

**PROGRAM DE EDUCAȚIE
PARENTALĂ pentru
părinții/îngrijitorii copiilor de 3–6(7)
ani, inclusiv ai copiilor cu tulburări
de dezvoltare**

Elaborat de AO „PRODOCS

Descrierea programului

AO „PRODOCS” propune organizarea și desfășurarea unui program complex de educație parentală destinat unui număr de 250 de părinți/îngrijitori non-parentali ai copiilor cu vârsta de 3–6(7) ani, inclusiv ai copiilor cu tulburări de dezvoltare, elaborat în conformitate cu cerințele Caietului de sarcini și fundamentat pe experiența organizației în lucrul cu copii, părinți și familii aflate în situații de vulnerabilitate.

Programul urmărește dezvoltarea competențelor parentale necesare pentru susținerea armonioasă a copilului în perioada preșcolară, consolidarea relației părinte–copil și creșterea capacității părinților de a răspunde adecvat nevoilor de dezvoltare, emoționale, comportamentale, educaționale și de sănătate ale copilului. O atenție specială va fi acordată diversității ritmurilor și particularităților de dezvoltare, precum și sprijinirii părinților copiilor cu tulburări de dezvoltare, prin oferirea de informații accesibile, exemple concrete și strategii adaptate vieții cotidiene.

Programul va fi implementat pe parcursul a 5 luni, prin activități cu prezență fizică, desfășurate în grupuri de 15–20 participanți, la interval de 2–3 săptămâni, fiecare sesiune având durata de 90 de minute. Organizarea în grupuri relativ mici va facilita participarea activă, schimbul de experiență între părinți și posibilitatea formatorului de a adapta discuțiile și exercițiile la preocupările reale ale participanților.

Programul este structurat în 9 module tematice interconectate, care acoperă principalele domenii relevante pentru creșterea și educarea copilului de vârstă preșcolară: particularitățile dezvoltării copilului, reglarea senzorială și emoțională, gestionarea comportamentelor provocatoare, autonomia și rutinele zilnice, utilizarea tehnologiilor digitale, sănătatea și stilul de viață, educația incluzivă și respectul pentru diversitate, monitorizarea sănătății și colaborarea cu personalul medical, precum și advocacy și colaborarea cu educatorii și specialiștii. Aceste domenii sunt în concordanță cu temele abordate în Ghidul practic elaborat de AO „PRODOCS”.

Din punct de vedere metodologic, programul va respecta un raport de aproximativ 70% activități practice și 30% conținut teoretic, accentul fiind pus pe dezvoltarea unor competențe aplicabile în viața de familie. Vor fi utilizate metode interactive și participative: studii de caz, exerciții practice, simulări, jocuri de rol, lucru individual și în grup, reflecție ghidată, discuții bazate pe experiențele participanților și sarcini pentru aplicare acasă. Această abordare este în concordanță cu metodologia Ghidului PRODOCS, care pune accent pe învățarea prin experiență, participarea activă și orientarea practică.

Un principiu transversal al programului va fi centrarea pe copil și familie, cu respectarea diversității, evitarea etichetării și valorizarea punctelor forte ale copilului și ale familiei. Părinții vor fi sprijiniți să înțeleagă că dificultățile sau diagnosticul nu definesc copilul și că intervenția eficientă presupune identificarea atât a nevoilor, cât și a resurselor acestuia.

Programul va include și o componentă de suport parental între sesiuni, prin menținerea comunicării cu participanții, oferirea de recomandări și materiale practice și încurajarea aplicării strategiilor discutate în cadrul întâlnirilor. Astfel, procesul de învățare nu se va limita la sesiunea de grup, ci va continua în mediul familial, prin exerciții și reflecții aplicate.

Pentru măsurarea progresului și a efectelor programului, va fi aplicată o evaluare inițială și finală a competențelor parentale, completată de feedback periodic privind utilitatea și relevanța activităților. Ghidul PRODOCS prevede utilizarea unui chestionar la începutul și la finalul programului pentru identificarea nevoilor de învățare și măsurarea schimbărilor în cunoștințe, atitudini și practici parentale.

