

ANNA BÎKOVA

**COPILAȘII**  
**„MAMEI LENEȘE”**  
**SUNT FERICIȚI LA GRĂDINIȚĂ**



Traducere din limba rusă de  
Antoaneta Olteanu

Editura Paralela 45

Redactare: Ioana Chiriță  
Corectură: Mugur Butuza  
Tehnoredactare și DTP copertă: Mihail Vlad  
Pregătire de tipar: Marius Badea

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

**BĪKOVA, ANNA**

**Copilașii „mamei leneșe“ sunt fericiți la grădiniță** / Anna Bikova ;

trad. din lb. rusă de Antoaneta Olteanu. - Pitești: Paralela 45, 2022

ISBN 978-973-47-3522-8

I. Olteanu, Antoaneta (trad.)

37.018

*Мальши «ленивой мамы» в детском саду*

Анна Быкова

Copyright © 2022, Anna Bykova, text

Design © 2022, Ltd Co Publishing House Eksmo

Copyright © 2022, katzzzmama, illustrations

First published in the Russian language by Ltd Co Publishing House Eksmo

Copyright © Editura Paralela 45, 2022

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar conținutul este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

[www.edituraparelela45.ro](http://www.edituraparelela45.ro)

În cartea de față veți găsi soluții la probleme foarte importante, de care depind fericirea copilului și dezvoltarea lui psihică firească:

- ✓ Cum să ușurăm pentru copil despărțirea de mamă
- ✓ Cum să se adapteze mai repede la grădiniță nu doar copilul, ci și părinții
- ✓ Cum să reacționăm cu calm la istericale și lacrimi, la lipsa poftei de mâncare și la reticența celui mic de a rămâne alături de o tanti străină
- ✓ Și, de asemenea, cât de mult contează o pereche nouă de chițoței, stabilitatea familiei și grija mamei

O experiență plină de pragmatism, povești autentice și sfaturi neprețuite!

## CUPRINS

Introducere .....	9
Maksimka. Despre o îngrozitoare tanti străină .....	11
Marina. Despre setea de atenție .....	18
Vitalik. Despre capacitatea de a aștepta .....	26
Boriska. Despre importanța unei perechi noi de chiotei .....	30
Kiriușa. Despre stabilitate .....	38
Tanecika. Avem, oare, nevoie de grădiniță? .....	45
Când mama vrea să lucreze .....	58
Grijile mamei .....	63
Sonecika. Mult calm. Doar calm .....	75
Agresiuni. Capricii. Istericale .....	80
Polina. Nu dispăreți pe neobservate .....	85
Karina. Despre importanța ritualurilor .....	90
Despre problema poftii de mâncare .....	97
Stiopa. Despre psihosomatică .....	108
Nastia. Din nou tuse .....	112
Deniska. O bucățică de „acasă” .....	119
Când puteți lăsa copilul la grădiniță toată ziua? .....	122
Probleme legate de oliță .....	127
Grădinița și alăptarea .....	134
Prietenii. Despre cum să faci rost de ei .....	137

Îi este bine copilului la grădiniță? .....	142
Aplicații derivate.....	147
Jocul de-a grădinița.....	149
Tehnica „Floarea curcubeului“ .....	152
Poveștile .....	153
Conflictele. Mușcăturile. Căzăturile.....	156
Cum să reacționați când copilul dumneavoastră mușcă? .....	161
Construiți relații!.....	166
Nu complicați lucrurile! .....	170
Întârzierile.....	170
Ignorarea recomandărilor făcute de educatori .....	171
Hainele sofisticate și mănușile cu cinci degete.....	172
Alte întârzieri, dar seara.....	173
Cerceii din urechile fetițelor .....	173
Administrarea medicamentelor în grădiniță .....	174
Tentativele de a organiza un program special.....	174
Apelurile telefonice pentru fleacuri .....	175
Amenințarea cu grădinița și educatoarea .....	176
Mâncarea, dulciurile, băuturile.....	177
Serbarea la grădiniță. Cum nu trebuie să fie.....	180
Despre pedepse.....	185
O mare de lacrimi, la intrarea în grădiniță.....	190
Manifestări nevrotice, în perioada de adaptare la grădiniță.....	196
Încheiere.....	201

