibil, după un eveniment traumatizant, promovează recuperarea mentală și fizică a copiilor.
- ⌘ Armonia familială, prezența unor îngrijitori atenți la nevoile copilului, menținerea unei relații apropiate cu figura de atașament, lipsa bolilor mentale și/ sau a abuzului de substanțe printre membrii familiei, care locuiesc în aceeași casă, reprezintă factori protectori pentru copiii expuși problemelor/ tulburărilor emoționale.

Capitolul IV.2. DIFICULTĂȚILE DE COMPORTAMENT ALE COPILULUI

În acest capitol veți afla despre:

- ✓ Tipurile de comportament problematic și cauzele acestora;
- ✓ Specificul comportamentului adultului, în diverse situații, în care se manifestă comportamentul problematic al copilului;
- ✓ Depășirea diverselor situații în care se manifestă comportamentul problematic.

4.2.1. Agresivitatea

Natura l-a înzestrat pe fiecare cu energie agresivă, doar că este aplicată divers. Unii folosesc această energie pentru a crea și atunci ea este constructivă, alții o folosesc pentru a distruge și atunci ea devine distructivă.

Definită ca „orice act făcut cu intenția de a răni o altă ființă, fizic sau verbal”, agresivitatea preocupă astăzi tot mai mult interesul psihosociologilor, într-o societate fondată pe prioritatea interesului și a individului. Fără un consens privind normele de comportament și într-ajutorare, empatie și sacrificiu, nu ar mai exista societate, ci o junglă de bărbați și femei sau o piață veritabilă, în care ar supraviețui cei mai norocoși.

Agresivitatea crește prin observarea comportamentului agresiv al adulților sau al altor copii mai mari.

Încă din perioada de sugar, copilul își manifestă o latură a acestui comportament prin acte de furie, plâns, țipete, fiind o agresivitate motivată de frică și nesiguranță. Însă, frecvența comportamentului agresiv începe în jurul vârstei de 2-3 ani, prin aruncatul jucăriilor, tendința de a lovi pe celălalt, autolovire, cuvinte răutăcioase, distrugerea unor bunuri materiale etc.

Principalele cauze ale agresivității, menționate de psihologi, sunt :

- frica de alții;
- dificultățile familiale;
- deficiențele neurologice;
- traumele emoționale.

Agresivitatea poate fi văzută ca o modalitate de a atrage atenția sau poate fi o simplă provocare, pentru a-și câștiga o identitate proprie. Ea nu va apărea niciodată brusc, fără o cauză particulară sau o legătură cu mediul său de viață înconjurător.

Noile cercetări asupra comportamentului agresiv susțin că, în timp ce băieții se angajează într-adevăr în agresivitatea fizică, fetele, de asemenea, iau parte, în mod egal, la agresivitate.

Tabelul 19. Comportamentul agresiv la copil

Posibile cauze ale comportamentului agresiv la copil	Explicații și sugestii generale pentru îngrijitori
Excesul de energie	<p>☐ Copiii au nevoie de multă mișcare. Atunci când copilul vrea să lovească mingea pe care n-o are, lovește vecinul.</p> <p>👉 <i>Oferiți copilului posibilitatea de a se mișca, de a se juca cum doresc, de a se relaxa în mișcare.</i> Copilul trebuie să-și consume energia. Secțiunile sportive ar fi un remediu.</p>

Sentimentul de neîncredere, stresul, oboseala, neliniștea.	<input type="checkbox"/> Pentru acești copii agresivitatea este un mecanism de apărare. Ei fug de copiii mai puternici, dar se ceartă cu cei mai slabi. Agresivitatea le oferă încredere. <input type="checkbox"/> <i>Îndepliniți-i necesitatea de atenție, prietenie, acceptare.</i>
Agresivitatea datorată egoismului copilului	<input type="checkbox"/> Copilului, care este în centrul atenției acasă, i se oferă tot ce-și dorește, el așteaptă aceeași atitudine și de la alți copii. Pentru a câștiga atenția în grupul de copii, el recurge deseori la agresivitate. <input type="checkbox"/> <i>Permiteți copilului de a comunica și de a se juca cu semenii, cu copii mai mari și mai mici.</i>
Carențe emoționale, insatisfacția emoțională	<input type="checkbox"/> Neglijarea emoțională din partea părinților, îl face pe copil să-și exprime emoțiile în forme neadecvate, cu multă răutate. Astfel de copii se manifestă prin: <input type="checkbox"/> închidere în sine; <input type="checkbox"/> violență față de animale; <input type="checkbox"/> comportament batjocoritor cu alți copii; <input type="checkbox"/> provocarea durerii la alți copii, fără a fi observat. <input type="checkbox"/> <i>Oferiți copilului posibilitatea de a se exprima.</i>

Sugestii pentru îngrijitori:

- Oferiți posibilitate copilului de a-și descărca energia agresivă, direcționând-o spre alte obiecte. De exemplu, să lovească în pernă, să bată în covor, să rupă imaginea adversarului.*
- Fiți exemplu pentru copil: controlați-vă exploziile de mânie, nu vorbiți negativ despre oameni, nu faceți planuri de răzbunare în prezența copilului.*
- Analizați ce „obține” sau ce „evită” copilul apelând la comportamentul agresiv, cu siguranță, există o nevoie care încă nu este acoperită.*
- Demonstrați copilului dragoste, lăudați-l, apreciați reușitele și intențiile bune, mângâiați-l. Copilul trebuie să știe că-l iubiți și-l stimați.*
- Stopați tendința de a iniția certuri. Folosiți umorul atunci când cineva vă irită.*
- Discutați cu copilul posibile conduite în diverse situații. Provocați-l ca el să menționeze dacă a fost corect sau a greșit.*
- Nu discutați în prezența copilului comportamentul lui agresiv. Etichetarea copilului ca „bătăuș” îl va face pe viitor să soluționeze conflictele doar prin bătaie și putere.*
- Nu vă grăbiți să soluționați conflictele și certurile copiilor. Atunci când copii sunt la început de joc și ceva nu împart între ei, nu vă grăbiți să interveniți. Urmăriți dintr-o parte, s-ar putea să se descurce singuri. Astfel, copiii învață să comunice între ei.*

4.2.2. Minciuna

Minciunile pe care le spun copiii, chiar dacă uneori par nevinovate, ar trebui să dea de gândit îngrijitorilor. Dar și mai periculoase, pentru dezvoltarea copilului, sunt minciunile pe care le spun îngrijitorii copiilor. Punerea unei bariere în discutarea unor probleme delicate din viața copilului sau răspunsurile mincinoase, care induc copilului o stare de frustrare conduc la rezultate dăunătoare în calea dezvoltării psihice firești a copiilor.

Minciuna apare o dată cu vârsta, ea nefiind un comportament înnăscut, ci unul de adaptare. La copil, minciunile sunt, în majoritate, prosoziale și nu antisociale. S-a constatat că, în general, copiii spun mai multe minciuni prosoziale colegilor (pentru a întări comunicarea de grup) și mai multe minciuni egoiste mamelor lor (pentru a evita pedepsele și a-și consolida independența). Numărul și frecvența minciunilor

la copii depinde însă în mod direct de mediul familial, de fundalul educațional și cultural al părinților, de comportamentul modelelor adulte din anturajul lor.

Cele mai frecvente motive pentru care un copil minte:

- ascunderea faptelor rele, a insucceselor, a anumitor aspecte legate de persoana sa sau de a altora, dintr-o proastă înțelegere a prieteniei și a solidarității;
- ascunderea adevărului din timiditate, rușine, lipsă de curaj, lașitate, uneori, chiar din dorința de a menaja sensibilitatea părinților;
- severitatea excesivă a părinților;
- restricțiile absurde;
- lipsa de unitate în cerințe;
- exemplul negativ al părinților (părinții i-au mințit pe copii sau alte persoane în fața copiilor);
- dorința de a obține anumite favoruri, de a-și satisface anumite plăceri;
- lăcomie, egoism;
- răzbunare;

Sugestii pentru îngrijitori:

- ☞ *Porniți de la o relație sinceră cu copilul și asigurați-vă că spuneți întotdeauna adevărul!*
- ☞ *Atunci când suspectați că copilul a spus o minciună, adresați întrebări de clarificare. Evitați să schimbați tonul sau să păreți suspicios. Continuați până copilul înțelege singur că a spus o minciună.*
- ☞ *Obișnuiți-vă să repetați o frază „în casa noastră se vorbește adevărul...”, sau oricare altă expresie care demonstrează că apreciați sinceritatea și așteptați de la toți membrii familiei să vorbească adevărul, chiar și în cele mai dificile momente din viață.*
- ☞ *Asigurați copilul că, atunci când are o problemă, întrebare sau orice altă situație care îl poate provoca să spună o minciună, poate veni și discuta într-o manieră prietenoasă despre asta.*
- ☞ *Apreciați și laudați copilul în momentul când a recunoscut o anumită faptă sau a recunoscut că a mințit (de exemplu: „Mulțumesc că ai spus adevărul, asta înseamnă mult pentru noi!”).*
- ☞ *Minciuna habituală poate fi datorată sentimentelor de inadecvanță, insecuritate, presiunea parentală ori a altor persoane semnificative. Poate fi un comportament învățat pentru a se eschiva de responsabilități sau pedeapsă.*
- ☞ *Determinați dacă necesitățile copilului sunt satisfăcute. Copilul necesită atenție sau putere? Are tendința de a evada din realitate sau este consecința comportamentului perturbator?*
- ☞ *Asigurați experiența de studii și interacțiunea cu semenii. Utilizați laude și alte tipuri de refortificări pentru comportamente potrivite, în vederea formării stimei de sine. Minciuna nu este necesară dacă copilul este confident cu sine. Ignorați minciuna sau comportamentele fantasmatiche, iar comportamentele pozitive întăriți-le.*
- ☞ *Evitați încercarea de a prinde în capcană minciunosul. Știind exact că copilul minte, puneți-l în situația de confruntare (de exemplu: „Ion, eu știu că nu ți-ai făcut temele.”). Dacă nu aveți informație directă, spuneți-i copilului că nu prea înțelegeți ceea ce spune și rugați-l să vă dea detalii.*
- ☞ *Atunci când copilul continuă să relateze fantezii evidente, ar fi bine să vă confrunțați într-o manieră non-evaluativă, aplicând afirmații de genul „Tu știi, că eu niciodată n-am văzut sau auzit despre ce-mi povestești, și eu am problema în a înțelege ce-mi spui. Putem s-o luăm de la capăt?” Cu această tehnică, nu-l faceți pe copil minciunos, dar îl convingeți că nu acceptați tot ce spune el ca fiind adevăr.*

- ↪ *Evidențiați domeniile în care copilul minte mai frecvent. Este referitor la școală, părinți, bani, vestimentație sau altceva? Depistând unul sau câteva domenii, examinați posibilitățile de schimbare a circumstanțelor din aceste domenii, în vederea reducerii tentației de a minți.*
- ↪ *Discutați cu profesorii și alte persoane apropiate. Estimați dacă nu există anumite presiuni din partea acestora (de exemplu: așteptări prea mari, suprasolicitări). Dacă problema pare a fi provocată de presiuni excesive, descreșteți forțarea spre competiția cu alții și stimulați competiția cu sine (de exemplu: "Ieri ai rezolvat 6 probleme la matematică, hai să vedem dacă poți rezolva azi 8").*
- ↪ *Citiți o poveste, în care conținutul este despre un mincinos. Rugați copilul să reacționeze și discutați.*
- ↪ *Dați copilului sarcini, activități responsabile care-i va stimula sentimentul de reușită. Copilul care se simte împlinit, iubit și cu anumite succese, nu va avea resurse de minciună.*
- ↪ *Elaborați o listă de comportamente model pe care copilul ar vrea să le achiziționeze pentru a avea succes în relațiile interpersonale. Practicați și stimulați aceste comportamente într-o atmosferă securizantă.*
- ↪ *Încheiați un contract pentru a nu minți. Contractul va include comportamentele acceptabile și recompensa lor și cele inacceptabile, urmate de consecințe.*

4.2.3. Furtul la copil

Modul în care îngrijitorii reacționează după ce copilul a furat un obiect, poate să fie distructiv (în mod paradoxal chiar să încurajeze comportamentul) sau poate să fie productiv, în sensul că ajută copilul să facă diferența dintre bine și rău. Copiii trebuie să înțeleagă nu numai care sunt așteptările adultului în ceea ce privește onestitatea, ci și de ce este importantă aceasta.

Furtul este un comportament des întâlnit în rândul copiilor, în special, a copiilor mici care, manifestă un "sentiment" al proprietății extrem de fragil. Abia în perioada 5-7 ani, copiii pot înțelege faptul că furtul este un comportament negativ. Odată ce copilul înțelege că furtul încalcă drepturile cuiva și că pot exista consecințe serioase, abia atunci el poate percepe acest comportament într-un mod diferit. Un lucru este sigur: copiii de toate vârstele trebuie să înțeleagă că luarea unui obiect, fără a cere permisiunea, reprezintă un lucru rău și că pot exista consecințe grave ale acestui fapt.

Pași pentru stoparea acestui comportament⁵

Aceleași reguli de bază se aplică pentru furt, indiferent dacă copilul este mic sau mai mare.

Pasul 1. În mod calm confruntăm și evaluăm intenția copilului

Primul pas presupune crearea cadrului în care comportamentul a apărut: Ce s-a întâmplat? Unde și când s-a întâmplat? Cu cine era copilul în acel moment? Ce l-a determinat să fure? Din păcate întrebarea directă „De ce ai furat, mă? De ce?”, nu prea este de mare folos. *Cea mai bună abordare este ca părintele să relateze cum a descoperit obiectul respectiv și să descrie ce simte în legătură cu asta.* De exemplu: „Mihai, am fost foarte tristă și furioasă în momentul în care am găsit în dulapul tău un joc video care nu-ți aparține. Cum a ajuns acolo?”. Dacă nu primiți un răspuns, veți întreba: „L-ai luat tu?”

Două lucruri sunt importante de reținut. În primul rând, nu reacționăm exagerat. Cu siguranță, ne simțim furioși și frustrați, însă trebuie să rămânem calmi. În al doilea rând, nu etichetăm copilul (hoț, furător, pungaș etc.) și nu-l acuzăm de furt. Acuzațiile, rareori, rezolvă ceva și, mai mult decât atât, copilul este „încurajat” să mintă pentru a evita pedeapsa. Acceptați că aveți o problemă și încercați să o rezolvați împreună.

Pasul 2. Specificați de ce furtul este un comportament greșit

Exprimați-vă așteptările în legătură cu onestitatea. Copilul trebuie să înțeleagă motivele pentru care furtul este un comportament greșit și în ce mod acest comportament încalcă valorile morale ale familiei.

⁵ Michele Borba, „No more misbehavior: 38 difficult behaviors and how to stop them” Jossey-Bass, San Francisco, 2003.

Fiți succint și prezentați numai argumentele pentru care acest comportament este greșit: „Să iei un lucru care nu-ți aparține este o faptă greșită. Noi nu luăm lucrurile care nu sunt ale noastre. Trebuie să avem încredere unii în alții. Mă aștept ca tu să ceri permisiunea ori de câte ori dorești să împrumuți ceva ce nu-ți aparține”.

Rețineți că, copiii mici cu greu fac diferența între a lua și a împrumuta, de aceea poate e nevoie să le explicați aceste concepte din timp. Dacă copilul este mai mare, puteți discuta cu acesta posibilele consecințe ce pot decurge în urma unui astfel de comportament greșit, cum ar fi pierderea prietenilor, reputație nedorită, pierderea încrederii acordate de celor din jur, posibile probleme cu legea etc. Informați copilul că anumite persoane pot manifesta o lipsă totală de toleranță în astfel de situații și că pot chema poliția, chiar dacă obiectul luat a fost returnat.

O singură discuție pe această temă nu este de ajuns pentru a produce o schimbare comportamentală pe termen lung. Planificați discuții pe tema onestității și pentru săptămânile următoare astfel, încât copilul să înțeleagă bine care sunt așteptările, mai ales, să asimileze această virtute în comportamentul său de zi cu zi.

Pasul 3. Reflectarea asupra impactului

În general, copiii nu se gândesc la efectele produse de acest comportament asupra celorlalte persoane, de aceea este importantă experimentarea perspectivei celuilalt, să realizeze cât de supărător este să-ți fie luat un lucru care îți aparține. Dacă copilul este mic, puteți face acest lucru prin jocul de rol, utilizând jucăria lui preferată. După ce „ați luat” jucăria, întrebați, „Cum te-ai simți dacă cineva ți-ar fura jucăria? Ar fi corect?”. În situația în care copilul este mai mare, puteți întreba: „Imaginează-ți că ești lonț și tocmai ai constatat că banii din buzunarul hăinuței au dispărut. Cum te-ai simți? Ce ai vrea să-i spui persoanei care ți i-a luat?”

Pasul 4. Restituirea obiectului – „îndreptarea faptei”

Copilul trebuie să înțeleagă de ce furtul este un comportament greșit și ce trebuie să facă pentru a „îndrepta” un astfel de comportament. *Cea mai bună consecință („pedeapsă”) este să-i cerem copilului să restituie obiectul luat și să-și ceară scuze.* Funcționează și mai bine dacă îl însoțiți. Dacă copilul a luat un obiect din magazin, informați proprietarii despre cele întâmplate și despre ceea ce urmează să faceți, astfel vă asigurați că restituirea va decurge conform planului. În cazul în care obiectul este stricat și nu mai poate fi returnat, copilul va plăti costul aceluși obiect. Într-o primă etapă, s-ar putea să fiți nevoit/ă să plătiți dumneavoastră costul aceluși obiect, dar, ulterior, copilul va fi făcut responsabil pentru achitarea datoriei din banii lui de buzunar sau prin îndeplinirea unor sarcini suplimentare în casă.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ☞ *Determinați motivul sau scopul comportamentului de furt.* Copilul caută atenție, putere, răzbunare sau comportamentul este rezultatul unei presiuni, a curiozității sau a inițiativei?
- ☞ *Oferiți copilului posibilitatea de a returna lucrul furat în mod anonim fără ca să fie acuzat.*
- ☞ *Utilizați consecințe logice în ajustarea copilului* (la necesitate, vorbiți cu polițistul de sector, proprietarul lucrurilor etc.).
- ☞ *Discutați în cadrul familiei despre furt, consecințele acestuia și drepturile la proprietate.* Filmele, cărțile, revistele, pot stimula discuția. Discutați alternativele furtului.
- ☞ *Dacă furtul are loc în grup, copiii pot rezolva singuri problema.* Prezentați situația grupului, rugați-i să schițeze un plan pentru rezolvarea problemei și părăsiți sala pentru câteva minute. Revenind, discutați planul fără a-i acuza și fără a-i blama.
- ☞ *Dacă aveți dovezi sigure despre furt, fiți direct în confruntare.* Rugați copilul să-și planifice restituirea celor furate.
- ☞ *Utilizați tehnica povestioarelor metaforice, în care descrieți caz similar.* Provoacăți copilul la discuție.
- ☞ *Găsiți un model pentru copil.* Discutați și descrieți acele comportamente admirabile care pot fi exersate de copil.

4.2.4. Comportamentul violent în mediul școlar (bullying)

În ultimul timp, printre preocupările părinților, își face loc și fenomenul de bullying. Termenul de bullying are o sferă de cuprindere mai mare decât actele de violență propriu-zisă și cea mai apropiată traducere în limba română ar fi „hărțuire”.

