



*Gianfranco Trapani   Aurora Mastroleo*

# *Copilul nostru. de la 3<sup>la</sup> 6 ani*

Traducere de Radu Gâdei



# Cuprins

## COPII SE AVENTUREAZĂ ÎN LUME (de la 3 la 4 ani)

Copilul și mama sa (și tatăl său) p. 23 ● Păturica unui personaj iubit p. 30 ● Copilul se face mare p. 37 ● Dezvoltarea limbajului p. 58 ● Lumea fantastică: povești și poezioare p. 71 ● Spaimile copilului p. 79 ● Jocul și primele prietenii p. 88 ● Micul artist p. 94 ● Grădinița p. 111 ● Schimbările din componența familiei p. 124

## COPII OBSERVĂ ȘI SE ÎNTREABĂ (de la 4 la 5 ani)

Educație și reguli p. 147 ● Descoperirea propriului corp p. 161 ● O vârstă a marilor întrebări p. 177 ● Joc și imaginație p. 183 ● Probleme de familie p. 189 ● Noi forme de familie p. 195

## COPII ESTE (APROAPE) MARE (de la 5 la 6 ani)

Școala primară p. 205 ● Inteligență și învățare școlară p. 221 ● Sentimente și valori în familie și în afara ei p. 230

## SĂNĂTATEA COPILULUI

Alimentația p. 243 ● Activitatea fizică și stilul de viață p. 293

Toate tulburările de la A la Z p. 315

Primul ajutor p. 557



## COPILUL SE AVENTUREAZĂ ÎN LUME (de la 3 la 4 ani)

### Copilul și mama sa (și tatăl său) p. 23

*Primele „crize de opoziție“* ● FRUSTRAREA SE AFLĂ LA BAZA DISTANȚĂRII DE MAMĂ ● Distanțarea copilului poate fi dificilă pentru mamă p. 24 ● „Faza lui nu“ și capriciile ● VRAJA MATERNITĂȚII ● PATERNITATEA PLINĂ DE VESELIE ● „Lăcomia de putere“ adusă de maternitate ● Sarcina părinților este de a înlesni calea spre autonomie p. 28 ● De la îngrijirea copilului la educație ● Rolul tatălui

### Păturica lui X (personajul iubit din desenele animate) p. 30

*Semnificația obiectului tranzițional* ● Obiectul oferă o alinare în detașarea de mamă ● OBIECTUL TRANZIȚIONAL ȘI NUMELE SĂU ● Prima „avere“ a copilului ● Păturica trebuie spălată sau nu? ● Păpușa și maimuțoiul ● Păpușa seamănă cu copilul ● Agresivitatea față de păpușă ● Degetul în gură și suzeta ● Un surrogat al plăcerii de a suga la sânul mamei ● ESTE DĂUNĂTOARE FOLOSIREA SUZETEI? ● Este un „nărav“ care trebuie corectat?

### Copilul se face mare p. 37

*Ce știe să facă un copil de trei ani* p. 38 ● Se consolidează abilitățile motorii ● Dobândirea unui simț al pericolului ● Folosirea controlată a degetelor și a mâinilor ● LA TREI ANI SE POATE SPĂLA DEJA SINGUR? ● HĂINUȚE COMODE ȘI PRACTICE ● Folosirea băii la fel ca oamenii mari ● Este momentul renunțării la scutece (pamperși) ● FOLOSIREA CUȚITULUI ȘI A FURCULIȚEI ● La masă cu adulții ● Desenul ● Îndemnul de a se împrieteni cu alți copii p. 43 ● Detașarea de părinți ● Se schimbă rolul mamei și al tatălui ● De la scutece la scaunul de WC p. 44 ● Fiecare copil își are ritmul său și acesta trebuie respectat ● Comportarea mamei lasă

TEXTELE TIPĂRITE CU MAJUSCULE REDUSE INDICĂ LECTURILE DE APROFUNDARE A SUBIECTULUI.  
LECTURILE CARE NU AU INDICATĂ EDITURA SUNT EXTRASE DIN CĂRȚILE PUBLICATE DE EDITURILE RED



*urme adânci* ● *Nu impuneți ritmuri și programe* ● ALEGEREA OLIȚEI POTRIVITE ● *Să-l tratăm cu calm și să-l laudăm* ● *Pipi în pat după trei ani?* ● *Să ne punem întrebări cu privire la „necazurile“ copilului* ● *Să-i asigurăm o alimentație adecvată* p. 46 ● *Raportul cu hrana se poate modifica pe neașteptate* ● *Hrana devine o armă de șantaj* ● *Dacă copilul mănâncă prea mult sau prea puțin* ● *Valoarea simbolică a hranei* ● *Ora de culcare* p. 48 ● *Cât somn îi trebuie la vârsta aceasta* ● *Noaptea, spaimetele se amplifică* ● *VRAJA URĂRII DE „NOAPTE BUNĂ“* ● *Cum se învinge teama de întuneric și de tăcere* ● *Cum îl putem ajuta pe copil să adoarmă* ● CÂNTECELE DE LEAGĂN ALE TRADIȚIEI POPULARE ● CÂTEVA CÂNTECE DE LEAGĂN FOARTE CUNOSCUTE ● GESTURILE MEREU ACELEAȘI CARE CALMEAZĂ ● *Tulburări ale somnului* ● RITUALURILE DE „NOAPTE BUNĂ“ ● *Faza „de ce?“-urilor* p. 55 ● *DE CE, DE CE, DE CE...* ● *Cum răspundem la întrebările celor mici* ● *Dacă pun mereu aceleași întrebări.*