## INTRODUCERE

M-am lovit de multe ori și din perspective diverse de problema adaptării copilului la grădiniță: ca mamă, ca educatoare la grupa mică și ca psiholog de familie. Această temă a avut pentru mine o importanță personală. Țin minte că fiul meu cel mare s-a adaptat foarte greu la grădiniță. A plâns mult, a fost multă vreme bolnav. Amigdalite frecvente, otite îndelungate, grave. Acest lucru a încetat numai atunci când eu, renunțând să mai predau la colegiu, m-am angajat ca educatoare la grădinița lui. Asta a coincis cu perioada studiilor mele de psihologie, în completarea studiilor mele superioare de matematică.

Ținând cont de activitatea mea profesională, pentru lucrarea de licență mi-am ales tema „Aspectul psihologic al procesului de adaptare a copiilor în instituțiile de învățământ preșcolar“. Eram mânăta de dorința de a-i ajuta pe copiii din grupa mea, mai ales pe cei care, deja după o perioadă de 4–6 luni, încă nu puteau să se adapteze la grădiniță. Le era dor de casă, plâneau, se îmbolnăveau; într-un cuvânt, manifestau toate acele simptome pe care le văzusem în lunga perioadă de adaptare a fiului meu cel mare. Iar apoi, în urma demersurilor pe care le-am întreprins în clasă, la toți copiii aflați în proces de adaptare am observat o dinamică pozitivă. Chiar și la cei care nu o manifestaseră în lunile precedente, în care frecventaseră totuși grădinița. Unii copii, care se obișnuiseră cu grupa lor, dar veneau fără niciun fel de dorință, au început să vină cu plăcere.

Fiul meu cel mic s-a adaptat repede la grădiniță – chiar foarte repede. Încă din prima zi, s-a despărțit de mine fără lacrimi și a rămas inclusiv să doarmă acolo după-amiaza. De fapt, eu îmi făcusem planul să-l iau imediat

după prânz, numai că el a adormit la masă, așa că îngrijitoarea l-a așezat într-un pătuț. La prima vedere, s-ar putea spune că am avut noroc. În realitate, eu am lucrat cu el intenționat pentru a-i induce o stare de liniște. La vremea aceea, acumulasem deja experiența și cunoștințele pe care vi le împărtășesc cu inima deschisă în această carte.

Iată ce veți găsi în următoarele pagini:

- povești adevărate despre adaptări complicate, cu final fericit;
- analiza unor greșeli pedagogice;
- explicarea reacțiilor copilului;
- trucuri și procedee care funcționează;
- niciun fel de banalități de genul „Păstrați și acasă programul de la grădiniță“, fiindcă acest lucru nu garantează deloc succesul adaptării.

În cartea de față, vă pun la dispoziție experiența mea practică, bazată pe cunoștințele mele despre psihologia copilului.

## MAKSIMKA. DESPRE O ÎNGROZITOARE TANTI STRĂINĂ

Prima mea zi de lucru la grădiniță a coincis cu începutul adaptării prin care a trecut Maksimka. Fosta educatoare a grupei mă prevenise că e un copil dificil, care se ține numai după mamă. Băiatul venise la grădiniță vreo două zile, apoi o săptămână fusese bolnav și acum, iată, venea din nou... Nici nu știu cine s-a speriat mai mult de prima noastră întâlnire, eu sau Maksimka.

Și eu am avut nevoie de o perioadă de adaptare la grădiniță.

E dimineață, mă simt cuprinsă de stresul primei zile de lucru și iată un copil care se uită cu groază la mine, ca și cum aș fi personificarea răului. Situația se complicase din cauza absenței unei femei care să mă asiste – „îngrijitoarea“, așa cum îi spun de regulă părinții. Maksimka urla, lipit de mamă:

— Mămico, nu mă lăsa, te rog!

