

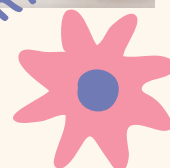
GHID CU POVEȘTI MICI PENTRU PROBLEME MARI



5 povești cu învățăminte care
să te ajute în situații gata-gata
să explodeze



GRRRR



de Cristina-Elena Guraliuc



Bună! Sunt Cristina Guraliuc, scriitor și fondator al proiectului „Căsuța Poveștilor”, o micuță librărie online de unde pleacă în lume cărți personalizate și povești terapeutice.

În relația cu Ilinca, fetița mea de aproape 5 ani, folosesc poveștile zilnic. Nu doar că mă conectez cu ea și petrecem timp de calitate împreună, dar pot să „dezamorsez” mici (sau mari) conflicte înainte să se transforme într-un adevărat fiasco.

Eu m-am convins de atâtea ori că poveștile au puteri vindecătoare. Așa că astăzi te invit și pe tine, părinte, educator, îndrumător, să descoperi magia poveștilor! Nu trebuie să fii expert în storytelling, poveștile de zi cu zi se găsesc în absolut fiecare locușor și lucru din jurul nostru. În ghidul acesta, îți prezint 5 povești standard care să te ajute în situații comune care, deși nouă ne par ne semnificative, pentru cei mici sunt adevărate tragedii.

Cum funcționează mai exact

Îți sunt prezentate cinci situații comune cu care se confruntă, de regulă, părinții:

- ◆ Copilul refuză să îi fie tăiate unghiile
- ◆ Fratele/sora mai mică vrea atenția părintelui și copilul nu este dispus să o împartă
- ◆ Copilul refuză să împartă jucăriile
- ◆ Independență exagerată
- ◆ Copilul vrea lucrurile într-un anumit fel și nu dă semne de cooperare



Fiecare poveste are un timp aproximativ de lectură și ai îndrumări inserate printre rânduri despre cum să o citești, când, cu ce scop, ca să înțelegi mai bine de ce anume folosim anumite paragrafe sau simboluri.



Nu trebuie să citești fiecare poveste cap-coadă, exact așa cum îți este prezentată. În funcție de vârsta copilului, le poți adapta.



Îți recomand ca, după fiecare lectură, să dezbați subiectul cu al tău copil și să faci o paralelă cu situații asemănătoare prin care treceți și voi.

Spor la povești!

S

cenariul 1: Copilul refuză să îi fie tăiate unghiile

Ah, iată sfârșitul lumii în accepția copilului de la 1 la 3 ani (chiar mai mult): foarfeca! Experiența nu este deloc una plăcută, oricât de mult ne străduim să explicăm cu blândețe că unghiile pot zgâria și răni dacă nu sunt tăiate, că foarfeca taie doar unghia, că nu doare. Nici puterea exemplului nu pare să funcționeze foarte bine. Copilul se amuză când ne vede făcând propriile unghii harcea-parcea, dar izbucnește iar într-o fântână de lacrimi când îndreptăm foarfeca/unghiera spre propriile lui degete.

Am născocit povestea aceasta ușoară și tare haioasă ca să rezolv propria noastră dramă de familie legată de tăiatul unghiilor și, fără nicio exagerare, a funcționat miraculos!



Prima poveste: Domnul Foarfece, mâncătorul de unghii

Timp: 20 minute

Instrumente: foarfece

Opțional: plimbare la frigider și/sau cămară

Astăzi vom face cunoștință cu un personaj tare simpatic, căruia îi este foaaarte foame! Ce facem când ne este foame? Mmm, da, mâncăm! Doar că domnul Foarfece, căci așa îl cheamă (aici introducem personajul cu „gura” căscată) nu mănâncă mâncare obișnuită.

- Mi-e foame! Mi-e foame! strigă domnul Foarfece.

- Vai, domnule, dar chiar nu știu cum vă putem ajuta noi (părintele răspunde, pe un ton plângăcios).

Până acum, copilul ar trebui să se simtă relaxat, să fie deja absorbit de poveste și curios să afle ce urmează. Păstrăm un ton jucăuș, imităm personajele cu inflexiuni exagerate ale vocii, spre amuzamentul micuțului/micuței.

- Ah, cum așa? Dar este foarte simplu! Dați-mi să mănâânc! se roagă domnul Foarfece, căscând gura mare-mare.

- Păi, ce îți place să mănânci? Poate avem prin frigider sau în cămară...

