

*Material auxiliar*

*An școlar*

*2025-2026*



Ghid terapeutic  
pentru părinții  
elevilor cu CES

PROF. MUREȘAN CLAUDIA

PROF. POP RALUCA



# *Cuprins*

Prefață.....	2
Povestea adevăratelor forțe.....	3
Podul de Comunicare.....	6
Grădina răbdării.....	9
Busola emoțiilor.....	12
Sufletul de echipă.....	15
Călătoria micilor victorii.....	18
Busola tranzițiilor.....	21
Zâmbetul în oglindă.....	24
Furtuna care trece.....	27
Înălțarea aripilor.....	30
Mesaj final.....	33
Bibliografie.....	34

## Prefață

Către voi, părinți ai copiilor cu cerințe educative speciale, vă vorbesc cu glas cald, dar ferm, dintr-un loc de încredere și empatie. Fiecare zi în care vă aflați în zona de îngrijire poate părea o luptă surdă, plină de incertitudini și de așteptări care nu se aliniază cu ritmul copilului vostru. Însă în adâncul acestei misiuni se află o forță liniștită: credința că fiecare mic pas contează, că fiecare zâmbet sau chiar fiecare gest de auto-îngrijire a voastră este un reper în drumul spre binele comun. Încercările nu sunt semne ale slăbiciunii voastre, ci mărturii ale curajului vostru de a-i vedea pe copii nu ca pe niște studii de caz, ci ca pe oameni cu dreptul la demnitate, la răbdare și la succese reale.

Gândiți-vă că, în casa voastră, fiecare colț poate deveni un spațiu de siguranță. Granitele dintre așteptări și realități pot cunoaște flexibilitate, iar transformarea frustrării în răspunsuri blânde poate marca începutul unei cooperări autentice între voi, profesorii, terapeutii și copilul vostru. Nu sunteți singuri în această provocare. Comunitatea, ritmul și sprijinul profesional sunt resurse vii, gata să vă ofere un fir de chei către înțelegere: idei clare, planuri practice, dialoguri utile. Ați trimis în lume o lecție despre ce înseamnă să iubești activ, să alegi să rămâi înarmat cu răbdare în fața necunoscutului și să găsești încrederea în propriile forțe, chiar și atunci când nu există răspunsuri rapide.

Aveți în voi o capacitate de a reconfigura obstacolele în oportunități. Fiecare întâlnire cu profesorii, fiecare sesiune cu terapeutii, fiecare dialog cu copilul devine un pas pe un drum comun, un drum în care toate vocile se ascultă, iar deciziile se iau cu grijă și cu responsabilitate. Asta înseamnă să creați o „un suflet de echipă” în propria casă: un suflet în armonie, care recunoaște durerea, dar care se concentrează și pe luminile mici ale progresului, oricât de subtile ar părea. În acest suflet, fiecare familie își poate transforma povara într-o resursă: o sursă de curaj, de creativitate și de speranță.

Speranța nu înseamnă negarea dificultăților; ea înseamnă să le privești cu claritate, să le recunoști ca pe niște etape ale unui plan mai mare. Planul acesta nu aparține unui manual abstract, ci voinței dumneavoastră de a construi zilnic un climat de siguranță emoțională, de a celebra succesele de zi cu zi și de a implica copilul în procesul decizional potrivit vârstei sale. E o chemare la împărtășire, la vulnerabilitate asumată și la responsabilitatea de a transforma relația părinte-copil într-o alianță trainică, bazată pe empatie, comunicare deschisă și oameni în care să ai încredere.

La capătul acestei călătorii, nu este vorba doar despre „progrese” sau despre „rezultate” în termeni utilitari. Este vorba despre a afla, împreună, cum să trăiți cu demnitate în ritmul fiecărui copil, cum să cultivați acea legătură care îi dă copilului sensul că este văzut, auzit și valoros. Este o poveste în devenire, scrisă cu răbdare, curaj și multă dragoste. Și dacă ar fi să aleg o lectură pentru suflet într-o zi grea, ar fi aceasta: să nu renunțați la a crede în posibilități, să nu subestimați puterea fiecărui gest blând și să continuați, pas cu pas, să clădiți un dialog care să dăinuie în timp, nu doar în clipele de tensiune.