A trebuit să-l smulg cu forța pe copil de lângă mamă (cum altfel?), distrăgându-i atenția și reținându-l până în momentul plecării ei, iar mai apoi alinându-l până la întoarcerea mamei.

Am în mână o oală și le pun eu copiilor cașă, pentru că azi nu avem îngrijitoare. Nu pot să țin copilul, pentru că mâinile îmi sunt ocupate cu oala.

Nu pot nici să las oala, pentru că trebuie să pun în farfurii douăzeci de porții de cașă.

Și, după aceea, să mai pun și cacao în căni.

Și să mai tai și pâine, apoi s-o ung cu unt.



Și să le mai și dau să mănânce aceluia care n-o pot face singuri.

În tot acest timp, părinții continuă să vină, aducându-și copiii. Vor să facă cunoștință cu noua educatoare, să pună întrebări, să vorbească despre ce are special copilul lor.

Iar eu tai pâine cu un cuțit al naibii de bont, în timp ce Maksimka urlă lipit de mama sa.

Știu că trebuie să vorbesc un pic cu părinții, să-l duc lângă lavoar pe copilul nou-venit, să-l ajut să se spele pe mâini, să-l așez la masă. Dar încă nu am apucat să fac cele douăzeci de tartine.

Untul. Parcă e abia scos din frigider. Nu se întinde deloc!

Iar Andriușa deja a vărsat pe el cacao.

Și Iulecika a băgat lingura așa de adânc în gură, că i s-a stârnit reflexul de vomă. A vomat pe masă, pe jos, pe sarafan. Eu sunt pierdută de tot. Mai întâi să schimb copiii sau să șterg pe jos? Iar podeaua plină de vomă s-o spăl cu apă sau cu clor?

Ce complicat este totul!

Peste câteva zile, deja mă descurcam abil cu cașa, putând în același timp și să discut cu părinții. Am ascuțit cuțitele, iar untul... mi-a dat prin cap să-l dezgheț puțin, punându-l pe capacul oalei cu cacao sau cu ceai fierbinte. Cât despre vomitat, asta se întâmpla destul de rar la copii. Pur și simplu, în prima zi se adunaseră toate. De parcă Universul intenționase să-mi pună la încercare dorința de a lucra într-o grădiniță: „Nu ar trebui, oare, să te întorci la colegiu să predai matematică discretă și să îndrumi tinerii adulți pentru a-și lua diploma? Tare ai mai vrut să lucrezi cu copiii mici... Na, poftim de vezi acum toată frumusețea lucrului cu ei! Te-ai gândit bine? Iată-l pe Maksimka, urlând de ți-e și frică să-l iei în brațe...”

Și mama lui Maksimka încă mai așteaptă. Însă răbdarea ei este deja pe sfârșite.

— Dar luați-mi odată copilul! Cât să mai aștept?! Nu mai pot!, spune ea indignată.

Maksimka se uită îngrozit la mine. Eu mă uit îngrozită la Maksimka, la podeaua murdară de vomă și la cacaua de pe jos și recunosc sincer:

— Nu pot. Nu sunt pregătită. Vă rog, e posibil să nu-l lăsați azi? Trebuie să vă duceți la serviciu?

Probabil, aveam o intonație foarte rugătoare. Mamei i s-a făcut milă:

— Deocamdată, nu lucrez. Îl pot lua acum acasă. Dar vreau totuși ca fiul meu să meargă la grădiniță. Cum să procedăm?

— O să mă gândesc și vă sun diseară.

Prima mea zi de lucru a fost foarte grea.

M-am gândit. Decizia luată a fost în mod clar una neobișnuită. Și chiar mă îndoiam că mama lui Maksimka ar putea să fie de acord cu ea:

— Înțelegeți, pentru Maksimka la grădiniță totul e străin. Și eu sunt tot o străină. Se teme și de grădiniță, și de mine (ca parte a grădiniței înfricoșătoare). Trebuie să stabilesc cu el un contact în afara zidurilor grădiniței. Pentru ca mai întâi să se deprindă cu mine și abia după aceea să vină nu la grădiniță, ci să se joace cu Ania. Dar nu forțat. Haideți să ne plimbăm seara prin același părculeț. Eu cu fiul meu, dumneavoastră cu Maksim. Și să jucăm neapărat jocuri împreună. Până atunci, nu veniți la grădiniță.

