



International Child
Development Programme



SUNT O PERSOANĂ

*Această broșură este pusă la dispoziția participanților la cursurile ICPD.
Texte elaborate de Karsten Hundeide și Nicoletta Armstrong Desene realizate de Dirk Campbell*

Material tradus în cadrul proiectului „International Child Development Program – strategie de prevenire a inegalităților, violenței sociale și familiale”, finanțat prin granturile SEE 2009-2014, în cadrul Fondului ONG în România și implementat de Asociația SOS Satele Copiilor

România, în perioada 15 martie 2014 – 15 mai 2015

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a granturilor SEE 2009-2014.

„Copiii sunt persoane și au sentimente, gânduri și dorințe, la fel ca și adulții. Toate acestea pot fi recunoscute dacă ne întrebăm:

„Dacă aș fi copilul meu, cum m-aș simți în această situație?” sau „Dacă aș fi în situația copilului mei, ce mi-aș dori?”

Astfel, dar și în alte moduri, putem începe să ne înțelegem copilul mai bine. Și dacă reușim acest lucru, interacțiunile de calitate vor apărea spontan și natural, în cadrul unei relații interumane bazate pe sensibilitate între adult și copil.

Ceea ce sperăm să obținem este o relație plină de dragoste și înțelegere între adulți și copiii pe care îi au în îngrijire, astfel încât acești copii să se dezvolte în adulți sensibili și umani, care, la rândul lor vor contribui la procesul de umanizare a societății în care trăim.”

Karsten Hundeide

14 aprilie 1997



CUM AȚI VREA SĂ VĂ VEDEȚI COPILUL CRESCÂND?

Părinții din întreaga lume își doresc ca propriii copii să se dezvolte în cel mai bun mod cu putință, fără însă a fi întotdeauna pe deplin conștienți de rolul pe care îl au în acest proces.

Pornind de la cercetări psihologice, programul ICDP definește „8 linii de îndrumare pentru o bună interacțiune” ca și aspecte importante, din punctul de vedere al dezvoltării, ale comunicării între adulți și copii acestora. Liniile de îndrumare sunt mesaje simple și universale, prezente în mod natural în comunicarea persoană de îngrijire-copil în orice cultură, în ciuda diferențelor importante între culturi în ceea ce privește modul în care cele 8 linii de îndrumare sunt exprimate și puse în practică. Am transpus aceste linii de îndrumare în întrebări pentru reflecție personală ... spre exemplu: Cum comunică copilul dumneavoastră cu dumneavoastră? Cum vă exprimați dragostea? Cum lăudați, recompensați? Cum explicați copilului diferite lucruri?

Puteți să vă gândiți la aceste linii de îndrumare ca și teme de reflecție și le puteți adopta ca și cadru de referință pentru explorarea interacțiunilor zilnice cu copilul dumneavoastră. Vă vor ajuta să înțelegeți caracteristicile personale, interesele, nevoile și dorințele copilului dumneavoastră, precum și modul în care răspundeți la ele. Alături de ceilalți, veți avea posibilitatea de a vă împărtăși experiențele zilnice, când spălați și îmbrăcați copilul, când luați masa împreună, faceți o plimbare, vă jucați sau faceți alte activități împreună. Puteți descoperi modul în care toate aceste momente se pot transforma în oportunități minunate de a ghida și extinde modul în care copilul dumneavoastră înțelege lumea și de a consolida legătură emoțională dintre dumneavoastră și copil.

Scopul este să deveniți mai încrezători în importanța rolului pe care îl jucați ca și persoane de îngrijire și să fiți încurajați să vă urmați propria capacitate de empatie, adică acea stare de care copilul are cea mai mare nevoie de la dumneavoastră.