Studiile arată că, pe termen scurt, victimele manifestă un interes tot mai scăzut pentru școală, care se exprimă în scăderea rezultatelor la învățătura ajungându-se până la abandon școlar. Pe termen lung, bullying-ul este un predictor pentru instalarea tulburărilor anxioase (inclusiv, sindrom de stres posttraumatic) sau depresive.

Bullying-ul include hărțuirea, intimidarea, ridiculizarea unui elev, provocând rănirea și disconfortul său prin:

- comportamente de agresivitate fizică – lovit, îmbrâncit, distrugerea obiectelor personale;
- comportamente de agresivitate verbală – poreclit, jignit, amenințări, șantaj;
- comportamente de agresivitate relațională – răspândire de zvonuri răutăcioase, ignorare/izolare.

Acestea sunt manifestate în mod repetat de către un alt elev (sau uneori de către un grup de elevi), în condițiile în care între cei doi există un dezechilibru de forțe, unul dominându-l pe celălalt, din punct de vedere al abilităților fizice sau de natură psihologică (abilități cognitive, sociale, imagine de sine).

Prins într-o astfel de situație, ideal ar fi ca un copil să apeleze la ajutorul adulților.

De cele mai multe ori, victimele nu împărtășesc, din rușine sau din frica răzbunării din partea hărțuitorilor. Aceștia, la rândul lor, nu au nici un interes să vorbească, căci riscă să piardă prestigiul printre colegi și capacitatea de a-i domina, dar și de teama că ar putea fi pedepsiți de către adulți.

În acest context, îngrijitorii ar trebui să observe cu atenție copilul pentru a putea identifica, cât mai rapid, schimbări ale comportamentului său, care ar putea sugera că acesta este implicat într-o situație de bullying, ca victimă sau agresor:

a. Victimă

- devine mai tăcut, mai trist și introvertit;
- exprimă neîncredere în forțele proprii;
- se izolează, se retrage din interacțiunile cu familia;
- se izolează de prieteni, nu mai ia parte la activitățile care altă dată îi făceau plăcere, preferă să stea acasă;
- caută pretexte să lipsească de la școală (acuzând dureri de cap sau stomac, răceli etc.);
- refuză să meargă singur la școală;
- vine mai târziu de la școală (pentru a-și evita colegii);
- îi scade interesul pentru teme și, implicit, notele;
- îi scade pofta de mâncare;
- apar perturbări ale somnului (inclusiv enurezis nocturn) care determină oboseală;
- se concentrează mai greu, uită, din cauza oboselii sau a faptului că îl preocupă altceva;
- merge la toaletă doar acasă (evită să meargă la școală căci acolo, fără supravegherea adultului, se întâmplă cele mai multe din comportamentele de bullying);
- apare cu hainele murdare sau rupte, cu tăieturi sau vânătăi pe care nu le poate explica;

- cere bani suplimentari, față de banii de buzunar pe care îi primește în mod obișnuit. Dacă nu primește, recurge la furt;
- apar reclamații de la școală privind lipsa de interes față de teme sau probleme de comportament (bătăi cu colegii).

b. Agresor

- își schimbă grupul de prieteni;
- exprimă opinii negative față de școală și față de cadre didactice;
- apar reclamații de la școală privind implicarea în activitățile de la clasă, complianța la cerințele cadrului didactic, conflicte cu colegii);
- încearcă să iasă în evidență cu orice preț, o face pe grozavul;
- vine acasă cu obiecte pe care nu le-ar fi putut cumpăra, fără implicarea îngrijitorilor;
- manifestă izbucniri furioase inexplicabile;
- este ușor iritabil și se frustrează din orice;
- refuză să își facă temele;
- încearcă să domine sau își lovește frații.

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

- schimbări în comportamentul copilului;
- colegii cu care își petrece timpul, schimbări în grupul de prieteni;
- gradul de implicare în discuțiile și activităților de la clasă, reacția colegilor la intervențiile lui;
- schimbări în calitatea temelor realizate;
- existența unor incidente de bullying la nivelul clasei, care au fost elevii implicați și cum s-au rezolvat acestea.

Colaborarea cu școala este hotărâtoare fiind necesare întâlniri între părinți și cadre didactice centrate pe elaborarea unui plan de acțiune care să ducă la soluționarea acestei probleme, plan în care îngrijitorii se pot implica oferind suportul concret necesar.

Sugestii pentru îngrijitori:

Indiferent de faptul dacă copilul este agresor sau victimă, ar fi bine să:

- ↪ Puneți accent întotdeauna pe efortul copilului și nu pe rezultatul obținut, pentru a nu ajunge în situația de a-l împinge pe copil să obțină succesul cu orice preț.
- ↪ Exprimați-vă opiniile folosind un limbaj civilizat, atât atunci când vorbiți despre propriul copil, dar și despre colegi, cadre didactice sau despre oricare altă persoană din jur.
- ↪ Puneți accent nu doar pe performanțe academice dar și pe dezvoltarea unor abilități emoționale, precum empatia și sinceritatea.

Dacă copilul este victimă:

- ✚ Oferiți informații despre drepturile lui, subliniind că o astfel de situație nu trebuie tolerată, ci trebuie împărtășită neapărat cu adulții atunci când se întâmplă.
- ✚ Stabiliți și repetați împreună cu copilul ce poate să spună dacă este pus în astfel de situații: fie cere în mod repetat stoparea comportamentului care îl deranjează - „încetează”, „lasă-mă în pace”, fie răspunde cu umor atacurilor răutăcioase (de exemplu: „Mama este o bună bucătăreasă, de aia sunt mai gras”).
- ✚ Sugerați-i anumite strategii de ieșire din astfel de situații – să încerce să evite hărțuitorii, să evite să stea singur, să evite să stea în zone nesupravegheate de personalul școlii.
- ✚ Încurajați-l să participe la tot felul de activități în afara școlii, unde ar putea să-și facă prieteni, abilitățile sociale astfel dobândite putând fi transferate apoi în contextul școlar. De asemenea, imaginea de sine se poate îmbunătăți prin rezultatele obținute în activitățile extrașcolare.
- ✚ Concentrați-vă asupra relației cu copilul, petreceți cu el timp de calitate, mai degrabă decât să discutați zilnic cu el despre incidentele de bullying de la școală.

Dacă copilul este agresorul:

- ✚ Ajutați-l să realizeze efectele violenței asupra victimei, fiind extrem de eficiente filmele vizionate împreună pe acest subiect sau discuțiile pornind de la comportamente observate (incidente pe care le observă împreună în parc).
- ✚ Evitați să-l pedepsiți și concentrați-vă mai degrabă pe stabilirea, împreună cu copilul, (chiar dacă neagă că el este agresorul) a lucrurilor concrete pe care acesta le poate face pentru victimă, pentru ca această să se simtă mai confortabil în școală.
- ✚ Încurajați participarea la diverse activități de timpul liber, în care ar putea obține recunoaștere și prestigiu, distracție (recompense pe care, altfel le-ar obține din comportamentul agresiv).
- ✚ Evitați să exprimați înțelegere față de astfel de comportamente, considerând că se întâmplă din vina altcuiva.

Sugestii pentru îngrijitori în abordarea comportamentului negativ al copilului:

- ✚ Evitați confruntarea cu amenințări, stopări, interziceri.
- ✚ Ascultați activ copilul pentru a-i învăța sentimentele referitor la sine, familie, relații, școală. Copiii tind a se „aprinde” când nu sunt satisfăcute necesitățile de dragoste și respect. Admiteți că copilul are puterea în a nu asculta și a opune rezistență. Evitați amenințarea lui. Refuzați să deveniți complici în conflict.
- ✚ Atunci când copilul nu conflictează, discutați cu el despre consecințele comportamentului negativ și planificați comportamente alternative.
- ✚ Faceți o listă de sarcini pentru a fi îndeplinite și, împreună, planificați orarul zilei. Specificați consecințele acestor comportamente. Discutați cu copilul și elaborați reguli de comportament.
- ✚ Uneori, copiii nu înțeleg că se comportă negativ. Este necesar de stabilit problema, de explicat comportamentul nepotrivit. *Elaborați un plan de modificare a acestora. Planul, neapărat, trebuie să includă recompense pentru comportamente dezirabile.* Practicați noile comportamente și întăriți-le, prin încheierea unui contract.
- ✚ Ignorați aceste comportamente pe cât este posibil. Evitați pedeapsa fizică, acesta provoacă agresivitatea.
- ✚ Aceste comportamente, deseori, sunt încercări de a compensa lipsa auto-confidenței, lipsa abilităților sociale sau inabilitatea de a avea succese la școală sau alte domenii. *Evaluați aceste comportamente prin observări, discuții cu persoanele semnificative.*

- ↪ *De câte ori copilul va prezenta comportamente potrivite, dezirabile, lăudați-l, recompensați-l cu ceva.*
- ↪ *Nu reacționați amenințător la comportamentele date, conflictul se va întinde doar.*
- ↪ *Pentru a-și exterioriza tensiunea negativă aplicați desenul, exercițiile fizice, muzica, exprimarea sau relatarea în scris a acestora.*
- ↪ *Rugați copilul să-și găsească un model (copil) cu care ar vrea să prietenească. Organizați prietenia.*
- ↪ *Încurajați copilul să-și exploreze interesele, hobby-urile, abilitățile și să se implice în activități, cercuri, cluburi, alte organizații unde ar putea să se simtă mai bine.*

4.2.5. Comportamentele conflictuale cu semenii

Datorita diferențelor culturale și de dezvoltare între copii, nu există un model unic al rezolvării conflictelor între aceștia. Totuși există niște pași care pot ghida rezolvarea conflictelor între copii în mod eficient. Adultul are rolul de a-i învăța și susține pe copii, pe măsură ce învață modalități de rezolvare a problemelor. Copii nu vor învăța imediat cum să acționeze eficient, dar, în timp, vor deveni tot mai capabili să-și rezolve problemele.

Pasul 1: Inițierea procesului de mediere

- *Opriți comportamentul agresiv. Așezați-vă între copiii care se ceartă astfel, încât aceștia să fie atenți la dumneavoastră și nu unul la altul.*
- *Calmați copiii și atrageți-le atenția. Conflictul poate trezi emoții foarte puternice, mai ales, dacă unul dintre participanți se simte amenințat sau rănit. Oferiți atenție și mângâiere fiecărui copil. Copiii care sunt în postura de „victimă” au nevoie de atenție, în primul rând. Așteptați să se liniștească copiii, înainte să mergeți mai departe cu medierea conflictului.*
- *Definiți problema. Cine a fost implicat? Ce evenimente au dus la conflict? Cum au reacționat copiii (au fost agresivi, s-au jignit)? S-a mai întâmplat asta și în trecut?*

Pasul 2: Permiteți fiecărui copil să își exprime punctul de vedere

- *Permiteți fiecărui copil să își spună punctul de vedere. La fel ca și adulții, copiii vor avea perspective diferite. Este important ca fiecare își exprime punctul de vedere. Copiii mai mici vor avea capacități limitate de a se exprima și va fi nevoie să fiți mai implicat(ă) în a-i ajuta să își exprime emoțiile.*
- *Nu îi întrerupeți. Pe măsură ce fiecare copil trece prin acest proces, căutați să nu îi întrerupeți. De asemenea, încurajați copiii să asculte cu atenție atunci când nu este rândul lor să vorbească, amintindu-le că le va veni rândul să își spună părerea.*
- *Rezumați punctul de vedere al fiecărui copil. După ce copii au avut ocazia să spună ce aveau de spus, faceți un rezumat pentru fiecare. Verificați cu fiecare pentru a vedea dacă ați înțeles corect.*

Pasul 3: Concluziile

- *Definiți disputa în termeni comuni. Ajutați copiii să realizeze ca acest conflict este o problemă a tuturor celor implicați. Va fi mai ușor să cooperați cu copiii dacă vor înțelege că nu pot rezolva problema dacă nu conlucrează.*
- *Asigurați-vă că fiecare copil a înțeles care este responsabilitatea sa atât în ceea ce privește problema cât și legat de soluție. Rareori, unul dintre copii este cu totul nevinovat. De cele mai multe, ori vina pentru declanșarea conflictului o au toți copiii implicați. Copiii au nevoie să înțeleagă că sunt cu toții implicați în gestionarea problemei și în găsirea unei soluții realiste. De exemplu, George l-a lovit pe Matei după ce Matei l-a numit prost pe George. În acest caz, ambii au făcut ceva greșit. George trebuie să înțeleagă că nu trebuia să îl lovească pe Matei. Matei trebuie să înțeleagă că a greșit vorbind urât. Când înțeleg ce rol a avut fiecare în conflict, atunci pot să avanseze în rezolvarea lui.*

Pasul 4: Găsirea alternativelor

- *Solicitați idei de la copii.* Luați în considerare vârsta copiilor implicați. În cazul copiilor mai mici de 3 ani, rolul adultului este mai directiv (de exemplu: „Ce ar fi dacă i-am da Anei jucăria pentru 5 minute? Apoi va fi rândul tău să te joci pentru 5 minute”). Pentru copiii mai mari este mai bine să fie încurajați să găsească singuri idei.
- *Găsiți cât mai multe soluții posibile.* Cereți copiilor să găsească cât mai multe soluții. Evitați să evaluați calitățile soluțiilor exprimate. În această etapă, este important doar să stimulați copiii să se gândească la alternative.
- *Întrebați copiii care soluție poate fi aplicată.* Solicitați părerea tuturor copiilor implicați dacă sunt de acord cu soluția respectivă și cereți-le argumente.

Pasul 5: Alegerea unei soluții

- *Faceți un plan de acțiune cu care să fie de acord toți cei implicați.* Toate părțile implicate trebuie să fie în consens nu numai cu soluția, dar și cu acțiunile care duc la punerea ei în practică. Când copiii nu sunt de acord cu planul de acțiune, vor fi mult mai puțini doriți să respecte înțelegerea făcută.
- *Expuneți clar pașii cu care au fost de acord.* Copiii trebuie să înțeleagă bine toate detaliile acțiunilor pe care le au de făcut. Aplicarea acestui pas depinde de vârsta copiilor implicați. Folosiți un limbaj pe care îl înțeleg copiii respectivi. După ce le spuneți ce au de făcut, asigurați-vă că ei înțeleg ce se așteaptă de la ei. Cereți-le să repete aspectele de bază ale înțelegerii, pentru a verifica dacă au înțeles.

Pasul 6: Sprijinirea procesului de rezolvare a problemei

- *Lăudați copiii când sunt de acord asupra unei soluții.* Încurajați-i cu privire la ideile pe care le au. Astfel vor înțelege că sunteți mândră/u de ei, pentru că doresc și sunt capabili să caute soluții pentru o problemă.
- *Procesul găsirii soluției este la fel de important ca și aplicarea efectivă a acesteia.* Gestionând conflictul împreună cu copiii, faceți mai mult decât să aplatizați o neînțelegere de moment. Astfel, ei învață ce vor avea de făcut în situații ulterioare. La început, acest proces va merge mai greu decât va doriți. Păstrați-vă răbdarea, iar copii vor înțelege curând că, urmând acești pași simpli, vor găsi soluții eficiente.

Pasul 7: Punerea în practică

- *Ajutați copiii să respecte planul întocmit.* Rezolvarea conflictelor este dificilă, chiar și pentru adulți, de aceea nu trebuie să vă așteptați de la copii să treacă prin tot procesul fără greșeli. Fiți alături de ei, pe măsură ce își îndeplinesc angajamentele.
- *Amintiți-le termenii înțelegerii.* Această acțiune va fi cu atât mai frecventă, cu cât copiii sunt mai mici și nu au experiență în rezolvarea conflictelor.

Pasul 8: Anunțați încheierea conflictului

- *Anunțați copiii ca s-a rezolvat conflictul.* Ei au nevoie să știe că atunci când își respectă înțelegerile, conflictele se rezolvă cu succes. Încurajați-i să învețe din experiențele în care conflictele se rezolvă corect. Totuși nu îi lăsați să se centreze pe trecut.

Când copiii învață acești pași simpli, vor fi mult mai capabili să rezolve conflictele cu ceilalți copii și vor dobândi abilitatea de a găsi soluții independente în viitor. Astfel, puneți bazele rezolvării constructive a conflictelor, ceea ce îi va ajuta să aibă relații durabile acum și în viitor.

Conflictele în adolescență

Adolescența aduce cu sine o creștere a abilităților sociale. Se dezvoltă capacitatea de comunicare. Anterior, era mai dezvoltată la fete, acum devine importantă și pentru băieți. Relațiile între băieți și fete, dar și relațiile în grupuri de același sex capătă o semnificație profundă.

Adolescența este caracterizată de declinul autorității parentale și familiale, precum și de creșterea importanței grupului de prieteni. În general, adolescența este momentul de socializare intensă.

Astfel, se disting 3 etape ale socializării în adolescență:

- a. În adolescența timpurie, părinții continuă să fie importanți din punct de vedere al dezvoltării sociale. De asemenea, părinții rămân un factor important al echilibrului emoțional și material. Adolescenții, în această etapă, sunt dependenți de familie, în sens direct, nu doar material și financiar, dar sunt dependenți și de siguranța și confortul oferit de familie. Această dependență este percepută acum într-un mod mai puțin plăcut decât era percepută în stadiile anterioare de dezvoltare. Nevoia de independență este, de fapt, cea care conduce la dezvoltarea adolescentului și, implicit, care conduce la cea de-a doua etapă a socializării.
- b. A doua etapă, este caracterizată de o stare conflictuală atât pentru familie, cât și pentru adolescent. Conflictul este determinat, pe de o parte, de dragostea și atașamentul copilului pentru părinții /îngrijitorii săi, de dependența economică și organizatorică a familiei și, pe de altă parte, de nevoia de independență crescândă, de nevoia de a aparține și grupului de prieteni, în același timp, și nevoia de a fi acceptat în interiorul grupului de vârstă. Temele principale de conflict nu se rezumă doar la independența materială, ci se concretizează în forme precise, cum ar fi diferența de viziune asupra vieții sociale, interferența părinților în activitatea școlară (așteptarea sau criticarea unor rezultate), interferențe în viața afectivă (criticarea prietenilor), lipsa susținerii financiare a unor proiecte personale ale adolescentului. Aceasta nu înseamnă că părinții/ îngrijitorii și adolescentul sunt, cu siguranță, într-o stare de conflict permanent, prin aceasta sunt doar relevante surse tipice de conflict.
- c. A treia etapă, reprezintă o independență relativă față de părinți/ îngrijitori. Independența dobândită, nu înseamnă ruperea tuturor legăturilor cu părinții /îngrijitorii și atașarea totală a adolescentului de grupul de prieteni, ci funcționarea adolescentului ca individ în cercul de prieteni, independență, care duce, deseori, la conflicte în interiorul familiei. Conflictul între generații este un clișeu, în care poate fi recunoscut conflictul între generația dominantă și grupul de adolescenți elevi de liceu sau studenți, respectiv noua generație care se formează prin dezvoltare socială și personală.

Cel mai frecvent întâlnit mit referitor la relațiile dintre părinți și adolescenți este că aceștia nu se pot înțelege. Numeroase studii arată însă că relațiile din cadrul familiei sunt mai armonioase decât par și că adolescenții caută, de fapt, aprobarea părinților.

Tensiunea care apare odată cu intrarea copilului în adolescență, este prezentă de ambele părți ale relației. Adolescenții simt tensiunea între dorința de a se separa de părinți și înțelegerea faptului că încă depind foarte mult de aceștia. De partea opusă, părinții resimt și ei ambivalența dintre dorința de a-și vedea copiii independenți și aceea de a-i ține totuși cât mai mult dependenți de ei.

