

LBRIS

We know  
books

COLECȚIA  
LUDOSMART

Coordonatori:

Daniela RĂILEANU | Liliana BUJOR | Nadia-Laura SERDENCUIUC

# INVITAȚIE , LA JOC

pentru PĂRINȚI dedicați, COPIL fericiți  
și PROFESORI implicați



## CUPRINS

Prezentarea autorilor .....	5
Cuvânt-înainte .....	13
<b>Capitolul 1 Cum construim o relație armonioasă cu copilul prin intermediul jocului? .....</b>	<b>15</b>
<b>Capitolul 2 Părinte, tu cum ți-ai desena copilul? sau Despre așteptările părintelui și repere în dezvoltarea copilului .....</b>	<b>25</b>
<b>Capitolul 3 Ce jocuri jucăm, copilul să-l ajutăm? .....</b>	<b>31</b>
<b>3.1. Jocuri pentru dezvoltarea încrederii.....</b>	<b>32</b>
<b>3.2. Jocuri pentru dezvoltarea autonomiei .....</b>	<b>59</b>
<b>3.3. Jocuri pentru dezvoltarea inițiativei         și a curajului .....</b>	<b>81</b>
<b>3.4. Jocuri pentru dezvoltarea rezistenței         la frustrare și exersarea amânării .....</b>	<b>116</b>
<b>3.5. Jocuri pentru dezvoltarea simțului ordinii         și a capacității de organizare .....</b>	<b>170</b>
<b>Capitolul 4 Cum ne jucăm împreună cu copilul? Sfaturi pentru părinți și profesori .....</b>	<b>205</b>
Lista jocurilor după finalitățile urmărite.....	217
Lista jocurilor după vârsta beneficiarilor .....	219
Lista jocurilor după locul de desfășurare .....	222

## Capitolul 1

# CUM CONSTRUIM O RELAȚIE ARMONIOASĂ CU COPILUL PRIN INTERMEDIUL JOCULUI?

*De ce plouă? De ce este albastru cerul? De unde vin copiii? De ce oamenii mari plâng uneori când sunt fericiți? Cum funcționează această mașină? Unde locuiește Dumnezeu?*

Citind aceste întrebări, în calitate de părinte, cu siguranță ai putea adăuga multe alte formulări serioase, amuzante sau care te-au lăsat fără replică, gândindu-te la conversațiile purtate cu copilul în diverse momente ale interacțiunii de zi cu zi. Adresarea de întrebări exprimă de fapt nevoia copilului de a ști, de a-și satisface curiozitatea, de a transforma nefamiliarul în familiar, de a se orienta, validând, în același timp, un grad de încredere pe care acesta îl investește în adultul cu care interacționează, încredințându-i responsabilitatea reflectării lumii exterioare în universul interior al dezvoltării sale personale. Întrebările se construiesc în contextul acțiunilor firești ale copilului, acțiuni ce marchează rutina zilnică, sau în momentele în care explorează realitatea înconjurătoare prin joc. R.M. Milteer et al. (2012) consideră că rolul jocului în dezvoltarea copilului este atât de important încât acesta ar trebui să facă parte din definiția copilăriei, fiind o modalitate pe care copilul o valorifică pentru a-și dezvolta reziliența în situații de cooperare, de depășire a unor obstacole, de negociere cu ceilalți.

Prezentul capitol nu își propune să ofere variante de răspunsuri la aceste întrebări, ci să atragă atenția asupra diversității de interese care stimulează acțiunile copiilor aflați în situația de a descoperi realitatea

înconjurătoare și de a se poziționa într-o manieră autentică prin raportare la aceasta. Suita de întrebări trasează o serie de cadre generale în contextul cărora se consumă experiența zilnică a copilului: complexitatea naturii și dinamica fenomenelor ei, realitatea socială în diversele ei forme de manifestare (individuală sau colectivă; familiară sau care aduce cu sine niveluri variate de nouitate; aflată pe trepte distincte ale evoluției: copilărie, tinerețe, maturitate) și multitudinea de elemente care se constituie ca produse ale activității umane. Uneori, realității perceptibile i se adaugă coordonate transcendente și imaginile obținute generează nevoia de explicații suplimentare: *Există magazine în Rai?*, care te pun pe tine, ca părinte/adult, în dificultate.