### Dezvoltarea limbajului p. 58

*Cotitura de la trei ani: folosirea lui „eu“* ● *Când copilul continuă să se exprime la persoana a treia* ● *Copilul învață de la părinți să vorbească* p. 59 ● *Baby-talk: un dialog cu totul special* ● *Rolul tatălui* ● SĂ NU IMITĂM MODUL DE A VORBI AL COPILULUI ● **Probleme în dobândirea limbajului** p. 61 ● *Bâlbâiala neașteptată* ● SĂ NU-L CORECTĂM PE COPIL ÎN FAȚA CELORLALȚI ● *Copilul bilingv* p. 62 ● *Copilul unor imigranți* ● DIFICULTĂȚI DE PRONUNȚIE ȘI PET THERAPY ● *Copilul unui cuplu mixt* ● *Copilul străin adoptat* ● **Limbaj și dezvoltare cognitivă în viziunea lui Piaget** p. 65 ● *Discursurile copiilor* p. 66 ● *CUVÂNTUL SE NAȘTE DIN CUVÂNT* ● *„Minciunile“ copiilor* ● *Apariția simțului comic* p. 67 ● „MINCIUNILE“ PERMISE CELOR MICI ȘI ADULȚILOR ● *Jocurile de cuvinte* ● CUVINTELE URĂTE ALE CELOR MICI ȘI ALE CELOR MARI.

### Lumea fantastică: povești și poezioare p. 71

POVESTIREA UNEI ÎNTÂMPĂRI: UN MOMENT DE INTIMITATE ● **Poveștile, basmele și povestirile pentru copii** p. 72 ● *Poveștile îl ajută pe copil să-și învingă spaimetele* p. 74 ● *PUTEREA LINIȘTITOARE A BASMELOR* ● *Ritualul spinnerii unei povești* ● *Televiziunea îl poate înspăimânta pe copil* ● ESTE INTERZIS SĂ SE GREȘEASCĂ POVEȘTILE ● **Poeziile** p. 76 ● *O poezioară hazlie poate să-l vrăjească pe copil* ● CREAREA UNEI POVEȘTI DE CĂTRE COPIL ● **POEZIOARA: CUVINTE FĂRĂ SCOP.**

### Spaimetele copilului p. 79

**Spaimetele cele mai obișnuite** p. 79 ● *Teama de abandon* ● **FOBII ȘI SPAIME** ● *Teama de ceva necunoscut și neobișnuit* ● *Să dăm atenție semnalelor nonverbale* ● **CELELALTE SPAIME ALE COPILULUI** ● **Spaimetele nopții: coșmarurile** p. 82 ● *La ce „folosește“ visul* ● *Teama copilului că s-ar putea lovi* ● *Emoțiile fazei oedipiene* ● SĂ ÎNȚEGEM DIN DESENE SPAIMELE COPILULUI ● **PAVOR NOCTURNUS** ● *Personaje și animale de care se teme copilul* ● *Ce este de făcut?* ● *Să-l luăm în brațe și să-l mângâiem* ● *Să-l îndemnăm să-și descrie visul urât* ●

## Jocul și primele prietenii p. 88

*Jocul este o treabă serioasă!* ● NU SUNT FLEACURI ● *Cei mici se implică foarte mult în joc* ● *Între realitate și fantezie* ● DAR JUCĂRIILE? ● *Jocul este un prilej pentru a lega noi prietenii* p. 90 ● *Primele acceptări și renunțări ale copilului* ● PRIETENIA DINTRE COPII ESTE INSTINCTIVĂ ȘI SPONTANĂ ● CUM ÎI AJUTĂM PE COPII SĂ SOCIALIZEZE ● *Să-i lăsăm să-și rezolve singuri neînțelegerile* ● JOACA DE-A CONTRIBUȚIA ● *Jocul cu alți copii este o cucerire*

## Micul artist p. 94

CEI MARI NU ÎNTELEG ÎNTOTDEAUNA... ● *Desenul: activitate manuală creativă* ● *Etapele desenului* ● DESENELE CARE DEZVĂLUIE PERSONALITATEA COPILULUI ● *Imaginea omului se îmbogățește mereu cu alte detalii* ● *Prin intermediul desenelor copilul vorbește despre sine* ● *Tentația irezistibilă de a mângâia pereții* ● *Taie, lipește, modelează* ● GHID PRACTIC AL ACTIVITĂȚILOR CREATIVE DE LA TREI ANI ÎN SUS: DESEN, PICTURĂ, FILATELIE, COLAJ, SCULPTURĂ, PĂPUȘARIE, MUZICĂ.