# POVESTEA ADEVĂRATELOR FORȚE



Într-un oraș liniștit, într-o casă cu ferestre mari, doi adulți trăiesc împreună cu un copil curios și ocupat de propriul său ritm. La prima vedere, viața pare să urmeze un drum deja bătut, dar în adâncul ei există o tensiune discretă: așteptările, fricile, neputințele nerostite și dorința de a face lucrurile să funcționeze.

Povestea nu urmărește progrese spectaculoase; în schimb, surprinde energia ce vine din recunoașterea adevărului despre propriile limite și din trecerea la o formă de putere care nu impune, ci sprijină.

Într-o zi obișnuită, instalarea unei noi rutine în casa lor devine un act de curaj. Nu este vorba despre schimbarea copilului, ci despre schimbarea părinților: cum își gestionează așteptările, cum vorbesc despre nedumerire, cum își permit să ceară ajutor și cum creează spațiul necesar pentru ca copilul să se manifeste în propriul ritm.

Adevărata forță nu rezidă în perfecțiune sau în control, ci în capacitatea de a observa cu empatie, de a numi emoțiile și de a alege reacții care să susțină copilul pe terenul său.

Recunoașterea propriilor limite este un act de curaj. Acest act deschide posibilitatea colaborării cu profesori, terapeuți și cu ceilalți oameni de sprijin, nu ca o slăbiciune, ci ca o resursă.

Comunicarea deschisă, fără rușine, despre temeri și nesiguranțe devine un instrument de consolidare a încrederii în relația părinte-copil.

Stabilirea unui registru de succese, mici și reale, consolidează motivația copilului și susține autonomia sa, în timp ce părinții învață să-și sărbătorească propriile realizări ca adulți.

Momente pentru părinți:

- Practicați observația empatică: observați copilul în momentele zilnice, nu doar în rezultatele finale. Încercați să identificați mici semne de efort, curaj sau curiozitate.
- Învățați să numiți emoțiile, atât ale copilului, cât și ale voastre. Un limbaj emoțional comun reduce distanța și deschide canale de comunicare.
- Elaborati un registru de succese: zilnic notați trei progrese discrete, fie că sunt legate de comunicare, de tranziții sau de gestionarea emoțiilor.
- Formați un mic “consiliu de familie” periodic: un moment scurt în care membrii discută ce a funcționat, ce a fost dificil și ce resurse ar fi utile în următoarea perioadă.
- Căutați și acceptați ajutorul specialiștilor: terapeuți, logopezi, psihologi sau educatori, ca parte integrantă a procesului, nu ca o opțiune de ultimă instanță.
- Practicați autoîngrijirea conștientă: stabilirea limitelor, odihna, conectarea cu propriile nevoi emoționale. Părinții odihniți sunt mai capabili să ofere sprijin stabil copilului.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce înseamnă, pentru voi, „forța adevărată” în relația voastră cu copilul? Este vorba despre răbdare, claritate, flexibilitate sau capacitatea de a cere ajutor?
- În ce momente ați simțit că autolimitarea voastră a fost o barieră pentru copil? Cum ați putea transforma acea barieră într-un pod?

- Ce obiectiv mic, realist, puteți seta în această săptămână pentru a facilita o tranziție sau o comunicare mai clară cu copilul?
- Cum puteți crea un registru zilnic de succese care să fie motivant atât pentru voi, cât și pentru copil?

Plan de acțiune:

- 1) Observați timp de o săptămână: notați situațiile în care copilul își exprimă autonomia, încercările de comunicare și momentele de frustrare.
- 2) Alegeți o rutină zilnică simplă pe care să o respectați cu regularitate (de ex., un moment scurt de dialog vizual la sfârșitul zilei, un gest de afirmare a efortului copilului).
- 3) Împărtășiți sentimentul vostru cu o persoană de încredere sau cu un terapeut: exprimați temeri, așteptări și realizările zilei.
- 4) Încercați să identificați o resursă de sprijin extern: un grup de părinți, un consultant educațional sau un specialist în terapie ocupațională.

Concluzie:

Povestea adevăratelor forțe se încheie cu o conștientizare simplă, dar profundă: adevărata putere a părinților nu constă în a face copilul să se adapteze la un standard, ci în a adapta drumul lor în a-l sprijini pe copil să navigheze în propriul său ritm, cu demnitate și speranță. În acest proces, părinții descoperă o sursă interioară de calm, claritate și compasiune, pe care o pot oferi zilnic, nu ca o performanță, ci ca o investiție în relație.