Mama lui Maksim a primit cum se cuvine o asemenea propunere. I-am explicat fiului meu Arseni misiunea – pe care, la cei 5 ani ai lui, a îndeplinit-o cu mare răspundere –, așa că în fiecare seară se tot gândea ce ar putea lua cu el la plimbare, ca să-l intereseze pe Maksimka.

Pachetul de distracții era destul de standard: baloane de săpun, cretă colorată pentru desenat, mașinuțe teleghidate, o minge, o trotinetă și leagănul din parc. Maksimka a început să capete încredere în Arseni, iar eu – în tabloul lui despre lume – am devenit Ania, mama lui Arseni. Iar Arseni, parcă în treacăt, îi spunea de jocurile pe care le joacă la grădiniță cu copiii. Astfel, în mintea lui Maksimka, grădinița a devenit locul unde se joacă Arseni.

N-o să afirm că peste o săptămână Maksimka a rămas la grădiniță fără lacrimi. Totuși, după ce-o lăsa pe mamă să plece, venea în brațele mele și accepta să fie alinat.

Mai rea decât faptul că rămâi fără mama e numai împrejurarea de a rămâne singur de tot. „Singur de tot“ e mai cumplit decât „fără mamă“. Copilul nu trebuie să se ducă, pur și simplu, la grădiniță. El trebuie să se ducă la un om care va ține locul mamei lui. Acest lucru îl va face să fie liniștit și încrezător: „Persoana aceasta va avea grijă de mine, mă va ajuta.“

Cel mai bine se adaptează la grădiniță copiii care au deja experiența despărțirii de mamă. De exemplu, copilul obișnuit să rămână des cu tata, cu bunica sau cu o mătușă. Asemenea copii înțeleg deja că poate să existe cineva care ține locul mamei și vin mai ușor în întâmpinarea educatoarei.

Acest procedeu – cunoașterea educatoarei înainte să vină la grădiniță și în afara cadrului ei – l-am recomandat unei cunoștințe de-ale mele care avea un copil foarte timid. Pentru el, doar faptul că în preajma lui se află un om străin îi producea un stres uriaș. Iar dacă în jurul lui totul e străin – și pereții, și oamenii... Cineva cunoscut trebuie să fie prezent. Cel mai bine e să fie chiar educatoarea, am sugerat eu.

— Dar educatoarea nu va fi de acord! Ce-o interesează pe ea? Să piardă timp în plus cu un copil străin...



— Asta e deja o problemă de bani. Ține de cât vrei să oferi. Și cât de corect oferi.

— Ce-i asta? Mită?

— Nu. Este plata unui serviciu. Cu ora. Ca pentru o bonă sau un meditor. Timpul petrecut împreună trebuie plătit, este normal.

Mai întâi educatoarea, pur și simplu, discută cu mama, îi stă alături, în câmpul vizual al copilului. Care se obișnuiește s-o vadă. Apoi educatoarea stabilește cu grijă contactul, începe să vorbească cu copilul. El se obișnuiește s-o audă. După asta, se joacă împreună – cu participarea mamei, apoi cu mama privind de la distanță, iar în cele din urmă mama poate pleca pentru o vreme. Desigur, toate astea nu se fac într-o oră. Probabil, va fi nevoie de câteva întâlniri, înainte ca fiul sau fiica dumneavoastră să nu se mai teamă de tanti cea străină. Iar când copilul va veni la grădiniță, va avea deja omul „său“ în grupă.

Un asemenea demers poate părea nerealist. Îmi dau seama că la noi nu se obișnuiește așa. Dar știu câteva exemple asemănătoare de adaptare ușoară, când copilul face cunoștință cu educatoarea înainte de a ajunge la grădiniță. Dacă și părinții, și educatorul sunt interesați, astfel de inițiative se vor putea concretiza. Interesul părintelui e clar: să ușureze adaptarea copilului său. Dar care este interesul educatoarei? Tot acela de a facilita adaptarea.