## Grădinița p. 111

GRĂDINIȚA PE SCURT ● *La ce vârstă merge copilul la grădiniță* ● *Cum se alege grădinița* p. 113 ● CĂMIN, ȘCOALĂ MATERNĂ, GRĂDINIȚĂ... CUM S-O FI CHEMÂND CU ADEVĂRAT? ● *Integrarea în clasă* p. 114 ● *Trecerea de la creșă la grădiniță* ● CINE SUNT EDUCATOARELE? ● *Când copilul se integrează greu* ● *Părinții îi transmit copilului temerile sau încrederea lor* ● *O zi la grădiniță* p. 117 METODELE MONTESSORI, STEINER ȘI ALTE MODELE EDUCAȚIONALE ● ALIMENTAȚIA LA ȘCOALĂ ● *Limba engleză în grădiniță* ● ANIMAȚIA CA MODALITATE DE ÎNVĂȚARE ● *Somnulețul de după-amiază* ● *Programele interculturale* ● AMBIANȚA, PE MĂSURA COPILULUI ● *Susținerea copiilor cu dizabilități* ● *Grădinița și familia* p. 123

## Schimbările din componența familiei p. 124

Cuplul, sufletul familiei p. 124 ● DIALOGUL DIN CADRUL CUPLULUI TREBUIE CONTINUAT ● *Apariția unui copil pune la încercare cuplul* ● *Femeia nu trebuie să se lase absorbită în totalitate de rolul ei de mamă* ● ADOPTAREA UNUI COPIL ● *Tatăl, relația cu copiii și raporturile în cadrul cuplului* ● *Este important ca partenerii să-și mărturisească toate dificultățile* ● *Copilul singur la părinți* p. 128 ● „Avantajele“ ● „Dezavantajele“ ● *Trăsăturile psihice ale copilului singur la părinți* ● PLASAMENTUL FAMILIAL ● *Nașterea unui frățior* p. 131 ● *Frățiorul înșală deseori așteptările primului născut* ● CE TREBUIE FĂCUT ȘI CE NU TREBUIE FĂCUT ATUNCI CÂND APARE UN FRĂȚIOR ● *Exhibiționism și regresie* ● ORDINEA NAȘTERII ARE INFLUENȚĂ ASUPRA PERSONALITĂȚII ● *Cum poate fi domolită gelozia primului născut* ● *Trebuie găsit timp pentru fiecare copil* ● GEMENII ● *Certurile dintre frați* p. 135 ● *De regulă, este mai bine să-i lăsăm să se descurce singuri* ● CUM SE ALEGE O BABYSITTER ● *Întoarcerea mamei la lucru* p. 136 ● SCURTE DESPĂRȚIRI DE PĂRINȚI ● *Copilul trebuie obișnuit treptat cu despărțirile de mama sa* ● *Bunicii* p. 138 ● *O relație specială* ● O LUNĂ ÎN CASA BUNICII ● *Armonizarea educativă dintre bunici și părinți este fundamentală* ● EXISTĂ BUNICI ȘI BUNICI



## COPILUL OBSERVĂ ȘI SE ÎNTREABĂ (de la 4 la 5 ani)

### Educație și reguli p. 147

Obișnuița este prima regulă p. 147 ● *Ritualurile creează stabilitate* ● *Ritualurile de la culcare și de la deșteptare* ● Este nevoie de echilibru și armonizare educativă p. 149 ● *Înțelegerea dintre părinți* ● *Câteva excepții de la regulă nu pot face rău* ● GREȘELI CARE NU TREBUIE COMISE ● *Părinții trebuie să respecte și ei regulile* p. 150 ● *Când părinții greșesc* ● *Mesajele duble* ● REGULILE POT FI INTERPRETATE CU OARECARE FLEXIBILITATE ● *Armonia educațională cu celelalte figuri de referință* ● *Cum se obține supunerea copiilor?* p. 151 ● *Supunere de frică sau datorită încrederii* ● *Să-i asigurăm pe copii de toată dragostea noastră* ● FOLOȘIȚI DIN PLIN ÎNCURAJĂRILE ȘI CU MĂSURĂ LAUDELE ● *Laudele și încurajările* ● *Recompensele* ● *Televizorul* p. 154 ● *Televiziunea îi fascinează pe copii* ● UN TELEVIZOR ÎN LOC DE UN PRIETEN ● *Mama și tata ar trebui să dea un exemplu pozitiv* ● PUTEREA DE SEDUCȚIE A PUBLICITĂȚII ● *Scenele cu violență și sex de la televizor* ● *Publicitatea la televiziune* ● *Cum se stă la masă* p. 157 ● *Turnatul apei în pahar* ● *Folosirea tacâmurilor* ● MÂNDRIA DE A STA LA MASĂ CU CEI MARI ● *Petele* ● *Farfuriile sparte* ● *Comportări de proastă creștere și explozii de furie* p. 158 ● *Mici gesturi nepoliticoase* ● *Schimbările neașteptate de dispoziție* ● *Să înțelegem motivul atitudinilor de refuz* ● APROPO DE EDUCAȚIA FORMALĂ: SCOBITUL ÎN NAS ● *Agresivitatea față de frați*

### Descoperirea propriului corp p. 161

COPILUL ÎȘI CONSTRUIEȘTE O IMAGINE DESPRE PROPRIUL CORP ● *Complexul lui Oedip* p. 162 ● „*Îndrăgostire*“ și conflict ● MITUL LUI OEDIP ● *Legătura deosebită dintre mamă și fiul ei* ● *Băiatul și tatăl lui* ● *Fetița: complexul Electrei* ● Descoperirea diferenței dintre

sexe p. 166 ● „Dezamăgirea“ băieților și a fetelor ● Băiatul orgolios ● Fetița descoperă că este diferită de băiat ● Mama o poate ajuta pe fată în această fază delicată ● Cum se formează identitatea sexuală p. 167 ● Identitatea sexuală este produsă mai ales de influențele ambientale ● Părinții încurajează comportările „potrivite“ cu sexul copilului ● Cum se nasc copiii? p. 168 ● Copilul vrea să știe cum s-a născut el ● Teoriile sexuale ale copiilor ● Să nu le spunem povești trăsnete ● Întrebările despre concepție ● CÂND COPILUL ÎȘI ATINGE ORGANELE GENITALE ● Copilul acceptă cu greu sexualitatea părinților ● Răsfăț și pudoare: comportarea părinților p. 170 ● Dormitul în patul cel mare al părinților ● În unele situații se poate chiar ceda ● Să respectăm pudorea copilului ● Riscul unor molestări sexuale p. 172 ● Să-l învățăm că trupul său este demn de respect ● CUM SĂ-I AJUTĂM PE COPII SĂ SE APERE ● Când corpul său este în suferință: internarea copilului în spital p. 173 ● CÂND COPILUL ARE O DIZABILITATE PERMANENTĂ ● MEDICINA LUI PINOCCHIO ● Copilul internat la izolator ● Când un părinte este cel internat în spital p. 175 ● TERAPIA PRIN ZĂMBET