# PODUL DE COMUNICARE



Într-un loc obișnuit, într-o casă plină de rutină și sunete ale zilei, doi adulți își construiesc un pod care nu trece peste un râu, ci peste neînțelegeri, temeri și idei preconcepute despre cum ar trebui să fie copilul. Podul reprezintă dialogul atent, vizualurile coerente, și momentul în care fiecare își dă voie să asculte, să întrebe și să accepte că ritmul copilului poate fi diferit, dar cu același drept la înțelegere și sprijin.

Pe măsură ce atmosfera de zi cu zi devine tensionată de așteptări nerealiste, părinții decid să construiască „podul” comunicării. Îl marchează cu semne vizuale, rutine clare și un cadru de ascultare activă. Fiecare pas nou pe pod deschide spațiu pentru exprimarea nevoilor reale ale copilului, pentru validarea emoțiilor și pentru regăsirea încrederii în propriile capacități de a sprijini dezvoltarea acestuia. În final, casa devine un spațiu în care diferențele nu mai sunt obstacole, ci izvoare de învățare și conexiune.

Comunicarea ca principal ajutor: nu calibrarea copilului după standarde exterioare, ci crearea unui limbaj comun adaptat realității copilului.

Elemente vizuale și semne ca punte: utilizarea rutinelor vizuale, pictogramelor, semnelor sau checklist-urilor pentru a facilita înțelegerea și tranzițiile calme.

Ascultarea activă ca instrument de schimbare: acordarea unei atenții nerostite, repetarea și reformularea pentru confirmare.

Regularitatea și empatia: o întâlnire scurtă, regulată, în care toți membrii exprimă ce a funcționat, ce a fost dificil și ce li s-ar putea oferi în continuare.

Flexibilitatea în limite: podul nu s-a construit în enunțuri rigide, ci în acorduri adaptabile, cu spațiu pentru erori și ajustări.

Momente pentru părinți:

- Implementați un protocol simplu de ascultare activă: reflectați ceea ce a spus copilul, verificați înțelegerea cu întrebări deschise și demonstrați empatie prin limbaj corporal.

- Stabiliți semne vizuale comune: un plan zilnic afișat, pictograme pentru nevoi, scale vizuale pentru emoții, pentru a facilita exprimarea fără presiune.

- Dedicăți un timp scurt de „dialog zilnic” în care părinții și copilul discută despre o nevoie sau o tranziție care urmează, încheiat cu o reacție pozitivă.

- Întăriți încrederea în proces, nu în rezultat: recunoașteți efortul, nu doar succesul, iar succesele mici să fie documentate ca „pasuri” pe pod.

- Colaborați cu echipa de sprijin: profesori, terapeuți, consilieri, pentru a menține consistent mesajele și resurselor necesare.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce înseamnă, pentru voi, „podul de comunicare” în practica zilnică? Unde simțiți că se spune adevărul despre nevoile voastre și ale copilului?

- Care sunt cele mai mari obstacole în dialogul curent (temeri, frustrare, lipsa timpului)? Ce pași concreți ar facilita depășirea acestora?

- Ce semne vizuale sau rutine ați putea introduce în casa voastră pentru a susține tranzițiile și exprimarea nevoilor copilului?

- Cum poate echipa de sprijin să întărească podul vostru, fără a-l transforma într-un plan rigid?

Plan de acțiune (primul pas):

1) Alegeți o tranziție zilnică comună (de ex., revenirea acasă, pregătirea mesei, sau înainte de culcare) și introduceți un plan vizual simplu.

2) Implementați o sesiune scurtă de ascultare activă în fiecare zi, de 5-10 minute, în care fiecare membru poate exprima o nevoie sau o incertitudine, cu reguli de confirmare mutuală.

3) Documentați două-trei progrese săptămânal, nu doar rezultatele copilului, ci și schimbările în dinamica și comunicarea familiei.

4) Programați o întâlnire săptămânală cu un profesionist sau cu un grup de sprijin pentru a verifica progresul, a ajusta strategiile și a primi feedback obiectiv.

Concluzie:

Podul de Comunicare simbolizează angajamentul către o relație familială bazată pe înțelegere, curaj de a asculta și flexibilitate în abordare. El nu transferă sarcina copilului să se adapteze rapid la așteptări; el transferă părinților responsabilitatea de a crea un spațiu în care copilul poate crește în ritmul său, cu demnitate și încurajare. În această dinamică, încrederea în propria capacitate de a comunica, de a co-crea soluții și de a susține autonomia copilului se adâncește, iar legătura afectivă se întărește.