În lipsa unei comunicări deschise a acestor stări contradictorii este firesc să apară conflictele. Dacă modul de abordare a problemelor de către părinți este unul negativ, adică implică ostilitate, constrângeri nejustificate, acte agresive, adolescentul va învăța acest model de rezolvare de probleme și îl va aplica, ulterior, în alte situații.

Studiile⁶ arată că înțelegerea conflictelor din familiile cu copii adolescenți se datorează reciprocității dintre modalitățile negative de abordare a problemelor de către cei implicați.

⁶ Kim, K. J., Conger, R., Lorenz, F., Elder Jr, G. (2001) – Parent-Adolescent Reciprocity in Negative Affect and Its Relation to Early Adult Social Development, *Developmental Psychology*, 37, 6, 775-790.

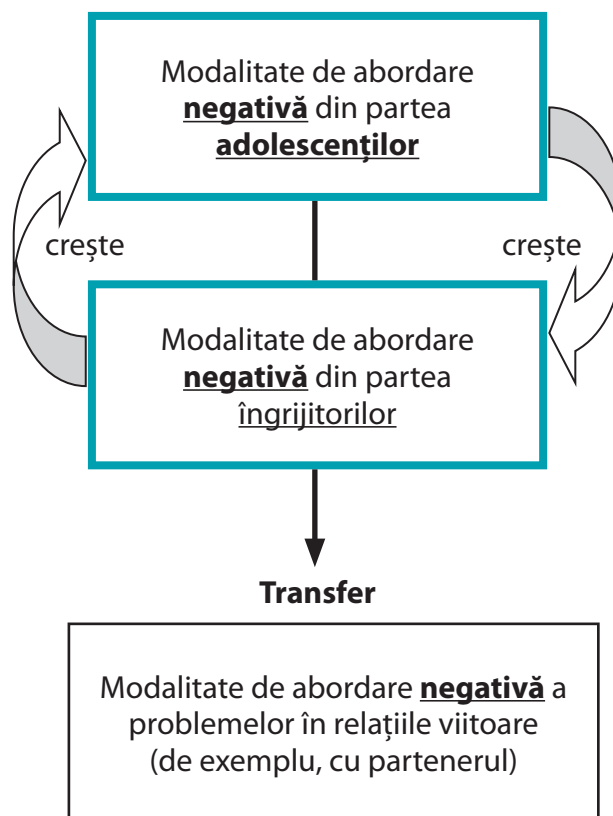


Figura 12. Abordarea conflictului îngrijitor-adolescent

Funcțiile pozitive ale conflictului:

- previn stagnarea;
- generează schimbări la nivelul persoanei și al grupului familial;
- declanșează anumite capacități latente;
- stimulează interesul și curiozitatea;
- semnalizează dezechilibre, crize etc.;
- oferă prilejul unor „trăiri” intense.

Majoritatea conflictelor poartă un caracter subiectiv, având la bază una dintre cauze:

- cunoașterea insuficientă a persoanei;
- înțelegerea greșită a intențiilor sale;
- impresia eronată despre părerea altei persoane;
- interpretarea greșită a motivelor efectuării anumitor fapte;
- aprecierea imprecisă dată atitudinii unei persoane față de alta.

Mecanismele de convertire a conflictului într-o formă constructivă:

- Recunoașterea și reinvestirea tensiunii conflictului în domenii creative.* Primul pas spre valorificarea pozitivă a conflictului este conștientizarea lui. Cercetările relevă faptul că un conflict nu este prin el însuși patologic, ci evitarea sau încercarea de a-l rezolva, prin răspunsuri conflictogene, are ca efect amplificarea conflictului și perturbarea proceselor psihice.

- ❑ *Valorificarea conflictului ca experiență de viață.* Într-o situație conflictuală putem face o criză de nervi, putem plânge din nevoia de a ne descărca tensiunea acumulată. Pentru a se transforma însă într-o experiență cu răspuns creativ, este necesar ca acestei prime reacții psihice să-i urmeze o perioadă de reflectare asupra problemei în care să se facă evaluarea situației și să se găsească modalități constructive de răspuns. Conflictul poate fi o oportunitate pentru înțelegerea propriilor trăiri față de situațiile noi întâlnite încercând să ne răspundem la următoarele întrebări: „Ce aș putea să învăț din această situație?”, „Ce m-a determinat să reacționez în acest fel?”, „De ce oare m-a iritat întrebarea lui?”, „Ce aș putea să fac pentru a nu mai repeta acest comportament agresiv sau iritant?”, „Ar trebui, oare, să găsesc alte modalități de comunicare?”
- ❑ *Aprofundarea înțelegerii de sine și a celorlalți.* Conflictul poate fi un prilej pentru definirea propriilor valori, opțiuni, convingeri prin raportarea la sistemul de valori al persoanei față de care mă opun. Confruntarea cu opțiunea altei persoane mă determină să-mi definesc propria mea opțiune. Poate este prima dată când îmi pun întrebări despre modul în care văd o anumită problemă, îmi definesc o convingere sau îmi conturez o anumită valoare pe care nu am conștientizat-o până în acest moment.

Principii comunicative necesare în prevenirea conflictului:

- *Acceptarea comunicării.* Comunicarea înseamnă împărtășirea propriilor trăiri, efortul de a le cunoaște, de a le înțelege pe ale celuilalt și cooperarea în găsirea unei soluții reciproc avantajoase.
- *Prezentarea preocupărilor cuiva nu înseamnă și rezolvarea unor probleme.*
- *Voința, hotărârea de a-l înțelege pe celălalt sau de a se face corect înțeles,* implicarea și concentrarea tuturor eforturilor în comunicarea respectivă, ca ascultător sau ca vorbitor, reprezintă atitudinea care stă la baza unei comunicări. O comunicare eficientă se poate învăța, însă atunci când atitudinea unei persoane nu este propice bunei comunicări, comportamentele nu o ajută.
- *Alegerea momentului.* Momentul potrivit este important, de asemenea alocarea timpului necesar pentru rezolvarea conflictului.
- *Toleranța bilaterală.* Toleranța față de dificultatea oamenilor de a comunica este importantă. În acest sens, trebuie să existe:
 - a. așteptări realiste față de comunicare;
 - b. dreptul la opinie, probleme și exprimarea lor;
 - c. curaj de a comunica clar într-un conflict și de a prezenta mesajul ferm;
 - d. dreptul la reacție emoțională spontană;
 - e. dreptul la inconsecvență.
- *Claritatea mesajului.*
- *Evitarea atacului la persoană,* care transformă rezultatul neconvenabil al unui comportament al celuilalt într-un atac la persoană.
- *Interactivitatea dialogului prin feedback bilateral, ajutor reciproc și cooperare versus competiție.*

Studiu de caz:

În parc: Mai mulți copii de 7-8 ani se hârjonesc. Aleargă, strigă... La un moment dat, unul dintre ei începe să plângă și se adresează părintelui lui: „Cristi a spus despre mine că sunt urât!” Părintele lui Cristi, ușor jenat de situație, îi spune copilului: „Lasă, nu-l mai băga în seamă, tu ești mai mare...”. Copilul pleacă, părinții își continuă discuția. Revine de data aceasta chiar pârâțul, plângându-se că nu mai are tovarăș de joacă. Părinții iar, în cor: „Dacă nu vă înțelegeți, plecăm acasă!”

Când Cristi vine la părinți cu dilema sa, nu le cere să i-o soluționeze, ci le cere empatie/recunoaștere, le cere să fie „văzut” așa cum este el în momentul respectiv: „mă doare faptul că prietenii mei cred despre mine că sunt urât”. A-i recunoaște sentimentele îi dă lui Cristi mult mai multă calitate și cantitate sentimentului de sine astfel, încât să poată să găsească el însuși (dar nu singur!) o soluție la dilema sa, la conflictul său interior de a decide între prietenia cu ceilalți sau *păstrarea propriei integrități*. „Cred că nu îți cade bine când ceilalți spun că ești urât, și pe mine m-ar durea o asemenea injurie” – e mult mai inteligent din partea părinților pentru a-i susține lui Cristi sentimentele așa cum sunt ele, a-i da destulă siguranță și spațiu pentru a lua decizia dacă va continua joaca, în pofida injuriei primite, dacă va cere ajutor adulților să intervină pentru el sau dacă preferă să rămână pe bancă alături de părinți până la plecarea acasă.

Nu rezultatul/ soluția e importantă, ci felul în care părinții aleg să îi dea „spațiu” lui Cristi și trăirilor lui. Pentru a găsi o soluție la dilema sa, Cristi are nevoie de empatie și de aprecierea părinților să își consume frustrarea. Abia după acești pași, creierul său e pregătit să caute soluții practice care-i vor folosi și pentru viața sa de adult. Copiii învață ca și oamenii de știință, prin experimente și *făcând multe erori*.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✦ *Ascultați-vă copilul și încercați să-i ghiciți stările de spirit atunci când comunicarea este întreruptă.*
- ✦ *Nu abordați atitudini indiferente sau acuzatoare. Dimpotrivă, arătați-vă interesați de ceea ce face și crede copilul dumneavoastră (oricât de ciudate v-ar părea părerile și gesturile sale).*
- ✦ *Arătați-i afecțiune și încercați să înțelegeți noile sale preocupări și centre de interes.*
- ✦ *Toleranța este cuvântul-cheie pentru a detensiona relațiile și pentru a menține un dialog constant cu copilul.*
- ✦ *Profitați de momentul mesei în familie pentru a aborda anumite subiecte de discuție, fără ca copilul să se simtă bombardat de întrebări jenante.*
- ✦ *Este important ca copilul să se simtă tratat ca un adult, să vadă că opiniile și gusturile sale sunt respectate.*
- ✦ *Nu-i criticați modul de a se îmbrăca, frizurile ciudate pe care și le alege, felul de a se exprima sau preferințele muzicale. Încercați să înțelegeți că adolescentul își caută drumul, care nu va fi o copie a obiceiurilor și obișnuințelor dumneavoastră.*
- ✦ *Trebuie să conștientizați că adolescentul are nevoie de un grup, altul decât familia, cu care să se identifice și în mijlocul căruia să se simtă în siguranță.*
- ✦ *Acordați-i independența de care are nevoie și oferiți modalități prin care să își demonstreze responsabilitatea.*
- ✦ *Oferiți-i bani de buzunar - acesta este un prim pas către autonomie, către conștientizarea valorii banului și către gestionarea unui buget propriu.*
- ✦ *Nu așteptați prea mult de la copil și nu-i impuneți să devină ceea ce dumneavoastră doriți să fie.*
- ✦ *Respectați-i momente de intimitate.*

↳ În locul orelor nesfârșite de morală, oferiți-i exemplul dumneavoastră de comportament: corectitudine, onestitate, limbaj decent, interes pentru cărți și pentru cultură în general.

Mesaje-cheie:

- ⌘ Comportamentele problematice ale copilului sunt, de cele mai multe, ori expresia unor nevoie educaționale și psihologice nerealizate, la etapa de vârstă potrivită. Esențial este, să identificăm nevoia și să o abordăm corespunzător vârstei și nevoilor.
- ⌘ Depășirea comportamentelor problematice trebuie să urmeze un procedeu, pas cu pas, în care îngrijitorul demonstrează și asistă copilul oferind exemplu și susținere la fiecare etapă.
- ⌘ Conflictele sunt atotprezente și inevitabile.
- ⌘ Important este să nu ignorăm conflictele, ci să le soluționăm.
- ⌘ Conflictul poate fi pozitiv sau negativ, constructiv sau distructiv, în funcție de felul în care îl abordăm.
- ⌘ Abandonarea strategiei victorie-înfrângere, prin care se urmărește, indiferent de mijloace, în-genucherea celuilalt și adoptarea stilului victorie-victorie, prin care sunt respectate și înțelese nevoile fiecărei părți.
- ⌘ Trecerea, în procesul soluționării conflictului, de la abordarea adversativă la una cooperantă.
- ⌘ În orice conflict, să fie atacată problema și nu oamenii.
- ⌘ Conflictul trebuie privit ca o oportunitate pentru optimizarea relațiilor interumane.

Capitolul IV.3. SUSȚINEREA COPILULUI ÎN ACTIVITĂȚILE DE ÎNVĂȚARE

În acest capitol veți afla despre:

- ✓ Manifestările dificultăților de învățare și cauzele apariției acestora;
- ✓ Importanța cunoașterii copilului și a nevoilor acestuia de învățare;
- ✓ Strategiile de creare a unui parteneriat cu școala.

4.3.1. Dificultățile de învățare ale copilului și adaptarea școlară

Dificultățile de învățare ale copilului sunt cel mai frecvent descrise ca comportamente prin care copilul nu poate face față solicitărilor și sarcinilor de învățare propuse, care sunt caracteristice vârstei sau clasei în care copilul se află. Cauzele posibile ale neresușitelor la învățatură pot fi deficiențele parțiale de capacitate. Aceasta înseamnă că unele domenii ale percepției nu sunt dezvoltate corespunzător vârstei.

Cauzele frecvente ale dificultății de învățare pot fi:

- lezări toxice (intoxicații din mediul înconjurător, alcool și droguri în perioada sarcinii), boli infecțioase, îmbolnăviri în timpul gravidității, infecții în copilărie, neglijare etc.;
- deficiența de prelucrare a unei informații, fiind consecință a traumelor/ abuzului, a unor leziuni ale creierului sau anumite particularități ale dezvoltării întârziate a copilului, precum și prezența unei dizabilități intelectuale, tulburări de învățare etc. Acestea pot fi și trebuie stabilite de către un specialist;
- lipsa unui mediu potrivit pentru învățare, care să corespundă cu particularitățile individuale ale copilului: atmosfera violentă, lipsa suportului emoțional sau pedagogic);
- neglijența sau neimplicarea copilului în învățare (absența îndelungată de la școala, lipsa contactului cu semenii, izolarea etc.

Toate acestea pot conduce la apariția unor dificultăți în învățare manifestate atât la școală, cât acasă (mai ales în procesul de pregătire a temelor) prin:

- incapacitatea de a se concentra sau menține atenția pe o anumită activitate de învățare;
- lipsa motivației pentru învățare sau nedorința de a învăța, de a face temele pentru acasă etc.;
- iritabilitate și/ sau nervozitate în situații dificile, care necesită efort din partea copilului;
- probleme majore la memorizarea unei informații sau amintirea acesteia după o perioadă scurtă de timp;
- agresivitate sau negativism față de o anumită persoană.

Aceste comportamente, deseori, sunt interpretate eronat de către îngrijitori fiind considerate:

- manifestarea lenei;
- moft sau dorința de a evita greutățile;
- lipsa deprinderilor de învățare.

În același timp, este important să menționăm că, în cazul copilului care a avut experiențe traumatizante, în special, dacă acestea au avut loc la o vârstă fragedă sau au durat foarte mult timp, capacitatea copilului de a corespunde cu așteptările îngrijitorilor este minimă, datorită mai multor cauze, precum cele descrise în tabelul de mai jos.

Tabelul 20. Precondiții pentru învățare, în cazul copiilor care au experiențe traumatizante sau particularități de dezvoltare specifice

Nr.	Specificul copilului (în special, cu referință la trecutul acestuia sau specific de dezvoltare)	Precondiții pentru învățare care trebuie realizate
	Dacă copilul are:	Pentru ca elevul să poată reuși la învățatură, îngrijitorii și profesorii ar trebui:
1.	Leziuni organice ale creierului, dizabilitate intelectuală, tulburări de învățare.	<ul style="list-style-type: none"> – să înceapă învățarea de la ce „știe” și să consolideze, treptat, abilitățile; – să ofere sarcini simple și practice (ușor de aplicat în viață), care să se complice treptat; – să manifeste așteptări reduse față de viteza de învățare și volumul cunoștințelor; – să înțeleagă modalitatea potrivită de învățare (vizual, auditiv etc.); – să ghideze, pas cu pas, realizarea sarcinilor (chiar și a celor mai simple); – să abordeze învățarea în mod individual (fără a face comparații cu semenii).
2.	Experiența abuzului fizic, emoțional sau sexual.	<ul style="list-style-type: none"> – să creeze o relație de încredere; – să mențină o comunicare prietenoasă cu copilul; – să creeze un mediu sigur și stabil de învățare (cu minim de factori stresanți sau reacții imprevizibile); – să evite amenințările.
3.	Experiența decesului, pierderii sau separării de o persoană apropiată.	<ul style="list-style-type: none"> – să accepte tristețea, iritabilitatea sau altă reacție emoțională ca fiind sănătoasă și firească; – să creeze o relație de încredere; – să creeze un mediu sigur și stabil de învățare cu minim de factori stresanți sau reacții imprevizibile (zgomote, lumină potrivită etc.).
4.	Tulburări de atașament, tulburări emoționale și de comportament.	<ul style="list-style-type: none"> – să fie gata să încurajeze și să aprecieze copilul la fiecare etapă a învățării; – să creeze o relație de încredere; – să accepte instabilitatea emoțională (de exemplu, trecerea rapidă de la bucurie la tristețe), ca o reacție de adaptare la stres sau reacție la comportamentul nervos al adultului; – să ghideze, pas cu pas, în realizarea sarcinilor (chiar și în cele mai simple); – să creeze un mediu sigur și stabil de învățare (cu minim de factori stresanți), orice ar putea sustrage atenția de la adult (gălăgie, lumină etc.); – să evite amenințările sau situațiile imprevizibile, precum și a reacțiilor emoționale puternice (de exemplu, strigăt); – să mențină o comunicare prietenoasă cu copilul.

Aceste precondiții descriu contextul și tipul de pregătire psihologică de care îngrijitorul trebuie să dea dovadă, înainte ca să poată stabili reguli de comunicare cu copilul. Astfel, îngrijitorul satisface nevoile care preced învățarea, fără de care acestea pot avea următoarele consecințe asupra motivației și comportamentului copilului la școală/ acasă:

- copilul va fi categorisit drept „lenos”, „cu gene rele de la părinți răi”, „nesimțit” etc., datorită faptului că reacțiile lui emoționale nu sunt „normale” pentru un copil la această vârstă;
- copilul va deveni apatic și nemotivat pentru învățare pentru a ști că „oricum, nu va reuși nicio dată”;
- copilul va avea tendința să chiulească, să mintă doar pentru a nu ajunge în situația când este tratat ca un „prost”, „rău”, „lenos” etc.

Este foarte important ca îngrijitorii și profesorii, precum și alți profesioniști din domeniul educației și sănătății, să poată identifica sau sesiza cât mai curând anumite comportamente ale copilului care descriu o dificultate de învățare, ca să poată reacționa potrivit nevoilor copilului, dar și pentru a reduce riscurile care pot apărea (inadaptarea școlară, absențe nemotivate etc.), comportamente care sunt dificil de depășit.