Chiar dacă nu ai la îndemână răspunsul în orice situație și de multe ori te întrebi surprins *Cum de s-a gândit la așa ceva?*, nu trebuie decât să te feliți că ai un copil curios, interesat de ceea ce se întâmplă și să te preocupe ca mirarea sa în fața obișnuitului sau neobișnuitului din viață să continue, să fie motor al demersurilor de explorare și de aflare a răspunsurilor, bucurându-se de prezent și de prezența ta, care îi însoțește eforturile de a cunoaște lumea și de a se cunoaște pe sine.

Fiecare experiență de viață a copilului are rolul ei în dezvoltarea sa cognitivă, emoțională, fizică și socială. Experiențele senzoriale determinate de contactul direct cu realitatea sau cu substitutele ei îi aduc acestuia o multitudine de informații care îl ajută să înțeleagă structura, funcționalitatea și semnificația elementelor explorate. Această modalitate de cunoaștere este deseori completată de experiențele mediate de adulții semnificativi din viața copilului, care construiesc punți de acces către semnificații mai greu accesibile datorită unui set insuficient de informații deținute de copil sau datorită caracteristicilor proceselor psihice, în contextul unor stadii distincte ale procesului de maturizare. Astfel, copilul își poate satisface curiozitatea explorând realitatea în mod direct și găsind pe cont propriu răspunsuri la întrebările: *Ce culoare are floarea? Ce gust are fructul?* Uneori, are nevoie de sprijinul adultului pentru a afla *Ce este fulgerul?* sau *De ce au dispărut dinozaurii?* Alteori, sursa curiozității nu se concretizează într-o formulare verbală, ci e așezată sub semnul mirării în contextul nevoii de atenție împărtășită: *Uite, mami! Ce este aceasta?* Întrebarea poate da naștere ulterior unei adevărate avalanșe interogative sub semnul lui: *Cum? Când? Unde? De ce?*

Catherine L'Ecuyer (2019) afirmă că, în procesul de cunoaștere și interpretare a realității, copilul utilizează ca bază de explorare acele persoane pe care le iubește și pe care le investește cu încredere. De aceea, în momentul în care el descoperă un element nou, simte nevoia să împărtășească cu tine, în calitate de părinte, descoperirea sa, pentru a-i da un sens, înlesnindu-se astfel procesul de încorporare mentală a noului element în cadrul schemelor preexistente.

La vârsta preșcolară, părinții joacă un rol deosebit de important în procesul de cunoaștere a realității înconjurătoare de către copil. Curiozitatea este motorul intern care susține și orientează comportamentul copilului, însă acțiunile părintelui pot veni în întâmpinarea acestor demersuri, susținându-le, încurajându-le și lărgind aria de explorare, construind punți în spațiul cognitiv și dând confort emoțional sau, dimpotrivă, determinând blocaje ale procesului de cunoaștere, generând confuzie, nesiguranță, teamă sau diminuând treptat dorința de a afla: *Nu am timp acum! Nu mă zăpăci cu întrebările cât sunt ocupat! Nu e potrivit pentru vârsta ta!* Când îți vin în minte astfel de replici, îți recomandăm să reevaluezi opțiunile pe care le ai pentru a nu risca să apreciezi greșit intenția copilului și pentru a nu frâna inițiativele pe care le manifestă. Acest lucru nu înseamnă că poți fi întrerupt de copil în orice moment al activității pe care o desfășori pentru a-i satisface propriile dorințe, însă reacțiile pe care le ai în aceste momente nu trebuie să fie unele brutale, agresive verbal, pe o tonalitate nepotrivită, care să îl sperie pe copil. Pe măsura nivelului său de înțelegere, trebuie să îi explici că sunt momente în care atât tu, cât și el aveți nevoie de timp pentru a desfășura o activitate independentă, însă sunt și momente pe care le valorificați, desfășurând împreună tot felul de activități. Nu uita însă să te ții de cuvânt! Trebuie să știi că emoțiile copilului se manifestă cu intensitate și se raportează la timpul prezent, el având o capacitate redusă de a amâna momentul satisfacerii nevoilor personale, și de aceea de multe ori apreciază lucrurile în contextul unei dihotomii extreme: *acum* sau *niciodată*, uneori proiectând la nivel emoțional niște reacții nepotrivite ale adultului și ajungând la niște concluzii care exprimă o realitate subiectivă, construită ca urmare a unui raționament transductiv, care îl determină pe copil să avanseze niște reacții extreme din frica de a nu fi abandonat: *Dacă nu se joacă cu mine înseamnă că nu mă iubește!* Dacă vei interveni cu răbdare,