## GRĂDINA RĂBDĂRII

Într-o casă obișnuită, în jurul căreia se întinde o grădină de plante cu creștere lentă, meșteșugite după ritmul fiecărei zile, părinții descoperă valoarea răbdării ca resursă esențială pentru relația cu copilul. Grădina nu crește în grabă; ea învață să ofere spațiu, să observe pas cu pas progresele mici și să transforme frustrările în strategii calme. În acest spațiu simbolic, cei doi adulți învață să aștepte, să întrebe cu blândețe și să răspundă cu consistență, astfel încât copilul să poată semăna în propriul ritm.

Pe măsură ce rutina zilnică cade în șablon, o „Grădină a răbdării” devine un spațiu de practică pentru părinți: loc unde reacțiile impulsive pot fi reformulate în răspunsuri calculate, calde, unde fiecare gest de împărțire a timpului, fiecare popas de respirație, devine o îmbunătățire a relației. În final, grădina reflectă nu progrese spectaculoase, ci o creștere constantă a încrederii și a demnității comune, atât pentru copil cât și pentru adulți.

Răbdarea ca armă blândă: timpul acordat copiilor pentru a-și exprima gândurile și nevoile devine o formă de sprijin, nu o amânare a soluțiilor.

Transformarea frustrării în practică: momentele dificile sunt transformate în oportunități de a exersa atenția, ascultarea și confirmarea emoțională.

Observația atentă ca instrument de înțelegere: a observa semnele subtile ale efortului copilului devine baza acțiunilor întemeiate și sigure.

Ritmuri predictibile, dar flexibile: repere zilnice, respirații ghidate, pauze scurte și tranziții planificate pentru a crea securitate emoțională.

Suportul exterior ca parte integrantă a grădinii: profesori, terapeuți și familie extinsă contribuie la hrănirea creșterii în ritm adevărat.

Momente pentru părinți:

- Practicați pauzele autorizate: înainte de reacția impulsivă, acordați voi înșivă o conversație scurtă cu propriile emoții, pentru a răspunde în mod conștient copilului.

- Clarificați așteptările prin ritmuri vizuale: stabiliți un plan zilnic simplu care să ofere predictibilitate fără rigiditate.

- Întăriți comunicarea cu respirația comună: exerciții simple de respirație în doi, pentru a sincroniza reacțiile.

- Documentați „lecțiile” din fiecare zi: trei momente care au funcționat, trei provocări rămase, și o idee pentru ziua următoare.

- Lucrați în echipă cu sprijinul specialiștilor: terapeut, educatori sau consilieri pot sugera ajustări în funcție de ritmul copilului.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce înseamnă, pentru voi, răbdarea în relația cu copilul? Este o stare interioară, o strategie sau un spațiu de siguranță pentru proces?

- În ce situații ați simțit că păstrați răbdarea? Ce v-a ajutat să o mențineți în acele momente?

- Ce semne vizuale sau rutine ar ajuta la creșterea răbdării în familie?

- Cum poate sprijinul extern să se integreze în grădina răbdării, fără a o transforma într-un plan rigid?

Plan de acțiune (primul pas):

1) Alegeți o tranziție zilnică simplă (revenirea acasă, pregătirea mesei, culcarea) și introduceți un ritual scurt de răbdare înaintea acesteia (ex. Două respirații lente împreună).

2) Documentați două-trei momente de efort al copilului în fiecare zi și răspunsuri calme ale părinților.

3) Stabiliți un „colț al grădinii” în casă: un spațiu vizual cu pictograme pentru emoții, pași ai tranzițiilor și un mic registru de succese zilnice.

4) Programați o întâlnire săptămânală cu un profesionist sau cu un grup de suport pentru a evalua progresul și a adapta practicile.

Concluzie emoțională:

Grădina răbdării reprezintă angajamentul de a crește în ritmul copilului, cu demnitate și grijă constantă. Ea nu cere copiilor să se grăbească, ci cere părinților să creeze condiții pentru recuperare, reflecție și creștere autentică. În această zonă liniștită, relația se adâncește, iar încrederea că fiecare pas mic contează își găsește locul în inimă.