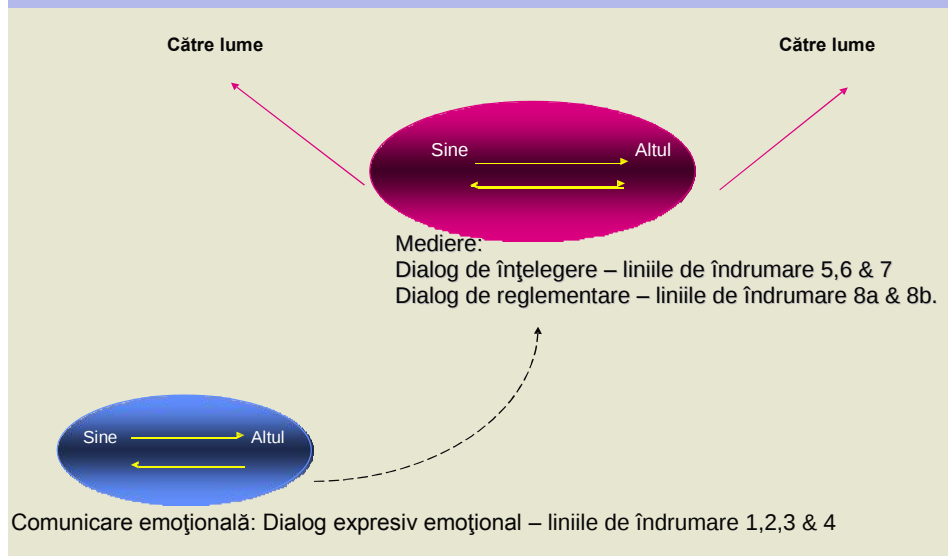
COMUNICAREA EMOȚIONALĂ ȘI MEDIEREA

I Comunicarea emoțională

În etapele incipiente ale interacțiunii dintre dumneavoastră și bebelușul dumneavoastră, vă implicați într-un proces de comunicare expresivă emoțională care ia forma interacțiunilor față-în-față sau contactului fizic, schimbului de surâsuri, gesturi sau atingeri – ca și condiție preliminară pentru dezvoltarea încrederii și atașamentului copilului dumneavoastră. Primele 4 linii de îndrumare ale programului ICDP se referă la acest tip de comunicare; vom analiza în continuare aceste linii de îndrumare care reprezintă ceea ce noi numim în cadrul ICDP „**dialog emoțional**”.

COMUNICAREA EMOȚIONALĂ ȘI MEDIEREA:

3 tipuri de dialog, 8 linii de îndrumare pentru o bună interacțiune



II Medierea

Dialogul emoțional pare să domine interacțiunea dintre persoanele de întreținere și bebeluși în primele luni de viață. Pe măsură ce bebelușul dumneavoastră crește, vă veți asuma din ce în ce mai mult rolul de îndrumare, oferind explicații și acționând ca și mediator între copilul dumneavoastră și lumea înconjurătoare. Acest tip de comunicare este cunoscut sub denumirea de mediere și se remarcă după circa 9 luni pentru că după acest interval de timp copiii încep să dezvolte așa-numita „conștientizare cooperantă” care le permite să caute în mod intenționat implicarea persoanelor de îngrijire în propriile acțiuni ce vizează obiectele din lumea înconjurătoare. Vom explora acest proces de mediere care se traduce în practică prin intermediul a două tipuri de dialog: un dialog prin care dumneavoastră oferiți sensuri copilului, pe care îl numim „dialog de înțelegere” și un dialog prin care reglementați comportamentul copilului dumneavoastră, pe care îl numim „dialog de reglementare”.

Ori de câte ori împărtășiți, descrieți și explicați cu entuziasm ce face și ce trăiește copilul dumneavoastră, în fapt dați sens și utilizați „dialogul de înțelegere”. Liniile de îndrumare 5, 6 și 7 reprezintă „**dialogul de înțelegere**”.

Ori de câte ori reglementați comportamentul copilului dumneavoastră prin stabilirea de norme, valori sau limite cu privire la ceea ce este permis sau nu este permis, avem de-a face cu un dialog de reglementare între dumneavoastră și copil, iar acesta este exprimat în linia de îndrumare 8a. Mai există un alt aspect al reglementării, care se manifestă atunci când participați la activitățile copilului dumneavoastră și faceți planuri cu privire la ceea ce urmează să faceți împreună și oferiți îndrumare astfel încât copilul dumneavoastră să poată să își ducă la îndeplinire proiectele și să atingă scopurile vizate – aspecte abordate în linia de îndrumare 8b. Pe aceste două coordonate, linia de îndrumare 8 reprezintă „**dialogul de reglementare**.”

Utilizând dialogul de înțelegere și pe cel de reglementare, realizați de fapt „mediere” pentru copilul dumneavoastră. Cercetările au arătat că, în urma procesului de mediere, copiii dezvoltă treptat competențe culturale și sociale, precum și agilitatea de a se adapta la exigențele complexe ale comunităților în care cresc.

Dialogul emoțional: liniile de îndrumare 1. 2. 3. 4

1. CUM ARĂTAȚI SENTIMENTE POZITIVE – FAPTUL CĂ VĂ IUBIȚI COPILUL?

Chiar și ca bebeluș, copilul dumneavoastră înțelege sentimentele, trăirile. Copilul înțelege expresiile emoționale ale iubirii și respingerii, bucuriei și tristeții. Atunci când îl mângâiați, îmbrățișați, strângeți la piept și îi vorbiți cu blândețe și veselie, copilul dumneavoastră se simte iubit. Se creează astfel pentru copil un sentiment de siguranță și încredere. *Din acest motiv, este important să îi arătați copilului că îl iubiți.*



ARĂTAȚI-I COPILULUI CĂ ÎL IUBIȚI

Am nevoie de dragostea ta

Cum arătați copilului că îl iubiți? Dați exemple.

