



Din familie ...

Sau cum învață copilul mic din situații cotidiene

Material destinat părinților și profesioniștilor de sănătate mintală
care lucrează cu copiii cu vârsta cuprinsă între 0-2 ani

UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect finanțat prin Phare



Salvați Copiii
Save the Children Romania

Când copilul are 2 luni...

Cum stau lucrurile în familie în viața de zi cu zi?

Andrei, în vârstă de două luni, plânge în fiecare seară, dă din mâini și picioare, în timp ce părinții lui fac tot posibilul să îl liniștească – îl leagă, îi cântă, se plimbă cu el în brațe, îi masează burtica ... totul poate dura 20 de minute sau 2 ore.

Plânsul lui Andrei și reacția părinților săi arată cum toate ariile de dezvoltare sunt relaționate între ele și cum părinții contribuie la creșterea și dezvoltarea copilului. Atunci când Andrei plânge, el se așteaptă ca părinții lui să reacționeze; când mami și tati nu renunță și sunt perseverenți în încercarea de a-l liniști, indiferent de cât de frustrant ar fi întregul proces, ei contribuie la dezvoltarea socială și emoțională a lui Andrei, deoarece îl fac să se simtă important iar el învață astfel să aibă încredere că părinții săi vor avea grijă de el. În acest fel, Andrei va învăța să aibă încredere și în cei din jurul său și, pe măsură ce crește, să dezvolte relații sănătoase cu aceștia. În plus, felul în care primește confort și alinare de la părinți, îl învață o abilitate extrem de importantă pentru calitatea vieții sale: cum să se liniștească și să se calmeze în situații dificile.

Folosirea vocii și a corpului pentru a comunica face parte din dezvoltarea motorie și lingvistică a copilului; când părinții răspund la plânsul lui, Andrei învață că eforturile sale de comunicare au avut succes, lucru care îl încurajează să comunice în continuare, întâi prin gesturi și sunete, apoi prin cuvinte.

Harta dezvoltării copilului în primele două luni de viață



În tabelul de mai jos sunt descrise câteva dintre lucrurile pe care copiii le învață în primele două luni de viață, și ce poate face un părinte (sprijinit de profesionist), pentru a facilita o dezvoltare cât mai armonioasă a copilului.

Pe măsură ce citiți, țineți cont de faptul că un copil se dezvoltă într-un ritm propriu. A înțelege copilul, a-i identifica punctele forte dar și aspectele în care are nevoie de sprijin, este esențial pentru promovarea dezvoltării sale sănătoase.

Pentru orice întrebare legată de dezvoltarea copilului, consultați medicul pediatru, medicul de familie sau psihologul.

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>Una dintre cele mai importante sarcini pentru părinți și profesioniști în primele luni de viață este să ajute copilul să se simtă confortabil în noua lui lume.</p> <p>El învață să își regleze rutina de somn și de masă, precum și emoțiile, ceea ce îl ajută să se simtă mulțumit, în siguranță.</p>	<p>Observă copilul cu atenție; te va ajuta să înțelegi cum și de ce plânge.</p> <p>Mângâie-l și liniștește-l. Când reacționezi la plânsul lui și îi satisfaci nevoile, copilul învață că este iubit. Nu-ți fie teamă că îl răsfăți. În realitate, atunci când răspunzi cu dragoste la nevoile lui, îl înveți o abilitate fundamentală: cum să se liniștească singur. De asemenea, astfel construiești o relație puternică cu copil și favorizezi dezvoltarea sănătoasă a creierului lui.</p>	<p>Ce îl liniștește pe copilul tău? Cum îți dai seama de asta? Ce îl supără/ agită pe copil?</p>

