



ACASĂ - Alături de Copii prin Acțiuni de Sprijin Avansat!
POCU/784/6/24/ 139521

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Axa prioritară 6, Prioritatea de investiții 10i, Obiective Specifice (O.S.) 6.2, 6.3

Componenta 1: Program pilot de stimulare a participării la educație a copiilor cu părinți plecați la muncă în străinătate – Regiuni mai puțin dezvoltate

Titlul proiectului: ACASA - Alături de Copii prin Acțiuni de Sprijin Avansat!

Contract de finanțare: POCU 784/6/24/139521

Beneficiar: COLEGIUL NAȚIONAL „ȘTEFAN CEL MARE” TÂRGU NEAMȚ

Partener: JUDEȚUL NEAMȚ

Program de educație parentală “ Eu și copilul meu “

A3.1 Desfășurarea de activități de educație parentală și comunicare cu părinții din străinătate, părintele din România sau persoana în grija căreia a rămas copilul

Elaborat,

Elena-Monalisa ARITON - Expert comunicare grup țintă și parteneri P1

Maria ȘTEFĂNESCU - Expert comunicare grup țintă și parteneri P

Avizat,
Coordonator activități P1
Maria-Magdalena HISUM

AUGUST 2022



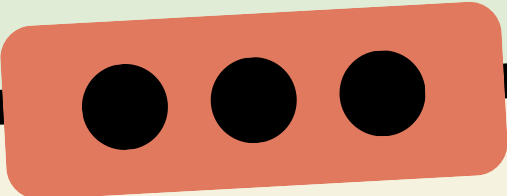
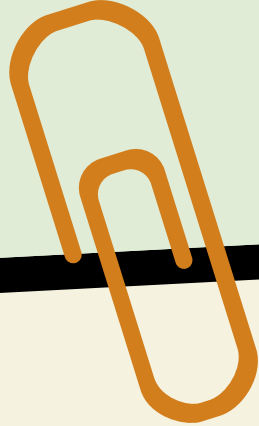
JUDEȚUL NEAMȚ
CONSILIUL JUDEȚEAN

Str. Alexandru cel Bun, Nr. 27, Cod. 610004
Piatra-Neamț, Jud. Neamț

Tel.: (+04)0233/21.28.90; (+04)0233/21.36.70;

Fax: (+04)0233/21.72.21

E-mail: cjneamt@yahoo.com; Web: www.cjneamt.ro

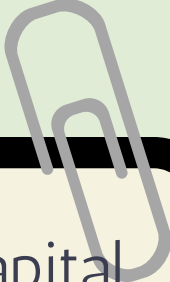


Program de educație parentală

”EU ȘI COPILUL MEU”

„Singura cale de a forma copii buni este să devenim
mai întâi părinți mai buni.”

Zig Ziglar



Programul Operațional Capital
Uman 2014-2020

Axa prioritara 6: Educație și
competențe; Obiectiv specific
6.24 Obiectiv specific integrat
OS 6.2, OS 6.3

Proiect: „ACASĂ – Alături de
Copii prin Acțiuni de Sprijin
Avansat!”, Cod proiect
POCU/784/6/24/139521
Beneficiar: Colegiul Național
Ștefan cel Mare, Târgu Neamț



OBIECTIV

Dezvoltarea și furnizarea de
servicii de consiliere socială
și educație parentală pentru
părinți/tutori/persoane care
au în grijă copiii cu părinți
plecați la muncă în
străinătate în vederea
scăderii abandonului școlar.



BENEFICIARI

·directi: elevi, părinți
·indirecti: școala,
comunitatea

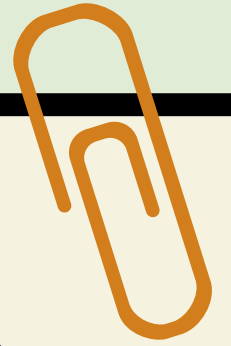
CUPRINS

- Modulul 1.
- 1. Familia și influența acesteia asupra dezvoltării copilului
- 1.1. Responsabilități parentale
- 1.2. Stiluri parentale
- 1.3. Familiile cu părinți plecați în străinătate
- Modulul 2.
- 2. Educația parentală
- 2.1. Ce este educația parentală?
- 2.2. Am nevoie de educație parentală?
- Modulul 3.
- 3. Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste
- 3.1. Părinte în devenire - începutul unei noi vieți 0 - 1 an
- 3.2. Perioada antepreșcolară
- 3.3. Preșcolarul
- 3.4. Școlarul mic
- 3.5. Școlarul mijlociu / preadolescentul
- 3.6. Adolescentul