## BUSOLA EMOȚIILOR

# THE EMOTION COMPASS



Într-o familie obișnuită, într-un apartament unde fiecare zi aduce propriul său ritm, apare o „busolă” emoțională ca un instrument de clarificare: cinci emoții desemnate prin pictograme colorate. Părinții încep să folosească această busolă în momentele de tensiune pentru a numi ceea ce simte copilul, dar și ceea ce simt ei înșiși. Mesajul central este că denumirea emoțiilor deschide calea spre soluții reale: pauze scurte, răspunsuri calde, sprijin adecvat și continuă susținere.

Într-o seară în care conversațiile escaladează în certuri despre tranzițiile zilnice, părinții introduc busola emoțiilor: fericire, tristețe, furie, frică și surpriză, reprezentate prin pictograme pe un colț al camerei. În timpul unei situații specifice (revenirea acasă și pregătirea cinei), părinții folosesc busola pentru a identifica emoțiile tuturor, apoi stabilesc reguli simple de reacție: ascultare activă, respirație comună și alegerea unui răspuns calculat. Această schimbare mică, dar consistentă, reduce tensiunea, crește încrederea copilului în exprimarea emoțiilor și întărește relația părinte-copil.

Denumirea emoțiilor deschide accesul la înțelegere și acțiune: a spune „parcă furia s-a instalat pentru că nu am înțeles nevoia ta” oferă teren pentru soluții reale.

Pași practici imediați: pauze de 30 de secunde, respirație sincronizată, reformularea nevoilor, oferirea unei opțiuni de ajutor.

Elemente vizuale ca suport: pictogramele devin semne de recunoaștere în situații stresante, reducând presiunea de a comunica verbal perfect.

Momente pentru părinți:

- Stabilirea unui vocabular emoțional simplu, cu cinci cuvinte principale, repetate în contexte variate.
- Îmbinarea verbalului cu simboluri vizuale și o regulă clară: când apare o emoție, se oprește pentru a identifica emoția, apoi se alege un răspuns calm.
- Practica ascultării active: confirmarea emoțiilor copilului fără judecată, apoi întrebări deschise despre nevoile reale.
- Crearea unui colț al emoțiilor: cu pictograme, o mică listă de pași pentru gestionare și spațiul pentru a scrie sau a desena nevoile copilului.
- Implicarea echipei de sprijin: profesori, terapeuți sau consilieri pentru feedback și ajustări.

Întrebări pentru reflecție:

- În care situații simțiți că busola emoțiilor ar face diferența? Ce emoții apar cel mai des în casa voastră?
- Cum ați integra busola în rutina zilnică fără a o percepe ca încă un concept științific?
- Ce obstacole întâmpinați în denumirea emoțiilor, cum le-ați depăși cu ajutorul unor formulări simple?
- Cum poate sprijinul extern (profesori, terapeuți) să susțină implementarea busolei în viața de zi cu zi?

Plan de acțiune (primul pas):

1) Alegeți cinci situații zilnice în care emoțiile apar frecvent (revenire acasă, pregătire pentru culcare, tranziții). Afișați pictogramele corespunzătoare fiecărei emoții într-un loc vizibil.

2) Implementați o rutină scurtă de denumire a emoțiilor: în timpul situațiilor identificate, fiecare membru poate indica emoția resimțită de copil, iar apoi se propune un răspuns calm.

3) Creați un „colț al emoțiilor” cu pictograme, o listă scurtă de pași de gestionare (respirație, pauză, vorbit cu o persoană de încredere).

4) Stabiliți o întâlnire săptămânală cu un profesionist sau grup de sprijin pentru a evalua progresul și a adapta intervențiile.

Concluzie emoțională:

Busola emoțiilor nu este doar un instrument de navigare în perioade tensionate; este un drum spre conectare autentică. Prin denumire, înțelegere și răspunsuri calde, familia creează un spațiu în care copilul poate să-și dezvolte autonomia emoțională, iar încrederea în propriile resurse crește pe măsură ce toți membrii învață să navigheze împreună cu claritate, curaj și grijă.

# SUFLETUL DE ECHIPĂ



Într-o casă obișnuită, unde fiecare membru poartă propriile temeri și speranțe, apare ideea unei „inimi de echipă”: un spațiu și un cadru în care părinții, profesorii, terapeuții și copilul pot lucra împreună ca un singur organism, ghidat de empatie, obiective clare și responsabilități distribuite. Scopul este să se transforme povara îngrijirii într-o forță comună, capabilă să susțină ritmul unic al copilului.