dovedind că înțelegi nevoile pe care le are, asigurându-l că ești preocupat de satisfacerea lor și ajutându-l să înțeleagă care e succesiunea etapelor prin care trebuie să treacă pentru a ajunge la momentul mult așteptat al interacțiunii cu tine, vei dovedi că ești un părinte responsabil și implicat. Nu te aștepta ca o pledoarie intens argumentată să-l determine pe copil să înțeleagă de ce nu puteți să vă jucați exact în momentul în care el ți-o cere și în timp ce ești implicat în alte activități, ci exersând treptat amânarea momentului așteptat de copil, apelând la coordonatele ludice pentru a veni în întâmpinarea unui mod firesc de înțelegere a realității și de plasare într-o manieră potrivită în coordonatele ei.

Descoperirea lumii înconjurătoare de către copil are loc în același timp cu consolidarea lumii sale interioare: internalizarea acțiunilor exterioare stimulează dezvoltarea unor procese psihice care, la rândul lor, constituie fundamentul care stimulează alte demersuri exterioare, într-o dinamică particulară a învățării și dezvoltării ce are ca efect sporirea autonomiei execuției, creșterea gradului de încredere în accesarea de noi provocări, o lejeritate mai mare în manifestarea inițiativei și a curajului de a acționa. Copilul acționează asupra elementelor exterioare și acest lucru transformă realitatea într-una cu un grad mai mare de familiaritate, confortabilă pentru el și, în același timp se transformă, dobândind un grad mai mare de încredere în acțiunile pe care le desfășoară, repetând entuziast și încrezător în potențialul său: *Vreau să fac singur!*

Catherine L'Ecuyer consideră că cele mai importante lucruri pe care un părinte ar trebui să le ofere copilului sunt  *timpul și atenția necondiționată* (2019). Aceste repere trebuie să fundamenteze relația părinte-copil și să o așeze într-un firesc al interacțiunii în contextul relaționării zilnice. Dincolo de rutinele care plasează comportamentul copilului într-o structură coerentă a vieții de familie – activitățile care țin de asigurarea igienei personale, servirea mesei, drumul către/dinspre grădiniță, mersul la cumpărături, vizitele în familie, desfășurarea diverselor activități casnice în familie, povestea de dinainte de culcare – părintele trebuie să fie preocupat de acele momente ale interacțiunii în care universul său intră în corespondență cu universul copilului în același ritm al trăirii: *momentul jocului împreună*. Este important pentru tine ca părinte să valorifici la maximum acest interval de timp pentru că beneficiile se construiesc atât în contextul asigurării stării de bine a copilului, cât și la nivelul relației

de atașament părinte-copil, structurându-se în repere ce vor ghida mai târziu procesul de integrare socială în spațiul comunitar.

Jocul are un rol esențial în dezvoltarea copilului și reprezintă în același timp un cadru excelent al unui angajament total al părintelui în relație cu acesta, consideră K.R. Ginsburg (2007). Legătura părinte-copil se fundamentează în planul unor coordonate afective profunde, în temeiul unei implicări și reciprocități depline. În condițiile în care jocul reprezintă principala modalitate în care copilul interacționează cu lumea exterioară, dincolo de beneficiile recunoscute ale jocului menționate în literatura de specialitate – susținerea sănătății mentale, creșterea încrederii în forțele proprii și optimizarea gradului de reziliență în fața unor provocări ulterioare, exersarea capacităților decizionale, descoperirea propriului ritm de acțiune, dezvoltarea și consolidarea abilităților de cooperare, de negociere, de rezolvare a conflictelor – autorul insistă asupra bucuriei ca emoție pe care o declanșează și o întreține jocul și asupra oportunității deosebite pe care o au părinții atunci când, prin intermediul jocului, intră în universul copilului lor. Acest lucru îi ajută să-l înțeleagă mai bine, să comunice mai eficient și să susțină într-o manieră delicată deplina sa dezvoltare.