- Modulul 4.
- 4. Relația de la distanță părinte - copil
- 4.1. Timpul petrecut împreună - modalitate de optimizare a relației părinte - copil
- 4.2. Comunicarea eficientă cu copiii
- 4.3. Managementul conflictelor și rezolvarea problemelor
- 4.3.1. Stabilirea regulilor și a limitelor
- 4.3.2. Disciplinarea pozitivă
- 4.3.3. Recompense vs pedepse
- 4.3.4. Abordarea comportamentelor inadecvate
- 4.4. Gestionarea eficientă a emoțiilor copiilor și managementul stresului
- 4.5. Rolul părinților în socializarea copiilor

1. Familia și influența acesteia asupra dezvoltării copilului



Părintele trebuie să știe că mediul de viață și educația sunt factori esențiali în dezvoltarea copilului. În orice familie, copiii au nevoie de multă iubire, grijă și atenție. Ei se simt iubiți și în siguranță când sunt ascultați fără să fie certați. Dacă „li se tot face morală” și nu vor fi ascultați, ei vor începe să-și ascundă sentimentele, nevoia de comunicare fiind strâns legată de nevoia de dragoste.

Autoritatea părintească nu se realizează prin forță și brutalitate. Ea este rezultatul firesc al unor relații echilibrate, morale și umane. O autoritate firească duce la relații de destindere și atașament, o falsă autoritate duce la o relație tensionată, la conflicte permanente. Autoritatea părintească trebuie să fie suplă, fermă și să se adapteze vârstei. Ea presupune un climat de afecțiune și dreptate, stăpânire de sine, înțelegere și spirit de colaborare între copil și părinte.

1. Familia și influența acesteia asupra dezvoltării copilului

Schimbările de natură socio-economică din societate au consecințe negative asupra situației copiilor în familie. Părinții, mult prea preocupați de satisfacerea nevoilor materiale ale vieții, nu mai oferă suficientă afectivitate și sprijin copilului -elemente atât de necesare dezvoltării armonioase.

Una din modalitățile de ameliorare a acestor efecte este educarea părinților.



1. Familia și influența acesteia asupra dezvoltării copilului

Pentru analiza calității îngrijirii, considerăm utilă analiza responsabilităților parentale, modalitățile în care acestea sunt construite și asumate de către membrii familiei.

Alvy (apud. Small și Eastman, 1991, pp.455-462) propune 4 funcții și responsabilități legate de parentalitate:

- a) acoperirea nevoilor de bază ale copiilor (asigurarea resurselor și îngrijirea mediului domestic);
- b) protecția copiilor;
- c) sprijinirea dezvoltării fizice și psihice a copiilor și
- d) reprezentarea intereselor copiilor în comunitate.

Responsabilități parentale

Acoperirea nevoilor de bază ale copiilor

(asigurarea resurselor și îngrijirea mediului domestic) presupune satisfacerea condițiilor ce asigură supraviețuirea: hrană, îmbrăcăminte, locuință, accesul la servicii medicale de bază

Protecția copiilor. Ține de responsabilitatea părinților pentru integritatea fizică, psihică, spirituală, etnică și culturală a copiilor în relațiile lor cu mediul înconjurător, cu persoane, grupuri și instituții. Se manifestă prin două tipuri de comportamente: cele de monitorizare parentală sau control parental (se referă la supravegherea nutriției, stării de sănătate a copilului, a comportamentelor acestuia în raport cu o serie de factori de risc (consumul de tutun, de alcool, activitatea sexuală etc.) și cele de transmitere a abilităților de autoprotecție.

Sprijinirea dezvoltării fizice și psihice a copiilor.

Țin de promovarea aspectelor legate de dezvoltarea copilului: fizice, emoționale, cognitive, sociale, morale, sexuale, spirituale, culturale și educaționale. Printre competențe parentale, ce țin de această responsabilitate, sunt: strictețea, atașamentul emoțional și controlul asupra balanței de putere în relația dintre părinți și copii.