- ... nuuu! Mâncarea mea preferată nu e nici în frigider, nici în cămară, întrerupe domnul Foarfece.

Ca un plus, puteți explora frigiderul (atenție, copilul să fie deja hrănit, haha) și cămara și să selectați câteva feluri de mâncare/conserva pe care Foarfeca să le refuze.

- Atunci? Întrebă părintele cu brațele proptite în șolduri.

- Păi, să vedeți... se fâstâcește domnul Foarfece. Mie îmi place să mănânc unghii. La mic dejun, prânz și la cină.

- Și la gustări?!?

- Da... și la gustări.

- Ah, dar asta este simplu, de ce nu ați spus așa, domnule Foarfece? Priviți, Ilinca (*aici inserează numele copilului tău*) are aici o colecție grozavă de unghii care cred că vă vor plăcea tare. Ce zici, Ilinca, îi dăm să guste? Să vedem cât de maaare crește burtica. În funcție de răspunsul copilului, continuă joaca sau lasă Foarfeca să se înfrupte ușor și cu grijă dintr-o unghiuță. Nu uita să fii cât mai jucăușă și aici, folosește sunete specifice unei mese copioase, cu grijă când copilul râde - căci, promit, o va face! - să nu îl rănești din greșeală.

- Încă vă mai este foame? Dar a fost o unghie mare! se miră părintele, făcând ochii mari. Vai de mine!

- Păi, da, încă îmi mai este foame...

Continuă așa la fiecare unghiuță.

- Ce masă copioasă! Vă mulțumesc mult amândurora, îmi va ajunge pentru o săptămână, poate chiar mai mult! Ce bun a fost, miam miam.

Așezăm Foarfeca la locul său și felicităm copilul pentru dărnicie, căci și-a „împărțit” unghiile atunci când ar fi preferat să nu o facă.

Continuă să răsfoiești pentru următoarele povești



Scenariul 2: : Fratele/sora mai mică vrea atenția părintelui și copilul nu este dispus să o împartă

O altă situație care poate scăpa rapid de sub control este cea în care fratele/sora mai mare devine gelos/geloasă pe mezinul familiei. În familiile cu mai mulți copii, veșnicile „lupte pentru atenție” pot deveni obositoare, în special pentru părinți. Tot ce ne dorim, ca protectori și îndrumători ai lor, este să se iubească unii pe alții, dar cum se face că uneori pare că sunt pe două câmpuri de bătălie diametral opuse?

Povestea următoare este una ușoară și haioasă, care invită la joacă. Ar fi minunat dacă ai putea folosi o intonație captivantă și să imiți vocile personajelor, așa încât să îi atragă atenția copilului.



A doua poveste: Mănușa care voia să încălzească două mâini

Timp: 10 minute

Instrumente: o pereche de mănuși (opțional)

O fetiță (sau un băiețel, în funcție de copilul tău) se pregătea să fugă repezitor afară, căci începuse să ningă. Dar ghici ce, llinca? (aici inserează numele copilului tău).

Era așa frig, încât fetița s-a gândit că ar fi tare nimerit să își ia mănușile.

Dar când să își acopere și a doua mână cu mănușa stângă, prima mănușă, care acum stătea mândră pe degetele fetiței, strâmbă din nas!

- Nu! Nu vreau să împart mâna cu cealaltă mănușă! spuse ea, supărată foc.

Fetița o privi mirată, dar după ce se gândi un pic, înțelesese supărarea mănușii. Era un pic geloasă, căci ar fi vrut să fie SINGURA!

- Mănușă dreaptă, dar tu deja faci o treabă grozavă. Știi ce bine stă mâna mea la călduț și la moale?

Mănușa se gudură de bucurie, nu mai știa ce să facă de mândrie!

Apoi fetița continuă: „Dar mâinii stângi îi este frig, să știi. De fapt, simt buricul degetelor cum dârdâie de frig. Brrr!”

Încearcă să vorbești pe o tonalitate copilărească și dacă poți folosi o pereche de mănuși, e și mai bine. Dacă locul sau momentul nu îți permite asta, atunci imită o mănușă care vorbește cu ajutorul mâinii, ca și cum ai purta finger puppets pe degete. Sau, chiar mai bine, imaginează-ți că joci Jocul Umbrelor pe perete.

- Iar eu am nevoie ca amândouă mâinile să îmi fie încălzite ca să mă pot juca, să pot face bulgări și oameni de zăpadă. Nu pot fără niciuna dintre voi și îmi sunteți amândouă nespus de dragi și de utile!