AO „PRODOCS” va asigura mobilizarea și recrutarea participanților, formarea grupurilor, înregistrarea beneficiarilor, planificarea și desfășurarea sesiunilor, coordonarea formatorilor, monitorizarea participării, suportul între sesiuni, evaluarea rezultatelor și raportarea activităților. Implementarea va urmări atât respectarea cerințelor contractuale, cât și menținerea calității metodologice și adaptarea programului la profilul și nevoile concrete ale grupurilor participante.

În ansamblu, programul este conceput nu doar ca o succesiune de sesiuni informative, ci ca un proces de dezvoltare a competențelor parentale, care urmărește ca părinții și îngrijitorii să devină mai informați, mai încrezători și mai capabili să ofere copiilor un mediu sigur, sănătos, incluziv și favorabil dezvoltării.

Structura propusă a programului

Modul	Conținut principal	Rezultate urmărite	Metode practice	Durata
1. Înțelegem copilul de 3-7 ani	Particularitățile dezvoltării fizice, cognitive, emoționale, sociale și de limbaj; ritmul individual de dezvoltare; nevoi specifice vârstei.	Părinții recunosc particularitățile etapelor de dezvoltare și diferențiază manifestările normale de semnalele care necesită sprijin suplimentar.	Exercițiul „Copilul meu în 5 cuvinte”; sortarea comportamentelor pe vârstă; studii de caz; reflecție în grup.	90 min
2. Reglarea senzorială și emoțională	Emoțiile copilului; autoreglarea; suprastimularea; particularități senzoriale; adaptarea răspunsului parental în contextul tulburărilor de dezvoltare.	Părinții identifică semnele de suprastimulare și aplică strategii simple de calmare, co-reglare și adaptare a mediului.	Analiza semnalelor copilului; fișă de observare; joc de rol; construirea unui „plan de calmare”.	90 min
3. Comportamente provocatoare și disciplină pozitivă	Nevoile din spatele comportamentelor; crizele emoționale; opoziția; limite clare și consecvente; alternative la pedeapsă.	Părinții analizează comportamentele dificile și formulează răspunsuri calme, empatice și consecvente.	Studii de caz; metoda „Ce simte? Ce nevoie are? Cum răspund?”; jocuri de rol; formularea regulilor familiale.	90 min
4. Autonomie și rutine zilnice	Dezvoltarea autonomiei; rutine de dimineață/seară; alimentație, îmbrăcare, igienă, ordine; responsabilități adecvate vârstei.	Părinții adaptează sarcinile la nivelul de dezvoltare și construiesc rutine predictibile care susțin independența copilului.	Harta rutinei zilnice; alegerea responsabilităților potrivite; scenarii practice; plan de acasă.	90 min
5. Copilul și tehnologia	Impactul ecranelor asupra dezvoltării; reguli digitale în familie; echilibru între activități online și offline; siguranță în mediul digital.	Părinții stabilesc reguli realiste privind utilizarea ecranelor și identifică alternative de joc, relaționare și învățare.	Auditul timpului de ecran; fișă „5 reguli digitale”; studii de situație; elaborarea acordului digital al familiei.	90 min
6. Sănătatea și stilul de viață al copilului	Alimentație echilibrată, somn, mișcare, igienă, prevenție; observarea stării de sănătate; colaborarea cu personalul medical.	Părinții identifică obiceiurile care susțin sănătatea și știu când și cum să solicite sprijin medical sau specializat.	Autoevaluarea rutinei sănătoase; exerciții pe situații; plan familial de obiceiuri sănătoase; discuție ghidată.	90 min
7. Educație incluzivă și respect pentru diversitate	Acceptarea diferențelor; participarea copilului; puncte forte și nevoi de sprijin; prevenirea etichetării și stigmatizării.	Părinții valorizează punctele forte ale copilului și susțin participarea lui în grădiniță și comunitate, indiferent de particularități sau diagnostic.	Exercițiul „Dincolo de diagnostic”; scenarii de incluziune/excludere; reflecție; plan de sprijin bazat pe puncte forte.	90 min
8. Colaborarea cu educatorii și specialiștii. Advocacy pentru copil	Parteneriat familie-grădiniță; comunicare cu educatorul, psihologul, logopedul, medicul și alți specialiști; formularea nevoilor și urmărirea recomandărilor.	Părinții dezvoltă abilități de comunicare și advocacy și pot participa activ la deciziile privind sprijinul copilului.	Joc de rol părinte-educator/specialist; pregătirea unei întâlniri; fișă „Ce vreau să comunic și ce vreau să aflu?”.	90 min
9. Integrarea în viața de familie și planul parental de continuare	Recapitularea competențelor; prioritizarea schimbărilor; resursele familiei; sprijinul între părinți; menținerea progresului după finalizarea programului.	Părinții își evaluează progresul și elaborează un plan realist de aplicare a strategiilor în familie.	Autoevaluare finală; „valiza cu idei”; plan personal de 30 de zile; feedback și angajament de continuare.	90 min