**O vârstă a marilor întrebări** p. 177

Întrebările fundamentale p. 177 ● Întrebările asupra nașterii ● Când copilul nu pune întrebări ● Întrebările despre moarte și despre Dumnezeu ● DAR CRDIŢA RELIGIOASĂ? ● CUM SĂ RĂSPUNDEM CURIOSITĂȚII COPIILOR ● Secretele de familie p. 180 ● CUVINTELE MAGICE: „MAMA ȘI TATA TE OCROTESC“ ● Tentația de a tăcea ● Boala și moartea unuia dintre părinți p. 181 ● Copilul se învinovățește deseori pe el însuși pentru moartea părintelui său

**Joc și imaginație** p. 183

FASCINAȚIA TRAVESTIURILOR ● Jocul bazat pe ficțiune p. 184 ● Obiectele se transformă datorită fanteziei ● Copilul învață să se concentreze p. 184 ● SĂ NE JUCĂM DE-A... ● Limbaj și imaginație p. 187 ● Povestiri de-ale copiilor care par niște minciuni ● Secretele între copii ● Poveștile inventate se referă de multe ori la situații nu prea clare

**Probleme de familie** p. 189

Crizele trecătoare dintre părinți p. 189 ● Copilul nu trebuie transformat într-un instrument ● Despărțire și divorț p. 190 ● Îngrijorarea părinților ● CÂND PĂRINȚII SE DESPART ● Să-l informăm pe copil despre ceea ce urmează să se întâmple ● Să menținem vechile obiceiuri ● Părintele unic p. 192 ● Mama singură ● Copilul are nevoie de un personaj masculin de referință ● Pentru copil, tatăl este acela pe care mama i-l desemnează ca atare ● CÂND COPILUL SE SIMTE VINOVAȚ PENTRU NEÎNȚELEGERILE DINTRE PĂRINȚI ● Tatăl singur ● Încercarea de „a o înlocui“ pe mamă

## CUPRINS

---

**Noi forme de familie** p. 195

**Familia recompusă** p. 195 ● *Copiii se descurcă în relațiile cu alții mai bine decât părinții* ●

**Noii parteneri** p. 196 ● *Copiii nu ar trebui să facă legea* ● *O familie refăcută corect este mai bună decât o familie înjumătățită* ● *Dacă fata îi spune „tată” noului partener al mamei*

● *Când copilul refuză să accepte noua legătură a părintelui* ● *Nașterea unor copii în noua familie*





## COPILUL ESTE (APROAPE) MARE (de la 5 la 6 ani)

### Școala primară p. 205

*Începe a doua copilărie* ● *Cum alegem școala* p. 205 ● *Școala de stat* ● *Un prilej pentru integrare* ● DE LA ȘCOALA ELEMENTARĂ LA ȘCOALA PRIMARĂ ● *Școala particulară* ● CARACTERISTICILE ȘCOLII STEINERIE NE ● *Școlile religioase* ● *Școlile străine* ● *Școlile de metodă* ● AZI ÎNVĂȚĂ SĂ CITESC ● *Elemente de care trebuie să ținem seama când alegem școala* ● *Școala cea mai comodă sau cea care oferă mai multe servicii* ● *Prezența unor prieteni printre viitorii colegi de clasă* ● *Grija pentru ambianță* ● *La ce vârstă merge copilul la școală?* p. 209 ● ȘCOALA: DE LA JOACĂ LA MUNCĂ ● *Astăzi se poate începe școala de la cinci ani* ● *Evaluarea dezvoltării intelectuale, psihomotorii, senzoriale* ● *Maturitatea generală* ● *Mersul la școală: „intrarea în societate“* p. 212 ● *În așteptarea primei zile de școală* ● *Legătura dintre grădiniță și școala primară* ● *Frica de școală* p. 213 ● *Problema este despărțirea de părinți* ● *Să-i arătăm copilului că-i înțelegem starea sufletească* ● *Activitățile extrașcolare* p. 213 ● *Cum se alege activitățile recreative* ● *Fiecare activitate ar trebui să aibă o conotație ludică* ● *Profesorul devine un punct de referință* ● GHID PRACTIC AL LUCRĂRILOR ARTISTICE DE LA CINCI ANI ÎN SUS: DESEN, PICTURĂ, IMPRIMĂRI DE ȘTAMPILĂ (ȘTANȚARE), COLAJ, LUCRĂRI CU LÂNĂ, SCULPTURĂ, ALTE ACTIVITĂȚI