Tabelul 21. Comportamente care indică prezența unor dificultăți de învățare majore

Copii de grădiniță / copii mici	<ul style="list-style-type: none"> – deseori, copiii afectați evită cărțile cu imagini de colorat; – le este greu să fie liniștiți atunci când este citită o istorioară. O „pasăre” la fereastră le sustrage atenția; – la această vârstă, deseori, copiii iau rolul de observator, adică nu le reușește să se integreze într-un grup. Ei rămân la marginea celor ce se întâmplă și mai întâi cântăresc totul; – deseori, nu le reușește să conștientizeze refuzul în sine din partea altor copii și să înțeleagă indicațiile părinților.
Copii școlari	<ul style="list-style-type: none"> – copiii sunt nedumeriți, de exemplu, că, în ciuda exersării permanente, ei totuși au multe greșeli la dictări, că, în ciuda multor exerciții, nu merge cititul; – copiii de vârstă școlară uită tot timpul cele mai ușoare operații de calcul. Ei se plâng de faptul că nu aud în cuvintele rostite dacă profesorul a spus litera „d” sau „t”. Nu pot „diferenția la auz” aceste sunete asemănătoare; – la copiere, drumul de la tablă până în caiet este „prea lung”. Cuvântul nu poate fi copiat de pe tablă în caiet fără greșeli; – frecvent, au probleme de concentrare, le este greu să rămână liniștiți pe același loc.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ↗ *Colaborarea între profesori, copil și îngrijitor este absolut necesară.* Astfel, acasă trebuie să se lucreze zilnic, în unități de timp mici (10 minute). Aceasta este necesar pentru a putea obține succese de lungă durată.
- ↗ *Depășirea dificultăților de învățare poate dura între 1 și 2 ani de efort sistematic, iar, uneori, și mai mult.* Această perioadă poate fi diferită reieșind din mai mulți factori (vârsta copilului, specificul de dezvoltare, relația cu îngrijitorul etc.). Astfel, este nevoie de insistență și perseverență din partea îngrijitorilor, în special, atunci când experiențele copilului au fost extrem de traumatizante.
- ↗ *Copiii uneori pot avea nevoie de toată după-amiaza pentru pregătirea temelor de acasă, și, în acest caz, pentru altceva rămâne puțin timp.* De aceea, este important să se lucreze în unități mici de timp la punctele vulnerabile (dificultățile) copilului. Este important să fie clar pentru copil când vor avea loc. Ele trebuie să devină o obișnuință de zi cu zi.

4.3.2. Dificultățile de concentrare și menținere a atenției

Neatenția, impulsivitatea sau hiperactivitatea, neputința de a duce un lucru până la bun sfârșit, aceștia sunt parametrii, care vorbesc despre deficiența (dificultatea) de concentrare sau de un deficit de atenție. Cu toate acestea, între aceste două simptome sunt diferențe. Dacă circa 3-5% de copii școlari sunt afectați de deficitul de atenție, atunci de deficiența (dificultatea) de concentrare suferă cu mult mai mulți școlari. Înainte de toate urmează a fi clarificate cauzele, care sunt diverse. Astfel, este necesar de un interviu în detaliu cu îngrijitorii, pentru a înțelege forma specifică, dar și posibilele cauze.

Un copil devine mai atent atunci când:

1. Nu îi este frică;
2. Mediul din jur nu îl deranjează;
3. Știe pașii de urmat.

Cele mai frecvente cauze ale dificultăților de atenție sunt:

- evenimentele traumatizante, care creează o „lume” interioară a copilului plină de nesiguranță și griji care nu îi permit copilului să-și concentreze atenția asupra unei sarcini de învățare, tocmai pentru că mintea sa este preocupată de multe stări care îl copleșesc deseori (imaginați-vă că ați ajuns într-o țară străină a cărei limbă nu o cunoașteți, iar cineva vrea să vă învețe încă de la aeroport cum să scrieți... ați fi în stare să fiți foarte atent la ce vi se spune? sau ați avea nevoie de timp, adaptare și o relație de încredere cu cineva?);
- tulburările de atașament (lipsa unei relații de încredere cu un adult sau separarea de către acesta la o vârstă mică) sunt de asemenea o cauză frecventă a dificultăților de atenție, iar consecințele pot avea efect până și asupra modului specific în care se dezvoltă creierul.

Tabelul 22. Comportamentul copiilor cu dificultăți de atenție și/ sau hiperactivitate

Dificultatea majoră	Comportamentul copilului
<i>Dificultăți de atenție</i>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> adesea face greșeli din neatenție la școală sau în altă parte, nu acordă atenție detaliilor; <input type="checkbox"/> are dificultăți în a-și menține atenția în timpul jocului sau în timpul orelor de școală (mai puțin de 1 min); <input type="checkbox"/> adesea pare a nu fi atent la ce i se spune sau la ce i se cere să facă; <input type="checkbox"/> nu are răbdarea cuvenită să dea atenție instrucțiunilor și astfel nu reușește să-și termine lecțiile (nu pentru că nu poate să înțeleagă sau pentru că se opune); <input type="checkbox"/> nu reușește să dea atenția cuvenită sarcinilor și activităților; <input type="checkbox"/> îi displace, evită sau devine agresiv când este obligat să depună un efort mental și de atenție susținut; <input type="checkbox"/> adesea pierde, din neatenție, lucruri sau obiecte care-i sunt necesare (cărți, caiete, creioane, jucării); <input type="checkbox"/> este foarte ușor de sustras de orice stimul exten; <input type="checkbox"/> uită frecvent orarul și activitățile zilnice sau sarcinile cu care a fost familiarizat în aceeași zi.

<i>Hiperactivitate</i>	<input type="checkbox"/> se foiește într-una pe scaun, dă din mâini și din picioare când trebuie să stea pe scaun; <input type="checkbox"/> de multe ori, se ridică din bancă, când trebuie să stea așezat mai mult timp; <input type="checkbox"/> când trebuie să stea liniștit, el începe să alerge sau să caute prin geantă etc.;; <input type="checkbox"/> îi este foarte greu să se joace în liniște; <input type="checkbox"/> este tot timpul în mișcare, parcă ar fi condus de „un motor”; <input type="checkbox"/> vorbește mult, chiar și neîntrebat.
<i>Impulsivitate</i>	<input type="checkbox"/> răspunde neîntrebat sau înainte ca întrebarea să fi fost formulată; <input type="checkbox"/> este foarte nerăbdător, are mari dificultăți în a-și aștepta rândul la jocul cu reguli; <input type="checkbox"/> de multe ori, îi întrerupe sau îi deranjează pe ceilalți.

Aceste simptome urmează a fi tratate atunci, când nu corespund treptei de dezvoltare a copilului.

Sugestii pentru îngrijitori în depășirea dificultăților de atenție a copilului:

- ✚ *Consultați psihologul școlii sau profesorul pentru a înțelege mai bine cum se comportă copilul și de ce ajutor are nevoie. Cereți direct și deschis sfatul în cazul când nu înțelegeți un anumit comportament al copilului de la specialiștii școlii sau alți specialiști.*
- ✚ *Păstrați la un loc vizibil 3-4 reguli de conduită, pe care trebuie să le respecte, stabiliți regulile împreună și decideți asupra consecințelor nerespectării acestora.*
- ✚ *Când plecați din casă sau doriți ca o anumită sarcină să fie realizată, puteți face notițe în care să descrieți, pas cu pas, cum trebuie realizată o sarcină. Folosiți acest procedeu până când veți observa că copilul nu se mai conduce de pașii notați. Lăudați-l pentru fiecare încercare!*
- ✚ *Ajutați copilul să organizeze spațiul camerei pentru ca să poată ști exact unde și ce se află.*
- ✚ *Obișnuți-vă să vorbiți CLAR, SCURT, CALM ȘI FERM, atunci când oferiți explicații sau vreți să rugați (de exemplu: „vino, te rog!”, „hai să începem!”, „eu nu înțeleg, te rog, ajută-mă să clarific ce spui”). Nu uitați de comportamentul dumneavoastră, care este model!*
- ✚ *Planificați, periodic, (1-2 ori pe săptămână) „jocuri de familie”, în care să domine buna dispoziție și căldura emoțională, care să educe ordinea și regulile (de exemplu, jocul MIM – fiecare primește pe o foaie de hârtie un cuvânt pe care trebuie să îl „arate” celorlalți timp de 1 min fără a utiliza cuvintele).*

Studiu de caz:

Veronica are 9 ani, de curând a venit în familia Domnului Ion și Doamnei Mihaela care sunt părinți-educatori. Din prima zi, Veronica avea un comportament activ și agitat, ea nu reușea să își concentreze atenția nici pentru 30 secunde asupra temelor pentru acasă și făcea crize de isterie atunci când cineva dintre părinții-educatori, încerca să o ajute sau să o convingă că acestea trebuie făcute. După multiple discuții nereușite, părinții-educatori au renunțat să insiste și au apelat după ajutor la psihologul și profesoara școlii. După mai multe ședințe și lecții, părinții educatori au putut afla că Veronica, în familia de origine, obișnuia să fie bătută de către tatăl ei de fiecare dată când finaliza temele, deoarece el întotdeauna găsea greșeli, pentru care o pedepsea într-o formă umilitoare. După această descoperire, părinții-educatori au decis, împreună cu Veronica, că aceasta își poate pregăti temele la Centrul de Resurse din școală, împreună cu o prietenă a ei. În scurt timp, după ce Veronica a înțeles că poate fi ajutată la teme și că nimeni nu o va pedepsi pentru greșeli, ea a reușit să fie mai atentă la lecții și temele au devenit, treptat, o plăcere.

Sugestii pentru îngrijitori în sprijinirea copiilor la pregătirea temelor pentru acasă sau alte activități de învățare:

- ☞ *Asigurați-vă că copilul are un loc adaptat pentru ca să își poată realiza temele (cameră, masă și scaun potrivit, materialele necesare).*
- ☞ *Studiați particularitățile de vârstă ale copilului sau discutați cu psihologul/profesorul care sunt așteptările față de comportamentul copilului la vârsta la care acesta se află.*
- ☞ *Luați în calcul starea de sănătate și dispoziția copilului atunci când vă planificați o activitate de învățare.*
- ☞ *Fiți alături de copil, doar atât timp cât este nevoie, dacă observați că se descurcă bine fără prezența dumneavoastră. Lăudați-l pentru acest comportament!*
- ☞ *Porniți orice activitate cu o frază sau gest care să creeze o atitudine pozitivă (de exemplu: „am văzut cât de bine ai reușit să îți pregătești lucrurile... bravo!!!”, „hai să vedem ce vom face interesant astăzi...”).*
- ☞ *În cazul când copilul este independent în realizarea temelor, asigurați-vă că le-a făcut rugându-l, la final, să le explice în câteva cuvinte. Totodată, puteți să vă apropiați de 2-3 ori, în timp ce își pregătește temele și să vă asigurați că se descurcă (de exemplu: „Te descurci?”, „Ai nevoie de ajutor?”).*
- ☞ *Obișnuți copilul să ceară ajutor la necesitate și că i-l veți oferi cu drag (de exemplu: „Să știi că, dacă ai nevoie de ajutor, eu te ajut!”). Evitați să faceți temele în locul copilului!*
- ☞ *Puteți promite că după finalizarea activității aveți pregătit ceva special (activitate împreună, poveste etc.). Respectați promisiunile!*
- ☞ *Puteți împărți orice activitate de învățare cu pauze de 2-4 min, în care copilul să se recreeze. Nu planificați activități unice cu o durată mai mare de 30-35 min, indiferent de vârsta copilului. O pauză poate fi și o discuție ușoară despre un subiect plăcut.*
- ☞ *Mențineți o atmosferă prietenoasă, lăudați fiecare mică realizare a copilului (nu uitați că dumneavoastră sunteți adultul și ar trebui să aveți mai multă răbdare și înțelepciune).*
- ☞ *Stabiliți un algoritm simplu pentru realizarea fiecărei activități de învățare (de exemplu, mai întâi, citim atent sarcina, după care ne gândim cum să o facem și apoi realizăm). Începeți fiecare exercițiu cu aceleași expresii pentru a obișnui copilul cu ordinea realizării unei sarcini, până la momentul când el o va putea face singur.*
- ☞ *În cazul când copilul a greșit sau refuză să mai încerce după un „eșec”, repetați calm și ferm „Hai să continuăm, sunt sigur/ă că împreună vom reuși”, „Hai să mai încercăm, știi că îți este greu, dar uite cât de bine am făcut deja un exercițiu”.*
- ☞ *La finele exercițiului, oferiți o apreciere sinceră care să arate copilului ce performanță a reușit să demonstreze în timpul activității, de exemplu: „Bravo! Ai reușit să fii răbdător și insistent, sunt mândru/ă de comportamentul tău”.*

Sugestii pentru îngrijitori în colaborarea cu școala pentru adaptarea și integrarea cu succes a copilului:

- ☞ *Discutați periodic cu educatorul/profesorul școlii sau grădiniței despre performanțele copilului.*
- ☞ *Oferiți ajutorul pentru realizarea unor activități la școală/ grădiniță, în special, dacă acestea presupun și implicarea copilului.*
- ☞ *Atunci când apare un conflict la școală/ grădiniță, nu vă grăbiți să identificați vinovatul. Acumulați informație despre ce și cum s-a întâmplat, mai întâi. Luați o decizie după ce ați discutat cu copilul, educatorii, profesorii, colegii sau ci alte persoane implicate în problemă.*

- ✎ În fiecare dimineață, asigurați-vă că copilul va pleca la școală/ grădiniță cu o dispoziție bună și urări de succes (de exemplu: „Să ai o zi reușită astăzi!”).
- ✎ Ajutați copilul să se pregătească în fiecare zi pentru plecarea la școală/ grădiniță, asigurându-vă că are toate lucrurile necesare, că aspectul lui exterior este potrivit, dar și temele pregătite.

Studiu de caz:

Pavel are 10 ani, este în clasa a III-a și deja de 2 ani se află în familia de APP. La momentul când a venit în familie, Pavel nu știa să scrie sau să citească, deși avea 8 ani la acel moment. Totodată, Pavel niciodată nu a mers la școală. La scurt timp după sosire (luna aprilie) în familie, Pavel a început să se „deschidă” membrilor familiei, iar aceștia au înțeles că Pavel are nevoie de o pregătire pentru școală. Timp de 3 luni, familia de APP, împreună cu vecina acestora, care era profesoară, l-au ajutat pe Pavel să deprindă abilitățile de bază pe care acesta nu le-a putut acumula, pentru că nu a frecventat nici grădinița, nici școala, iar la 1 septembrie, Pavel a mers la școală împreună cu noii săi colegi de clasă. Deoarece pregătirea se realiza întotdeauna sub forma unui joc simplu, Pavel era dornic să continue și învața cu plăcere. Astfel, familia a reușit să se apropie de Pavel și să formeze o relație de încredere, iar el s-a obișnuit să spună fraza pe care o repeta profesoara din vecinătate: „Hai să mai încercăm!”

4.3.3. Strategii de motivare a copilului pentru învățare

Motivația învățării se referă la totalitatea factorilor care îl mobilizează pe elev la o activitate, menită să conducă la asimilarea unor cunoștințe, la formarea unor priceperi și deprinderi. Ea energizează și facilitează procesul de învățare prin intensificarea efortului și concentrarea atenției elevului, prin crearea unei stări de pregătire pentru activitatea de învățare.

Motivația este una din cauzele pentru care elevul învață sau nu învață, dar poate fi și efectul activității de învățare, datorită faptului că rezultatele activității de învățare susțin eforturile ulterioare ale elevului. Dacă, inițial, efortul lui este încununat de succes, elevul își va dezvolta motivația de a învăța mai mult. Astfel, apare necesitatea de a cunoaște motivele care, împreună cu aptitudinile, temperamentul și caracterul, îl determină pe elev să reușească sau nu în activitatea de învățare.

Amotivația desemnează absența oricărei forme a motivației. Individul caracterizat prin aceasta stare nu stabilește nici o legătură între rezultat și acțiunile desfășurate, iar nivelul impulsului motivațional este extrem de scăzut. Amotivarea a fost discutată în aceiași termeni cu fenomenul neajutorării învățate. Când copiii sunt nemotivați, ei își percep comportamentul ca fiind determinat de forțe ce se află în afara controlului lor.

Motive ce stau la baza scăderii motivației de învățare și a insuccesului școlar:

a. Cauze de ordin fizic:

- tulburări somatice, neurologice, endocrine;
- tulburări legate de pubertate;
- deficiențe senzoriale;
- boli specifice vârstei etc.

b. Cauze de ordin psihologic:

- inteligența școlară sub limită;
- instabilitate neuromotorie;
- hiperexcitabilitatea;
- hiperemotivitatea,

- modificări în sistemul motivațional și la nivelul încrederii în sine, odată cu trecerea de la treapta primară la cea gimnazială etc.

c. Cauze de origine psihogenă:

- evaluări incorecte din partea profesorilor/ părinților;
- autoritatea excesivă a profesorilor sau părinților;
- situații de conflict și de frustrare severe, care pot determina stări depresive sau de șoc, acestea, la rândul său, dezorganizează și inhibă elevul, la nivel intelectual și volițional;
- starea de insecuritate/ anxietate datorată autoritarismului parental, care descurajează nevoia copilului de comunicare și confesare sinceră cu părinții;
- privarea de blândețea și dragostea maternă poate produce modificări importante de caracter sau de atitudine; acesta devine egoist, hipersensibil, revoltat sau chiar agresiv;
- desconsiderarea, în permanență, din partea părinților determină un sentiment al lipsei valorii personale.

d. Comportamente ale părinților ce condiționează diminuarea/ inhibarea motivației:

- obligația la care sunt supuși unii copii de a îndeplini o activitate care nu corespunde cu vârsta sau de a alege între două dorințe ori acțiuni la fel de tentante pentru ei, le provoacă o tensiune interioară puternică, care este gata de a se exterioriza;
- presiunea din partea părinților de a obține note bune, apelând la șantaj, unde se pune pe cântar iubirea parentală: „Dacă mai iei o nota mică, relația noastră de prietenie s-a încheiat. Am încercat să fiu prieten cu tine, dar văd că nu mai merge așa. S-a terminat cu binele.”
- interesele elevului, care i-ar putea aduce succes, sunt subestimate de către părinți, accentul fiind pus pe notele de la școală: „Să vad mai întâi că iei note bune la școală și abia apoi mai discutăm despre dansuri/fotbal/tenis/box/șah”;
- refuzul de a accepta un eșec din partea copilului, reacția exagerată a părinților la rezultatele nesatisfăcătoare, inhibă motivația adolescentului de a încerca să corecteze rezultatele obținute;
- insistența ca toate sarcinile să fie realizate întotdeauna, exact atunci când sunt programate.

e. Alte cauze:

- zădărniciul social, răsturnarea de valori sau lipsă de valori autentice, reflectată în fiecare zi în mass-media, percepută în societate prin acțiunile adulților;
- lipsa unui plan de viață și necunoașterea ponderii cunoștințelor în calitatea viitorului său;
- adulții (profesori și părinți sau alte rude) nu știu cum să-i învețe să învețe;
- nu își dau seama că nu reușesc să învețe pentru că nu au o modalitate adecvată și încearcă în zadar să memoreze cuvânt cu cuvânt sau să facă toate problemele;
- unii adolescenți nu reușesc sau nu au cui să ceară ajutor atunci când au dificultăți și atunci abandonează; mulți copii susțin că „nu înțeleg”, de aceea nu învață sau nu își fac tema. Alții consideră că „nu au memorie”.

Strategii de stimulare a motivației pentru a învăța:

- ↪ Primul pas în motivarea unui copil spre a învăța, este a-i explica la ce îi folosește acest lucru („acum” și nu „în viitor”).
- ↪ Centrarea mai mult pe progresul elevilor, pe recunoașterea efortului pe care l-a depus pentru îmbunătățirea propriilor performanțe, nu doar constatarea nivelului cunoștințelor.