Reprezentarea intereselor copiilor în comunitate

– rolul jucat de părinte în interacțiunile dintre copii și diverse persoane, grupuri, instituții din comunitate mai ales atunci, când vârsta copilului nu îi permite să se reprezinte singur.

Famiile cu părinți plecați în străinătate

Plecarea la muncă peste hotare se asociază în mare parte cu aspirația adulților de a-și satisface necesitățile legate de casă, familie, sănătate, creșterea și dezvoltarea copiilor. Unii adulți pun un accent mai mare pe bunăstarea familiei, alții sunt în căutarea experienței și creșterii profesionale. Cauzele migrației sunt foarte diverse. Plecarea la muncă peste hotare poate fi pe termen scurt, determinat sau – pe termen lung, nedeterminat.



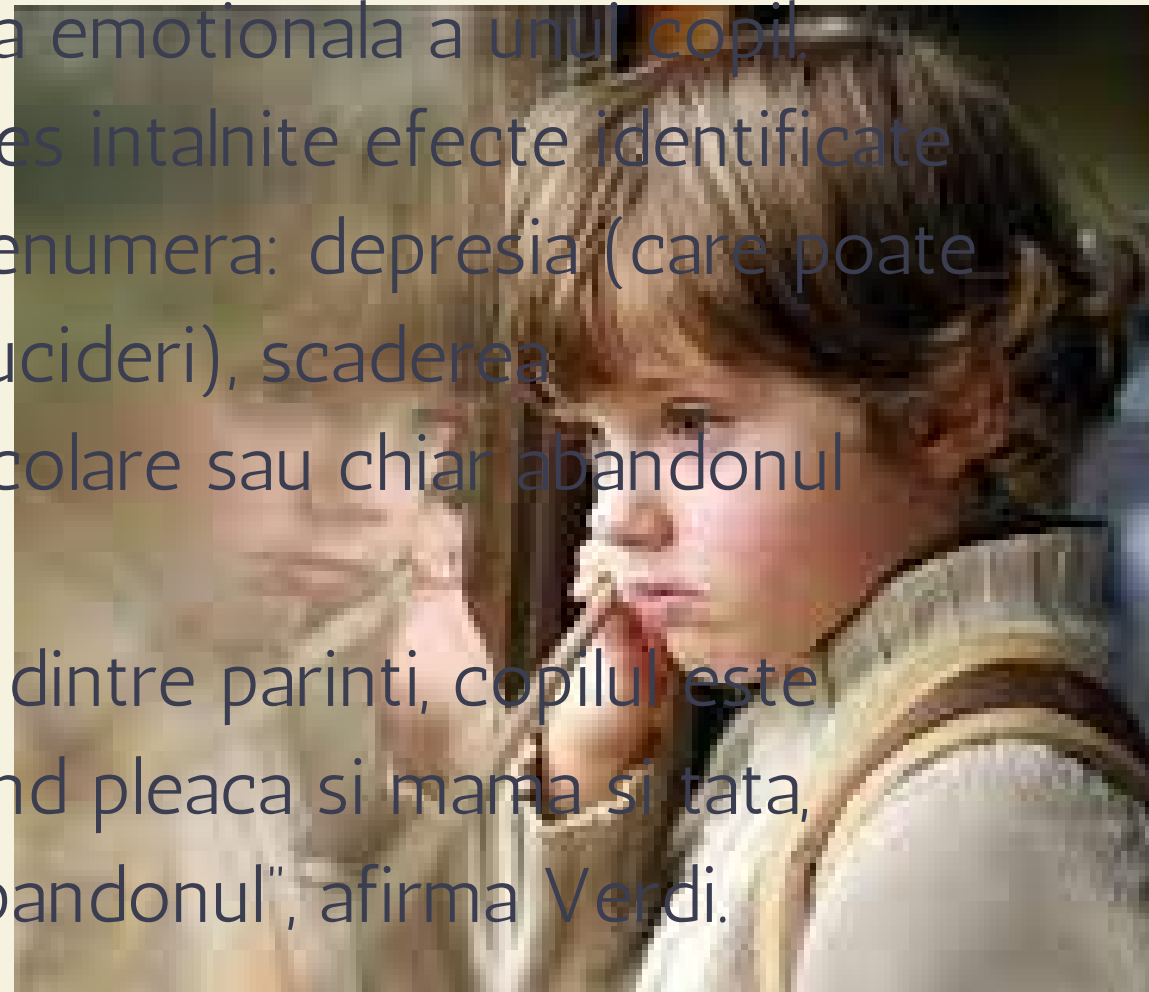
Copiii rămași acasă în urma plecării părinților la muncă în străinătate, lipsiți de afecțiunea și supravegherea acestora, sunt expuși mai multor riscuri: abandon școlar, autoizolare, apariția unor tulburări emoționale și comportamentale. Mai mult decât atât, lipsa ambilor părinți sau a reprezentanților legali determină limitarea accesului copiilor la servicii de sănătate și educaționale, la protecție juridică sau la beneficii sociale.