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>Nou-născuții utilizează gesturile, sunetele și expresiile faciale pentru a-și comunica emoțiile și nevoile încă din prima zi.</p> <p>Ei plâng diferit pentru a le spune părinților că le este foame, că sunt obosiți sau plictisiți.</p> <p>Cer o "pauză", atunci când îți ocolesc privirea, se întind și își arcuiesc spatele sau plâng.</p> <p>Se socializează atunci când îți privesc fața și fac schimb de priviri.</p>	<p>Încearcă să înțelegi ce vrea să îți spună copilul. Reacția ta îl face să se simtă important și îi arată că știe să își comunice nevoile. Acest lucru contribuie la construirea unei identități de sine pozitive și la nevoia de a comunica mai mult.</p> <p>Vorbește-i și cântă-i copilului. Povestește-i despre tot ce se întâmplă în jur. Fii atent la priveliștile și sunetele care îi plac. Găsește jucării și obiecte din casă, cu culori și texturi diferite, și încearcă să îți dai seama care sunt favoritele lui.</p>	<p>Cum comunică copilul tău cu tine?</p> <p>Care sunt interacțiunile lui favorite? Cum ți-ai dat seama de asta?</p> <p>Cum te ajută să înțelegi ce îi place cel mai mult?</p> <p>Cum te ajută să înțelegi că a obosit sau s-a plictisit?</p>
<p>Chiar și când sunt foarte mici, bebelușii se pot juca foarte variat. Fac legături între sunete și sursele lor, se amuză când li se vorbește sau se cântă în preajma lor. Prin joc, ei învață despre mediul înconjurător și interacționează cu adulții; astfel se formează relații de atașament puternice și sănătoase.</p>	<p>Oferă-i obiecte diferite pe care să le privească și să le atingă. Copilul își poate concentra cel mai bine atenția pe obiecte situate la 25 – 35 cm distanță.</p> <p>Implică-l în jocuri de „urmărire”, în care tu sau diverse obiecte sunt mișcate înainte și înapoi, în stânga sau în dreapta; inițial le va urmări dor cu privirea, dar va încerca în cele din urmă să își miște capul dintr-o parte în alta, ceea ce va ajuta la dezvoltarea musculaturii gâtului și la creșterea acuității vizuale.</p>	<p>Care sunt experiențele favorite ale copilului (să i se vorbească, să privească jucăriile, să agite jucăriile care scot sunete diverse etc.) ?</p> <p>Care sunt jucăriile care atrag atenția copilului tău?</p> <p>Cum îți arată că este interesat de o jucărie anume?</p> <p>Cum îți place să te joci cel mai mult cu copilul?</p>

Când copilul are 6 luni ...

Cum stau lucrurile în familie în viața de zi cu zi?

Maria are șase luni și adoră să se joace „cucu-bau” cu părinții ei. Când aceștia se opresc, scâncește și întinde mânuțele, pentru a le spune că mai vrea. Ei continuă. Ba mai mult, introduc un element nou în joc: își ascund fața câteva secunde după o pernă, înainte de a se arăta zâmbind în fața Mariei, pentru a-i da timp să anticipeze ce urmează să se întâmple. Deși este un simplu joc, cei trei fac mai mult decât să se joace; jocul ne arată legăturile complexe dintre diversele arii de dezvoltare ale Mariei. Interesul Mariei pentru jocul cu părinții ei este un indicator al dezvoltării socio-emoționale a copilului. Maria se simte bine cu mama și tata și are simultan ocazia să îi vadă zâmbitori alături de ea. Astfel se simte iubită și securizată, lucru care o va ajuta să dezvolte relații pozitive în viitor.

Dorința de a juca acest joc cu părinții săi, determină achiziții în plan intelectual, dat fiind faptul că Maria anticipează secvențe ulterioare de joc – o abilitate importantă, care îi dă sentimentul de a fi în control. A ști la ce se așteaptă o ajută pe Maria să facă față mult mai bine perioadelor de separare de părinți, deoarece ea învață că adultul „există” chiar și atunci când ea nu poate să îl vadă.

De asemenea, abilitățile motorii și lingvistice ale Mariei sunt utilizate în încercările ei de a comunica cu părinții prin scâncet și întinderea brațelor, în momentul în care părinții anunță finalul jocului. Odată jocul continuat, Maria învață că și-a comunicat nevoia într-o manieră înțeleasă de părinți. De asemenea, ea mai învață încrederea în faptul că părinții se întorc, chiar dacă, pe perioade scurte de timp, dispar.

Harta dezvoltării copilului în perioada 2-6 luni



În tabelul de mai jos sunt descrise câteva dintre lucrurile pe care copiii le învață în primele șase luni de viață, și ce poate face un părinte (sprijinit de profesionist), pentru a facilita o dezvoltare cât mai armonioasă a copilului.

Pe măsură ce citiți, țineți cont de faptul că un copil se dezvoltă într-un ritm propriu. A înțelege copilul, a-i identifica punctele forte dar și aspectele în care are nevoie de sprijin, este esențial pentru promovarea dezvoltării sale sănătoase.

Pentru orice întrebare legată de dezvoltarea copilului, consultați medicul pediatru, medicul de familie sau psihologul.