- ✚ Aprecierea evoluției copilului trebuie făcută în termeni pozitivi, deoarece dezaprobarea este mai puțin eficientă în stimularea motivației învățării („*Eram sigur/ă că așa se va întâmpla, deoarece știu că ești un copil care se pricepe destul de bine la mate*”);
- ✚ Cunoașterea/ evaluarea intereselor, atracțiilor și respingerilor pentru o disciplină sau alta, a perspectivelor de viitor, a valorii pe care o acordă activității de învățare;
- ✚ Participarea intensă la activitățile extrașcolare duce la creșterea motivației de învățare;
- ✚ Încurajarea gândirii pozitive, atunci când se află în fața unei activități dificile („*Văd ca nu-ți este ușor, dar știu că ești capabil să reușești*”);
- ✚ Stabilirea unor standarde realiste de reușită, prin raportarea la reușitele anterioare;
- ✚ Încurajarea copilului să-și definească el însuși obiectivele învățării. Aceste obiective trebuie să fie precise, pe termen scurt, raportate la capacități și potențial;
- ✚ Exprimarea încrederii în capacitatea de a reuși;
- ✚ Susținerea copilului și prevenirea culpabilizării;
- ✚ Înlocuirea etichetărilor negative cu cele pozitive: „ordonat”, „bine educat”, „citic”, „perspicace”, „matur”, „ascultător” etc.
- ✚ Descoperirea/evaluarea ritmului individual de învățare;
- ✚ Preluarea modelelor umane de către elevi determină creșterea motivației pentru învățare;

De evitat:

- compararea în sens distructiv cu ceilalți (frate, soră, coleg de clasă etc.), întărind decepția și neîncrederea;
- exprimarea disprețului atunci când copilul/adolescentul eșuează;
- observații și critică publică;
- etichetarea copilului (leneș, prost, incapabil, neîndemânic);
- remunerarea copilului pentru note;

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✚ *Dacă într-o zi vă simțiți prea obosit/ă, stresat/ă sau nervos/oasă, mai bine acordați-vă puțin timp liber, înainte să intrați în discuții cu copilul.*
- ✚ *Asigurați copilul că veți continua să îl iubiți și să îl apreciați, în ciuda rezultatelor slabe la învățatură.*
- ✚ *Trebuie să fiți conștient că orice copil are nevoie să manifeste interes și față de alte domenii, nu doar pentru școală. Motivația poate să apară în orice domeniu și copilul poate învăța o mulțime de lucruri din orice activitate, în orice context, nu doar la școală. Important e să fiți aproape de el și să îl ajutați să extragă esențialul și ceea ce poate fi raportat și la alte situații de viață.*
- ✚ *Dacă amânarea sarcinilor de învățare nu devine un obicei, permiteți-i copilului să își aleagă propriul ritm de învățare. Nu toți copiii învață cel mai bine în aceeași perioadă a zilei (unii preferă seara, alții dimineața), mai ales, nu întotdeauna copilul are dispoziția sau energia necesară pentru a realiza o temă.*
- ✚ *Fiți atenți cu obiceiul de a-i oferi o răsplată consistentă copilului, dacă învață, de tipul „Vei primi o bicicletă dacă iei note mari”. Chiar dacă acest lucru îl motivează pe copil să învețe mai mult, nu este o abordare potrivită. El trebuie să înțeleagă faptul că învață pentru sine și nu pentru altcineva.*
- ✚ *Aveți răbdare și țineți minte că este, în definitiv, un copil și că va dura până când ideea de a învăța sânguincios va prinde rădăcini. Deși nu-l puteți forța pe copilul să studieze, puteți să-l asistați în încercările lui.*

- ✎ *Trebuie să folosiți întotdeauna propoziții afirmative, pentru a-l convinge pe copil de importanța studiilor.*
- ✎ *Alocați timp pentru „studiu”, nu doar pentru teme. Învățatul nu înseamnă numai teme pentru acasă.*
- ✎ *Ghidați copilul în organizarea zilei, astfel, încât studierea să devină o rutină zilnică. Atunci când există o rutină bine stabilită, copilul va protesta mai puțin atunci când va veni ora de făcut teme. Ajutați-l să-și determine prioritățile.*
- ✎ *Oferiți posibilitatea copilului de a descoperi mai multe modalități de învățare. Există o multitudine de metode de a învăța. Încurajați-l și oferiți-i posibilitatea să încerce cât mai multe. Înscrieți-l la ateliere, cursuri care au diferite metode de abordare a studiului.*
- ✎ *Încurajați copilul să vorbească despre problemele pe care le are la școală. Vorbiți despre subiectele ce-i plac sau care nu îi plac; vorbiți despre problemele care are la școală. Lăsați subiectul deschis și vorbiți cu el despre aceste lucruri de câte e posibil.*
- ✎ *Încurajați copilul să-și exprime părerea și să ia decizii. Nu-l forțați să-și aleagă activitățile extracuriculare, la care să participe doar pentru că vă plac dumneavoastră.*

Mesaje-cheie:

- ⌘ Neatenția, impulsivitatea sau hiperactivitatea, neputința de a duce un lucru până la bun sfârșit sunt parametrii, care vorbesc despre dificultatea de concentrare sau despre un deficit de atenție.
- ⌘ Cele mai frecvente cauze ale dificultăților de atenție sunt: tulburările de atașament, evenimentele traumatizante (în special, abuzul fizic, psihologic și sexual), dar și anumite afecțiuni organice sau probleme de sănătate specifice. În oricare dintre aceste cazuri este nevoie să fie consultați cel puțin 2 specialiști (medic și psiholog/ psihopedagog) pentru a înțelege specificul dificultăților și pentru a respecta recomandările.
- ⌘ Motivația este una din cauzele pentru care elevul învață sau nu învață, dar poate fi și efectul activității de învățare, datorită faptului că rezultatele activității de învățare susțin eforturile ulterioare ale elevului.
- ⌘ Este esențial pentru depășirea dificultăților de învățare (motivație, atenție ș.a.) să fie identificate, cât mai curând, anumite comportamente ale copilului care descriu o dificultate de învățare, pentru a reduce riscurile care pot apărea (inadaptare școlară, absentism etc.).

Capitolul IV.4. PROBLEME DE MATURIZARE PSIHOSEXUALĂ A COPILULUI

În capitolul dat veți afla despre:

- ✓ Procesul de maturizare psihosexuală umană;
- ✓ Educația sexuală;
- ✓ Formele specifice ale comportamentului sexual la copil;
- ✓ Formele psihosexuale atipice la copil;
- ✓ BTS și metodele de contracepție.

4.4.1. Procesul de maturizare psihosexuală și educația sexuală a copilului

Prin dezvoltare sexuală se are în vedere dezvoltarea fizică (capacitatea de reproducere) și dezvoltarea psihologică (atracția față de reprezentanții de alt sex, comportamentul sexual).

Dezvoltarea sexuală se produce, treptat, și copilul nu este conștient de primele ei manifestări, uneori, nici nu o observă. Printre primele forme de manifestare a sexualității copilului se numără plăcerea pe care acesta o simte în timpul masajului, îmbăiatului și suptului. Uneori, această plăcere se identifică cu satisfacerea nevoilor fiziologice și nu putem spune, cu siguranță, că bebelușul „cere sânul” pentru că îi este foame sau pentru că are nevoie doar de alint, de plăcerea pe care o are în brațele mamei.

De multe ori, copiii își ating zonele genitale, acesta devenind, uneori, un obicei. Unii adulți intră în panică în fața unor astfel de manifestări și încep să exagereze cu explicațiile: fie îi spun copilului că este rușine, fie cheamă și alți membrii ai familiei să râdă împreună pe seama comportamentului copilului. Această reacție însă nu este una potrivă și poate avea consecințe asupra dezvoltării sexuale ulterioare a copilului (însingurarea copilului sau respingerea sexului opus). Dacă copilul are însă tendința de a-și produce stări de excitare prea des, chiar în prezența altor persoane, este bine să-i vorbiți cu un specialist: psiholog, asistent social sau pediatru.

Copilul va avea o viziune sănătoasă despre sexualitate dacă atunci când își descoperă organele genitale (așa cum își descoperă degetele și picioarele) și va avea o anumită plăcere în a și le atinge, adultul nu-l va privi dezaprobator și nu-i va spune să nu se atingă. Dacă nu-l dezaprobăm aspru când dovedește interes și plăcere pentru defecație, ci doar îl încurajăm să fie curat, el nu va ajunge să creadă că o parte a corpului lui este „murdară” sau „rea”.

Educația sexuală a copilului trebuie să îl ajute pe acesta să își facă o părere corectă și adecvată vârstei despre subiectele care îl interesează, dar și să îl învețe să își controleze impulsurile sexuale. Ea trebuie să fie realizată astfel, încât nici să nu îl inhibe pe copil, inoculându-i sentimente profunde de rușine și de vinovăție, dar nici să îl încurajeze sau să îi accentueze comportamentele sexuale.

SEX = {(Plăcere + Sentimente) + Intimitate} + Informații + Responsabilitate.

Ca urmare, educația sexuală a copilului trebuie să înceapă foarte devreme, pentru că sexualitatea se manifestă în viața copilului de foarte timpuriu (încă de la vârsta de 2-3 ani).

Sexualitatea este parte integră a oricărei persoane, indiferent de vârstă. Mai jos, este prezentată lista unor manifestări ale sexualității care sunt normale pentru copii.

Tabelul 23. Comportamente cu caracter sexual la diferite vârste ale copilului

Vârsta	Comportament cu caracter sexual care poate fi considerat frecvent acceptat sau tipic pentru copil
0 - 3 ani (nou-născuți și copii mici)	<input type="checkbox"/> învață să se identifice și să-și cunoască propriul corp, îl atinge și îi descoperă construcția.
3 - 6 ani (perioada preșcolară)	<input type="checkbox"/> adresează întrebări legate de sarcină, rolul mamei și al tatălui în procreare și naștere, anatomia organelor genitale, mai ales, diferența dintre fete și băieți, copii și maturi; <input type="checkbox"/> expunerea propriei nudități (corp dezgolit) și lipsa simțului de rușine în acest sens; <input type="checkbox"/> analizarea și atingerea, în comun, de către copii a părților corpului (jocuri de-a doctorul, de-a tata și mama); <input type="checkbox"/> se poate atesta și masturbarea, acasă și în locuri publice sau tendința de a-și înțelege zona genitală sau a semenilor.
7 - 11 ani (perioada școlară primară)	<input type="checkbox"/> se identifică cu propriul sex și manifestă caracteristici de comportament pentru sexul său; <input type="checkbox"/> se pot întâmpla jocuri sexuale între copii de același sex.
12 - 16 ani (perioada de pubertate)	<input type="checkbox"/> întrebări legate de relațiile sexuale; <input type="checkbox"/> masturbare în locuri private; <input type="checkbox"/> experimente cu semenii, inclusiv, săruturi cu buzele deschise, atingerea locurilor intime; <input type="checkbox"/> îndrăgostiri frecvente.

Educația sexuală este necesară pentru:✓ **A preveni abuzurile**

Faptul că cel mic știe denumirile oficiale ale părților intime, îl determină pe un posibil abuzator să ezite pentru că își dă seama că cel mic e informat, nu e naiv și nu i-ar fi jenă să comunice părinților ce i s-a întâmplat. Faptul că cel mic știe ce înseamnă sexul îl face pe un posibil pedofil să își dea seama că nu ar putea să-l păcălească, cum că sexul ar fi o joacă între adulți și copii.

În plus, astfel veți ști dacă cel mic începe brusc să folosească denumiri puerile pentru părțile lui intime, că cineva străin i-a vorbit despre asta. Faptul că poate discuta cu părinții despre ceva intim, îl va face pe copil să știe că poate avea încredere în ei, pentru a le spune ce i se întâmplă. Deci, chiar dacă cel mic a fost abuzat, nu va suferi în tăcere, va avea încredere să vă spună, nu va crede că e o rușine și nu e voie să vorbească despre asta.

✓ **A preveni sarcina adolescentelor**

Multe tinere pot rămâne însărcinate, la primele contacte sexuale, din cauza lipsei educației sexuale. Ele știu despre sex de la prietenii lor, dar despre concepție nu le vorbește nimeni. Unele cred că bebelușii sunt puși în burtă de un înger, altele insistă că nu și-au sărutat iubiții, au făcut doar sex, din cauza faptului că părinții le spusese că prin sărut rămâi însărcinată.

✓ **A nu crede că au apărut pe lume în durerea și trauma mamei**

Chiar dacă am avut o naștere traumatizantă, e bine să cunoaștem că pruncii nu se nasc în chinuri, ci sunt motive de bucurie. Dacă nașterea copiilor din plasament a fost altfel, e bine să le explicăm de ce s-a întâmplat așa.

✓ **A avea încredere că adulții ocrotitori le spun mereu adevărul**

Copiii se pot simți foarte prost când susțin în fața prietenilor lor că e imposibil să nu fie așa cum știu de la părinți, din moment ce părinții nu i-au mințit niciodată. Nu putem să îi mințim toată copilăria și apoi

să avem pretenția ca ei să aibă încredere în noi când ne schimbăm brusc variantele. Când va ajunge la pubertate și în adolescență, nu va mai veni să îi spună părintelui problemele, dacă simte că acestuia îi este rușine să vorbească despre intimități.

✓ **A avea o viață sexuală satisfăcătoare, fără frustrări, când vor fi mari**

Faptul că le putem povesti despre plămâni și vezica urinară, dar despre organele genitale nu, le inoculează o stare de rușine și de teamă.

✓ **Pentru fete, pentru a avea încredere în propriul corp, că poate naște sigur și pentru ca să nu le fie teamă. Pentru băieți, ca să poată fi alături de soțiile lor.**

Pași de urmat în realizarea educației sexuale

Între 3 și 6 ani

- ✚ La această vârstă, îngrijitorul are un rol important în predarea primei lecții de sexualitate copilului. În această perioadă timpurie a copilăriei, copilul începe să observe că există diferențe fizice între băieți și fete, fapt pentru care începe să fie curios în legătură cu corpul persoanei de sex opus. Din cauza acestei curiozități, el începe să se joace cu organele sale genitale sau poate chiar cu ale celorlalți, numai din simplul motiv de a afla cum funcționează sexul opus. În final, copilul își acceptă sexul și începe să se definească psihic și social prin intermediul sexului.
- ✚ Învățați-l puțină anatomie, denumind fiecare organ cu numele său corect. Denumirile oficiale ale tuturor părților aparatului genital nu sunt prea complicate pentru copii, nu trebuie schimbate.
- ✚ Învățați copilul ca nu este în regulă ca discuțiile privind sexualitatea să se petreacă în public, deoarece acestea sunt intime și ele trebuie purtate doar cu persoanele apropiate.

Notă pentru profesioniști:

Nu se poate vorbi simplu despre sexualitate, fiindcă este un subiect delicat, încărcat de emoții. În același timp, este bine să procedăm astfel, încât copiii să abordeze sănătos problemele sexualității. Copiii au nevoie să știe adevărul despre cum se fac copiii și, începând cu vârsta de 3 ani, vor pune asemenea întrebări. Nu este corect să li se spună „povești” inventate despre nașterea lor sau să fie schimbat subiectul discuției ocolind întrebarea. În același timp nu trebuie spuse prea multe lucruri pentru care psihicul copilului încă nu este pregătit.

Între 3 și 7 ani, copiii au cele mai fanteziste idei despre naștere, chiar dacă ni se pare că le-am explicat corect totul. Ei pot să creadă în continuare în „teoriile” lor. Este obișnuit ca un copil să creadă că actul nașterii este legat de hrănire. Copilul nu cunoaște din fiziologia sa decât ceea ce este legat de înghițire și de eliminare, de aceea un copil poate crede că un bebeluș crește în stomac. Copilul poate fi tulburat și se poate întreba dacă poate avea și el un copil în stomac. Ei adună informații de la colegii de joacă sau din povești, dar un rol foarte important îl are imaginația lor. Înainte de a spune copilului despre naștere, este bine să aflăm mai întâi teoria lui privind nașterea pentru ca, vorbind despre ea, să putem corecta ceea ce este greșit în conținutul ei.

Este bine să explicăm copilului că locul în care stă un bebeluș se numește uter și este diferit de stomac. Acolo crește bebelușul. Uneori, este nevoie de timp pentru ca un copil să accepte acest lucru.

Dacă întreabă sau dacă dă semne că este interesat de această problemă, îi putem spune copilului: „Atunci când o femeie și un bărbat decid să aibă un copil, un mic spermatozoid din corpul bărbatului întâlnește un mic ovul în corpul femeii. Din întâlnirea lor rezultă un bebeluș care începe să crească”. La vârsta de 5 ani, copiii înțeleg deja asemenea explicații.

Totuși „marea discuție” este bine să-o avem când copilul împlinește 8 ani. La 8 ani, acesta este capabil să perceapă informațiile foarte serioase și la un nivel destul de matur.

- ☞ Povestiți-i cum se fac copiii și cum apare un bebeluș pe lume.
- ☞ Este important să-l învățați pe copil că are controlul 100% asupra corpului său și că nimeni nu are voie să-l atingă în zone intime; învățați-l că, dacă se întâmplă ca cineva să îl atingă în zona genitală, atunci trebuie să vină și să vă spună despre acest lucru imediat.

Între 7 și 10 ani

- ☞ Fiți răbdător și explicați-i cum funcționează fiecare organ sexual în parte. Acum când copilul știe în mare parte de unde vin bebelușii, începe să fie curios de organele sexuale.
- ☞ Învățați-l să folosească termenii medicali ai organelor sexuale, pentru ca el să nu înceapă să vorbească urât.
- ☞ Puteți începe să îi vorbiți despre bolile cu transmitere sexuală, mai ales, despre virusul HIV.
- ☞ Răspundeți-i simplu, pe înțelesul lui și la obiect. Faptul că este mai măricel, nu înseamnă că se va simți confortabil să discute despre sex, așa că nu-i oferiți răspunsuri lungi și complicate.

Între 11 și 12 ani

La această vârstă, pubertatea bate la ușă, așa că intervin diferite schimbări în viața copilului: organele sexuale încep să se matureze, iar organismul începe să producă hormoni, fapt pentru care apar sentimente fata de sexul opus și unele dorințe sexuale. Copilul poate fi speriat de aceste schimbări și se poate întreba dacă ele sunt normale, astfel că el începe să se compare cu copiii de aceeași vârstă.

- ☞ Înainte de pubertate, purtați o discuție serioasă cu copilul, avertizându-l despre schimbările ce vor avea loc în aceasta perioadă pentru ca ele să nu-l ia pe nepregătite.
- ☞ Asigurați-l că fiecare persoană a trecut prin aceste schimbări la pubertate și că ele sunt cât se poate de firești.
- ☞ Pentru a crește un copil sănătos din punct de vedere sexual, vorbiți-i despre sex într-un mod foarte natural. El trebuie să știe că sexul implică foarte multă responsabilitate, acesta fiind un lucru frumos atunci când se petrece cu persoana pe care o iubește și care îl iubește. Sexul nu ar trebui să se petreacă din cauza presiunilor pe care le are anturajul asupra lui, deoarece fiecare își începe viața sexuală atunci când este cu adevărat pregătit.
- ☞ Vorbiți-i despre bolile cu transmitere sexuală și despre metodele de contracepție, spunându-i că trebuie să se protejeze întotdeauna folosind prezervativul pentru a rămâne sănătos și pentru a evita o sarcină nedorită la această vârstă timpurie.
- ☞ Cu cât sexualitatea va fi un subiect tabu în familie, cu atât copilul va deveni mai curios și va dori să-și descopere sexualitatea. Nu puteți fi mereu lângă copil pentru a-l proteja de informații neadecvate.