Chiar dacă trăim în epoca Social Media, în care distanța nu mai reprezintă un impediment în procesul de comunicare, aceste unelte moderne **nu pot înlocui mângăierile și îmbrățișările părinților**, care au decis să plece în străinătate pentru a le oferi celor rămași acasă o viață mai bună, sunt de părere psihologii.

Familiile cu părinți plecați în străinătate



- Specialistii considera ca acest fenomen poate genera o serie de efecte naucitoare care-i poate afecta viata emotionala a unui copil. Dintre cele mai des intalnite efecte identificate de specialisti, se enumera: depresia (care poate conduce si la sinucideri), scaderea performantelor scolare sau chiar abandonul scolar.
- Cand pleaca unul dintre parinti, copilul este partial afectat, cand pleaca si mama si tata, copilul traieste abandonul", afirma Verdi.



Famiile cu părinți plecați în străinătate

Vârsta este un aspect foarte important la care copilul este supus schimbării datorate plecării părinților în străinătate.

Copilul mic nu înțelege de ce tata este plecat, de ce mama vine rar acasă. Lipsa mamei îl destabilizează. Lipsa tatălui îi creează insecuritate. "La vârste fragede, nevoile copilului sunt puține, dar foarte importante. Se bucura pentru jucarie, pentru dulcele adus, dar va avea o mare carență afectivă. El are nevoie de părinți, de familie. Siguranța, iubirea și prezența părinților construiesc atașamentul securizant pentru copilul și viitorul adult", declară psihologul Maria Verdi.



La vârsta preșcolară și școlară, copilul nu procesează criza financiară, materială, prin care trec părinții, afirmă psihologul. "Nu este normal să vorbim copiilor de datorii, de sacrificii, de muncă multă, de supraviețuire. Vorbind și implicând copilul în responsabilitățile adultului nu facem decât să stresăm și să aducem nesiguranță în viața lui. Crestem riscul anxietății lui", considera specialistul.



La vârsta adolescenței, lipsa parentală implică lipsa reperelor. "Poate că tânărul are o siguranță financiară, materială, dar se confruntă cu carențe afective. Adolescența vine cu multe schimbări fiziologice, hormonale, emoționale. Comunicarea pe Skype nu aduce liniștirea, hrana și siguranța copilului. Adolescentul are nevoie de părinți alături de el. Este perioada în care este necesară supravegherea dezvoltării lui. Ii redăm încet libertatea, ieșirea în lume se face în ritmul propriu fiecărui copil. Aflat în etapa a doua a scenariului de viață, tot ce intra nou în viața lui îl poate ajuta sau perturba pe o perioadă mare de timp. Este supus noilor tentații specifice vârstei, poate capătă dependențe nesănătoase.

Care sunt necesitățile copiilor rămași acasă?

Oriunde s-ar afla părinții, prezenți sau plecați la muncă în străinătate, toți copiii au aceleași necesități, satisfacerea cărora contribuie la dezvoltarea sănătoasă a acestora.

*În cazul copiilor ai căror părinți sunt plecați la muncă în străinătate, **unele nevoi sunt mai accentuate** – nevoia de afecțiune, aprobare, acceptare, siguranță, protecție.*

Nevoia de siguranță și protecție.