Auto-evaluare: În ce măsură considerați că arătați că vă iubiți copilul?

1-----2-----3-----4-----5 ?
* * * * *
Într-o foarte mică Într-o mică măsură mediu Într-o mare Într-o foarte
măsură măsură mare măsură nu știu

Reflecție: Cum vor fi copiii afectați dacă cei apropiați lor îi întâmpină cu indiferență și sentimente negative? Care au fost cele mai pozitive experiențe pe care vi le amintiți din relația și interacțiunea cu proprii părinți pe vremea când erați copil? Pe baza propriilor experiențe din copilărie, ce tip de stil de îngrijire ați recomanda?

Observați-vă copilul

Priviți fotografiile copilului dumneavoastră când era bebeluș. Vă amintiți căldura pe care o simțeai când îl țineai pe micuț în brațe? Vă amintiți ce iubeai mai mult la copilășul dumneavoastră?

Ce calități apreciați cel mai mult la copilul dumneavoastră acum?

Care sunt lucrurile pe care copilul dumneavoastră îi place să le facă și pe care le face bine? Ce nu îi place? Ce îl întristează pe copilul dumneavoastră? Ce îi provoacă teamă? Dar mânie? Ce îl face fericit pe copilul dumneavoastră?

Copilul vă apreciază și vă acceptă mângâierile? Cum vedeți asta?

2. CUM CONTINUȚI ȘI REACȚIONAȚI LA INIȚIATIVELE COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ?

Copiii învață explorând, căutând și descoperind lucruri noi. Din acest motiv nu se recomandă să forțăm mereu copilul să facă ce dorim noi. Pentru dezvoltarea copilului este foarte important să i se permită să facă ceea ce îl interesează. De multe ori nu îi permitem copilului să facă ce își dorește fără niciun motiv real. Înainte de a spune „nu”, întrebați-vă „Ce nu e bine în ceea ce face?”. Urmăriți ce face copilul dumneavoastră și intrați în jocul acestuia. Încercați să interpretați și să înțelegeți ce dorește copilul să facă și reacționați la aceste dorințe. Ori de câte ori manifestați interes și acordați atenție dorințelor, intențiilor și limbajului corporal al copilului dumneavoastră, încercați să vă adaptați și să urmăriți ce face copilul sau de ce anume este interesat, astfel copilul va avea sentimentul valorii personale. Astfel, vă veți ajuta copilul să își dezvolte spiritul de inițiativă.



**LĂSAȚI COPILUL
SĂ VĂ CONDUCĂ**

**Mă simt bine când te
arați interesată de ce fac**

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: În ce măsură acordați atenție dorințelor și intențiilor copilului?

1-----2-----3-----4-----5	?				
* * * * *					
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați-vă copilul: Cum reacționează copilul dumneavoastră atunci când încercați să vă adaptați și să urmăriți ceea ce face sau ce îl interesează?

Reflecție: Cum se va comporta un copil care nu primește niciodată un răspuns la inițiativele proprii? Ce îl interesează pe copilul dumneavoastră? Îi permiteți copilului să își urmeze interesele? Ce îi place copilului dumneavoastră să facă? Cum sprijiniți inițiativele copilului dumneavoastră? Puteți citi starea, trăirile și intențiile copilului dumneavoastră din observarea limbajului corporal al acestuia?

3 CUM MENȚINEȚI UN SCHIMB PERSONAL PLIN DE CĂLDURĂ CU COPILUL DUMNEAVOASTRĂ, CU SAU FĂRĂ CUVINTE?

Copiii adoră să le vorbim, chiar înainte ca ei înșiși să poată să vorbească.

Puteți comunica cu copilul dumneavoastră chiar de la nașterea acestuia prin contact vizual, schimburi de surâsuri, gesturi, sunete și manifestări ale plăcerii. Adresați-vă cu dragăalășenie bebelușului dumneavoastră cu privire la ce faceți sau la ce face sau la ce se uită acesta. Veți vedea că bebelușul „răspunde” cu sunete sau gesturi de veselie. Apoi răspundeți la expresiile bebelușului dumneavoastră. Este important să faceți acest lucru alternativ, astfel încât să se nască o „conversație”. Acesta este modul în care copiii învață să formeze cuvinte și să îi iubească pe cei din jurul lor.

Din acest motiv este important să vorbiți cu bebelușul dumneavoastră, iar acesta va înțelege.

Copiii mai mari au de asemenea nevoie de un contact apropiat pentru a se exprima cu încredere prin intermediul conversațiilor personale și private cu adulții care îi îngrijesc.