- Dar, dar, se plânse mănușa. Dar dacă vei uita apoi de mine?
- Ah, cum aş putea? Atunci îmi va fi mereu frig, nu? chicoti fetița.
Mănușa se luminează, căci își dădu seama ce vrea fetița să spună! Tu știi, Ilinca (*aici inserează numele copilului tău*)?
Înseamnă că fetița își iubea ambele mănuși la fel de mult și amândouă făceau o pereche pe cinste; îi aduceau fetiței căldură. Cam cum suntem și noi acum, vezi?
Eu vă iubesc pe amândoi/amândouă la fel de mult, în mod egal și câtă atenție îți ofer ție, atâta îi ofer și fratelui tău/surorii tale.

Pentru că toate situațiile sunt unice și copiii au grade diferite de înțelegere și cooperare, poți extrapola și găsi alte scenarii care să vi se potrivească. De pildă, dacă fratele/sora mai mică răcește și are nevoie de mai multă atenție, poți păstra exemplul cu mănușa și vei merge mai departe explicându-i copilului cum, dacă o mănușă se rupe, fetița/băiețelul va trebui să o repare, deci se va ocupa mai atent de ea. Dar asta nu înseamnă că dragostea pentru celălalt scade.

Continuă să răsfoiești pentru următoarele povești



S

cenariul 3: Copilul refuză să împartă jucăriile

Este foarte dificil să ne urmărim copiii cum se îmbufnează și refuză să își împartă jucăriile. Nu doar că vrem să îi creștem darnici și atenți la nevoile celor din jur, dar vrem, în același timp, să își păstreze simțul proprietății. Un echilibru greu de obținut. Până în 4 ani, specialiștii spun că micuții nu au intelectul suficient dezvoltat încât să înțeleagă ce lucruri li se cuvin și ce lucruri aparțin altor copii - deci trebuie returnate/împărțite. Prin jocuri de rol și povești atent alese, putem ajuta la crearea echilibrului despre care menționasem mai sus.

Este și cazul poveștii următoare, care urmărește exact asta.



A treia poveste: Norul care și-a strâns bulgărul de grindină

Timp: 20 minute

Instrumente: un nor de jucărie/pernă în formă de nor (opțional)

În Regatul Ceresc, toți norișorii se jucau de-a v-ați ascunselea. Se fugăreau pe cer într-o mare veselie! Într-un colț din cer, un grup de nori gri, nici foarte-foarte închiși, nici foarte-foarte deschiși la culoare, băteau o minge de grindină.

Când în stânga, când în dreapta. Dar când ajunse rândul lui Pufulete să întoarcă bulgărul spre colegul său, acesta se fâstâci.

- Haide, haide, Pufulete, îl rugară ceilalți prieteni, nerăbdători nevoie mare!

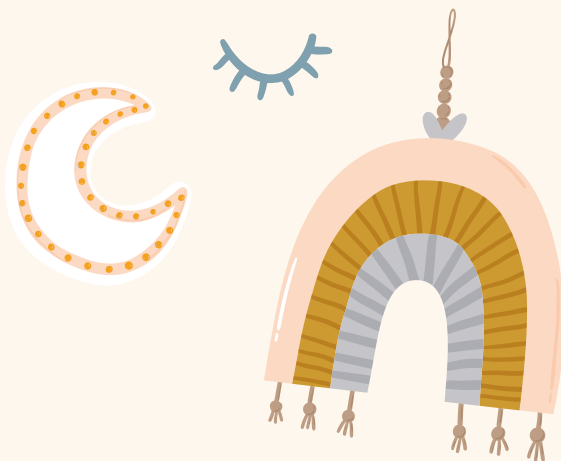
Dar norișorul moțat se îndârji și mai tare! Cu cât îl rugau mai tare cei din jur, cu atât mai apăsât ținea de mingea înghețată. Vezi tu, Ilinca (*inserează numele copilului tău aici*), norișorul știa că prietenii lui se vor supăra, dar știa și că va primi mingea înapoi dacă o împarte. Nimeni nu avea să fugă cu ea.

