

Héloïse Junier

Ghid pentru înțelegerea și îngrijirea copiilor mici

HÉLOÏSE JUNIER

GHID PENTRU ÎNȚELEGEREA ȘI ÎNGRIJIREA COPILOR MICI

47 DE FIȘE CARE SĂ VĂ AJUTE ÎN ORICE SITUAȚIE

Cuvânt-înainte de CATHERINE LELIÈVRE

Traducere din limba franceză de
Alina Popescu

TREI

EDITORI:

Silviu Dragomir
Magdalena Mărculescu
Vasile Dem. Zamfirescu

REDACTARE:

Sofia-Manuela Nicolae

DESIGN ȘI ILUSTRAȚIE COPERTĂ: Andrei Gamart

DIRECTOR PRODUCȚIE:

Cristian Claudiu Coban

DTP:

Crenguța Rontea

CORECTURĂ:

Dușa Udrea-Boborel
Dana Anghelescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**JUNIER, HÉLOÏSE**

Ghid pentru înțelegerea și îngrijirea copiilor mici : 47 de fișe care să vă ajute în orice situație / Héloïse Junier ; cuv.-înainte de Catherine Lelièvre ; pref. de Catherine Gueguen ; trad. din lb. franceză de Alina Popescu. — București : Editura Trei, 2025

Conține bibliografie

ISBN 978-606-40-2612-5

I. Lelièvre, Catherine (pref.)

II. Gueguen, Catherine (pref.)

III. Popescu, Alina (trad.)

613

Titlul original: *Guide TRÈS pratique pour les pros de la petite enfance*
47 fiches pour affronter toutes les situations, 2nd edition

Autor: Héloïse Junier

Copyright © Dunod 2021, Malakoff

Illustrations by Lise Desportes

© Editura Trei, 2025

pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeu 1, C.P. 0490, București

Tel.: +4 021 300 60 90; Fax: +4 0372 25 20 20

E-mail: comenzi@edituratrei.ro

www.edituratrei.ro

*Lui Stéphane,
pentru afecțiunea, umorul și susținerea lui necondiționată*

*Pentru Apolline și Valentine, fiicele noastre dragi,
pentru că m-au făcut să fiu mama lor și mi-au oferit privilegiul
să descopăr din interior bucuriile (și dificultățile!) de a fi părinte*

*Părinților mei,
care m-au încurajat mereu în proiectele mele,
de la primul meu pas la prima mea carte*

*Pentru Caroline, Léonore, J.J. și Éric,
pentru disponibilitatea și sfaturile lor*

*Tuturor profesioniștilor din domeniul copilăriei mici
pe care i-am întâlnit pe parcurs și care au contribuit
la scrierea acestei cărți prin confidențele și întrebările lor*

Cuprins

Cuvânt-înainte	11
Prefață	13
Mulțumiri	17
Introducere	21
Partea 1. Test (interzis celor mai mici de 3 ani)	
Capitolul 1. Este nevoia de afecțiune la fel de importantă precum cea de a mânca și de a bea?	29
Capitolul 2. Care este diferența dintre a „educa” și a „acompania” un copil?	34
Capitolul 3. Un copil mic poate să te manipuleze, să te sfideze, să te provoace?	35
Capitolul 4. Sunt emoțiile noastre la fel de contagioase precum coronavirusul?	41
Capitolul 5. Ce anxios (pentru cei mari și cei mici) poate fi consumat fără moderație?	45
Capitolul 6. Care sunt cele 5 forme de violență observate la locul de primire?	49
Capitolul 7. Ce înseamnă abuz emoțional?	54
Capitolul 8. Creșea colectivă te face să fii sociabil?	57
Capitolul 9. Se tăvăleşte pe jos pentru un compot: capriciu sau nu?	60
Capitolul 10. De ce trăiesc copiii mici emoții atât de mari?	62

Capitolul 11.	Adultomorfismul: dar ce înseamnă această insultă?	67
Capitolul 12.	De ce copiii tind să te privească în ochi după ce cad și apoi să plângă?	71