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>Copiii sunt foarte interactivi în această perioadă de vârstă. Își folosesc noile abilități de comunicare - zâmbetul, mișcărilor și gângureala.</p> <p>Adeseori gânguresc și se opresc, pentru a aștepta parcă reacția adultului. Este de asemenea o perioadă în care copilului îi place să imite, aspect ce contribuie la învățarea de noi abilități. Dacă mama va scoate limba în fața copilului, și el va face același lucru; apoi mama repetă gestul, urmată de copil. Astfel, copilul învață succesiunea secvențelor în comunicarea dintre două persoane.</p>	<p>Când copilul gângurește, răspunde-i ca și cum ați sta de vorbă și v-ați înțelege perfect. Aceste mici conversații îl învață pe copil sute de cuvinte, deși el nu poate încă să le pronunțe.</p> <p>Implicați-vă în interacțiuni care presupun gesturi și mișcări înainte-înapoi. De pildă, îi poți arăta copilului un obiect interesant sau o jucărie, încurajându-l să se întindă și să o apuce, după care îi iei obiectul din mână, pentru a relua secvența. Jocul va continua atâta timp cât copilul pare să se simtă bine.</p>	<p>Cum îți arată copilul care îi sunt nevoile și cum se simte?</p> <p>Care este modalitatea de comunicare favorită între tine și copilul tău?</p> <p>Ce anume din ceea ce spui sau faci determină reacții puternice din partea copilului?</p>

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>La această vârstă, copilul adoră să exploreze. Ei învață privind, atingând diverse obiecte, pe care vor să le bage și în gură (face parte din procesul de învățare). La trei luni, copilul învață să se întindă după obiecte și să încerce să le apuce și să le țină în mână.</p> <p>Asigurați-vă că obiectele sunt sigure și că nu există riscul de a fi înghițite de copil.</p>	<p>Prezintă-i copilului câte o jucărie odată, pentru a se putea concentra mai ușor și a o explora. Sunt recomandate jucăriile care scot sunete, păpușile din material textil, inele de cauciuc sau o carte cu imagini mari și viu colorate.</p> <p>Așază copilul pe spate și arată-i jucării viu colorate, la care să ajungă dacă își întinde bine mânuțele; va adora să le apuce și să le tragă aproape de el.</p>	<p>Care sunt jucăriile favorite ale copilului? Cum îți arată ce îl interesează cel mai mult? Care este jocul favorit al tău și al copilului tău? De ce?</p>
<p>Crește controlul copilului asupra propriului corp. Între 4-6 luni, copiii se pot rostogoli de pe o parte pe alta, se întind și apucă obiecte cu precizie mai mare și, dacă sunt asistați, vor sta în șezut.</p> <p>De asemenea, apare nevoia de a explora mâncarea și chiar de a „ajuta” la momentul hranei.</p> <p>Atingerea și gustarea diferitelor alimente este de asemenea parte a procesului de învățare și a construirii încrederii în sine.</p>	<p>Așază copilul în diferite poziții, pe spate, pe burtă, sau chiar în poziția șezut, cu sprijinul tău. Fiecare poziție oferă o anumită perspectivă și dă copilului șansa de a explora și a se mișca în feluri diferite.</p> <p>Lasa-l pe copil să se joace cu degetele tale în timp ce este hrănit, să exploreze biberonul sau sânul, în timpul alăptării.</p>	<p>Cum își folosește copilul propriul corp pentru a explora mediul înconjurător? Care sunt pozițiile în care îi place cel mai mult/ puțin să stea? Cum ai descrie nivelul de activism al copilului tău? Îi place să se miște sau mai degrabă preferă să stea întins?</p>

Când copilul are 9 luni ...

Cum stau lucrurile în familie în viața de zi cu zi?

Ana este mama Laurei, o fetiță de 8 luni. Prietena Anei, vine în vizită, să o vadă pe micuța Laura pentru prima dată. La vederea prietenei mamei sale, Laura o ignoră complet; ori de câte ori aceasta încearcă să vorbească sau să se joace cu Laura, copilul se întoarce către mamă, de care se agață. Ana se simte frustrată și ușor jenată; este tentată să-i dea copilul în brațe prietenei sale, pur și simplu. Nu face asta, ba mai mult, o ține pe Laura în brațe și îi cere prietenei să se așeze lângă ele și să citească din cartea favorită a Laurei. Încet, încet, fetița își îndreaptă privirea către prietena mamei sale, plină de interes; după o vreme, se trage din brațele mamei și se apropie de prietena acesteia.

