


Centrul Național de Studii și Informare
pentru Problemele Femeii
„Parteneriat pentru Dezvoltare”



MAME ȘI TĂȚI PE NOTA “10”

GHID PRACTIC PENTRU PĂRINȚI

Chișinău , 2006



Ghidul practic a fost elaborat în cadrul proiectului „**Schimbînd atitudini față de munca copiilor**”, realizat de Centrul Național de Studii și Informare pentru Problemele Femeii „Parteneriat pentru Dezvoltare” cu sprijinul financiar al Kerkinactie/Global Ministries, Olanda.

Autor:

Lucia Maxim

Redactor stilizator:

Galina Precup

Concepție grafică, machetare computerizată:

Ion Axenti

Centrul Național de Studii și Informare pentru Problemele Femeii „Parteneriat pentru Dezvoltare”,
str. Armenească, 13, MD 2012, Chișinău, Republica Moldova;
tel./fax: (+373 22) 24 13 93; tel.: 23 70 89
e-mail: cnsipf@moldnet.md

© CPD

© Casa editorial-poligrafică „Bons Offices”

© Ion Axenti



CUVÎNT ÎNAINTE

Discuțiile privind munca copilului sînt foarte controversate: De la ce vîrstă trebuie implicat în diverse munci pe lîngă gospodărie? Trebuie faptul dat calificat drept muncă prin care s-ar considera că un copil este exploatat sau acesta este un ajutor acordat familiei, contribuția lui la bunăstarea căminului în care crește? Ce sarcini ar putea încredința părinții copilului, fără a-i pune în pericol sănătatea?

Nu e secret, că unii părinți antrenează copiii în diverse munci efectuate în condiții nefavorabile, care sînt departe de a avea efect pozitiv asupra vieții lor, ba chiar constituie un impediment pentru creșterea și dezvoltarea lor armonioasă. Se întîlnesc destul de frecvent cazuri cînd copiii sînt forțați să muncească peste puterile lor.

Cum să procedăm astfel, încît copilul să crească o persoană responsabilă, să-i placă să muncească, să dezvolte de mic anumite deprinderi, abilități și totodată să se bucure de copilărie?

Sau... un copil trebuie strict doar să se joace, iar cînd mai crește doar să învețe?


Prin prezentul ghid, venim cu unele recomandări și sfaturi practice pentru părinți.

Orice părinte visează ca copilul lui să fie sănătos, împlinit și satisfăcut. Suprema fericire și bucurie care te îmbată imediat ce marea minune doarme liniștită la tine în brațe este înlocuită curînd de mari griji și responsabilități. Este în același timp și ușor (din punctul de vedere al imenselor emoții pozitive pe care ți le provoacă), dar și foarte greu și complicat să crești un copil care să fie sănătos, educat și realizat. Un copil necesită mari investiții morale, spirituale și materiale.

Pentru a face față rigorilor, fiecare părinte are nevoie de anumite calități, pe care merită și trebuie să și le cultive. El trebuie să fie răbdător, înțelegător, atent la toate necesitățile și doleanțele copilului, trebuie să poată ierta, proteja și chiar să se jertfească în favoarea copilului său. Și desigur, este imposibil să crești un copil fără bunătate, dragoste și dăruire de sine.

Viitorul copilului depinde de felul în care ne îndeplinim această sfîntă misiune de a fi părinte. Majoritatea părinților doresc, desigur, ca propriul copil să trăiască mai bine, să ajungă mai departe, să aibă mai multe succese decît au realizat ei. Dacă privim în urmă, observăm că noi, părinții de astăzi, trăim mai bine în sensul nivelului de viață decît bunicii sau părinții noștri. Ei au muncit, au făcut tot ce au putut ca să-și vadă copiii sănătoși și împliniți. Dacă noi am reuși să facem mai mult, e minunat! Va avea de cîștigat atît copilul, cît și familia, și societatea. Căci viitorul le aparține lor, copiilor. De aceea cum vom avea grijă de ei astăzi așa ne vor trata ei mîine.