Între 13 și 18 ani

Preadolescentul are nevoie să i se recunoască și să i se respecte dreptul la intimitate și la viața personală mai mult decât până acum. Orice încercare neargumentată a adultului de a interveni în viața sa, este percepută ca fiind o încălcare a intimității, fapt ce va atrage după sine perturbarea profundă a relației dintre dumneavoastră și acesta.

- ☞ Exersați principiile codului bunelor maniere.
- ☞ Vorbiți-le despre bolile cu transmitere sexuală.
- ☞ Vorbiți-le despre sarcină.
- ☞ Abordați, cu multă sensibilitate și respect, prima dragoste a preadolescentului.
- ☞ Vorbiți-le despre importanța valorii de familie.

4.4.2. Comportamentele sexuale normale la copil

Masturbarea

Una dintre primele plăceri pe care le experimentează ființa umană este aceea de a fi atins, mângâiat. La începutul vieții, copiii nu pot face diferența între tipurile de plăcere și se bucură de orice senzație plăcută de pe corpul lor, indiferent unde apare. Pentru ei nu există plăcere permisă sau interzisă. Copilul va căuta mereu să trăiască cât mai multă plăcere, de aceea, când băiatul descoperă pe la 6-7 luni organele genitale, el este foarte încântat să experimenteze senzații sexuale (la fete, datorită structurii anatomice, această descoperire nu este încă posibilă). Totuși la această vârstă, el trăiește aceste senzații accidental și doar de la 2-3 ani va începe să caute activ să își producă plăcere.

Masturbarea propriu-zisă, adică activitatea intenționată de stimulare a organelor genitale, apare până în jurul vârstei de 7 ani, mai intensă la copiii de 2-3 ani și la cei de 5-6 ani, și apoi dispare până la intrarea în pubertate.

Fie că se realizează prin atingerea zonelor erogene, fie prin mișcări ritmice, fie cu ajutorul unor obiecte, ea are ca scop evident obținerea plăcerii sexuale și eliberarea de tensiuni, deși la această vârstă nu este posibilă descărcarea sexuală deplină (orgasmul).

Deși este un fenomen normal, practicarea ei în exces de către copil (adică cu o frecvență regulată, pe o perioadă lungă de timp), ne poate duce cu gândul că micuțul este foarte tensionat, foarte îngrijorat sau neliniștit, din moment ce are o nevoie atât de mare să se descarce.

Jocurile sexuale între copii

Curiozitatea copiilor nu se limitează doar la propriile organe genitale, ci și la cele ale celorlalți copii. Ei vor să vadă și chiar să atingă zonele erogene ale altor copii, de aceea, deseori, între copii apar aceste jocuri de explorare reciprocă. În cadrul acestor jocuri, copiii pun în act ceea ce și-au imaginat sau ce au văzut că se întâmplă între adulți. Ei nu știu că aceste comportamente sunt interzise, de vreme ce le observă și la adulți.

Până la vârsta de 6 ani, părinții sunt cei care își surprind copiii în astfel de jocuri și, frecvent, și cadrele didactice de la grădiniță. După 5-6 ani, majoritatea copiilor devin mai atenți cu nuditatea lor, la fel se întâmplă și cu jocurile sexuale, astfel că este mai greu să-i puteți surprinde. Dacă până la 5-6 ani vor iniția astfel de jocuri când îi lăsați să se joace în camera lor sau când îi lăsați la televizor, liniștea subită este un criteriu care le spune părinților că este ceva în neregulă. După 5-6 ani, copiii încep să exploreze mediul înconjurător cu mai mult curaj și autonomie și aceste jocuri vor fi inițiate departe de ochii adulților. Jocurile sexuale apar cel mai adesea între prieteni de vârste apropiate, uneori, între frați.

Jocurile de explorare reciprocă nu se întâmplă numai între copii de sex opus, ci și între copii de același sex, spre disperarea părinților, care se îngrijorează ca micuții lor să nu devină homosexuali. Nu există nici un studiu, care să demonstreze că aceste jocuri pot duce la homosexualitate la vârsta adultă. Având în vedere că ele dispar de la sine, în jurul vârstei de 7 ani, nu este recomandat ca părinții să îi pedepsească pe copii.

Toate aceste jocuri erotice tind să dispară de la sine odată cu intrarea în pubertate și par să aibă un rol important în dezvoltarea normală a sexualității.

Exhibiționismul

Arătarea zonelor intime altor copii face parte din jocurile sexuale care apar între ei. Deși acest comportament îi indignază și îi sperie pe părinți, acest fenomen este trecător și, în nici un caz, nu indică faptul că în viitor copilul va deveni exhibiționist.

Comportamentul seducător față de părintele de sex opus

Începând cu vârsta de 5 ani, copiii devin foarte interesați să își exerseze rolul de tinere femei/tineri bărbați. În această perioadă, ei se comportă ca și cum s-ar îndrăgosti de îngrijitorul de sex opus: fetițele fac gesturi seducătoare cu bărbatul din casă, vor să fie cochete și devin foarte preocupate de aspectul

fizic și de vestimentație. Ele spun că își doresc ca, atunci când vor fi mari, „să se căsătorească cu tata M. (îngrijitorul)”.

Băieții, de asemenea, fac gesturi cavalierești cu îngrijitoarele, bravează cu forța fizică, vor să stea mereu în preajma lor, le admiră și spun că, atunci când vor fi mari, se vor căsători cu ele. Deseori, ei spun că vor să își vadă mamele dezbrăcate, atunci când fac baie. Nu este rar când băiatul se atașează de un obiect al îngrijitoareii (pantofii, o haină, o eșarfă). În paralel cu atracția față de îngrijitoare, băiatul experimentează și rivalitate față de bărbatul din casă (îngrijitorul). El poate să dorească să îl îndepărteze pe tată de lângă mamă și, uneori, se simte iritat când îi vede pe cei doi părinți împreună. Această perioadă este trecătoare și se stinge de la sine pe la 7 ani.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✎ *Evitați să-i dați copilului peste mână, să-l certați, să-l amenințați că va avea parte de diverse boli fizice și psihice, ca urmare a masturbării. Dacă observați că masturbarea are rol de a-i aduce copilului plăcere, adesea este suficient să recunoașteți acest lucru în fața copilului și să stabiliți cadrul intim în care poate desfășura acest comportament. Să-i spuneți ceva de genul: „Știu că te simți bine și este plăcut când te atingi acolo, însă acesta este un comportament intim. Hai să găsim împreună un loc unde poți să faci asta...”, poate fi de mare ajutor (atenție: odată stabilit cadrul, respectați intimitatea copilului). Sunt părinți care au descris că au observat o scădere a frecvenței acestui comportament după ce au adoptat o atitudine deschisă și de acceptare.*
- ✎ *Dacă masturbarea îndeplinește rol de liniștire, atunci este important să identificați sursa de disconfort și să o înlăturați (spre exemplu, igiena personală intimă). În primii ani de viață, se pun și bazele stimei de sine și a schemei corporale, astfel că pentru copil este important să se simtă acceptat și iubit. Dacă va învăța să-i fie rușine de propriul corp, riscăm să creștem un adolescent inhibat, care, la fel, va intra și în vârsta adultă.*
- ✎ *Este cazul să vă îngrijorați dacă masturbarea interferă cu activitățile cotidiene și copilul nu mai poate fi atent la sarcinile lui (de exemplu: când își face temele de acasă). În acest caz, este important să interveniți. Dacă masturbarea apare în contexte sociale, reamintiți-i copilului că acesta este un comportament intim, pe care îl poate face în locul stabilit împreună cu el.*
- ✎ *Jocurile sexuale se numesc astfel, tocmai pentru că sunt, în primul rând, jocuri în care copiii se implică din propria lor voință. În momentul în care unul dintre cei doi se simte constrâns să participe, putem vorbi de un posibil abuz și acesta poate lăsa urme.*

4.4.3. Comportamentele psihosexuale atipice la copil

Pubertatea precoce

Pubertatea precoce înseamnă debutul maturizării sexuale înaintea vârstei de 8 ani la fete și înainte de 9 ani la băieți. Acest fenomen este mai des întâlnit la fete decât la băieți. La majoritatea fetelor la care pubertatea se instalează între 4 ani și 8 ani, nu se poate deduce o cauză specifică. Însă, la ambele sexe, se manifestă prin acnee și prin mirosul corpului. Deși la unele fete nu se constată o cauză specifică, la peste 60% dintre băieți cauzele sunt identificabile, cea mai gravă fiind apariția de tumori intracraniene, mai ales la nivelul hipotalamusului.

Pentru că sunt diferiți de cei de vârsta lor, acești copii pot deveni complexați. Sunt extrem de preocupați de felul cum arată, mai ales fetele, din cauza apariției sânilor. Chiar dacă înfățișarea este alta și ei par mult mai maturi, în realitate, însă, avem de-a face tot cu niște copii. Îngrijitorii trebuie să înțeleagă că exigențele și cerințele lor trebuie raportate la vârstă, că acești copii nu pot fi mai responsabili, în ciuda înfățișării lor.

Pubertatea precoce presupune un tratament hormonal care suprimă secreția de hormoni sexuali sau, în cazul unor tumori producătoare de hormoni, extirparea lor. Trebuie făcute teste medicale pentru a afla dacă este vorba despre o cauză care necesită tratament.

Relațiile sexuale timpurii

Studiile, precum și practica clinică, arată că pentru a începe viața sexuală, o persoană ar trebui să fie pregătită fizic și emoțional, iar asta se întâmplă în jurul vârstei de 17-18 ani, cel mai devreme la 16 ani.

O viață sexuală începută prea devreme, în lipsa maturității fizice, psihice, emoționale, poate afecta semnificativ imaginea de sine și poate cauza tulburări de comportament sexual.

Copiii care își încep viața sexuală devreme provin, în general, din familii dezorganizate, care nu se înțeleg sau care oferă copilului un grad prea mare de libertate. Ideal ar fi dacă, aflând despre începerea vieții sexuale a copilului, preadolescentului sau adolescentului și considerând ca este prea devreme, sa apelați la un specialist, înainte de a lua măsuri drastice sau de penalizare a copilului.

Cauze ce duc la începerea vieții sexuale timpurii:

- climat familial nefavorabil (părinți traumatizați de părinții lor, de prieteni sau de societate, părinți care se ceartă tot timpul, care folosesc copilul contra partenerului, consum de alcool, droguri etc.);
- dorința de a scăpa de acasă (în special, de tutela părinților/îngrijitorilor);
- frica de a nu-și pierde iubitul (caracteristic, în special, fetelor care, de obicei, își aleg un partener mult mai în vârstă);
- dorința de imitare a prietenilor mai mari;
- afilierea la o gașcă, este cea care, de obicei, împinge adolescentul la nerespectarea regulilor sociale;
- consumul de alcool, medicamente, droguri;
- provocarea din partea unei persoane de sex opus, mai mare ca vârstă, care profită de naivitatea și lipsa de experiență a copilului;
- internetul care facilitează accesul la site-uri pornografice sau relații virtuale ce se pot transforma în relații reale.

Sarcina la adolescenți

Peste 10% din numărul total al nașterilor din lume, sunt înregistrate în rândul fetelor aflate la vârste fragede. În jur de 16 milioane de adolescente, cu vârste cuprinse între 15-19 ani devin mame, număr care se adaugă peste două milioane de tinere cu vârste de până la 15 ani, arată statisticile Organizației Mondiale a Sănătății.

Adolescentele devin mature din punct de vedere sexual cu 4-5 ani mai devreme de a deveni mature emoțional și intelectual. De cele mai multe ori, o sarcină la această vârstă este o sarcină nedorită, majoritatea adolescentelor nu cred că au intenția de a-și programa o sarcină la o vârstă atât de timpurie.

La o vârstă fragedă, adolescenta nu este suficient de matură pentru a putea îngriji un copil așa cum se cuvine. În aceste condiții, dacă nu beneficiază de ajutor din partea părinților, a tatălui și a familiei acestuia sau de la instituții specializate, comportamentul mamei ar putea pune în pericol viața bebelușului.

Consecințele unei nașteri timpurii:

- sarcina la o vârstă fragedă poate aduce probleme atât de ordin fizic și psihic, cât și de ordin social, financiar și educațional;
- adolescentele însărcinate au mai multe șanse să dezvolte complicații în timpul sarcinii sau la naștere;
- din punct de vedere psihologic, mamele adolescente comportă un risc mai mare de a dezvolta depresie postnatală;

- ❑ izolarea sau abandonarea de către familie, prieteni și chiar de către tatăl copilului pot crea probleme de ordin psihic tinerei mame (sentimente de frică, singurătate sau depresie).
- ❑ ritmul de viață pe care îl impune îngrijirea unui nou-născut le determină, în multe cazuri, pe tinerele mame să renunțe la școală;
- ❑ din punct de vedere social, tinerele care nasc de la o vârstă fragedă se confruntă cu situații dificile. Ele sunt judecate și criticate de societate pentru lipsa de responsabilitate, ajungând uneori chiar să se îndepărteze de prietenii lor și să piardă diverse evenimente la care poate și-ar dori să participe, alături de cei dragi (balul de la sfârșitul liceului, admiterea la facultate sau chiar ieșirile în grupuri, alături de colegi și prieteni).

Consecințe asupra copilului:

- ❑ dat fiind faptul că organismul tinerei nu este încă pregătit să ducă o sarcină, bebelușul se poate naște prematur. Cu cât copilul este născut mai înainte de termen, cu atât crește și riscul ca acesta să dezvolte probleme de sănătate (afecțiuni respiratorii, cognitive sau digestive la care se pot adăuga probleme de greutate);
- ❑ de asemenea, situația materială precară, în care aceștia riscă să crească, le poate afecta sănătatea și viitorul.
- ❑ faptul că părinții lor au abandonat școala, îi poate influența și pe copii să le urmeze exemplul.
- ❑ în multe cazuri, bebelușii mamelor foarte tinere ajung să fie neglijați și abuzați;
- ❑ multe dintre tinerele mame pot decide să meargă la avort în timpul sarcinii sau să își abandoneze copilul după naștere.

4.4.4. Bolile cu transmitere sexuală (BTS)

Bolile cu transmitere sexuală reprezintă o problemă majoră atunci când este vorba atât de sănătatea fetelor, cât și de sănătatea băieților. Depistarea timpurie și prevenirea acestora, permite tratarea rapidă, în unele cazuri, poate salva vieți.

Bacteriile și virușii care provoacă aceste BTS pot fi găsite în spermă, secreții vaginale și în sânge, iar zonele cele mai frecvent infectate ale corpului uman sunt zonele genitale, anale și zona gâtului. BTS sunt cel mai des transmise prin sex neprotejat cu un partener infectat, folosirea în comun a acelor, la nașterea unui copil sau când mama transmite infecția copilului.

Cele mai frecvente BTS sunt prezentate în anexa 5.

4.4.5. Metodele de contracepție

Organizația Mondială a Sănătății definește sănătatea sexuală ca fiind *starea de bunăstare fizică, emoțională, mentală și socială, în relație cu sexualitatea (...)*. Sănătatea sexuală presupune o atitudine respectuoasă și pozitivă față de sexualitate și relația sexuală, precum și posibilitatea de a avea experiențe sexuale protejate care să producă plăcere, fără coerciție, discriminare sau violență. Pentru ca sănătatea sexuală să fie obținută și menținută, drepturile sexuale trebuie respectate și protejate.

Contracepția reprezintă orice tehnică sau metodă care împiedică apariția sau dezvoltarea unei sarcini.

Planificarea familială înseamnă alegerea momentului potrivit pentru a avea copii precum și a numărului lor. Folosirea unei metode contraceptive oferă aceasta libertate.

Mijloacele contraceptive urmăresc să împiedice întâlnirea dintre spermatozoid și ovul sau să determine modificări ale învelișului uterului pentru a nu fixa sarcina. Indiferent de metoda contraceptivă aleasă, aceasta trebuie folosită corect și cu regularitate. Sarcina apare dacă în urma unui contact sexual, un spermatozoid fecundează un ovul.

Cele două lucruri la care tinerii trebuie să se gândească când vor să facă sex sunt:

1. *sexul protejat* – modalitățile prin care se pot proteja de boli cu transmitere sexuală (BTS).
2. *contracepția* – modalitățile prin care se pot proteja de o sarcină neplanificată în urma contactului sexual. O descriere a acestora este oferită în anexa 6.

Sugestii pentru îngrijitori:

- ✦ *Răspundeți la întrebările copilului în ritmul în care acestea apar.*
- ✦ *Exersați discuțiile pe teme sexuale pentru a avea o atitudine confortabilă și un ton relaxat atunci când răspundeți la întrebări.* Reacțiile de fâstâcire, jenă transmit copilului mesajul că sexualitatea este o temă neconfortabilă, de care este dificil să vorbim.
- ✦ *Dacă sunteți mai timizi, puteți oferi materiale de pe net sau din reviste, pe care dumneavoastră deja le-ați analizat și din care copilul să își extragă informația.* Sau puteți apela la un specialist, la o rudă apropiată, pregătită să poarte asemenea discuții cu copilul.
- ✦ *Ajutați-l pe copil să înțeleagă plăcerea sexuală și limitele comportamentelor de autostimulare.* Atunci când observăm un copil că își atinge organele sexuale, putem să validăm plăcerea „Știu că este plăcut/liniștitor. Poți face asta, însă doar atunci când ești singur, nu când sunt și alte persoane de față”.
- ✦ *Nu pedepsiți copilul pentru interesul sexual „Asta nu te interesează pe tine”, „Ești încă prea mic pentru asta”.* Aceste reacții îi transmit copilului mesajul că el nu poate vorbi cu dumneavoastră despre asta.
- ✦ *Reacționați matur la comportamentele curioase ale copiilor despre sexualitate.* Reacțiile agresive la adresa comportamentelor sexuale îl învață pe copil că plăcerea sexuală este un lucru rău și are consecințe negative.
- ✦ *Încurajați copilul să pună întrebări și ascultați-l cu bunăvoință.* Dacă evitați aceste subiecte copilul ar putea crede că este rușinos să vorbească despre așa ceva și va ajunge să-i fie rușine de sine și de corpul său, creându-și complexe atât de ordin fizic, cât și emoțional.
- ✦ *Vorbiți copilului despre schimbările ce au loc în organismul său în perioada preadolescenței.* Este bine să discutați atât despre modificările care apar la fete, cât și despre cele care intervin la băieți, pentru a ști ceea ce se întâmplă și cu sexul opus. Este recomandabil ca băiatul să discute cu un bărbat, iar fetița cu o femeie.
- ✦ *Cu copilul adolescent puteți purta discuții deschise despre sexualitate.*
- ✦ *Este mai bine ca astfel de informații despre sexualitate să fie aflate de la dumneavoastră sau de la școală decât din surse dubioase.* Sexualitatea nu înseamnă numai sex. Înseamnă sentimente, dorințe, senzații, gânduri despre sine și despre relația cu ceilalți. Informațiile pe care le veți oferi adolescenților la această vârstă vor contribui la formarea unei imagini corecte despre sine și despre lumea înconjurătoare, îi va ajuta să se gândească la ceea ce este bine pentru ei și să acționeze în consecință, inclusiv în ceea ce privește sexualitatea proprie.

Mesaje-cheie:

- ✦ Chiar dacă vă simțiți jenat de comportamentul copilului, este bine să știți că este o perioadă absolut firească în viața oricărui om și că această atracție se va stinge, treptat, până la 7 ani.
- ✦ Fie că vă simțiți jenat, încurcat, furios sau chiar dezgustat, manifestările sexuale ale copilului sunt firești și fac parte din viață.
- ✦ Asemenea oricărui alt aspect din viața copilului, sexualitatea trebuie educată.
- ✦ Sexualitatea reprezintă un aspect fundamental al vieții umane, având dimensiuni biologice, psihologice, spirituale, sociale, economice, sociale și culturale.