Pe măsură ce dinamica zilnică devine din ce în ce mai încărcată de așteptări, echipa de sprijin se reunește pentru a crea un plan comun: obiective realiste, proceduri de comunicare deschise, reguli de colaborare și spațiu pentru feedback. Încet, casa se schimbă într-un laborator de cooperare unde fiecare contribuie cu expertiză proprie, iar copilul simte că nu este singur în această călătorie.

- Puterea co-creării: succesul nu depinde de un singur individ, ci de capacitatea tuturor de a munci în armonie, păstrând ritmul copilului ca busolă.
- Comunicarea deschisă și regulile clare: întâlniri regulate, reguli de ascultare activă, reformularea necesităților, și feedback onest în scopuri constructive.
- Roluri clar definite, dar flexibile: fiecare membru al „echipei” știe ce poate aduce, dar este deschis la ajustări în funcție de evoluția copilului.
- Un registru comun de succese și provocări: documentarea progreselor reale, nu doar rezultatele copilului, pentru a ajusta strategii.
- Siguranța emoțională ca fundament: spațiul în care copilul își poate exprima nevoile fără rușine, iar adulții răspund cu căldură și consistență.

Momente pentru părinți:

- Stabilirea unei întâlniri săptămânale ale echipei: părinți, profesor/terapeut, eventual alt adult de sprijin, pentru a discuta obiective, a evalua progresul și a planifica pași următori.
- Claritatea rolurilor: definiți responsabilități concrete (comunicare cu școala, monitorizare a rutinei, suport emoțional pentru copil) și să țineți cont de resursele fiecăruia.
- Practica ascultării active în cadrul echipei: fiecare observație contează; reformulați pentru înțelegere comună și pentru acord de acțiune.
- Medierea deciziilor cu timpul necesar: lăsați spațiu pentru reflecție înainte de a implementa schimbări majore.
- Integrarea resurselor externe: terapeuți, consilieri, logopezi sau educatori speciali pot aduce perspective noi, adaptate ritmului copilului.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce înseamnă „suflet de echipă” pentru voi în practica zilnică? Unde simțiți că puteți îmbunătăți colaborarea?
- Care sunt barierele actuale în comunicare între adulți și cum pot fi depășite prin reguli clare și întâlniri regulate?
- Cum poate copilul să simtă în mod concret că face parte din această echipă, nu doar ca subiect de suport, ci ca participant activ?
- Ce resurse externe ar putea susține parteneriatul echipei voastre și cum să le integrați în structura existentă?

Plan de acțiune (primul pas):

- 1) Stabiliți o întâlnire săptămânală a „sufletului de echipă” cu toți membrii-cheie (părinți, profesor, terapeut). Definiți obiectivele săptămânii și reguli de comunicare.
- 2) Creați un ax de comunicare comun: un registru simplu (online sau fizic) în care fiecare parte poate nota observații, temeri, succese și propuneri.

3) Distribuiți responsabilități clare: cine supervizează fiecare domeniu (comunicare cu școala, susținerea emoțională a copilului, monitorizarea rutinei, etc.).

4) Implementați o rutină de feedback: la finalul fiecărei săptămâni, evaluați ce a funcționat, ce a fost dificil și ce ajustări sunt necesare.

5) Încercați să implicați copilul în anumite decizii potrivite vârstei: întrebări despre preferințe, așteptări sau moduri de participare.

Concluzie emoțională:

Sufletul de echipă reprezintă angajamentul de a transforma responsabilitatea unei îngrijiri complexe într-o colaborare profund umană. Între părinți, profesori, terapeuți și copil, se creează un spațiu în care încrederea, claritatea și empatia devin motorul acțiunilor zilnice. În această structură, fiecare pas mic se poate transforma într-o creștere comună, iar legătura familială se adâncește, hrănită de o inimă comună care bate în sincron pentru binele copilului.



## CĂLĂTORIA MICILOR VICTORII

Într-un spațiu simplu, cu ritmuri de zi cu zi care uneori par să se prăbușească sub greutatea așteptărilor, apare ideea că fiecare pas mic al copilului reprezintă o victorie în sine. Călătoria micilor victorii nu cere progrese spectaculoase, ci constanță, răbdare și capacitatea de a transforma eforturile în momente de validare și încurajare. Părinții învață să recunoască aceste momente, să le documenteze, să le celebreze și să le folosească drept semnale pentru următoarele etape ale dezvoltării copilului. În decursul timpului, familia se confruntă cu situații obișnuite care pot deveni obstacole pentru copilul cu CES : o tranziție dificilă, o încercare de comunicare, o rigiditate emoțională. În loc să rămână captivi în frustrări, părinții implementează un „registru de victorii” zilnic, unde notează trei reușite reale, oricât de mici ar părea. Aceste victorii, la început discrete, devin forța motivațională atât pentru copil, cât și pentru adulți, creând un cerc virtuos de încurajare, încredere și autonomie treptată.