Cu cît mai mult ne vom îngriji de sănătatea, educația, bunăstarea copilului, cu atît mai mult va reuși el să realizeze în viață. Și aceasta va fi cea mai mare răsplată



pentru eforturile depuse, cea mai mare reușită și victorie a vieții noastre.

Copilul, la orice vîrstă, trebuie tratat cu respect, cu mare afecțiune și căldură, de la egal la egal. Deci, să avem grijă cum vorbim cu el, cum ne purtăm, cît de mult îl înțelegem, cît de multe poveri îi punem pe umerii lui firavi, cît de multe cerințe avem față de el, cît de severi sîntem cu el, de cîte ori îl pedepsim, de cîte ori ne cerem scuze de la el, cînd greșim, de cîte ori îi spunem mulțumesc pentru ceea ce a făcut și cît de multă dragoste avem față de el chiar și atunci cînd ni se pare de nesuferit și cînd ne creează mari probleme. În orice împrejurare el rămîne a fi copilul nostru și oglinda noastră.


De ce are nevoie un copil pentru a fi sănătos fizic și psihic?

El are nevoie de condiții normale de viață și de educație.
Și anume:

- Să fie iubit și acceptat
- Să mănînce suficient și calitativ
- Să respecte igiena corpului
- Să se odihnească
- Să doarmă în liniște numărul suficient de ore
- Să se joace
- Să comunice cu părinții, cu rudele, cu prietenii, colegii sau vecinii
- Să studieze ș.a.







Un copil, pentru a se dezvolta multilateral și armonios, are nevoie de mai multe activități importante și anume:

- activitatea de joc
- activitatea de studiere
- activitatea de muncă

La 6-7 ani copilul merge la școală. E o perioadă dificilă, pentru că în viața lui intervin mari transformări. Viața școlară impune responsabilități, un comportament mai disciplinat. Dacă pînă la această vîrstă cel mai important lucru pe care îl efectua copilul era acumularea de noi cunoștințe, abilități, priceperi prin intermediul jocului, prin imitarea adulților, acum survine o nouă etapă – procesul de studiere, învățare dirijată, conform unui program destul de dificil. Timpul rezervat pentru joacă se reduce substanțial. De aceea trebuie să avem grijă ca el și în continuare să dispună de timp suficient pentru a se juca, a comunica cu copiii de vîrsta sa și a se relaxa, în același timp.

Școala reprezintă o etapă calitativ nouă, foarte importantă pentru copil. El trebuie să depună anumite eforturi atît fizice, cît și psihice pentru a putea face față tuturor cerințelor înaintate de învățător la școală și de părinți acasă. Astfel acum, mai mult ca niciodată, copilul are nevoie de înțelegerea și compasiunea părinților. **Trebuie să fim mereu alături de copiii noștri pentru a-i ajuta să depășească mulțimea de probleme ce îi așteaptă.**

Lecțiile de la școală și pregătirea temelor pentru acasă îl obosec mult pe copil. Pe parcursul anului școlar el treptat se epuizează din cauza avalanșei de activități, obligații și probleme zilnice cu care se confruntă.



Fiți atenți! Dacă la finele anului de învățămînt copilul este:

- Supraobosit
- Agitat
- Tensionat
- Neatent
- Nervos

Dacă:

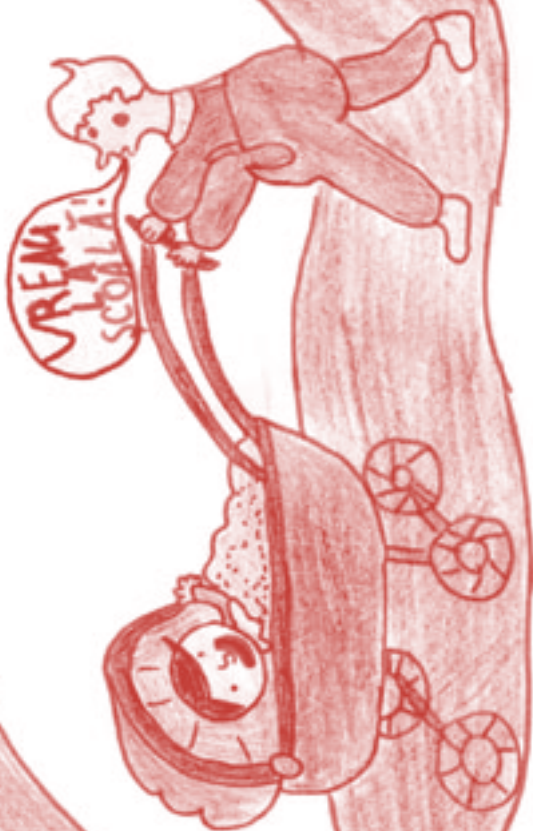
- Dimineața se scoală cu mare greu
- Nu ține minte ce i-ați zis cu cîteva minute în urmă
- Nu mai învață atît de bine
- Lucrurile le face mai puțin calitativ
- Are dureri de cap, de burtă ș.a.

înseamnă că el are nevoie de ajutorul părinților. Grija pentru confortul lui psihic și fizic trebuie să sporească. În asemenea cazuri e necesar de limitat unele activități ale copilului ce țin de ajutorul în gospodărie, ca el să reușească să se odihnească și să se recupereze după lecții și în zilele de odihnă.

Activitatea de muncă

Este foarte important ca copilul să aibă anumite sarcini prin gospodărie, pe care să le facă singur sau, și mai bine, să ajute să facem ceva împreună. Datorită faptului că execută un lucru sau altul, el învață multe, gîndește, este atent, capătă diferite priceperi și se mîndrește cu ceea ce a realizat, devenind mai independent și mai puternic.

Dreghla
Marcela
clasa a IV-C



Dar trebuie să ne gândim neapărat la următoarele lucruri: *cît muncește (volumul de lucru executat trebuie să fie pe potrivă vârstei și după puterile copilului); ce muncește; cum și în ce condiții lucrează.* **Dacă nu vom ține cont de aceste momente importante, s-ar putea să ne confruntăm mai târziu cu consecințe grave pentru sănătatea și starea psihologică a copilului.**

Ce s-ar putea întâmpla dacă nu vom lua seama de cît timp, în ce condiții și ce munci îndeplinește copilul nostru?

După cum am spus mai sus, școala necesită mari eforturi și dacă nu vom ține cont de aceasta și îl vom încărca permanent pe copil cu treburi suplimentare, multe și grele, rezultatele ar putea fi dintre cele mai nefaste, în primul rînd, din punct de vedere psihologic, Astfel:

- Nefind în stare să facă față cerințelor, copilul va fi permanent stresat, îi va apărea sentimentul de vinovăție că nu îndeplinește sarcina la nivelul cerut. Părinții vor fi și ei, la rîndul lor, nemulțumiți de calitatea lucrului odraslei. Astfel, în relațiile părinte – copil, pot apărea divergențe, care mai târziu pot evolua în conflicte serioase.
- Scade capacitatea de muncă a copilului, în schimb crește starea de nervozitate.
- Copilul poate deveni agresiv (răspunde urît, își permite să lovească în frații mai mici, e mereu pus pe ceartă, se supără, se irită, face nervi. Agresivitatea pentru el se transformă într-o formă de apărare.

- Din lipsă de timp și din cauza oboselii fizice și psihice copilul nu va fi în stare să facă față exigențelor școlii, ceea ce îl va afecta moral. Drept rezultat, posibil să devină indiferent, pasiv, lipsit de inițiativă; posibil să piardă încrederea în sine, interesul pentru școală și obținerea performanțelor la învățătură.
- Copilul presat permanent se dezvoltă mai încet din punct de vedere fizic. Astfel eforturile fizice nemoderate i-ar putea afecta ținuta, poziția corpului (el poate fi „gîrbovit”, încovoiat, pipernicit, eventual poate căpăta dereglări a coloanei vertebrale).
- Un astfel de copil se ciocnește cu probleme de comunicare, fiind mai timid, mai puțin vorbăreț. El va avea mai multe probleme cu colegii, va fi mai izolat.
- Munca peste puteri, surmenajul zilnic însoțite de condiții nocive pentru copil (frig, zăpușeală, zgomote excesive, aer poluat ș.a.) îi pot afecta sănătatea.