- ⌘ Educația sexuală a tinerilor este justificată de potențialul de vulnerabilitate, abuz, exploatare, graviditate precoce și infecții cu transmitere sexuală.
- ⌘ Scopul educației pentru sănătate sexuală constă în reducerea miturilor cu privire la sexualitate, a dezinformării adolescenților, în același timp, vizându-se promovarea informării corecte, având la bază valori și atitudini pozitive pentru decizii corecte și responsabile.

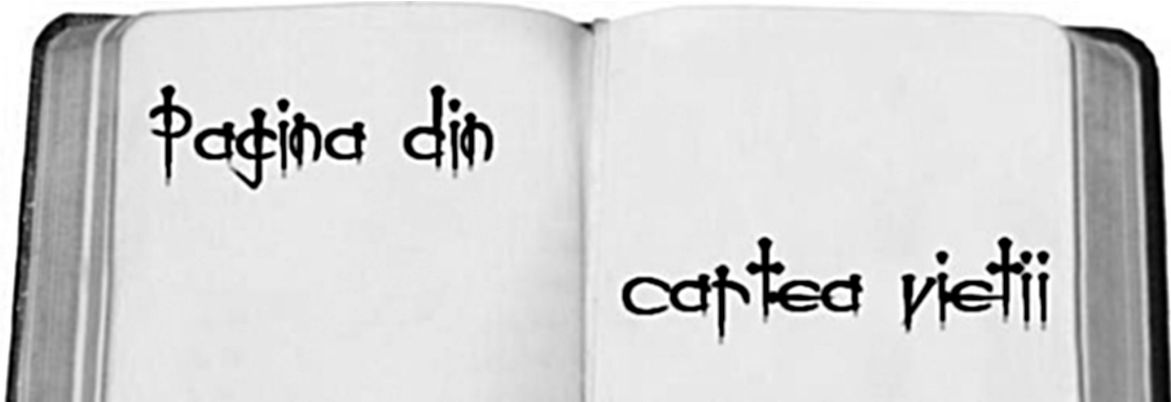
Anexa 1 40 de moduri de a încuraja copilul

de Edward S. Kubany

1. Foarte drăguț din partea ta.
2. Mulțumesc foarte mult.
3. Wow!
4. Asta este grozav!
5. Îmi place modul în care lucrezi.
6. Ține-o tot așa!
7. Am încredere că poți!
8. Sunt convins/ă că o să reușești!
9. Aceasta este chiar o îmbunătățire!
10. Îți reușește foarte bine asta!
11. Mergi înainte!
12. Este o plăcere să fac teme cu tine!
13. Te-ai autodepășit astăzi.
14. Felicitări! Ai omis doar.....
15. Corect! Bravo ție!
16. Pariez că profesorii tăi vor fi foarte mândri când vor vedea ce treaba bună ai făcut.
17. Sunt foarte mândru de felul cum ai lucrat (lucrezi) astăzi.
18. Excelentă treabă!
19. Apreciez ajutorul tău.
20. Foarte bine! Ce-ar fi să le arăți și celorlalți?
21. Mulțumesc pentru că ... (ești liniștit, ești atent la lecții, mă ajuți etc.).
22. Minunat /uimitor!
23. Mă bazez pe tine.
24. Arata foarte bine.
25. Doamne, ce frumos!
26. Ești pe calea cea bună acum.
27. Este o treabă de nota 10.
28. Pare că ai depus mult efort în treaba aceasta.
29. Foarte inteligent!
30. Foarte creativ!
31. Foarte interesant!
32. Bine gândit!
33. Acesta este un punct de vedere foarte interesant.

34. Acesta este răspunsul corect.
35. Acum ai pus punctul pe „i”.
36. Corect!
37. Aceasta este o observație foarte interesantă.
38. Acesta este, cu certitudine, un mod interesant de a vedea lucrurile.
39. Mulțumesc pentru că mă întrebi.
40. Te ascult.

Anexa 2 CARTEA VIETII



Capitolul I: Totul despre mine

Acesta sunt eu
(portretul meu)

Eu m-am născut

Iarna

În luna _____

Primăvara

În luna _____

Vara

În luna _____

Toamna

În luna _____

Anotimpul meu preferat

Culoarea preferată/ culorile care îmi sunt pe plac

Animalele domestice pe care le am

Ocupațiile preferate

Cel mai bine îmi reușește

Ceea ce îmi place la mine

Prietenii mei sunt..., iar prietenul meu adevărat este

Când voi crește, vreau să devin

Lucrurile mele preferate

Emisiunea preferată la televizor

Cartea preferată

Filmul preferat

Sărbătoarea preferată

Mîncarea preferată

Bomboanele preferate

Cel mai fericit vis pe care l-am avut:

Cel mai strașnic vis pe care l-am visat:

Maturii care îmi fac viața fericită și sigură sunt:

Locul unde mă simt foarte bine și fericit este:

Ca să mă simt bine și în siguranță (ce fac pentru asta?):

Secretele mele le-aș împărtăși (cui?):

Trei calități pe care oamenii din jur le cunosc despre mine:

Trei calități pe care oamenii din jur nu le cunosc despre mine:

Capitolul II: Totul despre emoțiile mele

Ce simt eu (lista emoțiilor mele):

Ce mă deranjează (lista retrărilor mele):

Azi mă simt...

De obicei mă simt...

Arăt că sunt vesel prin...

Arăt că sunt trist prin...

Arăt că sunt supărat prin...

Sentimentele cele mai intime/ ascunse le arăt prin...

Emoțiile mele

Mă simt vesel și fericit

Când _____

Mă simt trist

Când _____

Mă simt plin de răutate

Când _____

Mă simt speriat

Când _____

Mă simt iubit

Când _____

Mă simt rușinat

Când _____

Mă simt deosebit

Când _____

Mă simt neliniștit

Când _____

Mă simt bine și în siguranță

Când _____

Anexa 3 Exemple de exerciții pentru stimularea exprimării emoțiilor și pentru creșterea stimei de sine

1. Cum te simți astăzi

Copilul are în față trei imagini: pe una este decupat un soare, pe a doua – soarele se ascunde după nori, pe a treia – nori de furtună. În diferite momente ale zilei, copilul alege imaginea care reflectă dispoziția curentă.

2. Catalogul emoțiilor

Copilului i se prezintă fișa cu multe fețe atașate ce reflectă emoții diverse. El va alege fețe care reflectă dispoziția lui și le va denumi. Scopul poate fi extins spre a atrage atenția la diversitatea și natura contradictorie a emoțiilor.

După acesta, copilul poate fi rugat să deseneze, să acționeze sau să creeze imaginea emoției.

3. Un final fericit

Copilul privește câteva imagini reprezentând viața de familie, relațiile între copii la școală/ acasă și, independent, compune un sfârșit pozitiv pentru fiecare dintre ele.

4. Mâna isteasă (înțeleaptă)

Pe o coală de hârtie conturați mâna copilului. În interiorul conturului, copilul scrie orice poate face mâna. Asigurați-vă că copilul este concentrat doar asupra lucrurilor pe care le face bine.

După aceea, conturați cealaltă mână și rugați-l să scrie lucrurile pe care i-ar plăcea să le facă mult mai bine (se scrie în interiorul conturului).

5. Vocabularul emoțiilor

Se utilizează un set de cărți de joc care au notate pe una dintre părți denumirea unei emoții (ex. trist, fericit, frustrat); fiecare copil alege câte o carte și încearcă să exprime emoția notată printr-un comportament; ceilalți trebuie să identifice emoția prin comportamentul exprimat de copil.

6. Parola emoțiilor

Copilul sau grupul de copii alege o fișă cu o emoție și simulează ce ar gândi o persoană care manifestă o asemenea emoție; ceilalți copii trebuie să identifice emoția.

7. Sunetele emoțiilor

Fiecare copil va extrage câte o fișă cu o emoție și va încerca să o reprezinte printr-un sunet caracteristic, fără să folosească cuvinte. Cine va identifica primul emoția exprimată de un copil va descrie o situație în care a simțit acea emoție, ce a gândit și cum s-a comportat.

8. Cele 10 activități plăcute

Copiii vor face câte o listă de 10 activități plăcute care îi determină să se simtă bine. Toate activitățile fiecărui copil se vor afișa în odaie pentru ca copiii să conștientizeze modalitățile prin care ne putem îmbunătăți starea emoțională.

Anexa 4 Întrebări – răspunsuri

Întrebări/ replici ale adolescenților	Răspuns potrivit al îngrijitorilor
<p>„Nu voi folosi niciodată informațiile învățate la școală”.</p>	<p>„De fapt, chiar dacă, la prima vedere, materia învățată la unele discipline nu interferează cu ceea ce vrei să devii profesional, oricum, fiecare disciplină ne ajută într-un fel anume. De exemplu, matematica ne ajută să dezvoltăm gândirea logică, ori aceasta ne prinde bine în orice moment al vieții, când avem de rezolvat probleme sau conflicte. Limba română ne dezvoltă vocabularul, capacitatea de exprimare, or comunicarea este prezentă în viața noastră de zi cu zi.”</p> <p>Astfel, se pot găsi exemple, pentru fiecare materie respinsă de elev, pentru a-i argumenta conexiunea informației învățate cu diferite situații din viața de zi cu zi.</p>
<p>Interesul accentuat pentru o singură materie</p> <p>„Nu mă interesează celelalte, asta vreau să cunosc și gata.”</p>	<p>„Mă bucur mult pentru tine că-ți place atât de mult geografia, biologia. Îmi amintesc că mă descurcam mai greu la astea. Îmi plăcea mai mult să scriu compuneri, eseuri, să recit poezii, să analizez opere literare. Mă gândesc că ai putea să-mi fii de ajutor în anumite situații, legate de ceea ce studiezi.”</p> <p>Ajutați copilul să devină un expert în domeniile care îl interesează. Încurajați-l să își perfecționeze cunoștințele, să învețe cât mai bine la aceste materii. Dacă va obține rezultate bune la materiile care îl interesează, va dobândi mai multă încredere în sine și îi va fi mai ușor să se apropie de materiile care îi dau bătaie de cap.</p> <p>În plus, evitați să îi cereți să obțină rezultate excelente la toate materiile, deoarece aceasta exigență îi va intensifica atitudinea de respingere față de materiile care nu îi plac.</p>
<p>Copilul amână începerea temelor sau proiectelor pentru că pur și simplu nu are chef</p> <p>„Acuși mă duc.”</p> <p>„N-am chef. Lăsați-mă în pace.”</p>	<p>„Hai să văd și eu ce se învață acum la ...”</p> <p>„Sunt curios/oasă ce lucruri noi s-au introdus la...”</p> <p>„Hai să încercăm împreună să vedem cum se poate realiza sarcina/proiectul. Eu am o idee, tu alta și așa apar soluțiile.”</p> <p>Ajutați-l să își dea seama ce îl motivează. Atunci când într-adevăr îi este greu să înceapă un proiect, propuneți-i să stabilească mici recompense, pe care și le poate oferi după realizarea fiecărei etape a proiectului.</p>

<p>Copilul nu vede rostul pe care-l au rezultatele școlare pe termen lung</p>	<p><i>„Înțeleg că îți este dificil să vezi legătura dintre școală și viitor. Dar știu, cu certitudine, că anumite informații, și poate chiar note, vor fi importante pentru admitere la colegiu/ facultate. Informația la alte discipline, nici nu știi cum îți prinde bine într-o anumită situație de viață. Cred că ar fi, în primul rând, să înțelegem ce-ți dorești să devii, și ce e nevoie pentru asta.”</i></p> <p>Ajutați-l să-și stabilească obiectivele pe care le are pe termen scurt și/sau pe termen lung. De ce e nevoie să învețe? Care îi este scopul pe termen scurt? Să ia o notă bună? De ce? Poate pentru a primi o recompensă pe care i-ai promis-o. De ce e bine să învețe pe termen lung? Poate pentru a avea o medie mare în cei patru ani de liceu și pentru a intra în acest mod la facultatea la care își dorește. Care sunt scopurile pe termen scurt și lung ale copilului? Dumneavoastră de cunoașteți?</p>
<p>Copilul nu se simte sprijinit suficient</p> <p><i>„Nu vă pasă de mine. Totdeauna altcineva e mai bun decât mine. Sunt sătul/ă peste cap. Numai note și note vreți de la mine. Alți părinți mai stau de vorbă cu copilul lor.”</i></p>	<p><i>„Îmi pare rău că am mers cu valul. Probabil, o făceam fără ca să mă gândesc. În același timp, vreau și eu ca orice părinte să-mi văd copilul realizat și fericit.”</i></p> <p><i>„M-am tot gândit, zilele astea, cum aș putea să te ajut și să-ți fiu alături. Hai să discutăm despre asta.”</i></p> <p>Este posibil ca pretențiile repetate, pedepsele pentru notele prea mici sau comparațiile cu alți copii care învață mai bine să îl descurajeze pe copil și să îl facă să respingă activitatea de învățare. Atunci când simte că nu poate găsi ajutor nicăieri, nu mai are energie să mai încerce. Așadar, este important să îi fiți alături atât în momentele dificile, cât și în cele de reușită. Ajutați-l să treacă peste notele mai mici, fiindu-i aproape emoțional, dar și cu soluții care să-i faciliteze învățarea.</p>
<p>Frica copilului de critica, judecarea aspră din partea părinților, ce se poate manifesta prin comportamente de negare, evitare, izolare.</p> <p><i>„Totul e în regulă. Nu s-a întâmplat nimic.”</i></p> <p><i>„Nu ne pune note.”</i></p>	<p><i>„Îmi dau seama cum te simți și presupun că nota asta te-a cam dezamăgit. Sunt alături și, dacă vrei să discutăm despre cele întâmplate, oricând sunt dispusă.”</i></p> <p>O experiența neplăcută, un eșec, este o posibilitate de învățare pentru copil. Abordați această situație ca pe orice altă problemă, pe care trebuie să o rezolvați împreună. Căutați cauzele și consecințele situației și modalități de a o rezolva. Cuvântul cheie în această situație este „împreună”.</p> <p>Nu îl veți ajuta pe copil să învețe din eșecurile sale, dacă încercați să rezolvați doar dumneavoastră situația. Pe de altă parte, dacă îl lăsați singur să facă față unui eșec, este posibil să se descurajeze, să creadă că nu poate face față situației și să renunțe.</p> <p>Rolul dumneavoastră va fi cel de ghidare a eforturilor copilului. Astfel, îl veți pregăti să facă față și altor posibile eșecuri.</p>

Anexa 5 Cele mai frecvente boli cu transmitere sexuală

Descriere	Simptome	Tratament
<p>Chlamydia</p> <p>Este provocată de către o bacterie. Dacă nu este tratată, poate provoca boala pelviană inflamatorie sau sterilitate.</p>	<p>Este posibil, să nu prezinte simptome, însă apar usturimi la urinare, scurgeri vaginale sau ale penisului.</p> <p>Medicul poate recomanda efectuarea de analize medicale pentru determinarea ei.</p>	<p>Simptomele încetează după câteva zile de administrare a antibioticelor, iar, după 2 săptămâni, infecția este eliminată.</p>
<p>Herpes</p> <p>Este un virus care persista de-a lungul întregii vieți.</p> <p>Tipul 1 provoacă erupții sau bubițe purulente, de obicei, în zona gurii.</p> <p>Tipul 2: provoacă erupții genitale.</p>	<p>Erupții dureroase la gura, în zona genitală, pe fese. Prima erupție a herpesului durează aproximativ două săptămâni. Bolnavul poate avea febra, mâncărimi, simptome de gripa.</p> <p>Există analize medicale specifice.</p>	<p>Incurabil. Erupțiile vor izbucni și se vor retrage pe parcursul întregii vieți. Pentru a reduce frecvența apariției erupțiilor, este indicat tratamentul medicamentos în doze zilnice cu acyclovir.</p>
<p>Negi genitali, Human Papilloma Virus (HPV)</p> <p>Negi la nivelul pielii, care se prezintă sub forma unor mici umflături în zona genitală sau în cea a anusului. Virusul se transmite prin contact genital direct la nivelul pielii. Din păcate, virusul este rezident în organism de-a lungul întregii vieți.</p>	<p>La bărbați - negi de culoare galben-cenușiu în zona penisului, în zona uretrei, în zona anusului. La femei: negi de culoare albă sau roz în zona vulvei, în cea a vaginului, pe colul uterin sau în zona anusului. Infecția HPV este implicată în marea majoritate a cazurilor de cancer cervical.</p>	<p>Negii se pot elimina prin metode chirurgicale, prin cauterizare sau prin laser. Negii se pot resuscita, fiind necesară o nouă extirpare a acestora. Perioada de convalescență poate fi lungă și anevoioasă.</p>
<p>Gonoree</p> <p>Infecție gravă care, netratată, duce la sterilitate, la artrită sau la probleme cardiace. Gonoreea constituie una din cele mai frecvent întâlnite boli cu transmitere sexuală.</p>	<p>Pot să nu fie evidente, însă, apar usturimi la urinare, scurgeri vaginale sau ale penisului, dureri în zona pelvisului.</p>	<p>Antibioticele au efect imediat asupra simptomelor și vindecă boala în câteva săptămâni.</p>
<p>Sifilis</p> <p>Infecție foarte gravă, care netratată la timp, afectează întreg organismul și poate duce la deces. Sifilisul este o boală infecțioasă și contagioasă care se transmite prin contact sexual sau pe cale transplacentară, prin contact sanguin.</p>	<p>Primul stadiu - apar răni în zonele genitale.</p> <p>Al doilea stadiu: erupții cutanate pe tot corpul.</p> <p>Al treilea stadiu: probleme ale inimii și ale sistemului nervos.</p>	<p>În stadiul incipient al bolii, penicilina o poate vindeca. Odată ajunsă în ultimul stadiu, tratamentul medicamentos are efect limitat.</p>