Dincolo de o sursă de amuzament și de divertisment, jocul este important în consolidarea relației de atașament părinte-copil (Ch.E. Schaefer și J. Stone, 2019) reprezentând o condiție a manifestării stării de bine și a asigurării sănătății mentale. Pornind de la definiția jocului ca „activitate interacțională de natură competitivă sau cooperativă care implică unul sau mai mulți jucători și care utilizează anumite reguli ce explică, de fapt, conținutul jocului”, autorii pledează pentru valențele sale terapeutice prin prisma a șase caracteristici fundamentale: jocul reprezintă o activitate plăcută; permite experiențe fanteziste, fiind separat de realitate în contextul unei perspective imaginare plasate sub semnul lui *ca și cum ar fi...*; presupune prezența unor reguli inițiale sau construite pe parcurs ce restricționează comportamentul jucătorilor cu intenția de a crește gradul de organizare a acțiunilor; plasează participanții într-o stare de întrecere (unii cu alții sau cu ei înșiși, în funcție de specificul său) pentru atingerea unui scop dinainte stabilit; se constituie ca provocare ce antrenează în rezolvarea sa o multitudine de resurse personale de tip cognitiv, fizic, emoțional sau social; de cele mai

multe ori, jocul activează interacțiuni între doi sau mai mulți jucători (Schaefer și Reid, apud Ch.E. Schaefer și J. Stone, 2019).

Jocul care antrenează binomul părinte-copil constituie cadrul unei interacțiuni care îl introduce pe adult în lumea copilului și îi dă posibilitatea să-și consolideze relația afectivă cu acesta, pornind de la ideea susținută de M. Dowling (2014) conform căreia o situație de comunicare de succes este cea în care participanții împărtășesc interese comune și beneficiază de o reciprocitate a acțiunilor. E important felul în care gestionezi, ca părinte, situațiile de comunicare în contextul interacțiunilor zilnice sau în situațiile în care te joci cu copilul. În joc, părintele și copilul au același statut: de participanți care respectă aceleași reguli, împărtășesc dorința atingerii aceluiași scop, beneficiază de același tip de recompense. Acest fapt determină articularea la frecvențe similare a trăirilor afective, construind o lume aparte în care copilul se simte confortabil, încrezător și în largul său. Conștientizarea de către părinte a oportunităților extraordinare pe care le oferă jocul în consolidarea punților de comunicare cu copilul, în explorarea universului său interior și în consolidarea relației de atașament aduce un plus de valoare interacțiunii dintre ei, generând beneficii multiple la nivelul dezvoltării cognitive, emoționale și sociale. În organizarea și coordonarea desfășurării jocului, în calitate de părinte poți ține cont de recomandările sugerate de M. Dowling (2014, p. 50), în intenția de a genera interacțiuni semnificative și care consolidează relația de încredere și atașament: stabilirea unor lungimi de undă comune (tuning-in) prin manifestarea preocupării pentru ceea ce spune sau transmite copilul cu ajutorul limbajului mimico-gestual; demonstrarea unui interes autentic față de activitatea comună cu ajutorul contactului vizual și al gesturilor de aprobare; respectarea punctului de vedere al copilului și a deciziilor pe care acesta le ia; susținerea copilului în manifestarea diverselor inițiative și în elaborarea unor idei; reformularea și clarificarea cu blândețe a unor aspecte controversate sau insuficient de explicit formulate (*ceea ce vrei să spui de fapt este că...*), exprimarea opiniilor asupra posibilelor consecințe ale acțiunilor (*este posibil ca...*); oferirea unor perspective alternative (*poate n-ar fi rău să...*); împărtășirea propriilor experiențe (*și mie mi-ar fi frică să...*); formularea de întrebări care stimulează exprimarea opiniei copilului pornind de la diverse teme de interes, fără a transforma conversația într-un interogatoriu.