La un moment s-ar părea că tragem mari foloase din munca ce o îndeplinește copilul, peste cîtva timp, însă, am putea să ne convingem că am cîștigat prea puțin.

Evident, copilul trebuie obișnuit cu munca, el trebuie să ajute părinții, dar dozat și fără a-i impune munci grele și nepotrivite pentru el. Descendentul nostru are doar cîtiva ani să se bucure de această perioadă minunată care este copilăria. Să-i oferim acum șansa de a se juca suficient, a alerga, a se zbengui fără griji. Să nu-l împovărăm cu prea multe treburi, scurtîndu-i copilăria. Foarte curînd, copilul de azi se va pomeni adolescent cu multe planuri de realizat și probleme de rezolvat. Să-i permitem să acumuleze forțe și energie pentru viitor.

Să fim îngăduitori cu propriii copii. Să ne îngrijim de sănătatea lor fizică și psihică.

Sfaturi și recomandări pentru părinți

E important să știți că:

- Copilul are obligații, dar și drepturi;
- Corpul și creierul copilului au nevoie de odihnă; e necesară restabilirea forțelor fizice și intelectuale, deoarece atenția și concentrarea de lungă durată îl istovește;
- Fiecare copil este unic și de aceea are felul său de a fi și, respectiv, ritmul său.
- Există copii lenți, flegmatici. Ei fac lucrurile mai încet decât semenii lor. Astfel, sarcinile trebuie alese ținând cont de temperamentul minorului.
- Ca să se simtă bine și să poată face față tuturor sarcinilor, copilul de clasele primare trebuie să doarmă 9-10 ore.
- Un copil cu vârsta cuprinsă între 7-9 ani nu poate să-și concentreze atenția asupra efectuării unui lucru decât 15-20 de minute neîntrerupt.
- Pentru a realiza o muncă și a o duce la bun sfârșit avem nevoie de voință. Însă la copii ea este mai slab dezvoltată, fiind total diferită de cea a maturilor. Misiunile încredințate care îi depășesc nu contribuie la educarea voinței, ci dimpotrivă.
- Munca monotona, adică de același fel, obosește foarte repede copiii. Printre acestea am putea numi – plivitul

LĂSAȚI COPILII
ÎN LUMEA LOR!