Această scenă de viață ne arată cum ariile de dezvoltare ale copilului sunt interconectate și cum reacțiile mamei sprijină dezvoltarea sănătoasă a copilului.

Relația puternică dintre Laura și mama sa, încrederea pe care copilul i-a arătat-o atunci când s-a întins să fie luată în brațe, precum și teama față de persoanele străine, sunt semne ale dezvoltării sociale și emoționale a copilului. Nivelul de dezvoltare intelectuală la care se află îi permite să facă diferența între persoanele pe care le cunoaște și cele pe care nu le cunoaște și să se orienteze către sursa de confort și siguranță (mama). Copilul folosește sunetele (dezvoltarea limbajului) și expresiile faciale și gesturile (dezvoltare motorie) pentru a-i comunica inițial mamei disconfortul și nevoia de sprijin, iar ulterior – disponibilitatea pentru interacțiune. Deschiderea mamei pentru a sesiza nevoia copilului de adaptare treptată la situația nouă (prezența unui adult străin) o ajută pe Laura să se simtă iubită și ocrotită și o învață cum să se simtă în siguranță atunci când va cunoaște persoane noi.

Harta dezvoltării copilului în perioada 6-9 luni



În tabelul de mai jos sunt descrise câteva dintre lucrurile pe care copiii le învață în primele nouă luni de viață, și ce poate face un părinte (sprijinit de profesionist), pentru a facilita o dezvoltare cât mai armonioasă a copilului.

Pe măsură ce citiți, țineți cont de faptul că un copil se dezvoltă într-un ritm propriu. A înțelege copilul, a-i identifica punctele forte dar și aspectele în care are nevoie de sprijin, este esențial pentru promovarea dezvoltării sale sănătoase.

Pentru orice întrebare legată de dezvoltarea copilului, consultați medicul pediatru, medicul de familie sau psihologul.

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>La această vârstă, copiii comunică foarte mult. Folosesc sunete, gesturi și expresii faciale pentru a-și comunica nevoile.</p> <p>Tot ce fac reprezintă un act de comunicare.</p> <p>Unii dintre ei încep să pronunțe primele cuvinte simple ca „mama”, „papa”, „tata”.</p>	<p>Vorbește cu copilul. De pildă, numește obiectul și povestește-i copilului: „Acum mănânci o banană”. Lasă-i copilului timp de răspuns.</p> <p>Răspunde-i copilului; fii atent la durata actului de comunicare cu copilul; de pildă, copilul scoate un sunet, părintele îl imită, copilul scoate un alt sunet, părintele imită etc.</p>	<p>Cum îți dai seama de ceea ce vrea, simte și gândește copilul tău?</p> <p>Ce te frustră în comunicarea cu copilul tău? Sunt lucruri pe care nu le înțelegi?</p>

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>Pe măsură ce creierul se dezvoltă, copilul îi va imita pe cei din jur, dar mai ales pe părinți.</p> <p>Acest lucru favorizează dezvoltarea de noi competențe; de asemenea, la această vârstă copiii folosesc jucăriile într-o manieră mult mai complexă – de pildă, copilul de nouă luni nu doar va ține ceașca de plastic, ci o va folosi pentru a pune apă în cădița de baie.</p>	<p>Lasă-i copilului timp să preia mișcările tale și apoi să le imite. Folosește o jucărie care să scoată sunete atunci când este agitată sau când îi acționezi butoanele; copilul va învăța astfel relația cauză – efect.</p> <p>Copilul își dezvoltă încrederea în sine atunci când vede ca poate să facă lucruri pe cont propriu.</p> <p>Folosiiți o varietate de jucării la baie; copilul va fi încurajat să exploreze și să experimenteze.</p>	<p>Cum ai observat că, copilul tău imită?</p> <p>Care este jocul favorit al copilului tău? Ce spune asta despre el/ea?</p>
<p>Abilitățile motorii ale copilului se dezvoltă în salturi în această perioadă. Fiecare copil are însă propriul ritm de dezvoltare.</p> <p>La această vârstă, mulți copii se rostogolesc de pe o parte pe alta, se târăsc, merg „de-a bușilea”, iar unii chiar reușesc să stea în picioare.</p>	<p>Încurajează copilul să își folosească corpul pentru a obține ceea ce își dorește. Dacă îți arată prin semne (sunete, gesturi), că vrea o jucărie la care nu ajunge, nu i-o da pur și simplu, ci apropie jucăria până în punctul în care copilul o poate lua singur; astfel își construiește încrederea în sine.</p> <p>Crează un mediu sigur pentru explorare. Asigură-te că copilul are la îndemână doar obiecte sigure, și că suprafețele din casă sunt asigurate astfel încât să eviți accidentele. Acest aspect va contribui și la reducerea conflictelor dintre tine și copil.</p>	<p>Cum își folosește copilul corpul pentru a explora sau a-și comunica nevoile?</p> <p>Ce crezi că ai putea să faci pentru a transforma casa într-un spațiu sigur pentru micul tău „explorator”?</p>