Cu toate acestea, îi **era foarte, foarte greu să o împartă. În momentul acela, i se părea cea mai de preț jucărie.**

Este important să îi recunoaștem copilului sentimentele, să nu le minimalizăm. Încearcă să eviți formulări precum: „nu e așa mare scofală!” sau „ești un copil rău că nu vrei să împarți!” (niciodată nu învinovățim copilul ca fiindă umană, ci COMPORTAMENTUL său!) sau chiar „plecăm din parc dacă nu împarți jucăriile”. Mai ales dacă vorbim despre jucăria lui. Copilul înțelege consecințele de cele mai multe ori, însă trebuie să îi respectăm decizia. Va împărți când se va simți pregătit și atunci vom avea grijă să îi felicităm comportamentul. Nu scăpa din vedere scopul mare - acela de a crește un copil empatic, darnic, atent la nevoile celui din jurul său. Ori amenințările nu ne ajută decât, în cel mai bun caz, pe termen scurt.

Așa că se întoarse cu spatele și se jucă o vreme doar el cu mingea. Însă, ce-i drept, nu era deloc amuzant! Unde mai pui că unii nori mai mititei începură să plângă. Lui Pufulete nu-i plăcea asta. Și nu-i plăcea nici să se joace sigur cu bulgărele înghețat. Problema era că, după ce o smotoci atâta timp, mingea începu să se topească. Acum, nici dacă ar fi vrut să o dea mai departe, nu ar mai fi avut ce... Dar își dorea mult să îndrepte lucrurile, așa că îi veni o idee! Se scutură tare, tare, se înfoie și se roti de câteva ori și, bam! dintr-odată, zeci de bucăți de grindină țâșniră de sub haina lui pufoasă. Prietenii lui Pufulete alergau după bulgărașii de gheață care-încotro, nespun de fericiți! - Pufuleteeee, mulțumim! Nu ai împărțit doar O MINGE cu noi, ci O MIE! Ești un prieten bun! strigară ceilalți norișori. Pufulete nu-și mai încăpea în piele de fericire și mândrie!

Continuă să răsfoiești pentru următoarele povești



S

cenariul 4: Independență exagerată

„Eu, eu, eu, eu pot!” - ah, replica de proclamare a independenței copilului. El poate să frământa pâinea, el poate să se spele singur pe mâini, să își pieptene părul sau să mănânce cu lingura prea mare. Și ce greu ne este să ne abținem uneori să intervenim, mai ales când vedem dezastrul gata-gata să se producă!

Povestea „O zi ploioasă” a fost scrisă ca un îndrumător atât pentru copil, cât și pentru părinte. De multe ori, o situație tensionată poate fi evitată sau gestionată mai ușor dacă și părintele se resemnează și acceptă că practica este o metodă extraordinară de învățare.

Totodată, copilul va înțelege ușor, ușor, că este în regulă să accepte ajutor din partea adulților, fără să îi submineze propria capacitate de a duce la bun sfârșit anumite activități.



A patra poveste: O zi ploioasă

Timp: 25-30 minute

Instrumente: o umbrelă (opțional)

Era o zi tare ploioasă și o fetiță (sau un băiat, în funcție de copilul tăi) îmbrăcată în roz din cap până-n picioare (aici poți insera culoarea preferată a copilului, ca să se regăsească și mai mult) ținea umbrela mult-prea-mare un picuț cam strâmb. Așa că jumătate din umăr era ud până la piele.

Dar când mami îi propuse să o ajute, fetița strigă hotărâtă: „Eu, eu, eu pot să o țin!”.

Aproape de casă, chiar la doi pași, fetița se poticni în fața unei băltoace noroioase.

Se fâstâci, o studie cu atenție, se învârti în jurul băltoacei. Părea cam mare să o poată traversa.

- Ai vrea să te ajut? se oferi mami.

Dar fetița clătină din cap hotărât. „NU! Pot eu!”. Așa că sări... direct în baltă. Hăinuțele roz fură împrășcate cu noroi.

- Oh, ia te uită, cine este fetița asta cu haine noroioase? Îmi pare cunoscută... chicoti mami.

Fata râse și răspunse „eu, eu, eu sunt, mami!”. Și o luă de obraji pe mama sa cu mânuțele murdare. Mami zâmbi, îi luă mâna în a ei și îi pupă degetele. „Haide sus, la duș, să vedem dacă e adevărat ce spui!”, propuse mami.

- Fuga-fuga pe scări și repede în cadă!

- Eu, eu, eu pot, mami! Pot să mă dezbrac singură!

Dar un picioruș năzdrăvan refuza să iasă. Cât pufăi și se strădui fetița, tot nu reuși.