LUMEA
COPILOR



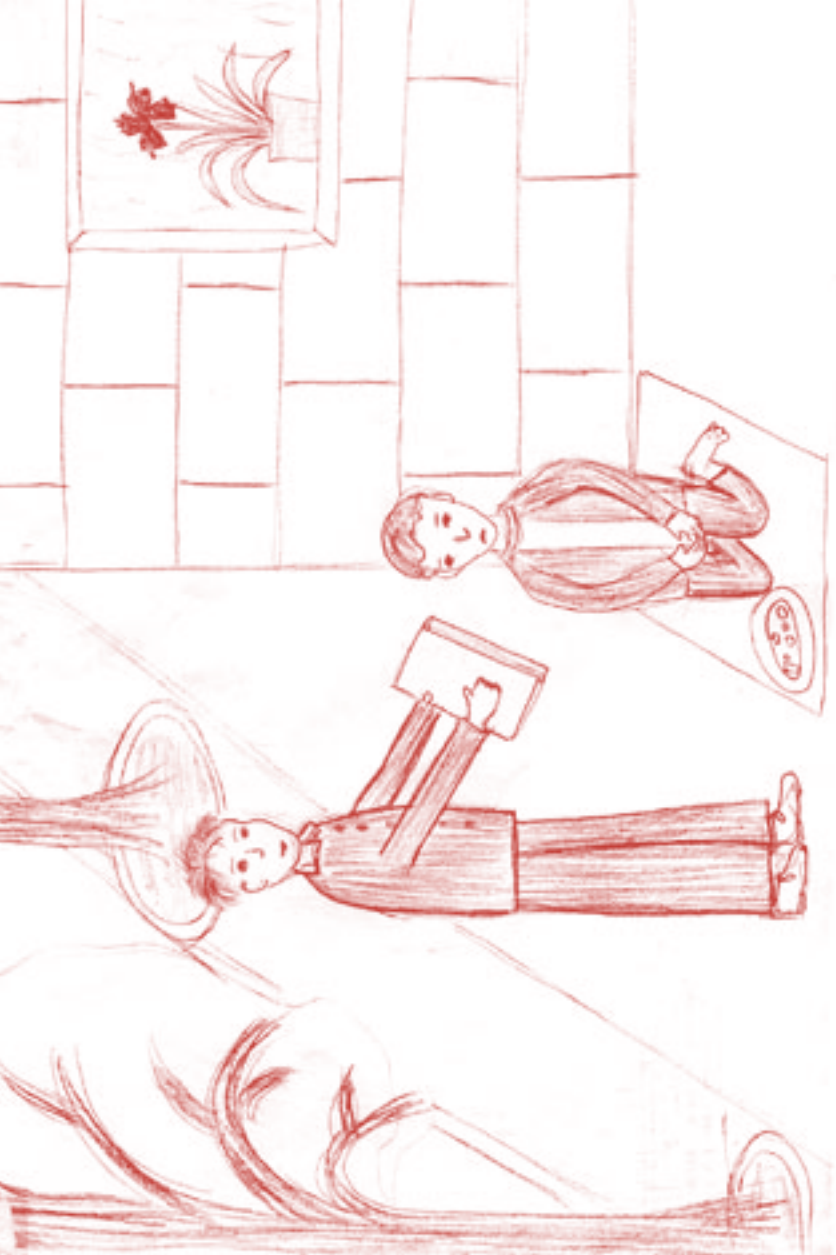
plantelor, alegerea boabelor (fasole, orez), scoaterea sîmburilor de cireșe, vișine, spargerea nucilor, curățatul porumbului. Dimpotrivă, copilului trebuie să i se încredințeze munci care necesită mișcare și care nu îi cer o mare concentrare de atenție.

- Spre deosebire de maturi, la copii scopurile nu sînt atît de bine formulate, de aceea ei uneori nu înțeleg ce rost are să facă un lucru sau altul. Înainte de a-i încredința o misiune este bine să-i explicați ce trebuie să facă și pentru ce este necesar aceasta. O motivație bună trezește curiozitatea și îl face pe copil să se simtă important, fapt ce îl ajută să execute însărcinarea mai ușor și mai cu trageră de inimă.
- Între 11-14 ani copiii cresc intens. Procesul necesită multă energie și forță, astfel după orice efort fizic, survine o oboseală bruscă. În această perioadă rezistența lor la munci scade.

Recomandări pentru a-i ușura munca copilului

- E bine ca copilul să știe care sînt sarcinile sale în gospodărie.
- Dacă aveți ceva de lucru pentru el, anunțați-l din timp că va fi ocupat, explicați-i pentru ce trebuie să facă lucrul dat, ca el să se pregătească moral pentru aceasta.
- Repartizați treburile gospodărești în mod egal între copiii Dvs., ținînd cont de vîrstă, constituție și puterile lor.
- Fiți atenți la condițiile în care lucrează copilul, ca acestea să nu-i dăuneze sănătății și să nu-i pună viața în pericol.
- Găsiți timp pentru a lucra împreună cu el, ca să observe și să înțeleagă cum trebuie făcute muncile în gospodărie.