Când copilul are 1 an ...

Cum stau lucrurile în familie în viața de zi cu zi?

Sorina, 11 luni, este cu tatăl ei în parc. Sorina se joacă singură la groapa cu nisip, când un grup de copii i se alătură. La început, Sorina zâmbeste și se uită curioasă la jocul lor. Dar pe măsură ce copiii devin tot mai activi și mai gălăgioși, zâmbetul Sorinei se transformă în lacrimi. Se târăște de la locul de joacă spre tatăl ei, care o ia în brațe și o liniștește. Apoi, tatăl Sorinei mai face un pas: după ce copilul este liniștit, tatăl o îndeamnă cu blândețe să se joace lângă copii. El stă lângă ea, îi vorbește și se joacă cu ea. Încet încet Sorina se apropie de copii, privindu-le curioasă mișcărilor.

Această scenă de viață ne arată cum ariile de dezvoltare ale copilului sunt interconectate și cum reacțiile tatălui sprijină dezvoltarea sănătoasă a copilului.

Faptul că Sorina privește spre tata pentru a se liniști, arată că cei doi au o relație apropiată, bazată pe încredere. Acesta este un indicator important al dezvoltării socio-emoționale. Copilul își folosește:

- capacitățile intelectuale: am nevoie de protecție; cum fac asta?
- limbajul: plânge;
- abilitățile motorii: merge de-a bușilea și se întinde după tata, pentru a pune în aplicare planul de a obține protecție și confort emoțional.

Răspunsul tatălui are o influență puternică asupra „lecției” pe care Sorina o învață acum din experiență: mesajul transmis copilului este că emoțiile și nevoile sale sunt importante. Acest lucru o va ajuta pe Sorina să dezvolte relații bazate pe iubire și încredere. De asemenea, faptul că el a înțeles ceea ce a transmis copilul, o încurajează pe Sorina să comunice din ce în ce mai mult și să își dezvolte abilitățile lingvistice. În plus, reacția tatălui modelează un comportament eficient de rezolvare de probleme: copilul dorea să fie liniștit și a găsit o cale prin care să obțină confort emoțional.

Așezându-se lângă ea, alături de ceilalți copii, îi transmite mesajul că o va sprijini în confruntarea cu orice altă provocare. Astfel, Sorina va învăța să fie încrezătoare în abordarea diverselor dificultăți pe care le va întâlni.

Harta dezvoltării copilului în perioada 9-12 luni



În tabelul de mai jos sunt descrise câteva dintre lucrurile pe care copiii le învață în primul an de viață și ce poate face un părinte (sprijinit de profesionist), pentru a facilita o dezvoltare cât mai armonioasă a copilului.

Pe măsură ce citiți, țineți cont de faptul că un copil se dezvoltă într-un ritm propriu. A înțelege copilul, a-i identifica punctele forte dar și aspectele în care are nevoie de sprijin, este esențial pentru promovarea dezvoltării sale sănătoase.

Pentru orice întrebare legată de dezvoltarea copilului, consultați medicul pediatru, medicul de familie sau psihologul.

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
La această vârstă copiii sunt foarte buni în a-și exprima emoțiile prin gesturi, sunete și expresii faciale. De exemplu, se implică în adevărate „conversații” în care oferă și cer diverse obiecte sau jucării și imită sunetele și acțiunile celorlalți.	Ajută-l pe copil să facă față propriilor emoții; alină-l când plânge, validează-i frustrarea, calmează-l și ajută-l să încerce din nou. Astfel învață managementul emoțiilor și auto-controlul. Implică-te în „cercuri ale comunicării” alături de copil; dacă se întinde	Cum ai descrie personalitatea copilului tău? Semănați? Sunteți diferiți? Cum? Cum îți dai seama de ceea ce vrea, simte și gândește copilul tău?

