



Finanțat de
Uniunea Europeană



CENTRUL JUDEȚEAN
DE RESURSE ȘI DE
ASISTENȚĂ
EDUCAȚIONALĂ CLUJ

Cum putem ajuta părinții să facă față provocărilor?

Ghidul consilierului școlar pentru organizarea unui grup de
suport pentru părinții copiilor cu cerințe educaționale speciale



Titlul lucrării: *Cum putem ajuta părinții să facă față provocărilor?* Ghidul consilierului școlar pentru organizarea unui grup de suport pentru părinții copiilor cu cerințe educaționale speciale.

Produs final în cadrul proiectului: 2025-1-RO01-KA121-ADU-000331255

Tipul materialului: Ghid metodologic și instrumentar practic de facilitare (Specialist CJRAE)

Autor:

Filip Ilinca-Maria

Anul apariție: 2026

Locul publicării: Cluj-Napoca, România

Licența Creative Commons: CC BY-NC-SA 4.0

Această lucrare este pusă la dispoziție în regim de acces deschis conform licenței internaționale Creative Commons Atribuire-NeComercial-Partajare în Condiții Identice 4.0 Internațional. Aveți permisiunea de a descărca, distribui, copia și decupa acest material în scopuri pur educaționale. Orice adaptare, modificare sau remixare a atelierelor din ghid trebuie publicată sub aceeași licență, fiind strict interzisă utilizarea acestora în scopuri comerciale sau pentru obținerea de profit. Toate reutilizările necesită menționarea obligatorie a echipei de autori.

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Naționale pentru Programe Comunitare în Domeniul Educației și Formării Profesionale (ANPCDEFP). Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEFP nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.



Scopul programului

Scopul programului este de a oferi atât sprijin specializat, cât și suport din partea profesioniștilor și părinților care se află în situații similare. Astfel, dorim să organizăm și să popularizăm în școli programul de tip grup de suport, care să fie realizat de către profesorii consilieri școlari din unitățile de învățământ de la nivelul județului Cluj. În calitate de consilieri școlari, avem competența de a lucra cu copiii și familiile copiilor cu cerințe educaționale speciale (CES). Aceste cerințe educaționale speciale fac referire la diverse probleme, fie de natură fizică, fie de natură psihică. Cu toate că plaja dificultăților este mare, părinții pot întâmpina dificultăți similare în creșterea și educarea copiilor. Astfel, sprijinul specializat din partea profesorului consilier școlar, cât și suportul resimțit din partea altor părinți aflați în situații similare, pot determina creșterea gradului de apartenență la școală și comunitate, poate contribui la scăderea stigmei asociate, pot îmbunătăți strategiile de a face față dificultăților de zi cu zi.

Scopul este de a lucra în grupuri mici cu familiile elevilor care au cerințe educaționale speciale similare, creând un spațiu în care părinții să poată reflecta asupra situației lor și să își îmbunătățească strategiile de educație specifice nevoile copilului lor. Ne propunem să creștem gradul de conștientizare al părinților și să încurajăm utilizarea abilităților și competențelor lor parentale. Programul își propune întâlniri lunare cu părinții, în cadrul cărora să se abordeze teme specifice, psihoeducație cu privire la diverse tulburări des întâlnite în spațiul școlar, dificultăți întâmpinate de părinți, precum și strategii de parenting adecvate nevoilor copiilor.

Programul poate fi structurat astfel: o întâlnire cel puțin o dată pe lună, cu o durată de 90-120 minute per sesiune. Prima ședință este rezervată cunoașterii participanților și a situației lor familiale, împreună cu dificultățile întâmpinate și a îngrijorările părinților, prezentarea temelor abordate de-a lungul ședințelor. Se alocă un număr de ședințe pentru a cuprinde temele specificate, ținându-se cont de ajustarea acestora în funcție de nevoile grupului. În cadrul fiecare ședințe se alocă timp psihoeducației pe tema aleasă și timp pentru a adresa nevoile, îngrijorările și dificultățile părinților participanți. Consilierul școlar, în calitate de facilitator al grupului de suport, are rolul de a sprijini fiecare părinte în împărtășirea în cadrul grupului, de a facilita procesul de psihoeducație și procesul de schimbare, de a răspunde empatic și prompt la întrebările adresate și de a facilita suportul de care au nevoie părinții, accentuându-se sprijinul intra-grup.



Ce conține programul

O parte din temele care pot fi abordate în grupurile de suport pot fi:

- Strategii de parenting
- Educație emoțională
- Tulburarea de hiperactivitate și deficit de atenție
- Tulburarea de spectrul autist
- Pașii necesari pentru realizarea dosarului pentru CES

Cui i se adresează

Grupul de suport este special conceput pentru părinții copiilor cu CES, care doresc să își îmbunătățească practicile parentale și educaționale și să le adapteze mai ușor la specificul copilului. Grupul poate fi realizat în școlile unde este necesară intervenția specialistului sau în comunitățile unde se remarcă o nevoie sau cerința de psihoeducație a părinților, indiferent de specificul copilului. Acest grup se organizează pentru a fi o resursă utilă și un spațiu sigur pentru părinți, în plus față de ședințele de consiliere individuală de care pot beneficia aceștia.