### Inteligență și învățare școlară p. 221

*Dobândirea gândirii abstracte* ● *Inteligența nu se moștenește* ● *Inteligența și dezvoltarea mentală* ● ALBERT EINSTEIN, UN COPIL „MAI ALTFEL“ DECÂT CEI ALȚI ● *Învățarea cititului* p. 222 ● *Capacitatea de a simboliza* ● *Cititul și limbajul* ● PROGRAMUL FEUERSTEIN PENTRU STIMULAREA INTELIGENȚEI ● *Să-i oferim copilului un exemplu grăitor* ● CARTEA ILUSTRATĂ PENTRU ÎNVĂȚAREA CITITULUI ● *Învățarea aritmeticii* p. 224 ● ARITMETICA FANTEZIEI ● *Cunoașterea numerelor nu înseamnă a socoti* ● *Cunoașterea altor țări și popoare* pag. 225 ● IDEILE LUI ROUSSEAU DESPRE EDUCAȚIE ● *Istoria* ● *Geografia* ● *Tulburări de învățare* p. 226 ● *Deseori, ele sunt o*

*modalitate de a atrage atenția celor mari* ● *Tulburarea atenției* ● *OBOSEALĂ SAU DIFICULTATE?* ● *Hiperactivitatea* ● *Anomalie neurologică sau neliniște interioară?* ● *Adulții trebuie să facă un efort pentru a nu-și pierde răbdarea* ● *Dislexia și disgrafia* ● *Importanța unui diagnostic prompt*

### **Sentimente și valori în familie și în afara ei** p. 230

*EMOȚIA CRĂCIUNULUI* ● *Căldura sărbătorilor în familie* p. 231 ● *Recuperarea vechilor tradiții* ● *COPILOR LE PLAC ANIVERSĂRILE* ● *Animalele de companie* p. 232 ● *Să-i explicăm copilului care sunt cerințele unui animal* ● *Un raport foarte special* ● *FUNCȚIA EDUCATIVĂ A RAPORTULUI DINTRE CÂINE ȘI COPIL* ● *Descoperirea și respectarea naturii* p. 233 ● *Mulți copii au prea puține ocazii de a intra în contact cu natura* ● *Apărarea naturii* ● *INOFENSIVELE JOCURI „INTERZISE“* ● *Experiența prieteniei și a grupului* p. 235 ● *Copilul învață să facă față exigențelor celorlalți* ● *În cadrul grupului se învață regulile sociale* ● *Prietenul de suflet* p. 236 ● *Prietenul este un sprijin și un model* ● *Caracterele diferite se atrag* ● *PRIETENII ȘI ASOCIAȚII SECRETE* ● *Prima dragoste* p. 237 ● *Primele încercări (nu prea abile) de a face curte unei fete* ● *Lucruri foarte personale* ● *PRIETENUL IMAGINAR* ● *Copii timizi, copii singuri* p. 238 ● *Ce pot face părinții* ● *SINGURĂTATEA POZITIVĂ* ● *Sesizarea diferențelor religioase și culturale* p. 239 ● *Familia și învățătoarele influențează atitudinea copilului* ● *Cum se poate încuraja integrarea copilului străin în colectivul clasei.*



## SĂNĂTATEA COPILULUI

### Alimentația p. 243

Alimentația copiilor de vârstă preșcolară p. 245 ● Sănătatea în bucătărie: cum trebuie gătite alimentele p. 255 ● Rețete sănătoase pentru toate ocaziile p. 258 ● Categoriile alimentare și substanțele din alimente p. 266 ● *Apă* ● *Calciu* ● *Carbohidrați* ● *Carne* ● *Fermenți lactici* ● *Fier* ● *Fibre alimentare* ● *Brânzeturi* ● *Fructe* ● *Grăsimi* ● *Oligoelemente* ● *Pește* ● *Proteine* ● *Săruri minerale* ● *Ouă* ● *Verdețuri* ● *Vitamine*

### Activitatea fizică și stilul de viață p. 293

Activitatea fizică în cadrul dezvoltării copilului p. 295 ● Sportul în familie: cum să ne distrăm împreună p. 301 ● Vacanțe și călătorii p. 310

### Toate tulburările de la A la Z p. 315

Apar în aceste pagini 203 articole cu informații despre boli și tulburări ale copilului, remediile și tratamentul prevăzute de medicina oficială și de cea naturală.

### Primul ajutor p. 557

Primul ajutor pentru copii: o capacitate pe care trebuie neapărat s-o deprindem p. 559 ● Tehnicile de reanimare: respirație gură la gură și masaj cardiac p. 561 ● Asfixie prin înec p. 567 ● Asfixie prin sufocare p. 569 ● Otrăvire cu substanțe toxice și corozive p. 571 ● Șoc termic și insolație p. 574 ● Convulsii p. 576 ● Epistaxis p. 578 ● Julituri și contuzii p. 579 ● Răni și hemoragii p. 581 ● Electrocutare p. 586 ● Fracturi și traumatisme craniene p. 588 ● Mușcături de animale p. 590 ● Înțepături de insecte p. 592 ● Șocul p. 594 ● Șoc anafilactic p. 596 ● Arsuri termice și chimice p. 597





# COPIIUL SE AVENTUREAZĂ ÎN LUME

(de la 3 la 4 ani)

- Copilul și mama sa (tatăl său)
- Păturica lui X (personajului iubit din desenele animate)
- Copilul se face mare
- Dezvoltarea limbajului
- Lumea fantastică: povești și poezioare
- Spaimetele copilului
- Jocul și primele prietenii
- Micul artist
- Grădinița
- Schimbările din componența familiei



**I**ntre al treilea și al patrulea an de viață, copilul începe, de obicei, să abordeze câteva activități de grup, să meargă la grădiniță, să interacționeze cu alți copii de vârsta lui, cu alte cuvinte începe un adevărat parcurs al socializării.