VORBIȚI CU COPILUL; ÎNCEPEȚI CONVERSAȚIA PRIN EXPRESII EMOȚIONALE, GESTURI ȘI SUNETE.

Când suntem aproape unul de altul, pot să exprim ce simt

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: Cât de des încercați să aveți un contact pozitiv sau să demarați o „conversație”, să faceți schimb de manifestări emoționale, contact vizual, surâsuri și sunete care să vă facă plăcere amândurora?

1-----2-----3-----4-----5	?				
*	*	*	*	*	
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați reacțiile copilului față de dumneavoastră

Cum pătrundeți în universul intim al copilului dumneavoastră?

Cum reacționează copilul când comunicați într-o manieră sensibilă cu acesta?

Cum reacționează copilul dumneavoastră când stabiliți contactul vizual cu el, îi vorbiți pe un ton prietenos, îl atingeți sau îl sărutați ușor? Cum reacționează acesta când dumneavoastră nu reacționați?

Cum vorbiți cu copilul dumneavoastră cu și fără cuvinte? Cum vă consolați copilul, ce anume îl consolează pe copilul dumneavoastră cel mai bine?

Reflecție: Care sunt caracteristicile unei bune comunicări emoționale și cum se realizează aceasta cu copiii mai mari, de vârstă preșcolară, de vârstă școlară și adolescenții? Cum puteți să alocați mai mult timp din viața dumneavoastră aglomerată pentru un dialog emoțional apropiat cu copilul sau copiii dumneavoastră?

4. CUM LĂUDAȚI ȘI APROBAȚI CE FACE COPILUL DUMNEAVOASTRĂ?

Recunoașteți ce a făcut bine copilul dumneavoastră și explicați de ce este bine?

Toți copiii se simt fericiți atunci când adulții le arată că îi apreciază și că pun preț pe ceea ce fac. Din acest motiv copiii dezvoltă un sentiment de valoare ca persoane și senzația că sunt capabili de a face lucrurile bine. Acest lucru îi încurajează pe copii să continue să își dezvolte abilitățile.

Din acest motiv este important să vă lăudați copilul pentru ce a realizat, dar în egală măsură și pentru încercările de a realiza lucruri.



**LĂUDAȚI ȘI APRECIAȚI
CE REUȘEȘTE COPILUL
SĂ FACĂ**

**Când apreciezi ce fac, mă
simt fericit**

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: În ce măsură vă lăudați copilul?

1	2	3	4	5	?
*	*	*	*	*	
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați-vă copilul: Cum reacționează copilul dumneavoastră atunci când este lăudat pentru ceva ce a făcut bine?

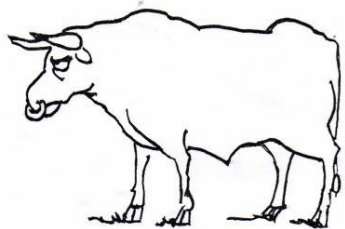
Reflecție: De ce este important să lăudați nu doar realizările, ci și încercările copilului de a face ceva? Cum se va comporta un copil care nu este lăudat niciodată de părinții săi? Credeți că se poate să lăudați prea mult sau să lăudați într-o manieră necorespunzătoare?

Dialogul de înțelegere: liniile de îndrumare 5, 6, 7

5. CUM VĂ ÎMPĂRTĂȘIȚI UNUL ALTUIA EXPERIENȚELE? CONCENTRAȚI ATENȚIA COPILUL ÎMPREUNĂ CU ATENȚIA DUMNEAVOASTRĂ?

Bebeluşii şi copiii mici au nevoie de ajutor pentru a-şi canaliza atenţia. Puteţi direcţiona atenţia copilului dumneavoastră spre un lucru din mediul înconjurător spunând „Uite, uite aici ... uită-te la asta” şi arătând. Astfel, copilul se va concentra pe respectivul lucru şi va asculta. Căutaţi un obiect, o persoană, un animal, un lucru de interes pentru a vorbi cu copilul. Sau puteţi să îi atrageţi atenţia cu privire la sunete, mirosuri, diferite senzaţii tactile, cum ar fi rece sau umed, spre exemplu. Un alt mod de a face acest lucru este să observaţi la ce anume se uită copilul şi să îi urmăriţi privirea. Apoi manifestaţi la rândul dumneavoastră interes şi vorbiţi despre asta.

Este important ca dumneavoastră şi copilul dumneavoastră să vă concentraţi pe acelaşi lucru în acelaşi timp.