- părinți ai copiilor cu CES
- părinți care suspectează o dificultate a copilului
- părinți care doresc mai multă informație pe aceste teme

Procedura de înscriere

Famiile interesate pot contacta atât profesorii din școală (educatori, învățători, profesori diriginți), cât și direct consilierul școlar pe toată durata anului școlar pentru a afla mai multe detalii despre tematică și data de început a sesiunilor următoare.

Ce informații puteți afla?

Strategii de parenting

- ce stiluri de parenting există
- cum stabilim regulile în casă
- cum prevenim comportamentele agresive la copii
- cum ameliorăm comportamentele agresive
- ce înseamnă și cum arată o interacțiune pozitivă cu copilul



- exemple practice
- dificultăți împărtășite

Educație emoțională

- ce este inteligența emoțională
- ce este educația emoțională
- educația emoțională și dezvoltarea frumoasă a copilului
- exemple practice
- dificultăți împărtășite

Tulburarea de hiperactivitate și deficit de atenție (ADHD)

- ce este ADHD și ce impact are diagnosticul asupra familiei
- cum se manifestă ADHD la copii
- ce factori sunt implicați în ADHD
- dificultăți asociate
- aspecte pozitive la copiii cu ADHD
- cum și cine pune diagnosticul
- ce tratament se folosește
- ce pot face părinții acasă
- dificultăți împărtășite

Tulburarea de spectrul autist (TSA)

- ce este tulburarea de spectru autist
- impactul diagnosticului asupra familiei
- ce factori sunt implicați
- dificultăți asociate
- cum și cine diagnosticul
- ce tratament se folosește
- ce pot face părinții acasă
- cum pot să ofere cel mai bun suport copiilor
- exemple practice
- dificultăți împărtășite



Dificultăți care pot apărea la părinții copiilor cu CES și care pot fi adresate în cadrul grupului de suport:

1. **Dificultăți emoționale** – îngrijorare, stres, anxietate, sentiment de neputință sau vinovăție.
2. **Acceptarea diagnosticului sau a cerințelor educaționale speciale** – poate fi dificil pentru părinți să înțeleagă și să accepte nevoile specifice ale copilului.
3. **Lipsa informațiilor** – dificultăți în identificarea informațiilor despre drepturile copilului, servicii și forme de sprijin disponibile.
4. **Colaborarea cu școala** – comunicare dificilă cu profesorii, dirigintele, consilierul școlar sau conducerea școlii.
5. **Adaptarea cerințelor școlare** – preocupări legate de adaptarea curriculumului, evaluării, temelor și ritmului de învățare.
6. **Accesul la servicii specializate** – dificultăți în găsirea psihologilor, terapeuților, logopezilor sau altor specialiști.
7. **Costurile suplimentare** – cheltuieli pentru terapii, evaluări, materiale educaționale, transport sau alte servicii.
8. **Gestionarea timpului** – programul poate fi dificil de organizat între școală, terapii, consultații și responsabilitățile familiale.
9. **Oboseala și suprasolicitarea** – responsabilitățile suplimentare pot duce la epuizare fizică și psihică.
10. **Probleme de integrare socială** – preocuparea pentru acceptarea copilului de către colegi și evitarea izolării sau bullying-ului.
11. **Stigmatizarea și prejudecățile** – părinții se pot confrunta cu atitudini negative sau cu neînțelegerea nevoilor copilului.
12. **Dificultăți în gestionarea comportamentelor** – unele familii pot avea nevoie de sprijin pentru gestionarea comportamentelor dificile.
13. **Impactul asupra relațiilor familiale** – timpul și atenția acordate copilului cu CES pot afecta relația cu ceilalți copii sau relația de cuplu.
14. **Preocupări privind viitorul copilului** – anxietate legată de progresul școlar, autonomie, integrare profesională și viața adultă.
15. **Birocrația** – dificultăți în obținerea documentelor, evaluărilor, certificatelor și a măsurilor educaționale sau sociale.



16. **Lipsa unei rețele de sprijin** – absența sprijinului din partea familiei extinse, comunității sau altor părinți aflați în situații similare.
17. **Dificultăți de comunicare cu copilul** – în funcție de particularitățile copilului, pot apărea probleme în înțelegerea nevoilor și emoțiilor acestuia.
18. **Gestionarea așteptărilor** – găsirea unui echilibru între susținerea copilului și stabilirea unor obiective realiste.
19. **Accesibilitatea mediului educațional** – dificultăți legate de accesul fizic, materialele didactice sau resursele adaptate.
20. **Sentimentul de izolare** – părinții pot simți că experiența lor este neînțeleasă de cei din jur.

Pornind de la aceste dificultăți și îngrijorări care sunt posibil să fie prezente deja la părinți, se poate întocmi o listă nouă cu grijiile manifestate și exprimate de aceștia în cadrul ședințelor, griji care pot fi abordare și integrate în sesiuni viitoare. În calitate de specialiști, avem obligația să răspundem întrebărilor, neclarităților și grijilor observate la părinți și să îi educăm în acest sens pe participanți, păstrând, totodată, o tonalitate caldă, o atmosferă deschisă, fără judecată, pentru a facilita procesul de schimbare din cadrul grupului de suport.