<p>Boala pelviană inflamatorie</p> <p>Infecție a uterului, dar se poate localiza și la nivelul colului uterin ori a trompelor uterine. Apare atunci când bacteriile (cel mai adesea chlamydia sau gonoreea) pătrund în sistemul reproductiv. Duce la sterilitate.</p>	<p>Dureri abdominale, febră, sensibilitate mărită a uterului și a ovarelor, ciclul menstrual dureros, scurgeri, oboseală, amețeli, stări de vomă, dureri în timpul actului sexual.</p>	<p>Se recomandă repaus la pat și tratament medicamentos cu antibiotice. Dacă boala este într-un stadiu avansat, blocajul trompelor uterine și sterilitatea pot deveni permanente.</p>
<p>Infecția tractului urinar</p> <p>Infecție provocată de bacteriile blocate în uretră. Este, frecvent, întâlnită la femeile care fac sex cu un nou partener.</p>	<p>Dureri și usturimi în timpul urinării, urinări frecvente. Urina poate fi tulbură și urat mirositoare.</p>	<p>Infecția se vindecă prin administrarea antibioticelor de la o zi, la o săptămână. Se recomandă consumarea unei cantități mai mari de apă plată.</p>
<p>Vaginita</p> <p>Vaginita este o inflamație vaginală. Supurații infecțioase cauzate de lipsa de igienă. Antibioticele, pilulele contraceptive, sarcina pot cauza dezvoltarea candidiei. Se mai numește tricomonaza. Se transmite prin sex vaginal sau oral.</p>	<p>La femei – scurgere vaginală densă, de culoare albă sau gălbuie, miros neplăcut, mâncărimi, durere.</p> <p>La bărbați – mâncărimi genitale, contact sexual dureros.</p>	<p>Cremele, care se eliberează fără rețetă, vindecă aceasta boală în câteva zile. Femeile trebuie să evite să poarte pantaloni strâmți, dresuri sau costume de baie.</p>
<p>Păduchi genitali</p> <p>Păduchi mici, de culoare albă care infestază părul pubian. Se răspândesc de la persoana infestată prin haine, paturi sau toalete.</p>	<p>Mâncărimi. Pot provoca febră ușoară, inflamații ale amigdalelor, dureri ușoare. Păduchii pot fi depistați în urma unui examen medical amănunțit.</p>	<p>Tratamentul medicamentos de uz extern elimină păduchii și ouăle acestora. Lenjeria de pat, hainele și prosoapele trebuie spălate.</p>
<p>Hepatita B</p> <p>Virus transmis prin contact sexual sau prin ace infectate. Este răspândită, mai ales, la persoanele care practică sexul anal și au mai mulți parteneri.</p>	<p>Febră, oboseală, migrene, dureri abdominale, icter. În anumite cazuri, inflamația ficatului poate duce la sângerări, la comă sau deces.</p>	<p>Cazurile ușoare: odihna la pat, dieta sănătoasă.</p> <p>Cazuri grave: tratament medicamentos.</p>
<p>HIV/SIDA</p> <p>Virus care slăbește sistemul imunitar, până îl face incapabil să mai lupte cu bolile. Provoacă SIDA și un grup de boli grave. Virusul HIV se transmite prin sânge infectat, spermă, secreții vaginale, lapte matern, poate intra în sânge printr-o rană sau prin mucoasă, în timpul sexului vaginal, sexului oral, sexului anal, prin folosirea acelor infectate.</p>	<p>HIV nu prezintă simptome, de obicei. Testele de sânge arată anticorpi ai HIV. Pot trece ani până ca SIDA să se declanșeze. De-a lungul acestei perioade, persoana infectată poate transmite HIV, practic fără să știe. Primele semne ale SIDA: infecții cu ciuperci parazitare, transpirații nocturne, pierderi în greutate. Boli legate de SIDA: pneumonie, cancer.</p>	<p>Incurabil.</p> <p>Nu există vaccin.</p> <p>Pentru HIV sunt anumite combinații de medicamente, care cuprind inhibitori proteici ce încetinesc virusul.</p> <p>Pentru SIDA, există medicamente care încetinesc evoluția bolii, însă tratamentul trebuie instituit din timp și respectat.</p>

Anexa 6 Metode de contracepție

Descriere	Avantaje	Dezavantaje
<p>Pilula combinată</p> <p>este o combinație de mici cantități de estrogen și progestagen.</p> <p><i>Acțiune:</i></p> <p>Împiedică eliberarea ovulelor și îngroașă mucusul de la nivelul colului uterin.</p> <p><i>Eficiență:</i></p> <p>98 – 99%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - este metoda reversibilă cea mai eficientă, - ușor de administrat; - nu afectează dorința sexuală; - diminuează starea de disconfort premenstrual; - reduce riscul afecțiunilor benigne ale sânelui; - contribuie la diminuarea apariției cancerului uterin și a cancerului ovarian; - protejează împotriva afecțiunilor inflamatorii pelviene; - nu împiedică desfășurarea actului sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> - eficiența depinde de corectitudinea folosirii; - nu este recomandată fetelor cu factori de risc cardiovascular; - pot apărea efecte secundare minore, precum dureri de cap, creșteri în greutate, mici sângeri la începutul administrării; - nu sunt recomandate femeilor peste 35 de ani, fumătoare; - interferează cu unele tratamente medicamentoase; - nu protejează împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA.
<p>Pilula monohormonală</p> <p>este o pilula ce conține numai progestageni.</p> <p><i>Acțiune:</i></p> <p>Administrarea zilnică la aceeași oră îngroașă mucusul cervical și creează în uter modificări ce blochează pătrunderea spermatozoidilor și posibilitatea menținerii unei sarcini.</p> <p><i>Eficiență:</i></p> <p>96 – 98%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - este ușor de folosit, este o metodă reversibilă; - poate fi folosită și de femeile care alăptează; - poate fi folosită de femeile care nu pot folosi pilula combinată; - nu împiedică desfășurarea actului sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> - eficiența depinde de corectitudinea folosirii; - afectează regularitatea ciclului menstrual; - poate crește frecvența sângerărilor intermenstruale; - poate crește riscul apariției sarcinilor extrauterine; - nu protejează împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA
<p>Contraceptivele injectabile sunt produse cu conținut hormonal, administrate sub formă de injecții.</p> <p><i>Acțiune:</i></p> <p>Ca și alte metode hormonale, ele opresc ovulația. Se injectează intramuscular, de unde se eliberează treptat, lent și constant în organism.</p> <p><i>Eficiență:</i></p> <p>99%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - este una dintre cele mai eficiente metode contraceptive; - o injecție conferă o protecție de la 8, până la 12 săptămâni; - este reversibilă; - poate fi folosită de femeile care alăptează. 	<ul style="list-style-type: none"> - perturbă ciclul menstrual; - sângeri neregulate sau chiar absente; - este necesară o perioadă mai lungă de timp pentru reluarea fertilității; - nu protejează împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA.

<p>Dispozitivul intrauterin (steriletul) este un mic dispozitiv ce se introduce în cavitatea uterină, împiedicând astfel nidația (cuibărirea ovului). Poate fi de diversetipuri: simple (din plastic), cu cupru (mecanism chimic), cu progesteron (mecanism hormonal).</p> <p><i>Acțiune:</i> Împiedică fixarea ovulului fecundat pe peretele uterului.</p> <p><i>Eficiență:</i> 97 – 99%, până la 10 ani, în funcție de tip</p>	<ul style="list-style-type: none"> - este eficient; - este o metodă reversibilă; - eficiența începe imediat după inserție; - nu împiedică desfășurarea actului sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> - imediat după inserție menstruațiile pot fi mai abundente; - ocazional, poate fi expulzat; - în general, nu este recomandat pentru femeile care nu au copii; - nu protejează împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/ SIDA.
<p>Prezervativul este o înveli-toare în formă de sac, care se aplică pe penis.</p> <p><i>Acțiune:</i> Colectează sperma, împiedicând contactul spermatozoizilor cu ovulul.</p> <p><i>Eficiență:</i> 85 – 98%.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - este accesibil; - este ușor de folosit și nu necesită supraveghere medicală; - nu are efecte adverse; - este foarte eficient dacă este utilizat cu atenție; - este singura metodă care protejează ambii parteneri împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> - necesită folosire corectă pentru a fi eficient; - intervine în desfășurarea actului sexual; - necesită aprovizionare prealabilă.
<p>Spermicidele sunt substanțe chimice care pot fi găsite sub formă de tablete, spume, creme, geluri, supozitoare, ovule, foite care se introduc în vagin.</p> <p><i>Acțiune:</i> Imobilizează sau distrug spermatozoizii.</p> <p><i>Eficiență:</i> 75 – 80%.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nu prezintă efecte adverse; - sunt disponibile și ușor de folosit; - ajută la lubrifiere locală. 	<ul style="list-style-type: none"> - folosite ca singură metodă contraceptivă, au o eficiență mai redusă decât alte contraceptive; - posibilă sensibilitate, iritație sau alergii; - nu previn infecțiile cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA.

<p>Diafragma este o membrană de cauciuc în formă de cupolă.</p> <p><i>Acțiune:</i></p> <p>Ca o barieră ce împiedică spermatozoizii să ajungă la ovul.</p> <p><i>Eficiență:</i></p> <p>85%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - este foarte eficientă dacă este utilizată corect, în combinație cu spermicide; - poate fi introdusă înaintea actului sexual astfel, încât să nu influențeze desfășurarea lui; - poate conferi protecție împotriva unor boli ale colului uterin. 	<ul style="list-style-type: none"> - necesită atenție în folosire pentru a fi eficientă; - este nevoie de consult medical pentru stabilirea dimensiunilor potrivite; - trebuie păstrată timp de 6 ore după contactul sexual. - nu previne infecțiile cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA.
<p>Metodele naturale sunt metode de identificare a perioadelor fertile ale ciclului menstrual.</p> <p><i>Acțiune:</i></p> <p>Ajută cuplurile să identifice perioada fertilă pentru a evita contactul sexual în acest interval de timp: pe baza calendarului, înregistrarea modificărilor mucusului cervical, măsurarea temperaturii bazale sau a asocierii lor.</p> <p><i>Eficiență:</i></p> <p>65 – 80%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nu există efecte secundare; - partenerii împart responsabilitatea de planificare a familiei; - sunt foarte ieftine; - pot fi folosite și pentru planificarea unei sarcini. 	<ul style="list-style-type: none"> - este nevoie de multă atenție, înțelegere și acord din partea ambilor parteneri; - este necesară o înregistrare atentă a datelor; - dificil de practicat când ciclul nu este regulat; - nu previne infecțiile cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA.
<p>Inelul contraceptiv este un cerc moale, de plastic, flexibil, cu un diametru de 54 de mm. Acesta conține o combinație de hormoni: estrogen și progestativ.</p> <p><i>Acțiune:</i></p> <p>Inelul se introduce în vagin și se ține timp de trei săptămâni, apoi este îndepărtat pentru o săptămână de pauză (care, de obicei, este perioada de menstruație). Prin eliberarea estrogenului și progestativului se împiedică ovulația și se îngroașă mucusul de la nivelul colului uterin. După pauza de o săptămână se poate introduce un nou inel vaginal și se repetă procedura.</p> <p><i>Eficiență:</i></p> <p>99%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - inelul este o metodă modernă de contracepție alternativă, cu un procent mare de eficiență. - poate face ca menstruațiile să fie mai puțin abundente și contribuie la reglarea ciclului menstrual. - este o metodă, relativ confortabilă, prin prisma faptului că inelul se introduce o dată pe lună. - este o metodă reversibilă. 	<ul style="list-style-type: none"> - inelul poate cauza iritații vaginale, secreții și este posibil să fie simțit de parteneri, în timpul actului sexual. - de asemenea, poate duce la o stare de disconfort, poate cauza grețuri sau tensiune la nivelul sânilor. - nu protejează împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV/SIDA. - se recomandă consiliere și supraveghere la un medic care oferă servicii de planificare familială.

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

1. Albert-Lorincz, E., Carcea, I. M. *Prevenirea dezadaptării școlare*, Ed. Cerami, Iași, 1998.
2. Albușescu, I. *Pedagogii alternative*, Ed. ALL, București, 2014.
3. Aldo, N. *Cum să ne educăm copiii*, Ed. TREI, București, 2010.
4. Aldort, N. *Creștem împreună*, Ed. Herarld, București, 2015.
5. Baci, A. (coord.). *Educația părinților*, Ed. MarLink, București, 2006.
6. Băran-Pescaru, A. *Familia azi. O perspectivă sociopedagogică*, Ed. Aramis, București, 2004.
7. Benga O., Minghiu C., Muntean D. *1, 2, 3 Pași în reabilitarea copilului care a suferit o traumă*, Ed. Spiru Haret, Iași, 2009.
8. Bond, H. *Fostering a child*, BAAF, 2004.
9. Briers, S. *Ghid practic pentru părinți*, Ed. Polirom, Iași, 2009.
10. Byron, T. *Educați-vă pozitiv copilul*, Ed. Aramis Print, București, 2009.
11. Cairns, K. *Attachment, trauma and resilience*, BAAF, 2006.
12. Carey, T. *Riscurile parentingului competitiv. Cum să-ți ajuți copilul să-și realizeze potențialul fără a-l supra-solicita*, Ed. Polirom, Iași, 2015.
13. Ciohodaru, E. *Succesul relației între părinți și copii acasă și la școală*, Ed. Humanitas Educațional, București, 2004.
14. Ciubotaru, B., Nabăr, M. *Manual de bune practici în domeniul serviciilor sociale, al educației și inserției socio-profesionale a grupurilor vulnerabile*, Ed. Risoprint, Cluj-Napoca, 2012.
15. Chapman, G., Campbell, R. *Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor*, Ed. Curtea Veche, București, 2001.
16. Crahay, M. *Psihologia educației*, Ed. TREI, București, 2009.
17. Coe, S. *Împreună pe același drum. Cum să includem persoanele cu dizabilități pe drumul firesc al dezvoltării* / World Vision Marea Britanie, București, 2013.
18. *Convenția ONU cu privire la Drepturile Copilului*, 20 noiembrie 1989.
19. Coroiu, C. *Ghid de bune practici pentru părinți*, R. Vâlcea, 2007.
20. Dincă, M. *Adolescentul într-o societate în schimbare*, București, 2004.
21. Dragoi, C. *Integrarea socio-profesională a tinerilor provenind din casele de copii*, în *Revista de pedagogie*, nr. 3, București, 1990.
22. Dumitrana, M. *Copilul, familia și grădinița*, Ed. Compania, București, 2000.
23. Durrant, J. *Ghid pentru dezvoltarea relațiilor sănătoase între părinți și copii: o abordare pozitivă, bazată pe respectarea drepturilor copiilor* / Organizația Salvați Copii, Ed. Speed Promotion, București, 2012.
24. Farkas, M. *Premisele psihologice ale integrării copilului în clasa I*, în Zorgo, B. (coord.), *Studii de psihologie socială*, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 1999.
25. Gaill, R., Winkler, C. *Ghid de buzunar pentru părinți*, Ed. Curtea Veche, București, 2011.
26. Galinsky, E. *Mind in the Making: The Seven Essential Life Skills Every Child Needs*, W. M. Paperbacks, 2010.
27. Greenspan, S. I., Salmon, J. *Copilul care îți dă de furcă. Cinci tipuri de copii „dificili”*. Ed. TREI, București, 2015.
28. Gordon, T. *Părinte eficient*, Ed. TREI, București, 2014.

29. Elias, M. J., Tobias, S. E., Friedlander B. S. *Inteligența emoțională în educația copiilor*. Ed. Curtea Veche, București, 2007.
30. Epstein, M. *Ferestre către copiii noștri*, Ed. Nemira, București, 2015.
31. Healy, J. M. *Different Learners: Identifying, Preventing, and Treating Your Child's Learning Problems*, W. M. Paperbacks, 2011.
32. Humphreys, T. *Stima de sine, cheia pentru viitorul copilului tău*, Ed. Elena Francisc Publishing, București, 2007.
33. Ionescu, Ș. (coord.). *Copilul maltratat. Evaluare, Prevenire, Intervenție*, Ed. Fundația internațională pentru copil și familie, București, 2001.
34. Ionescu, M., Negreanu, E. *Educația în familie. Repere și practici actuale*, Ed. Cartea universitară, București, 2006.
35. Isay, J. *Pășind pe coji de ou. Cum să abordezi relația delicată dintre copiii adulți și părinți*, Ed. Curtea Veche, București, 2009.
36. Joshi, L. H. *Cum ne educam copiii (4-11 ani)*, Ed. Polirom, Iași, 2012.
37. Marc, G., Arnăutu, M. *Școala părinților. Îndrumător destinat părinților, educatorilor, personalului de îngrijire și oricui dorește să cunoască mai multe despre creșterea și dezvoltarea copiilor / Word Vision România*, București, 2013.
38. Mimoun, S., Etienne, R. *Dragostea și sexualitatea adolescenților*, București, 2001.
39. Muntean, A. *Psihologia dezvoltării umane*, Ed. Polirom, Iași, 2006.
40. Oancea Ursu, G. *Ereditate și mediu în formarea personalității*, Ed. Facla, Cluj-Napoca, 1995.
41. O'Brien, M., Houston, G. *Terapia integrativă. Ghid practic*, Ed. Polirom, Iași, 2009.
42. Radu, I. *Strategii metacognitive în procesul învățării la elevi*, în Radu, I., Ionescu, M., Salade D. *Studii de didactică aplicată*, Ed. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca, 2000.
43. Renaud, H., Gagne, J. P. *8 metode eficiente pentru educarea copiilor*, Ed. Polirom, Iași, 2011.
44. Renaud, P. *Cum sa fii un bun părinte*, Ed. Polirom, Iași, 2010.
45. Ruppert, F. *Traumă, atașament, constelații familiale. Psihoterapia traumei*, Ed. TREI, București, 2012.
46. Rygaard, N. P. *Tulburările severe de atașament în copilărie. Ghid de terapie practică*, Ed. Polirom, București, 2007.
47. Schaffer, H. R. *Introducere în psihologia copilului*, Ed. ASCR, Cluj-Napoca, 2005.
48. Shapiro, S., Skinulus, K. *Cum devenim părinți mai buni. Ghid practic*, Ed. Humanitas, București, 2012.
49. Sion, G. *Psihologia vârștelor*, Ed. Fundația România de Măine, București, 2003.
50. Slavin, R. E. et colab. *Educational Psychology*. Prentice Hall, New Jersey, 2002.
51. Stănculeanu, D., Petrea I. *Ghid de bune practici pentru educația pozitivă a părinților, cadrelor didactice și elevilor / Organizația Salvați Copiii*, Ed. Speed Promotion, București, 2011.
52. Struck, P. *Învăț să mă crești. Sfaturi pentru o educație modernă*. Ed. Axel Springer, București, 2001.
53. Șchiopu, U., Verza, E. *Psihologia vârștelor. Stadiile vieții*, București, 2000.
54. Talan, K. H. *Ajută-ți copilul să revină pe calea cea bună*, Ed. TREI, București, 2013.
55. Tunyagi, O. *Managementul furiei. Psihologie practică pentru adulți și adolescenți*, Ed. Vladimed-Rovimed, Bacău, 2014.

56. Vladu, V. (coord.). *Manual de bune practici sociale*, Ed. Risoprint, Cluj Napoca, 2010.
57. Леви, В. Как воспитывать родителей или новый нестандартный ребенок, Торбоан, Москва, 2006.
58. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как?, ЧеРо, Сфера, Москва, 2003.
59. Лисина, М. Формирование личности ребенка в общении, СПб, Питер, 2009.
60. Соонете, Р., Локо, Я. и др. Недостойное обращение с детьми, АО Атлекс, Тарту, 2000.
61. Соонете, Р., Локо, Я. и др. Недостойное обращение с детьми II, АО Атлекс, Тарту, 2007.
62. Шнейдер, Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков, Трикста, Москва, 2006.

„Nici o altă structură nu poate înlocui familia. Fără ea, copiii sunt lipsiți de orice temelie morală. Fără ea, ei devin niște analfabeți morali a căror unică lege este eu-l.”

Charles Colson

„Copilului poți să-i spui tot. M-a mirat întotdeauna ideea greșită pe care adulții și-o fac despre copii; ce puțin îi cunosc și-i înțeleg chiar și părinții înșiși! Nu trebuie să le ascundem nimic copiilor sub pretext că sunt încă mici și că, la vârsta lor, e prea devreme să cunoască unele lucruri. Ce tristă și nenorocită mentalitate! Și cât de bine își dau seama copiii că părinții lor îi consideră drept neștiutori și inapți să înțeleagă când, în realitate, ei înțeleg totul! Oamenii mari nici nu bănuiesc că până și în chestiunile cele mai dificile, copilul poate da un sfat de o extremă importanță.”

Fiodor M. Dostoievski, „Idiotul”

Un copil poate oricând să-l învețe pe un adult trei lucruri: cum să fie mulțumit fără motiv, cum să nu stea locului niciodată și cum să ceară cu insistență ceea ce își dorește.”

Paulo Coelho