Cei mai mici stau unul lângă altul la groapa cu nisip, pedalează pe triciclete, plăsmuiesc tot felul de forme din plastilină sau așază laolaltă plăcuțe de plastic sau de lemn, dar, la cei trei ani ai lor, reușesc cu greu să se joace împreună un timp mai îndelungat și într-o manieră la fel de productivă.

Cei mai marișori, în schimb, mai apropiați de patru ani, stau unul lângă altul pentru a construi împreună un castel, jucându-se cu formele de nisip pe plajă sau întrecându-se cu ceilalți în împingerea mașinuțelor cât mai departe posibil; își găsesc o ascunzătoare și-și închipuie că se află în plină aventură; sau se joacă împreună cu casa păpușilor.

Prin aceste activități, copilul de trei-patru ani se aventurează în lume.

Pentru intervale de timp scurte poate rămâne despărțit de persoanele care îi sunt cele mai dragi, adică mama și tata, bunicii; învață să cunoască noi tovarăși de joacă și să stabilească contacte emoționale destul de intense cu adulții și cu alți copii din afara cercului familial.

Se pot observa progrese rapide în multe direcții, dar, uneori, se întâmplă ca dezvoltarea să înregistreze o întrerupere sau chiar o regresie. Să dăm câteva exemple. Cei mai mulți dintre copii au învățat de-acum să se servească de oliță, dar, uneori, pot apărea „incidente“. La vârsta aceasta copiii aleargă, se cațără, pedalează pe tricicletă și unii știu chiar să înoate, dar de îndată ce au căpătat o nouă abilitate, cum ar fi ușurința în cățărare sau înotul, câteodată se blochează, ezitând s-o practice în continuare. Este ca și cum și-ar da seama dintr-o dată de pericolele pe care i le



Este vârsta la care începe socializarea.



Grădinița este o experiență fundamentală pentru creșterea și educația copilului.

*pregătește acea capacitate proaspăt dobândită și și-ar pierde pe moment siguranța de sine.*

*La vârsta aceasta, raportul cu mama este, în general, foarte intens și afectuos, deși cucerirea unei autonomii tot mai mari trece, în mod necesar, prin atitudini de refuz față de cererile adulților și, în special, față de ale mamei. Acesta este, de altfel, și momentul în care, uneori, în familie apare un al doilea copil și primul născut trebuie să învețe cum poate fi împărțită cu noul venit afecțiunea maternă. Micuții, care au putut până acum să se bazeze pe disponibilitatea nelimitată a unei mame iubitoare și grijulii, descoperă cu surprindere că ea are pe altcineva asupra căruia să vegheze.*

*Din acest motiv, ca și din altele, exploziile de furie pot deveni frecvente. Este important ca părinții să facă eforturi pentru a le înțelege semnificația și să știe cum să descifreze chiar și motivele pentru care copilul lor se comportă acum când ca „un om mare“, când în mod totalmente infantil. Tratând împreună cu el problema (evident, în termenii cei mai simpli pentru a putea fi pe înțelesul lui) înseamnă a merge pe calea cea mai bună spre rezolvarea ei.*

*Curiozitatea este o caracteristică a acestei vârste. Lumea este o sursă de nenumărate surprize pentru copii și aceștia simt o plăcere uriașă în urma noilor relații pe care le dezvoltă în exteriorul familiei. Dar, având în vedere că micuțul începe să meargă la grădiniță și intră în contact cu alți copii, va fi mai expus unor tulburări și boli cum ar fi răcelile, tusea și durerile de gât și urechi.*

*A trăi împreună cu copiii înseamnă a ne ocupa de niște mici persoane nu prea docile și destul de puțin conciliante. Ceea ce dorim să subliniem este că aceste ființe pot fi foarte simpatice, dar și obositoare: prin urmare, este important să ne bucurăm de momentele de seninătate, dar să fim pregătiți totodată să înfruntăm și situațiile dificile.*

# Copilul și mama sa (și tatăl său)

Încă de pe la vârsta de doi ani, copilul începe să adopte atitudini de refuz la cererile celor din jur și mai ales ale părinților, începând să se indice pe el însuși prin pronumele personal „eu“. Amândouă aceste comportamente sunt semnalele schimbării profunde care se petrece, adică ale trecerii de la o stare de totală dependență față de mamă la cucerirea unei tot mai pronunțate autonomii. Din modul în care mama reacționează la atitudinile de refuz ale copilului depinde deplina și senina reușită a drumului către autonomie. În acest proces dificil o poziție centrală este ocupată de persoana tatălui care, după cum vom vedea mai târziu, se implică în relația strânsă dintre mamă și copil, facilitându-i acestuia din urmă separarea de mamă și, prin urmare, creșterea gradului său de autonomie.



Primele „crize de opoziție“

*Atitudinile de refuz sunt semnale pozitive ale evoluției copilului către o autonomie din ce în ce mai mare față de mama sa.*



### Frustrarea se află la baza distanțării necesare de mamă

Separarea copilului de mamă își are originea în procesul de clarificare a propriei identități ca persoană autonomă față de figura maternă. Înainte de această schimbare, copilul trăia cu iluzia că își „crează” pur și simplu mama, adică avea impresia că apariția ei se datorează plânsului prin care o chema. Experiențele frustrante provocate de alternanța momentelor de prezență și de absență maternă fac să se estompeze această iluzie de „atotputernicie” și oferă posibilitatea unei relații adevărate cu mama sa, percepută în cele din urmă ca o realitate de sine stătătoare.