Bunăstarea economică nu neapărat reflectă ceea ce numim securitatea și protecția copilului; faptul că copilul dispune de o libertate artificială prin absența părintelui/părinților, nu înseamnă că el se simte foarte bine, el oricum are nevoie de supraveghere, ghidare, limite, reguli, care îi asigură securitatea vieții.

Nevoia de atașament

Copilul lipsit de atașamentul parental se poate atașa de unele obiecte sau de persoane adulte, în care are încredere că acestea vor fi disponibile, receptive și vor acorda ajutor ori de câte ori va fi nevoie.

Nevoia de încurajare, stimulare și apreciere. Toți copiii au nevoie să li se confirme faptul că ceea ce întreprind are valoare.

Nevoia de dragoste și afecțiune

Copilul așteaptă afecțiune exprimată în cuvinte și comportament. Copilul are nevoie să i se arate că este dorit și iubit pentru că există, și nu pentru cine este, ce face sau nu face.

Nevoia de comunicare cu părinții, cu bunicii, cu tutorele. Copilul așteaptă să fie ascultat, înțeles, să găsească un sprijin pentru a lua anumite decizii. Copilul își dorește să poată comunica deschis, fără a fi blamat sau criticat.

Nevoia de aprobare și acceptare care poate fi satisfăcută prin mesaje de valorizare și prețuire

Nevoia de informații despre plecarea propriu-zisă, despre schimbările care vor apărea după plecarea părintelui/părinților, despre cum va trăi mai departe

Nevoia de a avea o familie. Una din îngrijorările copiilor este stabilitatea familiei

Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste!

Nou născutul și sugarul (0-1 an)

- Este total dependent de persoana care îl îngrijește
- Își formează sentimentul de atașament față de părinte; În ceea ce privește dependența copilului de părinte și atașamentul față de acesta, este normal ca, la această vârstă copilul să se liniștească dacă este ținut în brațe și să depindă de părinte pentru a-i îndeplini nevoile de bază.
- Imită expresiile emoționale pe care le vede la adulți sau alte persoane apropiate
- Manifestă teamă sau neliniște în absența persoanelor apropiate – anxietatea de separare
- Comunică prin plâns nevoile fiziologice și emoționale
- Are tendința continuă de explorare



Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste!

Perioada antepreșcolară- copilul mic 1-3 ani

- Explorează mediul
 - Acționează spontan, necontrolat
 - Gândește într-o manieră concretă
 - Apar primele abilități de interacțiune cu alți copii
- încep să perceapă relația cauză - efect
- Se enervează foarte ușor când nu obțin ceea ce doresc
 - Manifestă neliniște/teamă, în absența celor apropiați
 - Are tendința de a fi hiperactiv – explorează mediul incontinuu și îl solicită pe părinte să participe la jocurile lui
 - Manifestă gelozie față de cei care sunt în centrul atenției părintelui.



Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste!