Progresul se vede în detalii: o nouă metodă de a comunica, o tranziție mai lină, o îmbunătățire mică în gestionarea emoțiilor.

Recunoașterea efortului, nu doar a rezultatului, stimulează motivația intrinsecă a copilului.

Documentarea succesurilor creează registru de încredere și de claritate pentru întreaga familie.

Învățarea prin celebrare: fiecare etapă este sărbătorită ca o victorie care consolidează relația și încurajează autonomia.

Sprijinul extern ca motor: profesori, terapeuți și alți furnizori de sprijin pot facilita identificarea și celebrarea micilor reușite.

Momente pentru părinți:

- Stabiliți un „registru zilnic de succese”: notați trei progrese concrete, cum ar fi: o propoziție nouă spusă, o tranziție efectuată fără efort, un gest de împărtășire a emoțiilor.

- Definiți victorii realiste: obiective mici, realizabile în 24 de ore, care pot fi repetate pentru consolidare.

- Folosiți limbaj afirmativ și clar: spuneți copilului ce a făcut bine, despre ce a fost greu, și ce urmează să încerce în ziua următoare.

- Celebrarea autentică: cuvinte de încurajare sincere, un mic gest de apreciere sau un simbol vizual care marchează victoriile.

- Integrarea echipei de sprijin: profesorii, terapeuții și alți parteneri pot oferi observații despre progrese și pot ajusta planurile.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce consideră familia voastră „victorie” în dezvoltarea copilului? Cum identificați momentele de progres atunci când rezultatele nu sunt evidente?

- Cum poate registrul de victorii să devină un motor de încredere în cadrul alianței părinte-copil?

- Care sunt cele trei victorii cele mai frecvente pe care le-ați putea identifica într-o săptămână tipică?

- În ce moduri poate comunitatea de sprijin să vă susțină în celebrările victoriilor, fără a transforma procesul într-o competiție?

Plan de acțiune (primul pas):

1) Alegeți o tranziție zilnică (revenire acasă, pregătire pentru culcare, pregătire pentru școală) și stabiliți trei obiective realiste legate de acea tranziție.

2) Întocmiți un registru zilnic de victorii: notați trei progrese concrete, detaliind ce a făcut copilul, cum s-a simțit și ce ați învățat voi ca adulți.

3) Împărțiți săptămânal activitatea de celebrare: un scurt moment în care fiecare membru al familiei spune o victorie și spune ce poate fi îmbunătățit săptămâna următoare.

4) Căutați sprijin extern pentru feedback obiectiv: un consultant educațional, un terapeut sau un grup de părinți poate oferi perspective noi și ajustări eficiente.

Concluzie:

Călătoria micilor victorii demonstrează că progresul nu înseamnă întotdeauna „mai mult” sau „mai repede”, ci consistență, empatie și recunoaștere. Fiecare victorie, oricât de mică, este o redare a încrederii copilului în propriile sale forțe și o confirmare pentru părinți că nu există efort nepotrivit atunci când vine vorba de bunăstarea și fericirea celui drag. Această cale, pas cu pas, construiește o relație mai blândă, mai clară și mai puternică, în care fiecare zi are potențialul de a aduce o nouă reușită în casa voastră.

# BUSOLA TRANZIȚIILOR



Într-un spațiu obișnuit, unde zilele au un ritm repetitiv, apare o „busolă a tranzițiilor”: un set de semne vizuale, reguli scurte și pași de acțiune destinați să ghideze copilul prin momentele de schimbare. Busola nu controlează ritmul copilului, ci oferă un limbaj comun și un cadru sigur în care modul prin care copilul se mută de la o activitate la alta poate fi anticipat, înțeles și suportat cu blândețe. Prin utilizarea regulilor clare și a explicațiilor vizuale, casa devine un spațiu în care tranzițiile sunt văzute ca oportunități de autonomie, nu ca provocări.