Partea a 2-a. Fișe practice

Capitolul 13.	„Vrea mereu în brațe“	77
Capitolul 14.	„Rămâne în colțul lui“	86
Capitolul 15.	„Nu vrea să mănânce nimic“	93
Capitolul 16.	„Nu vrea să doarmă“	101
Capitolul 17.	„Plânge întruna“	110
Capitolul 18.	„E agitat“	116
Capitolul 19.	„Este într-o continuă opoziție“	123
Capitolul 20.	„Nu respectă nici limitele și nici interdicțiile“	130
Capitolul 21.	„Nu încetează să muște“	137
Capitolul 22.	„Se pipăie“	144
Capitolul 23.	„Are mereu o tetină în gură“	149
Capitolul 24.	„Este preferatul meu“	157
Capitolul 25.	„De acest copil nu reușesc să mă apropii“	163
Capitolul 26.	„Cu acest părinte nu există comunicare“	168
Capitolul 27.	Cele 5 ingrediente-cheie ale pedagogiei pozitive	175
Capitolul 28.	20 de sfaturi ca să atenuăm stresul copiilor	183
Capitolul 29.	Zece sfaturi ca să-ți atenuezi propriul stres!	194

Partea a 3-a. Pentru a merge mai departe...

Capitolul 30.	Copiii productivi își fac părinții mai fericiți?	201
Capitolul 31.	„Când își va face copilul meu nevoile la oliță?“ — Înainte de majorat, vă promitem!“	206
Capitolul 32.	Sunt compatibili copiii mici și ecranele?	213
Capitolul 33.	Un copil mic se poate plictisi?	218

Capitolul 34.	„Spune mulțumesc!“ Trebuie să-i învățăm politețea?	222
Capitolul 35.	Trebuie să-i lăsăm pe copii să se urce pe mese?	227
Capitolul 36.	Plânsul bebelușilor: o mare neînțelegere	234
Capitolul 37.	Participi la construirea creierului copiilor pe care îi ai în grijă	245
Capitolul 38.	Ce rol are psihologul într-o creșă?	250
Capitolul 39.	Și dacă am îndrăzni să fim sinceri cu părinții? (subiect extrem de sensibil!)	255

Partea a 4-a. Copiii care nu se încadrează în tipare (și cu atât mai bine!)

Capitolul 40.	Toți copiii sunt făcuți pentru colectivitate?	267
Capitolul 41.	Micuții „supradotați“: să-i identificăm ca să-i ghidăm mai bine	275
Capitolul 42.	Mutismul selectiv: acei copii care nu spun un cuvânt toată ziua	283
Capitolul 43.	Autism: detectarea primelor semne la copilul mic	289
Capitolul 44.	Sindromul bebelușului scuturat, o formă de abuz care distruge vieți	297

Partea a 5-a. Și dacă am sta de vorbă despre voi?

Capitolul 45.	A fi profesionist și părinte, un dar otrăvit?	305
Capitolul 46.	Când viața profesională invadează viața personală	313
Capitolul 47.	Suferința profesională — și dacă ai avea grijă de tine?	318
Bibliografie		325

Cuvânt-înainte

Héloïse Junier este psihologă și jurnalistă totodată — o dublă competență care îmbină o cunoaștere detaliată a terenului — întrucât intervine în creșe — cu un scris plăcut, însoțit de imagini și concret, pe care știe să-l pună în serviciul unor idei adeseori originale și întotdeauna relevante. Astfel a venit ideea colaborării dintre noi cu ocazia lansării în martie 2016 a site-ului internet LesprosdelaPetiteenfance.fr.

Am reflectat împreună la ce ar putea fi cel mai de folos profesioniștilor care lucrează în creșe și grădinițe. Atât în ceea ce privește forma, cât și conținutul. Astfel, au luat naștere fișele noastre practice — un termen care nu ne-a mulțumit pe deplin pentru că nu este vorba despre rețete, ci despre piste de reflecție pentru o mai bună adaptare a atitudinilor și practicilor profesionale la situații complexe percepute ca fiind problematice și deranjante. Fișele pornesc de la ceea ce simt profesioniștii și au fost concepute pentru a-i ajuta să-și imagineze soluții care să țină cont atât de dezvoltarea copilului, cât și de viața din grupă. Sunt gândite pentru echipele din creșe, dar știm că sunt consultate și de multe asistente maternale care găsesc în ele repere și un suport pentru practicile lor profesionale.

Vei găsi în această carte fișele publicate în secțiunea de psihopedagogie a site-ului Pros de la Petite Enfance (Profesioniștii Copilăriei Mici). Sunt rodul discuțiilor constante dintre noi, pentru că,

adesea, profesioniștii care ne citesc au comentat ori au sugerat teme: cum ar fi cea a copilului favorit, de care echipa se ocupă în mod deosebit, la care niciuna dintre noi nu se gândise. Sau chiar idei adunate de Héloïse Junier în cadrul formărilor pe care le asigură.