- În timpul activității în comun explicați-i pas cu pas procesul și modalitatea de lucru, răspundeți-i la întrebările pe care vi le pune.
- Vorbiți calm și binevoitor când îi explicați sarcina; tonul ridicat și poruncitor poate să-i provoace disconfort, nemulțumire, poate să-i strice dispoziția și în asemenea caz lucrul nu sporește.
- Oferiți-i copilului posibilitatea să aleagă singur ceea ce îi place să facă prin gospodărie.
- Stabiliți împreună timpul de îndeplinire a sarcinilor.
- Alternați-i activitățile. Executarea uneia și aceleași activități îl va plictisi și el își va pierde interesul. Copiilor le place să facă mereu ceva nou.
- Interesați-vă cum se simte, câte teme are de făcut pentru a doua zi la școală, înainte de a-l ruga să va ajute sau să execute un lucru oarecare.
- Nu așteptați să facă lucrul la fel de bine ca și dvs., trebuie să înțelegeți că el nu este decît un copil.
- Prețuiți și apreciați tot ce face copilul. Respectați-i munca. Lăudați-l după ce a terminat de executat sarcina, asta îl va încuraja să facă și alte lucruri prin casă sau curte.
- Dacă copilul manifestă dorință de a îndeplini un lucru, permiteți-i, explicîndu-i cum trebuie să acționeze și, dacă puteți, fiți alături de el...



- Faceți mici întreruperi între sarcinile indicate, copilul nu este în stare să lucreze mult timp fără pauze, având nevoie de odihnă. Astfel el va munci cu mai multă plăcere și va va fi mai ușor să-l convingeți să execute ceva.
- Aveți grijă ca să-i rămână timp și pentru a-și pregăti temele, a se juca și a se odihni.
- Gîndiți-vă la modul cum ați putea să transformați munca lui într-o activitate plăcută și neobositoare.
- Nu transformați zilele de odihnă și vacanțele copiilor în zile lungi de lucru.
- Divizați o sarcină grea și voluminoasă în cîteva activități mai mici. Astfel, copilul nu se va speria că are mult de lucru...
- Atunci cînd nu a făcut ceea ce i-ați cerut, întrebați-l ce s-a întîmplat și ascultați-i explicațiile.
- Dacă observați că are succese în anumite domenii (pictură, sport, dans, muzică etc.) lăsați-i timp să se ocupe de aceste pasiuni.
- Nu uitați că sînteți model pentru copil (el este atent la tot ce faceți, la felul cum procedați, cum vă comportați sau vorbiți). El își imită părinții în toate.
- Pentru a vă asigura că un copil de 7-10 ani va îndeplini bine însărcinarea dată, țineți cont de două lucruri:
 1. el trebuie să repete ce ați spus, astfel va înțelege mai bine și nu v-a uita;
 2. urmează să-și planifice acțiunile, adică să hotărască ce pași va întreprinde, în ce ordine și cînd va termina.

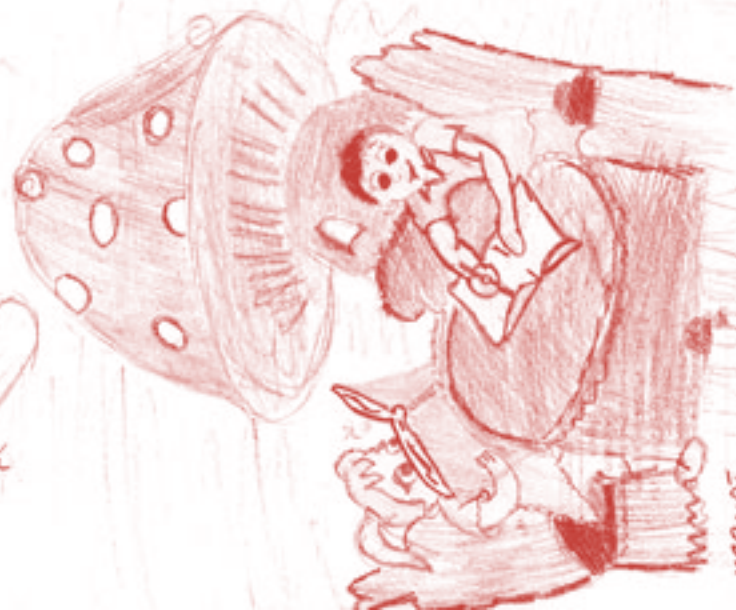
Dacă nu sînteți sigur de ceea ce puteți să-i permiteți să facă copilul la vîrsta pe care o are, vă sugerăm unele idei. Bineînțeles, nu uitați să luați în vedere posibilitățile și capacitățile copilului dvs.