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>De asemenea înțeleg relația „cauză-efect”: „dacă plâng, mama vine la mine”;</p>	<p>după o jucărie anume, întreabă-l: „vrei jucăria?”. Așteaptă până îți răspunde și apoi dă-i-o. Observă cu atenție felul în care se joacă cu obiectul respectiv și intră și tu în joc, dar fără a prelua controlul. Astfel vei stimula dezvoltarea limbajului, emoțională, socială, cognitivă și chiar motrică, a copilului tău.</p>	
<p>Datorită noilor achiziții la nivelul memoriei, copiii de un an știu că, atunci când părinții pleacă din contextul fizic imediat, se vor reîntoarce la un moment dat. Aceasta este o achiziție extrem de importantă care generează însă adeseori dificultăți. De aceea copiii protestează când vine ora de somn sau plâng în toiu noapții: este încercarea lor de a-l readuce pe părinte lângă ei, prin gesturi, scâncet sau plâns.</p>	<p>Jucați-vă „de-a v-ați ascunselea” sau „cucu-bau”. Jocurile care presupun dispariție și apariție îl ajută pe copil să facă față separării de părinte și să aibă siguranța reîntoarcerii părintelui.</p> <p>Fii pozitiv și ferm atunci când te separi de copil. Mergi noaptea în camera lui dacă se trezește și plânge, pentru a-l asigura că ești acolo, dar nu îl lua în brațe și nu legăna pătuțul până adoarme. Dacă adoarme în brațele tale, alintat și mângâiat, copilul nu va învăța să se liniștească și să adoarmă singur când se va mai trezi peste noapte.</p> <p>Când îi spui „la revedere”, adaugă că îți va fi dor de el și că te vei întoarce. Asigură-te că are la îndemână un obiect care îl va alina: păturica lui sau jucăria preferată.</p>	<p>Cum reacționează copilul când pleci? Ce îl ajută să se liniștească în acel moment?</p> <p>Ce face să fie cel mai greu atunci când ești departe de copilul tău? Este foarte important să fii conștient, ca părinte, de ceea ce simți.</p>
<p>La această vârstă copiii repetă la nesfârșit aceleași acțiuni: astfel învață mecanismul de funcționare a lucrurilor; de asemenea, repetând o acțiune cu succes nu face decât să le crească încrederea în faptul că pot face singuri diverse lucruri și să întărească conexiunile la nivel cerebral.</p> <p>Faptul că deja se și mișcă în registre diferite – se târăsc de-a bușilea, stau în piciorușe sau chiar fac primii pași asistați de părinți, face exploratul o plăcere și îi ajută să descopere mereu ceva nou.</p>	<p>Fii partenerul de învățat al copilului tău. Observă-l atent pentru a vedea ce știe să facă; apoi ajută-l să treacă la pasul următor; de exemplu, încurajează-l să adauge încă un cub la construcția voastră sau să potrivească rombul în decupajul adecvat.</p> <p>Lasă-l pe copil să ghideze jocul. Astfel va fi implicat și va învăța mai mult.</p>	<p>Care sunt activitățile favorite ale copilului tău? Ce spune asta despre el/ea?</p> <p>La ce se pricepe copilul tău? Ce reprezintă pentru el o provocare/ dificultate?</p> <p>Cum îl poți ajuta să facă față acestor provocări?</p>

Când copilul are peste un an și jumătate ...

Cum stau lucrurile în familie în viața de zi cu zi?

Lucian are un an și jumătate; este așezat la masă în scaunul lui special și agită cănuța lui preferată în aer. Vrea suc, iar mami nu își dă seama de acest lucru. Încearcă din răspuțeri să toarne lapte în cana copilului dar acesta împinge cutia de lapte și trage cănuța spre el, protestând zgomotos. Amândoi sunt frustrați. Epuizată, mama îl scoate din scaunul special și îl anunță supărată că masa s-a încheiat. Lucian își ia avânt către ușa frigiderului, în care lovește de zor cu cana. Mamei îi îngheață pe buze interdicția: „Nu mai lovi frigiderul cu cana”; se abține, și în schimb îl întreabă: „Vrei să deschid frigiderul?”

Lucian zâmbește și dă din cap; mama deschide frigiderul iar copilul arată către cutiile din raft. Mama ia fiecare cutie în mână și îl întreabă pe copil: „asta vrei?”, până când, cu cutia de suc în mână, obține un „da” și un zâmbet victorios de la fiul ei. În brațele mamei, Lucian bea fericit suc din cănuța lui preferată.