Sunt bucuroasă că toată această muncă și articolele de pe site capătă o nouă viață în această carte care va putea fi consultată ori-când cu ușurință și care poate și trebuie să aibă un loc în biblioteca unei creșe, a unei structuri de sprijin a asistentelor maternale sau a unui institut de formare.

Catherine Lelièvre

Prefață

Mă bucur în mod deosebit să scriu această prefață, deoarece Héloïse Junier lucrează cu emoțiile. Știm în prezent că așadar cunoașterea, exprimarea și înțelegerea emoțiilor sunt esența dezvoltării ființei umane. Astfel, Héloïse Junier poate înțelege mai bine ce simt copiii, profesioniștii și părinții, având o abordare nedogmatică, cu totul originală, foarte subtilă și empatică.

Acest ghid va fi deci extrem de valoros atât pentru bunăstarea copiilor, cât și pentru profesioniștii copilăriei mici și părinți.

De fapt, acest ghid practic nu este o carte de rețete magice de aplicat, ci îndeamnă la reflecție asupra complexității fiecărei situații cu care se întâlnește profesionistul copilăriei mici.

Acest ghid abundă în cunoștințe noi despre copii și dezvoltarea lor, îndrumându-i pe profesioniști și părinți să-i privească pe copii cu empatie și bunăvoință și să le înțeleagă nevoile. Autoarea subliniază în special nevoia fundamentală de afecțiune. Sunt demontate și investigate multe dintre ideile primite de-a gata, cum ar fi cele despre plâns, capricii, furie, mușcăături.

Héloïse Junier dovedește o cunoaștere profundă a profesioniștilor copilăriei mici. Cunoaște dificultatea extremă a acestei meserii care necesită atât cunoștințe despre dezvoltarea afectivă, cognitivă, motorie și senzorială a copilului, cât și un echilibru psihic și afectiv solid. Într-adevăr, această perioadă a vieții, plină de momente fericite, este și o perioadă a furtunilor emoționale.

Plânsul, furia explozivă, panica, imboldul de a mușca, de a lovi sunt niște suferințe pentru copiii care le trăiesc, dar sunt și momente foarte dificile pentru adulți și cer din partea lor munți de răbdare și compasiune pentru aceste mici ființe al căror creier este extrem de imatur și care au nevoie de adulți empatici, calzi și susținători pentru a se dezvolta în mod optim.

Nu în ultimul rând, Héloïse Junier abordează întreaga complexitate a ceea ce simt părinții față de „necunoscutul/a“ căruia/căreia îi încredințează ceea ce au cel mai prețios: copilul.

Autoarea pune întrebări legitime despre beneficiile socializării timpurii, care depinde de calitatea relațiilor și nu de numărul lor, insistând asupra importanței unei relații individualizate cu copilul, ceea ce ar necesita ca profesioniștii să aibă mai puțini copii de care să fie responsabili. Junier aduce în discuție și activitățile care ar trebui practicate zilnic, „ca să faci obligatoriu ceva cu copiii în fiecare zi“ și, astfel, să le oferi părinților „producția“ copilului lor (desen, abțibilduri...), deși a-l lăsa pe copil să se joace liber, fără presiune, răspunde unei nevoi esențiale pentru el.

Héloïse Junier nu uită să menționeze ecranele și consecințele lor nefaste asupra copiilor mici, și face o trecere în revistă a ceea ce poate atenua stresul profesioniștilor a căror muncă este extrem de obositoare și stresul micuților care, conform cercetărilor recente, sunt ființe al căror creier foarte fragil și maleabil ar merita întreaga atenție a adulților, astfel încât să aibă parte de copilăria cea mai blândă și în siguranță. Știm foarte bine că actualmente creierul la acea vârstă este extrem de maleabil și că toate relațiile pe care le trăiesc copiii îl vor modifica în profunzime într-un sens pozitiv dacă aceste relații sunt binevoitoare, empatică, susținătoare. Mai trebuie și ca profesioniștii să aibă timp să ofere această relație călduroasă, securizantă și personalizată de care au nevoie.