Atunci când e vorba de o adaptare grea, prin ea trec nu doar copilul și părinții lui. Nu este deloc ușor pentru niciunul dintre participanții la acest proces – nici pentru educatoare, nici pentru ceilalți copii din grupă, care stau într-o atmosferă tristă, ascultând plânsul neîncetat al nou-venitului.

Am trecut prin sute de adaptări și îmi dau seama care este diferența. Tuturor celor implicați și apropiați, tuturor celor care se află în preajma copilului le va fi mai ușor dacă el are încredere în educatoare. E preferabil ca micuțul, lipit de umărul meu, să scâncească încet și să plângă după plecarea mamei, dar să mă lase să-l alin, decât să se trântescă pe jos într-o criză de isterie agresivă, îngrozit de situația necunoscută în care se află și de o tanti străină care, nu se știe de ce, se apropie de el.



Lucrul cel mai important, atunci când se face adaptarea, e stabilirea unui contact cu educatoarea.

Nu este obligatoriu ca fiecare copil să fie ajutat să se adapteze prin intermediul unei asemenea scheme, dar ea e utilă pentru cei care au o capacitate scăzută de adaptare. Faptul că cel mic a făcut cunoștință cu educatoarea înainte de a intra în grădiniță va contribui la evitarea unui stres suplimentar.

Știu, există părinți „curajoși“ care consideră că modalitatea cea mai bună de a învăța să înoți este aceea de a te arunca din barcă chiar în mijlocul râului. Prin urmare, din perspectiva lor, cea mai bună metodă de adaptare este să lași de prima dată copilul la grădiniță pe durata întregii zile. „O să urle puțin și o să se oprească!“, își spun ei. Sigur că o să se oprească, pot să fiu acord cu ei în această privință. Mai devreme sau mai târziu, copilul va înceta să plângă, pentru că va obosi și nu va mai avea putere nici măcar pentru lacrimi. Dar nu pot garanta că acest lucru se va întâmpla fără urmări pentru psihicul copilului. O consecință poate fi pierderea sentimentului de siguranță și groaza de a fi părăsit. Copilul care mai înainte pleca

liniștit de lângă cei apropiați deodată începe să se agățe din nou de mamă, să simtă frică, chiar dacă mama, pur și simplu, se duce în camera învecinată. Va solicita prezența ei alături și noaptea, fiindcă va avea coșmaruri. Iar coșmarurile nu sunt întâmplătoare – acesta este felul în care inconștientul prelucrează evenimentele și întâmplările din ziua care tocmai s-a încheiat. Și dacă trauma psihologică va fi serioasă, ea se va manifesta inclusiv la vârsta adultă (prin prezența spaimii iraționale că „va fi părăsit“, atunci când va începe să stabilească relații apropiate).

La traumă psihologică duc evenimentele care depășesc posibilitatea înțelegerii și suportabilității umane. Dacă îi vom explica celui mic unde și de ce pleacă mama și apoi îl vom lăsa la grădiniță un timp – atât cât poate suporta (o jumătate de oră sau o oră, mărinț treptat intervalul) – nu va exista nicio traumă. Însă dacă nu-i vom explica nimic și-l vom lăsa acolo toată ziua, în ciuda faptului că mai înainte copilul nu a avut experiența separării de mamă, atunci probabilitatea de apariție a traumei este mare. Pe de altă parte, dacă-l vom lăsa toată ziua, dar copilul a trăit deja în mod frecvent experiența timpului petrecut departe de mamă, ba chiar pentru un interval mai îndelungat, atunci acest lucru nu va fi traumatic pentru psihic.

Copiii au capacități adaptive diferite și experiență de viață diferită – este important să se țină cont de acești factori. Dacă eu, ca să învăț să înot, aș fi aruncată din barcă în mijlocul râului, probabil că m-aș îneca.