**AJUTĂ-ȚI COPILUL SĂ ÎȘI
CANALIZEZE ATENȚIA ȘI SĂ
ÎȘI ÎMPĂRTĂȘEASCĂ
EXPERIENȚELE**

Sunt interesat când îmi arăți lucruri

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: În ce măsură vă ajutați copilul să își canalizeze atenția astfel încât să experimentați lucruri din mediul înconjurător împreună?

1-----2-----3-----4-----5	?				
*	*	*	*	*	
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați-vă copilul: Cum reacționează copilul dumneavoastră atunci când vă concentrați alături de el? Cum reacționează copilul dumneavoastră atunci când îi atrageți atenția asupra unui lucru într-o manieră entuziastă?

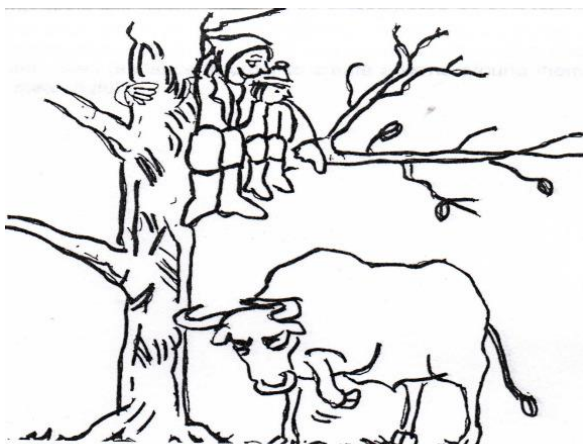
Reflecție:

Copilul dumneavoastră va pierde ceva dacă îi oferiți doar rareori ajutor pentru a-și canaliza atenția? Aveți suficiente astfel de momente în rutina zilnică? Credeți că, copiii pot fi bombardați cu prea mulți stimuli în același timp?

6. CUM DESCRIEȚI ȘI EXPLICAȚI SENSUL EXPERIENȚELOR COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ? CUM VĂ MANIFESTAȚI ENTUZIASMUL FAȚĂ DE ACESTEA?

Un copil mic nu înțelege în mod direct lumea înconjurătoare. Copilul învață prin conversații și din reacțiile adulților. Astfel copilul ajunge să se simtă mai mult în siguranță. Este bine să îi descrieți copilului dumneavoastră ce faceți, spre exemplu „Uite, acum îți scoatem scutecul ca să facem baie”. Numiți lucrurile și repetați de mai multe ori, vorbiți despre formă, culoare și dimensiune, spre exemplu - veți contribui astfel la dezvoltarea limbajului. Este, de asemenea important, să împărtășiți experiențele cu pasiune și entuziasm. Drept urmare, experiențele vor căpăta mai mult sens și vor fi reținute de copilul dumneavoastră.

Din acest motiv nu este suficient doar să arătați lucruri copilului dumneavoastră. Trebuie în plus să îi oferiți explicații cu privire și la ce sunt aceste lucruri și cum sunt.



AJUTAȚI COPILUL SĂ ÎȘI ÎNȚELEAGĂ LUMEA

Vreau să descopăr cum sunt lucrurile

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: În ce măsură descrieți ce trăiți împreună cu copilul dumneavoastră, manifestând entuziasm și bucurie?

1-----2-----3-----4-----5	?				
*	*	*	*	*	
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați-vă copilul: Și-a exprimat copilul dumneavoastră curiozitatea de a afla mai multe lucruri despre ceva recent? Cum reacționează acesta când explicați sensul activităților pe care le faceți împreună sau al lucrurilor din jur? Puteți să vă amintiți când ați vorbit prea mult și ați pierdut atenția și interesul copilului?

Reflecție: Cum se va dezvolta un copil căruia nimeni nu i-a explicat sensul experiențelor prin care a trecut? Gândiți-vă la cum ați putea explica sensul diferitelor lucruri unor copii de vârste diferite.

7. CUM ÎMBOGĂȚIȚI, EXTINDEȚI ȘI CORELAȚI EXPERIENȚELE COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ?

7a. Este important să petreceți timp vorbind cu copilul, lărgind și corelând experiențele pe care le trăiți împreună. O modalitate simplă de extindere poate fi să întrebați: „Ai mai văzut asta înainte?”. „Câte sunt?”. Comparați situația prezentă cu ceva ce copilul a mai trăit înainte. „Îți amintești când am fost în vizită la bunicul ... acolo am văzut un taur ca cel de pe acest câmp...?”. În funcție de vârsta copilului, puteți să îi îndreptați atenția spre asemănări și deosebiri, „Taurul pe care l-am văzut era mai mare...”. De asemenea, legătură poate fi făcută și cu ceva ce urmează să se întâmple în viitor.