Cu obrajii roșii ca niște mere de livadă, fetița scrâșni din dinți. Simți un val de căldură cum îi cuprinde burtica. Era furioasă!

Mami o privi cu grijă și blândețe.

- Tot nu ai vrea să te ajut?

Ar fi minunat să inițiezi o conversație cu copilul căruia îi citești povestea. În funcție de vârstă și nivelul de înțelegere, poți să îi adresezi întrebări precum:

- *Ce crezi că răspunde fetița din poveste?*
- *Tu ce ai răspunde dacă ai fi în locul fetiței?*
- *Dar de ce crezi că era furioasă?*
- *Tu ce simți când te înfurii?*

** O altă sugestie: poți să îi spui povestea înainte de baia de seară, într-un mod antrenant, cu joacă și intonație. Ca de altfel în cazul tuturor poveștilor din ghid, este important să găsim momentul potrivit în care să le prezentăm copilului.*

După ce se gândi vreme de câteva secunde, fetița izbucni în plâns. „Nuuu, pot eu, pot eu”, răspunse printre lacrimi.

Mami o cuprinse în brațe și o legănă la piept minute în șir. Când fetița se mai liniști, mami o mângâie pe creștet și îi spuse:

- Înțeleg că vrei să faci totul singură. Și chiar te descurci minunat la foaaarte multe lucruri! Aici poți enumera o listă cu lucrurile pe care le poate face deja singur copilul, de pildă: își strânge jucăriile, mănâncă singur, își pune rucsacul în spate, se urcă pe scăunel să aprindă lumina etc.

Dar sunt situații în care este în regulă să ceri ajutor, să știi. Doar un picuț.

- Pantalonii sunt un picuț? Întrebă copila ștergându-și lacrimile de pe obrajii călduți.
- Da. E doar un pic, vezi, ai reușit până aici, dar sunt ceva mai strâmți aici, în jos, așa că e cam delicat. Daaar pun pariu că ÎMPREUNĂ putem reuși. Ce zici?

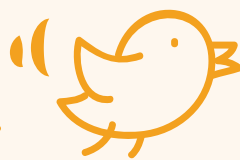
Ochii fetiței scânteiară de bucurie.

- Daaa, da!

1-2-3 și gata! Piciorușe goaleee!

Ce bine și cald era sub duș. Și, ce să vezi, llinca (aici inserează numele copilului tău), fetița o lăsă pe mami să îi spele părul.

Continuă să răsfoiești pentru următoarea poveste



S

cenariul 5: Copilul vrea lucrurile într-un anumit fel și nu dă semne de cooperare

Ne-am lovit cu toții de situații în care copiii noștri nu sunt deloc flexibili, cooperanți. De la haina de iarnă preferată, pe care fix când să ieșiți pe ușă o vezi atârând pe sârmă la uscat, până la mâncarea aranjată „altfel” pe farfurie sau la tacâmurile nepotrivite. Totul, în ochii copilului, pare să fie făcut dinadins împotriva lui.

În astfel de situații, nicio soluție de compromis nu pare să îl mulțumească pe micul mofturos. Povestea de mai jos a fost gândită în așa fel încât să îl ghideze pe copil spre înțelegere. E necesar să știe că îi apreciem preferințele, dar în același timp vrem ca și el să contribuie cu soluții creative la rezolvarea încurcăturii. Munca de echipă face minuni!

A cincea poveste: *Purcelușul năzdrăvan*

Timp: 20 minute

Instrumente: bol de plastic, lingură, furculiță (opțional)



O familie de purceluși se pregătea pentru masa de prânz. Tati amesteca în ghiveciul de legume, mami așeza farfuriile pe masă. Cei trei purceluși năzdrăvani dădeau rotocoale mesei, printre picioarele mamei. De două ori era mama-purceluș să scape farfuriile din mână! Ah, dar, iată, mâncarea era gata. Mmm, ce frumos miroase în casă!

Tati turnă cu grijă legumele în farfuria. Purcelușul cel mare oftă de nerăbdare, purcelușul mijlociu își mângâie burtica și aproape chiui de încântare când își văzu farfuria plină. Purcelușul mic, însă, strâmbă din nas.