Abordare metodologică

- Fiecare sesiune va combina aproximativ 25–30 minute de repere teoretice cu 60–65 minute de aplicații practice, reflecție și exerciții.
- Activitățile vor porni de la experiențele reale ale părinților și vor fi adaptate nevoilor grupului, cu respectarea diversității familiale și a particularităților copiilor.
- Pentru părinții copiilor cu tulburări de dezvoltare vor fi oferite exemple și instrumente adaptate, cu accent pe funcționarea copilului, resurse și puncte forte.
- Între sesiuni, participanții vor primi sarcini practice scurte pentru aplicare în familie și, la necesitate, suport informațional prin canale digitale convenite.
- Evaluarea programului va include evaluare inițială și finală a competențelor parentale, feedback după sesiuni și monitorizarea participării.

Baza metodologică

Baza metodologică

Programul propus pentru **Lotul 1** valorifică experiența instituțională a AO „PRODOCS” în domeniul educației parentale și se bazează pe **Ghidul practic de educație parentală pentru părinții copiilor de 3-7 ani**, elaborat de organizație. Ghidul a fost construit pornind de la experiența directă de lucru cu părinți, copii și profesioniști și abordează teme esențiale pentru dezvoltarea copilului: particularitățile dezvoltării între 3 și 7 ani, comunicarea pozitivă, gestionarea emoțiilor și comportamentelor dificile, autonomia, reglarea senzorială, sănătatea și stilul de viață, tehnologiile digitale, incluziunea și colaborarea cu specialiștii.

Metodologia programului este centrată pe **învățarea experiențială a adulților** și pe participarea activă a părinților. Activitățile pornesc de la situații reale din viața de familie și combină informația esențială cu reflecția asupra propriei experiențe, exerciții practice, discuții de grup, studii de caz și jocuri de rol. Rolul formatorului este de facilitator și partener de învățare, iar conținutul este adaptat la nevoile și preocupările concrete ale participanților.

Programul utilizează ciclul de învățare experiențială: **experiență concretă – reflecție – conceptualizare – aplicare**, astfel încât părinții să poată transfera noile cunoștințe și abilități în relația zilnică cu copilul.

O atenție distinctă este acordată părinților copiilor cu tulburări de dezvoltare. Abordarea pune accent pe înțelegerea particularităților individuale ale copilului, identificarea nevoilor, resurselor și punctelor forte, adaptarea mediului și a răspunsurilor parentale și evitarea etichetării copilului prin diagnostic.

Evaluarea programului va include aplicarea unui **chestionar de evaluare a competențelor parentale la începutul și la finalul programului**, pentru identificarea nevoilor de învățare și măsurarea schimbărilor în cunoștințe, atitudini și practici parentale.

În ansamblu, baza metodologică urmărește dezvoltarea unor competențe parentale aplicabile în viața de zi cu zi, consolidarea relației părinte–copil, creșterea încrederii părinților în propriile resurse și susținerea dezvoltării armonioase și incluzive a copilului.