7b. O altă modalitate de a extinde sensul este prin fantezie, corelând experiența curentă prin relatarea unei povești sau inventarea uneia, cântând un cântec despre subiect sau desenându-l. Experiența poate fi extinsă și prin jocuri de rol, dans sau alte mijloace artistice de exprimare. Dacă aveți o abordare creativă cu copilul dumneavoastră, copilul va deveni la rândul său mai creativ.

Toate acestea sunt importante pentru dezvoltarea intelectuală a copilului.



**AJUTAȚI-VĂ COPILUL SĂ ÎȘI
LĂRGEASCĂ EXPERIENȚELE**

**Vreau să aflu cum funcționează
lucrurile și cum se leagă unele de
altele**

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: În ce măsură lărgiți și îmbogățiți experiențele copilului dumneavoastră cu privire la mediul înconjurător făcând corelații cu alte experiențe, explicând și spunând povești?

1-----2-----3-----4-----5	?				
*	*	*	*	*	
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați-vă copilul: Cum reacționează copilul dumneavoastră atunci când încercați să vorbiți despre lucruri mai în detaliu? Cât de mult alternați în cadrul unui dialog? Exista numeroase modalități de elaborare și corelare a subiectelor – adresând întrebări, făcând comparații, spunând o poveste, desenând, cântând, etc. Observați pe care dintre acestea le preferă în mod aparte copilul dumneavoastră. Cum puteți să vă dați seama când copilului i-a fost de ajuns?

Reflecție: De ce credeți că este important să vă faceți timp pentru a conversa și vorbi mai pe larg despre lucruri cu copilul dumneavoastră? Cum puteți să îmbogățiți experiențele unui copil cu privire la mediul înconjurător? Cum se va dezvolta un copil dacă lucrurile îi sunt explicate doar rareori?

Dialogul de reglementare: liniile de îndrumare 8a și 8b

8. CUM REGLEMENTAȚI COMPORTAMENTUL COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ?

8a. Este important să se traseze delimitări și limite clare cu privire la ce înseamnă un comportament acceptabil și ce înseamnă un comportament inacceptabil. Atunci când o activitate nu este permisă, oferiți copilului o alternativă pozitivă sugerând o altă activitate. Pe măsură ce copilul crește, explicați de ce anumite lucruri nu sunt permise, în loc să spuneți doar „Nu fă asta!... nu fă aia!”. Este important ca regulile să fie clare și unitare pentru întreaga familie. Copiii vor înțelege astfel ce se așteaptă de la ei și de la cei din jurul lor. *Astfel, veți contribui la sentimentul de siguranță al copilului, iar acesta va avea capacitatea de a-și controla propriul comportament.*

8b. Direcționați acțiunile și proiectele copilului dumneavoastră pas cu pas pentru a atinge un scop și dați copilului posibilitatea să aibă inițiativa când mai mult cu puțință. Atunci când se împotmolește, dați-i indicii cu privire la următoarea mișcare, dar nu preluați controlul. Astfel, vă veți ajuta copilul să învețe o activitate nouă pe care va putea ulterior să o desfășoare fără ajutorul dumneavoastră. Copilul se va simți astfel independent, capabil și fericit. *Îndrumându-vă astfel copilul, acesta își va dezvolta capacitatea de a face planuri și realiza activități singur.*



**AJUTAȚI-VĂ COPILUL SĂ
PLANIFICE ȘI SĂ ÎNVEȚE
REGULI, LIMITE ȘI VALORI**

**Am nevoie să îmi spui de ce
unele lucruri sunt permise, iar
altele nu
Cu puțin ajutor din partea ta,
pot să fac multe lucruri dificile**

Dați exemple de cum faceți acest lucru în practică.

Auto-evaluare: În ce măsură vă îndrumați copilul într-o manieră pozitivă, prezentând alternative la acțiunile care nu sunt permise? Cât de des ghidați sarcinile copilului pas cu pas?

1-----2-----3-----4-----5	?				
*	*	*	*	*	
într-o foarte mică măsură	într-o mică măsură	mediu	într-o mare măsură	într-o foarte mare măsură	nu știu

Observați-vă copilul: Cum se poartă copilul dumneavoastră atunci când manifestă reacții negative puternice? Încercați să simțiți ce simte în aceste momente dificile – vă amintiți cum vă simțeai când erai copil în situații similare? Cum reacționează copilul dumneavoastră când folosiți reguli pozitive?

Reflecție: Cum se va comporta un copil care are niște părinți care nu „stabilesc limite” și nu îl îndrumă? Sau cine îndrumă copilul doar prin interdicții negative? Atunci când apar situații dificile sau conflictuale, poate părea mai ușor să stabiliți limite strigând și spunând „nu” – dar nu cumva există modalități mai pozitive de a rezolva astfel de situații? Care poate fi punctul de plecare în transformarea ciclului negativ într-unul cu conotații mai pozitive împreună cu copilul dumneavoastră? Este important să luați în serios opinia copilului dumneavoastră atunci când discutați despre motivele pentru care un lucru nu este permis? Este consecvența comportamentului adultului importantă în stabilirea limitelor?