- Ce este, micule purceluș? întrebă mama, când îl văzu așa dezamăgit.
- Nu-mi PLA-CE! articolă el, foarte hotărât.
- Dar nici nu ai gustat, dragule, protestă tati.
- NU! strâmbă purcelușul iar din nas și se foi pe scaun, gata-gata să plece.
- Oh, acum văd că ești de-a dreptul furios. Dar haide să vedem, știi ce a pus tati în mâncare? *Scopul nostru este să îi validăm copilului sentimentele. În mod evident, ceva nu îi convine și cea mai bună abordare este cea a detectivului: ne dorim să investigăm, să aflăm ce se află în spatele comportamentului.*
- Mmm, nu prea, răspuse purcelul mititel. Dar legumele au colțuri!

Aha, deci! Mami se uită în farfurie și nu văzu nimic rău în legumele pe care tata purceluș le-a tăiat meticulos în cuburi multicolore. Dar mezinului familiei nu-i plăceau cuburile deloc!

- Ai fi vrut să fie rotunjoare? întrebă mami, plină de speranță.
- NU! răspuse purcelușul hotărât.
- Lungi, ca niște sticksuri? Întrebă tati, cu gâtul întins din capul mesei, să vadă mai bine.

- NU! fu răspunsul.

- Aha, știi eu, încercă și cel mai mare frățior. Cred că ți-ar plăcea cum le am eu, uite. Și întinse farfuria spre purcelușul cel mic, care aplaudă și chiui când văzu mâncarea fratelui său.

Un pireu de legume de toată frumusețea! Ba chiar mai ieșeau și aburi, de zici că era un vulcan în farfurie.

- Poți face și tu, îi propuse fratele. Uite așa, cu furculița!

Purcelușul cel mare apucă furculița fratelui său și zdrobi cu pricepere cuburile de legume.

Fratele mai mic se amuză făcând o chisăliță de toată frumusețea.

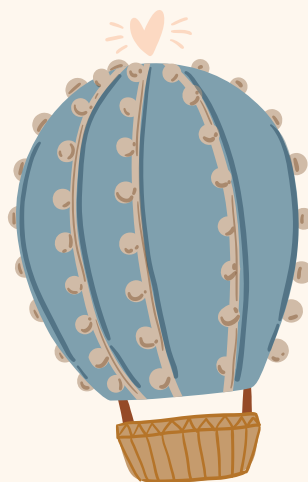
Bucuros nevoie-mare, purcelușul apucă furculița lui și fu gata-gata să ia prima îmbucătură.

Dar, ce să vezi, llinca? (aici inserează numele copilului tău). Purcelușul începu din nou să plângă.

- Asta nu e furculița mea preferatăăă!

Am lăsat final deschis cu scopul de porni o conversație cu cei mici. Aici îi poți îndemna să îți spună ce ar face ei să îl îmbuneze pe purceluș sau de ce cred ei că nimic nu pare să îi fie pe plac. Poți continua discuția și să faci o paralelă cu momentele în care chiar el/ea vrea lucrurile într-un anumit fel și să căutați soluții de rezolvare.

Următorul pas



Ce urmează mai departe? Cum putem folosi poveștile în rutina zilnică?

Suuuper felicitări!

Până acum sper că ai reușit să îi citești copilului cel puțin o poveste din cele oferite gratuit în ghidul acesta. Este posibil, totuși, ca niciuna dintre situații să nu ți se potrivească, deși am ales cele mai frecvente scenarii.

Poveștile sunt un liant extraordinar, un pod care creează o legătură între lumea exterioară și cea a copilului. Creierul copiilor este în continuă creștere și sunt anumite concepte pe care, fizic, nu le pot concepe încă (în funcție de vârstă, desigur). S-a demonstrat în nenumărate studii, precum și în practica psihopedagogică, faptul că prin povești, reușim să le explicăm celor mici cum funcționează lumea înconjurătoare.

Oricând ne lovim de anumite încercări sau când observăm un comportament indezirabil, este bine să știm că avem o poveste la îndemână.

Este motivul pentru care toată echipa „Căsuța Poveștilor” lucrează la o variantă completă a ghidului care conține încă 20 de povești scrise în stilul celor pe care le-ai regăsit în ghid, pentru momentele în care se potrivesc mai bine.

25 povești în total

Pregătim ghidul complet spre lansare **vineri, 1 octombrie 2021**.

Îți dăm de veste pe mail când este gata, iuhuu! Până atunci, ne poți lăsa impresiile tale despre poveștile din ghid, despre cum te-au ajutat deja, la adresa contact@casutapoveștilor.ro

Eu răspund personal la fiecare mail în parte!
Până atunci, nu uita să crezi în povești,

Cristina