Această scenă de viață ne arată cum ariile de dezvoltare ale copilului sunt interconectate și cum reacțiile mamei sprijină dezvoltarea sănătoasă a copilului.

Lucian a învățat că poate să conteze pe mama sa atunci când încearcă să comunice ceea ce își dorește. Este semnul unei dezvoltări socio-emoționale impresionante. Lucian și-a folosit abilitățile intelectuale pentru a concepe o strategie prin care să obțină ceea ce își dorește iar pe cele motorii și lingvistice pentru a implementa strategia: se deplasează către frigider, protestează, lovește cu cănuța în ușă și arată către cutii, pentru a se face înțeles. În ciuda frustrării, mama îl observă, îl ascultă și se străduiește să înțeleagă ceea ce încearcă Lucian să îi arate. Această reacție a mamei întărește comportamentul de comunicare al copilului precum și sentimentul valorii sale personale, deoarece Lucian a învățat că este suficient de important pentru mama sa încât să i se acorde atenție și să fie ascultat.

Harta dezvoltării copilului în perioada 12-18 luni



În tabelul de mai jos sunt descrise câteva dintre lucrurile pe care copiii le învață în primii doi ani de viață și ce poate face un părinte (sprijinit de profesionist), pentru a facilita o dezvoltare cât mai armonioasă a copilului.

Pe măsură ce citiți, țineți cont de faptul că un copil se dezvoltă într-un ritm propriu. A înțelege copilul, a-i identifica punctele forte dar și aspectele în care are nevoie de sprijin, este esențial pentru promovarea dezvoltării sale sănătoase.

Pentru orice întrebare legată de dezvoltarea copilului, consultați medicul pediatru, medicul de familie sau psihologul.

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>La această vârstă, copiii comunică foarte mult. Învață și folosesc zilnic cuvinte și gesturi noi, prin care comunică ceea ce gândesc și simt.</p> <p>De exemplu, iau părintele de mână, îl conduc către raft și îi arată obiectul dorit.</p> <p>La această vârstă, copiii înțeleg mult mai mult decât ceea ce pot spune în cuvinte.</p> <p>Dacă la un an nu pot respecta decât o singură instrucțiune (de exemplu „ia-ți pantofiorii”), la 18 luni deja vorbim de două-trei.</p>	<p>Încurajează-l pe copil să folosească cuvinte, sunete și gesturi pentru a comunica, chiar și atunci când știi deja ceea ce își dorește.</p> <p>Implicați-vă în jocuri cu reguli și instrucțiuni și observă cât de multe reușește să respecte.</p> <p>Citește-i. Îl ajută să învețe cuvinte și concepte noi. De asemenea, îi stimulezi interesul pentru cărți și citit.</p>	<p>Cum își comunică copilul nevoile, gândurile și emoțiile?</p> <p>Îi place să i se citească? Care este cârticica lui favorită?</p>

Ce se întâmplă?	Ce poți să faci?	De gândit ...
<p>La această vârstă, copilul începe să imite în joc ceea ce vede în jur. Este o achiziție fundamentală în dezvoltarea copilului.</p> <p>Încep de asemenea să înțeleagă simboluri și idei, nu doar obiecte concrete pe care le văd și pe care pun mâna.</p> <p>De exemplu, folosesc diverse obiecte într-o manieră creativă: la ora mesei, lingurița devine avion.</p> <p>Acest tip de joc favorizează dezvoltarea unor importante abilități cognitive precum și a creativității.</p>	<p>Oferă-i jucării care reprezintă obiecte reale în miniatură: mobilier de păpuși, alimente de plastic, mașinuțe. Construiți împreună o poveste pornind de la obiectele respective.</p> <p>Oferă-i copilului obiecte cât mai diferite și observă felul în care le folosește.</p>	<p>Care este jocul favorit al copilului tău? Îi place să se „prefacă”, să se joace „de-a ceva”?</p> <p>Care este jocul tău favorit? De ce? Este vreun joc pe care să nu îl agreezi?</p>
<p>În această etapă de dezvoltare, abilitățile motorii ale copilului explodează pur și simplu. Încep să meargă singuri, să alerge, ceea ce deschide perspective nebanuite atât pentru copil cât și pentru părinte: de explorare pentru primul și de îngrijorare pentru celălalt.</p> <p>Atunci când încerci să îl protejezi, amintește-ți că, deși înțelege instrucțiunile „Stop!”, „Oprește-te!”, „Nu atinge!”, copilul nu are un control al impulsurilor atât de bine dezvoltat încât să se și oprească la timp atunci când tentația apare.</p> <p>Copilul de un an și jumătate se pricepe mai bine la a face ceva, decât la a nu face, astfel că instrucțiunea „Mergi încet!” este mai eficientă decât „Nu alerga!”</p>	<p>Amenajează în casă spații sigure pentru copil, oferindu-i astfel posibilitatea să exploreze împrejurimile, să stea singur în picioare, să dea ocol unei măsuțe joase de care se sprijină etc. Dacă există scări în casă, asistă-l la urcat și coborât.</p> <p>Găsește modalități creative de a-i distra atenția de la un obiect interzis, fără să îi spui „nu e voie” din cinci în cinci minute. De exemplu, dacă are o fixație pe telecomandă, oferă-i în schimb o jucărie cu butoane multe.</p>	<p>Cum își folosește copilul abilitățile motorii? Este activ? Își folosește întreg corpul sau preferă să exploreze doar cu degetele și mâinile?</p> <p>Copilul simte nevoia de activitate fizică?</p> <p>Cum vă afectează acest lucru relația? (de exemplu, te simți obosit și depășit de energia copilului?)</p>