HARTA UNEI ZILE OBIȘNUITE DIN VIAȚA COPILULUI DUMNEAVOASTRĂ

Completând formularul de mai jos puteți conștientiza mai bine plaja de activități zilnice ale copilului dumneavoastră care oferă numeroase oportunități pentru o bună interacțiune cu dumneavoastră sau cu alte persoane din mediul copilului.

	Momentul zilei	Unde este copilul meu?	Ce face copilul?	Cu cine – sau singur?
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

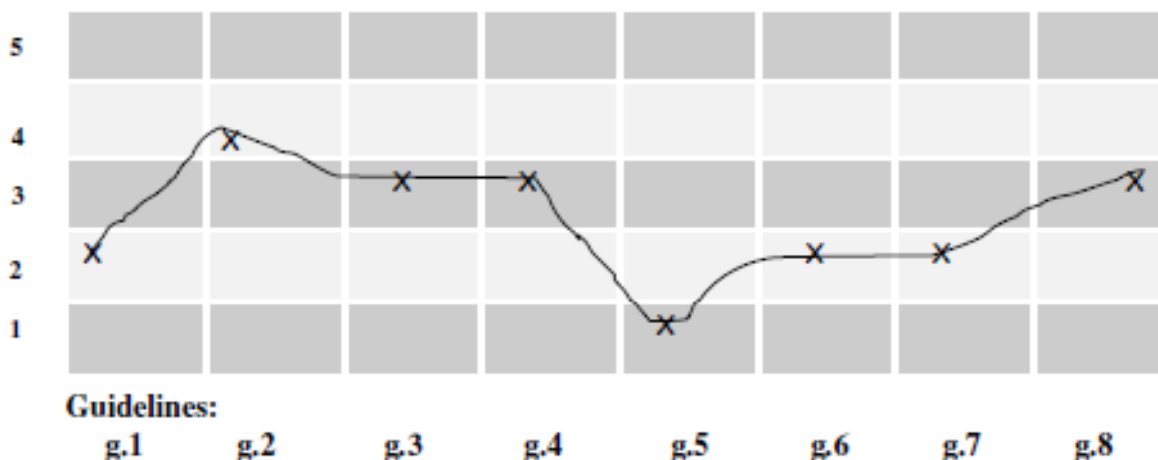
REFLECȚII PRIVIND PROPRIUL MEU COMPORTAMENT INTERACTIV

Dimineața puteți decide să observați modul în care comunicați cu copilul dumneavoastră în decursul respectivei zile, conștientizând modul în care interacționați în situații obișnuite, cum ar fi atunci când luați masa împreună, când spălați copilul, îl îmbrăcați, ieșiți la plimbare, vă jucați, citiți o carte, faceți un desen, etc. Seara, încercați să vă amintiți o situație în care credeți că ați reușit să realizați o interacțiune de bună calitate și încercați să reflectați pe marginea acesteia, ajutându-vă de următoarele întrebări:

1. Cum m-am simțit și cum s-a simțit copilul meu în această situație, am comunicat bine, ca și cum am fi „dansat pe același ritm”?
2. Am reușit să avem un dialog plin de sens împreună? Am reușit să îi lărgesc și îmbogățesc experiența pe care am trăit-o?
3. Am reușit să ofer suficient spațiu emoțional copilului meu, astfel încât acesta să se simtă liber să se exprime?
4. Dacă activitatea a avut un scop, am reușit să îl atingem lucrând împreună?
5. I-am permis copilului meu să conducă activitatea?

Puteți realiza un profil interactiv al interacțiunii pe care ați analizat-o mai sus; notați-vă cu note de la 1 la 5 pentru fiecare linie de îndrumare în parte, punând un „x” în spațiul relevant din tabelul de mai jos. Apoi urmăriți profilul unind toate spațiile în care există un „x”, ca în exemplul de mai jos.

Puncte:



Repetăți exercițiul ocazional.

STRATEGIA MEA DE ÎMBUNĂTĂȚIRE

Pentru ziua de azi am ales să conștientizez dialogul....., pe care voi încerca să îl pun în practică în relația cu copilul meu în cadrul interacțiunilor zilnice obișnuite.

Interacțiunile mele zilnice obișnuite sunt:

1. salutul de dimineață
2. îmbrăcarea copilului
3. spălatul
4. servitului micului dejun
5. dusul copilului la grădiniță
6. joaca
7. servirea cinei
8. activitate în comun:....
9. culcatul copilului
10. Etc.