Este de la sine înțeles că ar trebui să-i revalorizăm financiar și moral pe profesioniștii copilăriei mici pentru că au ca responsabilitate o parte din viitorul întregii societăți. Într-adevăr, e cunoscut în prezent, încă de la raportul lui James Heckman — Premiul Nobel în economie — din 2007, că investirea unui dolar pentru ca profesioniștii copilăriei să-și dezvolte abilitățile socioemoționale le permite copiilor să se dezvolte pe toate planurile — personal, social și intelectual — și astfel să economisească, la vârsta adultă, 100 de dolari prin prevenirea riscurilor de șomaj, delincvență și tot felul de devianțe. În raportul său, Heckman subliniază că cu cât investim mai devreme, cu atât sunt mai bune rezultatele. Ar trebui deci să investim la maximum în copilăria mică.

Pledez, deci, pentru ca profesioniștii din domeniul educației timpurii să primească o formare solidă ca să-și dezvolte propriile abilități socioemoționale, cum ar fi Comunicarea Nonviolentă, a cărei intenție este să creeze o calitate a relației cu sine și cu ceilalți, care să facă posibilă satisfacerea nevoilor fundamentale ale fiecăruia, într-un mod armonios și pașnic. Ar fi, de asemenea, esențial ca ei să fie mai numeroși alături de copii și să aibă un salariu corespunzător importanței muncii lor.

Catherine Gueguen, pediatră

Mulțumiri

Aș dori în mod special să le mulțumesc celor trei persoane care au contribuit la transformarea acestui ghid în ceea ce este, trei figuri de referință din domeniul copilăriei mici.

Mulțumiri lui Catherine Gueguen, pediatră, pentru umanitatea de neclintit și pertinența cărților ei, grație cărora mii de părinți și profesioniști au putut să capete o privire empatică asupra emoțiilor explozive ale copilului de vârstă mică. Mulțumesc pentru sprijinul pe care mi l-a acordat în proiectul acestui ghid, redactându-i prefața.

Mulțumiri lui Josette Serres, cercetătoare la Centrul Național pentru Cercetări Științifice (CNRS), pentru perspicacitatea de cercetătoare, umorul curajos și toate orele pe care le-am petrecut împreună conversând despre ce se întâmplă în mintea copiilor mici. Aceste ore care au stârnit în mine nevoia de a mă avânta în aventura nebunească a doctoratului. Îi mulțumesc pentru timpul acordat citirii acestei cărți și pentru sfaturile ei pertinente.

Mulțumiri lui Catherine Lelièvre, fondatoarea site-ului „Les pros de la petite enfance“, pentru că mi-a oferit beneficiul experienței sale enorme în presă și redactare, pentru sfaturile, proiectele și inițiativele ei stimulante. Este evident că acest ghid nu ar fi existat fără ea. El s-a născut în cursul schimburilor noastre de idei, tema s-a maturizat, iar forma fișelor practice s-a rafinat.

Ghidul pe care îl țineți în mână este rezultatul unui efort laborios, care a început acum șase ani pe teren, în creșe colective,

familiale și în centrele de consiliere pentru asistenți maternali¹. Este rezultatul a sute de ore de observare a copiilor, de discuții cu profesioniștii, de căutări și de reflecții. Aventura a continuat cu site-ul dedicat profesioniștilor în domeniul copilăriei mici, unde au fost publicate deja unele capitole din acest ghid. Având în vedere succesul acestor texte în rândul multor profesioniști, Catherine Lelièvre și cu mine ne-am gândit să le dedicăm un întreg volum în care am inclus capitole inedite.

Ce conține acest ghid? **Un test** pentru verificarea și aprofundarea cunoștințelor, o serie de **fișe practice** pe care să le consultați în activitățile zilnice de pe teren și, pentru a merge mai departe, câteva **dezbatere** care să hrănească și să prelungească reflecțiile dumneavoastră despre copii și îngrijirea lor în colectiv.

¹ RAM, Relais d'Assistants Maternels, adică Centru de Informare și Sprijin pentru Asistente Maternale (*N.t.*).

Atenționare

(foarte serioasă)

Acest ghid este strict rezervat pentru utilizarea de către cei și cele care:

- au umor (dacă nu râdeți niciodată la glumele celor din jur — nici măcar la cele mai bune —, atunci nu are rost să citiți această carte dincolo de introducere);
- sunt deschiși să-și pună la îndoială certitudinile și convingerile despre cei mici;
- nu au alergii sau intoleranță față de știință;
- sunt simpatici¹.

¹ Ideea e că-mi place să cred că printre cititorii și cititoarele mele sunt doar oameni simpatici!