Stiați că...

- ✓ Relația părinte – copil reprezintă baza dezvoltării sănătoase a copilului?
- ✓ Dezvoltarea copilului depinde atât de caracteristicile cu care acesta s-a născut, dar și de experiențele sale de viață?
- ✓ Toate palierele de dezvoltare ale copilului – socială, emoțională, intelectuală, motorie, limbaj – sunt interconectate. Fiecare depinde de celelalte și le influențează în egală măsură?
- ✓ Experiențele copilului, inclusiv reacțiile părinților, modelează dezvoltarea acestuia și adaptarea la mediu?

Autori:
Diana Tudose
Iuliana Eparu
Sorina Constandache

Acest material a fost creat în cadrul proiectului „Centrul comunitar de sănătate mintală pentru copii cu vârsta cuprinsă între 0-6 ani”, finanțat prin Programul Phare “Suport pentru dezvoltarea serviciilor comunitare de sănătate mintală și dezinstituționalizarea persoanelor cu probleme de sănătate mintală”, Componenta B – Dezvoltarea centrelor comunitare de sănătate mintală.

Bibliografie selectivă:

Knitzer, J. (2001). Using Mental Health Strategies to Move the Early Childhood Agenda and Promote School Readiness. New York: Carnegie Corporation of New York & National Center for Children in Poverty.

Early Childhood Mental Health Consultation: An Evaluation Tool Kit. For states, communities, agencies, and programs investing in early childhood mental health consultation and committed to quality data. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), U.S. Department of Health and Human Services (HHS). 1997.

Ngozi Onunaku. Improving maternal and infant mental health: Focus on Maternal Depression. 2005. ZERO TO THREE Press

Johns, Brian. (January 2003) The Early Childhood Mental Health Project: Child Care Consultation in Action, San Francisco, Calif.: Jewish Family and Children’s Services, p.11.

Parlakian, P. and Seibel, N.L. (2002). Building Strong Foundations, Practical Guidance for Promoting the Social-Emotional Development of Infants and Toddlers. Washington: ZERO TO THREE Press.

Promotion of Mental Health and Prevention of Mental and Behavioral Disorders. Early Childhood Mental Health Consultation 2005 Series Volume 1.

Toward the ABCs - Building a Healthy Social and Emotional Foundation for Learning and Living. Ounce of Prevention Fund. 2007

The perinatal period - Early interventions for mental health. Clinical approaches to early intervention in child and adolescent mental health. The Australian Early Intervention Network for Mental Health in Young People. 2000.

Zeanah, C.H. and Doyle Zeanah, P. (2001). Towards a definition of infant mental health. *Zero to Three*, 22(1), 13-20.

Programul Phare “Suport pentru dezvoltarea serviciilor comunitare de sănătate mintală și dezinstituționalizarea persoanelor cu probleme de sănătate mintală”, Componenta B – Dezvoltarea centrelor comunitare de sănătate mintală.

Editorul materialului: Organizația Salvați Copiii
Data editării: noiembrie 2009

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a Uniunii Europene.
Adresa de sesizări: cfcu.phare@mfinante.ro