### „Faza lui nu” și capriciile

## Distanțarea copilului poate fi dificilă pentru mamă

Prin „nu” copilul începe să se opună voinței exprimate de mamă și, mai ales, începe să se diferențieze de cea pe care o considera o parte din el. Copilul începe astfel să se recunoască în postura de persoană independentă și „să se impună” ca atare. Mai întâi învață să facă gestul lui „nu” dintr-o mișcare a capului, apoi și să spună cuvântul „nu”. Chiar și capriciile, care se înmulțesc de-a dreptul tocmai între trei și patru ani, reprezintă o modalitate de a spune „nu”.



*„Nu”-urile și capriciile nu contrazic în niciun fel pornirea copilului către mama sa.*



*În pofida demonstrațiilor de autonomie, la trei ani copilul își dorește mai ales să fie alintat de către părinți.*

Felul în care mama reacționează la gesturile de opoziție tipice din „faza lui nu“ determină într-o manieră pozitivă sau negativă un sănătos și necesar proces de dobândire a independenței de către copil. De exemplu, șantajul afectiv la care recurge mama (de tipul: „Dacă mai faci așa, nu te mai iubesc“) reprezintă un obstacol în dezvoltarea copilului, provocându-i acestuia sentimente de vinovăție.

Cucerirea autonomiei de către copil depinde atât de mult de reacțiile mamei încât, atunci când el trece prin spaimele tipice pentru această vârstă (cum ar fi teama de a fi abandonat, frica de întuneric sau de persoanele străine), este bine să se acorde atenție, chiar înaintea eventualelor probleme ale celui mic, dificultăților pe care mama le-a avut fiind nevoită să accepte că propriul copil crește și se distanțează de ea.

**Importanța atitudinii adoptate de mamă**

### Femei vrăjite de propria maternitate



Primul lucru pe care trebuie să-l recunoaștem este că maternitatea poate fi considerată drept un „drog“ de mare putere, capabil să aibă o influență asupra minții. Este suficient să vorbim cu femeile care au luat o supradoză (de exemplu, cu cele care au avut mai mult de patru copii) pentru a ne da seama la ce stadiu se poate ajunge.

Maternitatea le face pe femeile tiranice și sigure pe ele, dar nesigure pe propriul lor rol în lumea exterioară (întrebați-le pe femeile cu copii deja mari care revin la locul de muncă și constată că sunt tratate cu un aer suficient de fetișcane cu fustițe minuscule și mult mai obtuze).

Maternitatea le face mândre și curajoase ca niște tigroaice care își apără puiul; și sunt, în același timp, chinuite de sentimente de vinovăție („Aș putea/ar trebui

să fac mai mult?“). Maternitatea vă poate face de nerecunoscut în ochii vechilor voștri prieteni: celibatarii și cei fără copii vă pot evita, de fapt, timp de câțiva ani pentru că ați devenit cam... „ciudate“.

Relaxați-vă. Totul este normal și veți trece de acest impas.

Nu veți mai fi la fel ca înainte, este adevărat; dar fiecare dintre noi crește și se schimbă, iar maternitatea face parte din propriul vostru proces de creștere.

Efectele acestui „drog“ slăbesc pe măsură ce copiii se fac mari; când copilul are trei ani, reușiți să vă mai gândiți din când în când și la alte lucruri; când merge la școală, începeți să vă imaginați că ați putea să vă întoarceți la locul de muncă și

să vă continuați făurirea carierei (chiar dacă n-ați încetat niciodată să munciți, probabil că ați funcționat cu un fel de pilot automat, așa cum mi s-a întâmplat mie, așa încât cariera n-a evoluat câtuși de puțin).

Cine știe, măcar de s-ar întâmpla ca atunci când copilul va avea opt sau nouă ani să vă vină cheful de a ieși seara undeva și, eventual, să dansați. Iar când va deveni adolescent, s-ar putea să priviți cu disperare în jur ca să vă găsiți un loc de muncă mai bine remunerat, să reînodați legăturile cu vechii prieteni și să porniți în căutarea aventurilor de tot felul.

Într-un asemenea caz, ar fi o adevărată minune să descoperiți unde au dispărut cu toții.

L. Purves, *Come non essere una famiglia perfetta* (Cum poate o familie să nu fie perfectă), 2005

## Paternitatea plină de veselie



Un tată nu este o mamă. Ne place sau nu, el are cu copilul o relație diferită: îl vede mai puțin ca o extensie a sa și se consideră mai degrabă un protector plin de bunăvoință. Face cu copilul alt gen de lucruri decât face acesta cu mama, de exemplu jocuri mai avansate, fiind mai puțin dispus să se identifice cu el și, cuprins de o îngrijorare permanentă, să-i oblojească fiecare cucui sau să-l consoleze pentru fiecare vânătaie; uneori îl ia chiar puțin peste picior.

Tatăl reprezintă un fel de anticipare a unei dure și aspre realități a vieții cu care copilul va trebui să dea piept într-o bună zi: este ca un loc aflat pe la jumătatea drumului de la călduțul și primitorul cuib al grădiniței la lumea populată de străinii care îl așteaptă afară.