Relaționarea părinte-copil prin intermediul jocului servește unor funcționalități de tip emoțional, comunicativ, social și cultural, consideră C.S. Tamis-LeMonda et al. (2002). Expresivitatea emoțională e potențată astfel de tendința copilului de a imita reacțiile adultului (de aceea se recomandă orientarea părintelui spre anumite tipuri de reacții dezirabile și manifestarea lor în cadrul jocului). Dacă te aștepți la anumite reacții ale copilului, este foarte important să introduci acțiuni similare în comportamentul tău pentru a putea asista, ca în oglindă, la replicarea lor de către acesta. Experiențele emoționale ale micuțului pot fi amplificate de frecvența anumitor comportamente ale adultului în cadrul jocului – ca răspuns la reacțiile copilului – permițând ca acesta să exploreze anumite aspecte ale realității într-o formă ludică, lipsită de orice amenințare (*Ți-e frică de întuneric?*, *Ce-ar fi să ne imaginăm o situație în care frica ar fi un personaj amuzant?*, *Oare întunericului nu îi e frică de lumină?*, *Hai să desenăm frica de întuneric!*, *Cum ar arăta ea?*, *Cum putem transforma desenul nostru într-unul amuzant?*, *Am putea adăuga niște pantalonași cu buline sau am putea să adăugăm o acadea. Hai să vedem care desen e mai amuzant! Nu-i așa că frica de întuneric nu mai e atât de feroasă acum?*). În cadrul jocului împreună, interacțiunea copil-părinte permite exersarea unor modele interpersonale de comportare socială: reciprocitatea atenției, respectarea unei ordini a acțiunilor (*pe rând*), schimbul de roluri, raportarea la un sistem comun de așteptări. Anumite tipuri de interacțiuni din cadrul jocurilor contribuie la conștientizarea necesității stabilirii unor reguli și limite la nivelul comportamentului social și la interiorizarea unor componente culturale din punct de vedere atitudinal, valoric și comportamental. Poate ai îndoieli legate de înțelegerea regulii de către copil. Nu trebuie să-ți faci griji. Copilul înțelege necesitatea regulii pe cât de ușor acceptă prezența unor lucruri pe care nu le poate explica, dar pe care le sesizează. Este important să fii consecvent în respectarea lor și, pe măsura evoluției copilului, să-i dai posibilitatea să contribuie și el la elaborarea unor reguli, fără a cădea în extrema în care reglementăm orice secvență a acțiunii, ci asigurând un confort al reciprocității demersurilor și al validării drepturilor și responsabilităților tuturor participanților la activitate și asigurând o garanție a unei bune desfășurări a acțiunilor.

M. Shorer și colaboratorii (2019) aduc în atenție o abilitate de care trebuie să dispună părintele în intenția sa de a contribui într-o manieră mai eficientă la dezvoltarea emoțională a copilului: spiritul ludic. Autorii îl definesc ca fiind acea capacitate de a reconfigura diversele situații și interacțiuni, pe care le au părinții cu copilul, într-o manieră ludică, de a transforma situațiile mai dificile în unele distractive, de a se comporta într-un mod mai flexibil, caracterizat de umor și creativitate în contextul unor momente stresante sau conflictuale. Părintele poate contribui astfel la optimizarea abilității copilului de a-și regla emoțiile, eliberându-l de încărcătura negativă și stimulându-i trăirile afective pozitive. Dincolo de impactul pe care această atitudine a părintelui îl are asupra emoțiilor copilului, M. Shorer et al. (2019) menționează importanța spiritului ludic al părintelui asupra propriei abilități de reglare emoțională. Autorii amintesc o serie de studii din literatura de specialitate care indică niveluri mai scăzute ale stresului perceput de către părinții care manifestă un grad mai ridicat al spiritului ludic în situații existențiale comune. Acest lucru le permite celor cu un spirit ludic mai accentuat să traseze într-o manieră mai puțin coercitivă limite în privința diverselor situații comportamentale în care este implicat copilul. Asta ar diminua semnificativ numărul de situații conflictuale care pot apărea în relația părinte-copil. Un nivel mai ridicat al spiritului ludic al părintelui se reflectă în posibilitatea acestuia de a-l distra pe copil de la un context care îi generează anxietate și în capacitatea de a identifica aspecte amuzante într-o situație care pare înspăimântătoare (lucru care poate fi preluat de copil și integrat într-o strategie de gestionare a emoțiilor negative), într-o probabilitate mai mică a escaladării tensionale în context conflictual și în creșterea gradului de apropiere emoțională dintre cei doi.

Ca părinte, ai datoria de a-l stimula pe copil să se implice în activități variate pentru a extinde accesul la multiple oportunități de învățare prin joc. În același timp, însă, în contextul unei observații atente a demersurilor copilului poți utiliza o serie de indicatori care pot sugera o evoluție din perspectiva calității activității desfășurate de copil și modificări ale gradului de implicare în aceasta, obținând o serie de informații relevante pentru necesitatea unei intervenții ameliorative ulterioare. F. Laevers (apud M. Dowling, 2014, p. 142) menționează nouă tipuri de indicatori care ar putea sta la baza observațiilor practicienilor