Preșcolarul- 3-6 ani

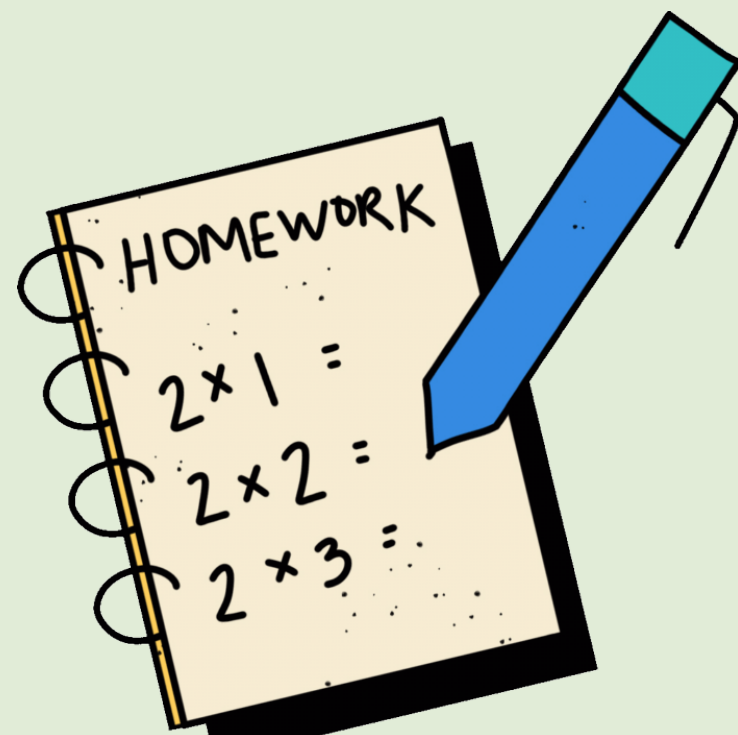


- ·Are convingerea că ceilalți percep lumea ca și el și că nu există un alt punct de vedere – "egocentrismul"
- ·Este important pentru el să spună NU, acest lucru îi dă un sentiment al controlului
- ·Are nevoie de ajutor pentru a-și putea controla reacțiile emoționale
- Are crize de furie dacă lucrurile nu se întâmplă după placul lui, dar începe să se controleze dacă i se explice de ce nu poate face sau avea anumite lucruri
- ·Manifestă hiperactivitate – începe multe activități pe care nu le finalizează și îi e greu să stea mult timp într-un loc
- ·Simte neliniște și teamă legate de despărțirea mai îndelungată de părinți, de ex când trebuie să meargă la grădiniță.
- -jocul e activitatea dominantă
- -Începe să învețe ce este potrivit pentru anumite situații sociale (să salute, să mulțumească...)
- ·-Spune "minciuni" despre lucruri care s-au întâmplat sau ar dori să se întâmple- acestea sunt mai degrabă rodul imaginației decât minciuni autentice

Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste!

Școlarul mic

- Preia de la părinți comportamente sau percepții legate de evenimente sau persoane
- Are relații semnificative cu copiii de aceeași vârstă, pe care le consideră tot mai importante
- și evaluează propria persoană în termeni de însușiri pozitive sau negative, prin comparație cu alți copii
- Are multă energie, nu are răbdare să persiste în activități statice (de ex. Să își facă temele)



Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste!

Școlarul mijlociu/preadolescentul 10-14 ani

- Are grupul de referință în rândul prietenilor de aceeași vârstă, părinții având o influență tot mai mică
- Manifestă tot mai pregnant nevoia de independență
- Vrea să fie competitiv, să exceleze într-un domeniu, acest lucru fiind important pentru a-și menține statutul în grupul de prieteni
- Caută modele, altele decât ale părinților
- Începe să aibă interes față de viitorul apropiat
- Începe să manifeste interes față de sexul opus
- Petrece mai puțin timp cu părinții
- Realizează faptul că părinții nu sunt perfecți



Să înțelegem copilul, cunoscând specificul dezvoltării pe vârste!

Adolescentul 15-18 ani

- Se raportează la grupul de prieteni pentru a-și forma o părere despre sine
- Este într-un proces de constituire a valorilor
- Prezintă fluctuații emoționale determinate de schimbări hormonale, care se manifestă prin: sensibilitate excesivă, plâns, nevoia de activitate fizică sau reacții emoționale necontrolate
- Are nevoie să se relaționeze la adult de la egal la egal
- Manifestă interes față de sex, relații de dragoste
- Are nevoie de un "spațiu privat"
- Poate avea sentimentul că este puternic și atotștiutor, simultan cu cel de inadevare și eșec



RELĂȚIA DE LA DISTANȚĂ PĂRINTE-COPIL



Ca părinți plecați în străinătate, ce puteți face pentru copiii rămași acasă ???

· Când le promiteți ceva, țineți-vă de cuvânt, nu faceți promisiuni nerealiste !

- Țineți legătura cu școala
- Nu ezitați să apălați la sprijin de specialitate : consilier școlar, psiholog !

- Îmbunătățiți-vă stilul de comunicare
- Conștientizați și acceptați nevoile psihologice și afective ale copiilor, nu le negați !

Țineți legătura cu persoana în grija căruia e lăsat copilul / dezvoltați o relație armonioasă bazată pe respect și încredere

- Aveți o atitudine pozitivă față de copil
- Ameliorați sau chiar evitați interacțiunile disfuncționale părinte-copil

TIMPUL PETRECUT ÎMPREUNĂ- MODALITATE DE OPTIMIZARE A RELAȚIEI PĂRINTE-COPIL

Unii părinți ajung să se simtă atât de vinovați că nu oferă copiilor mai mult timp încât încep să găsească diverse metode de a compensa această lipsă: cumpără multe jucării și lucruri pentru copil, îi îndeplinesc absolut orice dorință, renunță sau fac multe excepții de la regulile de comportament, devin prea protectivi sau foarte toleranți cu comportamentul copilului.