Ca întotdeauna, există și excepții, dar, în general, mamele sunt foarte grijulii ca odraslelor să nu le lipsească mănușile și căciulițele de lână de care tații cu siguranță vor uita; mamele sunt întotdeauna atente la cel mai mic semn de boală pe care îl observă la copiii lor, în timp ce tații își dau seama de așa ceva abia când

micuțul vomită pe haina lor curată. Mamele empaticizează, tații se solidarizează. Tatăl este, deseori, persoana cea mai potrivită pentru a-l însoți pe copil la un examen sau la un vaccin (asta o știu de la medicii de familie) pentru că este mai puțin înclinat decât mama să se lase cuprins de o nervozitate care se transmite copilului. Am văzut tați tineri mângâindu-i și făcându-i să adoarmă după ce mamele încercaseră fără niciun rezultat să facă asta. Aceasta nu înseamnă că tații ar fi mai buni decât mamele; pur și simplu, ei sunt diferiți în reacțiile lor emoționale.

Bărbații au o tendință îngrozitoare (așa cum o au și unele femei care se află în poziții profesionale importante) să creadă că, dacă nu fac ceva concret cu copiii lor sau nu sunt singura persoană adultă disponibilă, n-ar fi câtuși de puțin necesară nici măcar simpla lor prezență. Nu este așa.

L. Purves, *Come non essere una famiglia perfetta* (Cum poate o familie să nu fie perfectă), 2005

### Ce anume face ca detașarea să fie dificilă

Sunt foarte diferite motivele pentru care o mamă acceptă cu mare greutate ideea că, la un moment dat, copilul se va separa de ea. Înainte de toate, sentimentul profund de responsabilitate existent în rolul mamei poate să cauzeze de multe ori niveluri ridicate de neliniște, lăsând loc unor îndoieli cu privire la corectitudinea propriului comportament sau chiar bănuielii că n-ar fi la înălțimea unei misiuni atât de importante. Când aceste îndoieli devin deosebit de apăsătoare, în psihicul mamei se poate instala o stare de continuă teamă de pericolele reale sau presupuse care pot veni din mediul înconjurător.

### „Lăcomia de putere“ existentă în maternitate

La aceste motive de teamă se mai adaugă și altele, de natură mai adâncă și absolut subiective. Într-adevăr, când devin mame, se constată o modificare fundamentală a identității feminine: în starea de contopire a mamei cu copilul, caracteristică pentru perioada lăuziei, multe femei găsesc o mulțumire profundă care le dă senzația că și-ar fi, de fapt, suficiente lor însele, că au dobândit tot ceea ce le lipsea. În acest sens, se poate spune că în sfera maternității este cuprinsă un fel de plenitudine care tinde să se transforme în atotputernicie și în „lăcomie de putere“.

Din această cauză, creșterea și dobândirea unei tot mai mari independențe a propriului copil provoacă de foarte multe ori în psihicul mamei, într-un mod total inconștient, un sentiment de pierdere, un fel de doliu, așa cum s-a întâmplat ceva mai devreme cu înțărirea. Este absolut necesar ca mama să înfrunte acest moment care poate fi în multe privințe dificil cu o mare seninătate și într-o manieră conștientă, pentru a evita transformarea duioșiei și a dorinței de a-l proteja pe copilul mititel și lipsit de apărare într-o stare de aprehensiune generalizată care ar sfârși prin a-i amenința micuțului încrederea în propria capacitate de creștere.

### Sarcina părinților este de a înlesni calea spre autonomie

Sub multe aspecte, creșterea copilului implică înainte de toate o maturizare a mamei (dar și a tatălui). Este vorba despre o schimbare treptată a propriului mod de a fi părinte care comportă mai întâi formularea unor răspunsuri la noile nevoi și

### De la îngrijirea copilului la educație



la noile cereri ale copilului și, mai apoi, capacitatea de a face ca parcursul său către autonomie să devină mai ușor.

Așa încât, dacă înainte de împlinirea vârstei de trei ani, era necesar ca părintele să-l protejeze, să controleze dacă nu-l pândesc anumite pericole, să intuiască și, deseori, să-i anticipeze nevoile, să-l îngrijească mereu cu dragoste și dăruire, după trecerea celor trei ani este absolut indispensabil să-l încurajeze în asumarea acelor mici riscuri pe care le comportă o mai mare independență, limitându-se doar la a-i indica pericolele, dar comunicându-i, desigur, și certitudinea că va beneficia de o mână de ajutor de fiecare dată când va avea nevoie.

Trecerea de la simpla îngrijire a unui bebeluș la educație implică, prin urmare, și necesitatea ca mama să facă „un pas înapoi“. Pentru a reuși depășirea cu seninătate a acestei faze este important, totuși, ca îmbrățișarea maternă să nu fie o strânsoare sufocantă care să prelungească starea de totală dependență a copilului așa cum era în primele luni de viață.

În perioada delicată a detașării de mamă, tatăl deține un rol fundamental. Prin prezența sa plină de iubire alături de partenera sa de viață el se interpune în legătura dintre mamă și copil care, altfel, ar continua să funcționeze ca o contopire totală. În acest mod, micul vlăstar al familiei percepe faptul că raportul dintre el și mama sa nu este singura legătură pe care ea o are.

Aceasta este prima mare frustrare datorită căreia este stimulată creșterea copilului. Printr-o imagine foarte eficace, psihanalistul francez Jacques Lacan (1901-1981) afirmă că tatăl este bățul pus între fălcile mamei crocodil pentru a o împiedica să-și „devoreze“ progenitura.

## Rolul tatălui