Auto-reflecție la finalul zilei:

În această dimineață am ales să pun în practică dialogul În ce situații l-am pus în aplicare în raport cu copilul meu?

- Cum l-am pus în aplicare?
- Cum s-a simțit copilul meu?
- Cum s-ar putea să fie mai bine?

ÎNFIINȚAREA UNUI CLUB ICDP

Odată ce ați participat la cursul ICDP alături de alte persoane de îngrijire, se poate manifesta din partea dumneavoastră interesul de a continua să vă întâlniți cu prietenii pe care vi i-ați făcut la curs. Ați explorat activitățile de interacțiune cu copilul dumneavoastră dintr-o zi obișnuită și ați avut posibilitatea de a împărtăși aceste experiențe cu ceilalți. Gândiți-vă la modalități de a menține acest proces de explorare și schimb de experiențe. O posibilitate poate fi reprezentată de înființarea unui club ICDP cu un grup de persoane de îngrijire care trăiesc în aceeași comunitate.

Câteva sugestii cu privire la cum se poate realiza acest lucru:

1. Este important să stabiliți în prealabil cu celelalte persoane de îngrijire obiectivele și frecvența întâlnirilor Clubului ICPD.
2. O persoană poate fi aleasă ca și coordonator, având sarcina de a le reaminti celorlalți despre întâlnire.
3. Fiecare întâlnire poate avea o ordine de zi decisă la începutul întâlnirii, având în vedere oportunitățile tuturor.
4. Alocați suficient timp explorării experiențelor în lumina celor 3 tipuri de dialog/8 linii de îndrumare pentru o bună interacțiune.
5. Încurajați cel puțin o persoană să își creioneze profilul și să relateze despre relația pe care o are în prezent cu copilul său.
6. În anumite cazuri trebuie să fie prezenți și copiii, dar trebuie să existe disponibilitatea unei persoane din grup care să se ocupe de ei, astfel încât comunicarea între adulți să se poată desfășura fără întreruperi.
7. Pe de altă parte, prezența copiilor poate fi o oportunitate de a organiza anumite activități care să implice copiii și persoanele de îngrijire în egală măsură. La finalul zilei, persoanele de îngrijire pot să își exprime opiniile cu privire la modul în care au interacționat în ziua respectivă.
8. În mod ideal, Clubul ICDP trebuie să păstreze legătura cu un facilitator ICDP care poate să viziteze clubul din când în când.
9. În aceste ocazii, facilitatorul poate ajuta persoanele de îngrijire să discute, să își realizeze profilul interactiv și să înceapă să își elaboreze propriile strategii de îmbunătățire viitoare,

Acest spațiu vă aparține!

În fotografiile din următoarele 3 pagini am ilustrat cele 8 linii de îndrumare așa cum s-au manifestat acestea în mod natural în interacțiunile și comunicarea dintre Abigail și fiul ei Matthew.

Poate puteți ruga pe cineva să facă fotografii ale propriilor dumneavoastră momente de interacțiune, așa cum a făcut Abigail. Astfel, veți avea propriile simboluri ale fiecărei linii de îndrumare pe care le puteți lipi mai jos!

Alternativ, puteți să decupați și să lipiți imagini reprezentative pentru aceste linii de îndrumare din diferite reviste.

Sau, poate veți dori să desenați propriile ilustrații pentru liniile de îndrumare.

Puteți interpreta din aceste fotografii conținutul dialogurilor dintre Abigail și Matthew?

DIALOGUL EMOȚIONAL: LINIILE DE ÎNDRUMARE 1, 2, 3 ȘI 4



1. Arătând sentimente pozitive și dragoste



2. Reacționând și continuând inițiativa copilului



(Dancing!)

3. Intimitate, cu sau fără cuvinte



4. Lăudând și aprobând eforturile copilului

DIALOGUL DE ÎNȚELEGERE : LINIILE DE ÎNDRUMARE 5, 6 ȘI 7



5. Concentrând atenție împreună cu copilul



6. Explicând sensul și descriind lucruri cu entuziasm



7. Elaborând, corelând și construind, pornind de la experiența copilului

DIALOGUL DE REGLEMENTARE : LINIA DE ÎNDRUMARE 8a



8a. Stabilind limitele într-o manieră pozitivă, dând explicații, manifestând empatie și oferind alternative la ceea ce nu i se permite copilului să facă

DIALOGUL DE REGLEMENTARE : LINIA DE ÎNDRUMARE 8b



8b. Cooperând cu copilul și îndrumându-i activitatea pas cu pas astfel încât scopul să fie atins.



www.icdp.info