1. Un copil de 6 ani poate:

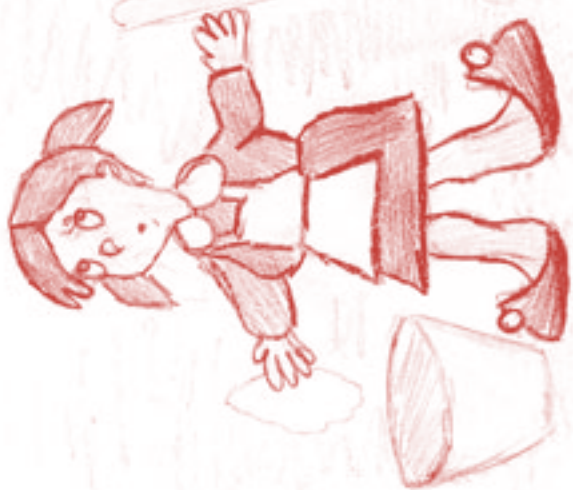
- Să ude florile
- Să curețe legume
- Să ajute la întinsul rufelor
- Să-și aranjeze hainele în dulap
- Să-și lege șireturile la papuci
- Să aranjeze masa
- Să șteargă praful
- Să spele vesela după sine
- Să facă ordine în lucrurile sale

2. Un copil de 7 ani poate:

- Să măture prin curte
- Să ude plantele în grădină
- Să meargă la magazin (dacă este prin vecinătate)
- Să se trezească de unul singur dimineața
- Să facă ordine în urma sa
- Să spele podelele
- Să plivească plantele
- Să aducă iarbă la animale
- Să aibă grijă de cei mai mici



УПРАЖНЕНИЕ



УЧЕНИК

3. Un copil de 8-9 ani poate:

- Să aranjeze tacîmurile pe masă
- Să spele vesela
- Să spele și să măture podeaua
- Să-i ajute pe ceilalți membri ai familiei la lucru
- Să-și facă ordine în dulap
- Să aranjeze patul
- Să-și coase nasturii
- Să-și schimbe de unul singur hainele murdare
- Să culeagă fructe
- Să ajute la menaj
- Să hrănească pe fratele sau sora mai mică
- Să ajute la scăldatul fratelui mai mic
- Să facă ordine în curte
- Să-și spele lucruri personale

4. Un copil de 9-10 ani poate:

- Să-și facă ordine în camera sa
- Să cumpere produse după listă
- Să pregătească mîncăruri simple
- Să ajute la lucrul în grădină
- Să pască găștele
- Să ducă vitele la cireadă

5. Un copil de 10-11 ani poate:

- Să meargă cu autobuzul într-o localitate vecină
- Să ajute la sădit în grădină
- Să ajute la strâns roada
- Să calce lucruri simple

6. Un copil de 11-12 ani poate:

- Să ducă la culcare și să adoramă frații mai mici
- Să-și facă independent treburile sale
- Să ajute tatălui la construcții ușoare
- Să repare unele obiecte
- Să curețe aragazul
- Să calce rufe
- Să facă ordine în casă

7. Un preadolescent (12-15 ani) poate:

- Să-și asume responsabilitatea de a prepara bucate pentru întreaga familie
- Să facă ordine în casă, curte
- Să lucreze în grădină
- Să hrănească păsările, animalele
- Să participe la strânsul roadei
- Să aibă grijă de frații sau surorile mai mici
- Să spele rufe

Sarcinile ce i le veți încredința copilului, după cum am mai accentuat, trebuie să fie pe potrivă puterilor sale, să nu îi răpească tot timpul liber, să fie alternate, deoarece unul și același lucru făcut în permanență obosește foarte mult. Și nu uitați să-i apreciați eforturile și să-i mulțumiți pentru munca efectuată: asta îl va încuraja, îl va motiva să lucreze cu mai mult interes și plăcere, în plus se va obișnui să prețuiască, la rîndul său, și munca altora.