În realitate însă, nimic din toate acestea nu îl ajută pe copil și nu ajută relația.

Din contră, încurajează comportamente problematice ale copilului (de exemplu să plângă în magazin dacă nu primește jucăria dorită acum) și nu îl învață abilități esențiale pentru viitor (de exemplu să amâne primirea unei recompense, să valorizeze ceea ce are deja sau să ia decizii în mod independent).



Timpul a devenit resursa cea mai critică atât la serviciu cât și acasă, iar găsirea echilibrului dintre viața personală și viața profesională este o provocare din ce în ce mai mare, cu atât mai mult, în cazul părinților care sunt plecați la muncă în străinătate, unde timpul petrecut cu copiii lor, nu poate fi fizic, ci adesea online.

Cercetările arată tot mai ferm că un copil nu are nevoie de părinți care renunță la orice altceva pentru a i se dedica în totalitate. Din contră, un **copil se dezvoltă mai sănătos când are părinți mulțumiți de viața lor**, care au interese variate, succese în carieră, care sunt satisfăcuți de activitățile lor, și care nu transformă copilul în tot universul lor.

COMUNICAREA EFICIENTĂ CU COPIII

Faber, A., Mazlish, E., (2008) Comunicarea eficientă cu copiii acasă și la școală. București:Editura Curtea Veche

De reținut!!! Există o legătură directă între ceea ce simt copiii și felul în care se comportă.

Cel mai frecvent, copiii manifestă anumite probleme de disciplină, tulburări de comportament și conduită, adică indicii, mesaje pe care le transmit pentru a semnaliza că ceva este în neregulă, că au o problemă.

Majoritatea adulților, părinți și/sau profesori percep indiciile pe care le dau elevii despre problemele lor, cu toate acestea, recunoașterea problemelor nu este suficientă, ei trebuie să răspundă eficient acestor provocări.

„Felul în care vorbesc părinții și profesorii îi arată copilului părerea lor despre el. Afirmatiile lor influențează încrederea și prețuirea pe care acesta o acordă propriei persoane. Într-o mare măsură, limbajul celor mari, determină destinul aceluși copil.”



COMUNICAREA EFICIENTĂ CU COPIII

Metode constructive de a-i ajuta pe copiii cu probleme

Ascultarea pasivă/Tăcerea poate transmite o atitudine de acceptare, îl poate încuraja pe copil să vă împărtășească mai multe. Copilul nu poate vorbi cu dumneavoastră despre ceea ce îl deranjează, dacă vorbiți într-una!

Răspunsuri de acceptare care funcționează. Sunt acele indicii verbale și nonverbale care demonstrează faptul că sunteți „pe recepție”. Datul din cap, zâmbitul, încruntarea spâncenelor, mișcarea corpului, „Da, Înțeleg, Aha”, atunci când sunt folosite în mod corespunzător, îi demonstrează copilului că îl ascultați cu adevărat.

„Deschizătorii de drumuri” sunt mesaje care îi încurajează pe copii să vorbească mai mult, să fie mai concreți: Vrei să spui mai multe despre asta? Asta e interesant, vrei să continui? Mă interesează ce ai de spus!, Vrei să vorbești despre asta?

Ascultarea activă implică interacțiunea cu copilul și îi oferă dovada înțelegerii din partea adultului, care îl face pe cel mic să exprime ceea ce simte el față de situația externă. Pentru ca ascultarea activă să fie eficientă, adulții trebuie:

- să aibă încredere în capacitatea copiilor de a-și rezolva singuri problemele, ei având rolul doar de a facilita găsirea unei soluții.
- părintele trebuie să accepte cu adevărat sentimentele exprimate de copil
- părinții trebuie să empatizeze cu sentimentele copiilor, ca și cum ar fi ale lor, nu să devină ale lor!
- să respecte intimitatea și natura confidențială a ceea ce copiii le-ar putea împărtăși