Povestea urmărește cum familia introduce încet busola tranzițiilor într-un calendar vizual și într-un set de rutine. Când copilul se află la marginea unei schimbări — de la joacă la masă, de la școală la odihnă, sau de la o activitate la alta — membrii familiei folosesc semnele, oferă explicații scurte și validează emoțiile copilului. Prin feedback constant și reîncadrarea pașilor, copilul învață să se așeze în ritmul său, iar părinții învață să ofere sprijin în loc de control. Cu timpul, tranzițiile devin momente de conectare, unde fiecare membru simte că poate contribui la o dezvoltare pașnică și clară.

Tranzițiile ca oportunități: schimbările devin momente de înțelegere și autonomia copilului, nu teste de rezistență pentru familie.

Limbaj vizual simplu, comun: semne, pictograme și reguli scurte care pot fi aplicate în orice încăpere sau mediu educațional.

Pași de reacție consistenți: confirmare emoțională, scurtă explicație despre ce urmează, oferirea alegerii sau a unei opțiuni de suport.

Viziunea de răbdare: tranzițiile necesită timp, repetare și ajustare în funcție de ritmul copilului și de feedback-ul echipei de sprijin.

Integrarea echipei de sprijin: colaborarea cu părinții, profesorii, terapeuții pentru a adapta busola la nevoile reale ale copilului.

Momente pentru părinți:

- Stabilirea unei reguli clare de tranziție: de ex., înainte de orice schimbare, copilul primește un avertisment vizual și o scurtă explicație verbală.

- Folosirea semnalelor vizuale consistente: calendar zilnic, pictograme pentru fiecare tip de tranziție, un mic proces de confirmare la final („Totul este pregătit? Da.”).

- Oferirea de opțiuni scurte de alegere: copilul poate alege între două variante de activități pentru a facilita tranziția (de ex., „sfârșitul jocului sau pauza scurtă”).

- Ritmul vizual și empatic: acordați timp pentru adaptare, evitați presiunea și validați emoțiile copilului în timp ce se realizează noul context.

- Colaborarea cu echipa de sprijin: terapeuți, educatori, consilieri pot oferi sugestii despre adaptări, simplificări sau alternative vizuale.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce tipuri de tranziții apar cel mai des în familia voastră? Cum ar arăta o busolă adaptată acestor momente?

- Care sunt semnele vizuale care ar facilita înțelegerea și participarea copilului în tranziții?

- Cum puteți echilibra claritatea cu flexibilitatea în situațiile de schimbare?
- În ce moduri părinții, profesorii și terapeuții pot coopera pentru a menține coerența în mesajele despre tranziții?

Plan de acțiune:

- 1) Identificați trei tranziții zilnice care necesită sprijin suplimentar (ex.: revenirea acasă, pregătirea mesei, culcatul). Pentru fiecare, creați o pictogramă simplă și o regulă scurtă de reacție.
- 2) Implementați un scurt ritual de tranziție (de exemplu, avertisment vizual cu trei pași: anunțarea, explicația simplă, alegerea între două opțiuni) înainte de fiecare schimbare.
- 3) Creați un colț vizual pentru tranziții: un panou cu semne, o scurtă descriere a pașilor și un spațiu pentru a nota feedback-ul copilului.
- 4) Programați o întâlnire săptămânală cu echipa de sprijin pentru a evalua eficacitatea busolei, a ajusta semnele și a adapta strategiile.

Concluzie:

Busola tranzițiilor transformă momentele de schimbare în oportunități de siguranță, claritate și conectare. Ea oferă copilului un limbaj simplu și un cadru previzibil, iar părinților o structură de sprijin, în care empatia se îmbină cu acțiunea concretă. În această dinamică, fiecare tranziție se poate transforma într-o cascadă de progrese mici, dar semnificative, care aduc liniște în familie și îndrumă spre o experiență zilnică mai plină de sens.

# ZÂMBETUL ÎN OGLINDĂ



Într-o casă obișnuită, oglinda din hol reflectă nu doar imaginea, ci și temeri, așteptări și dorințe. „Zâmbetul în oglindă” marchează momentul în care părinții decid să-și examineze propriile emoții, să își normalizeze vulnerabilitatea și să transforme auto-critica în o forță constructivă. Povestea explorează impactul auto-acceptării asupra relației părinte-copil: când părinții pot privi dincolo de idealuri ideologice, pot recunoaște propriile limite și pot valida eforturile copilului, se deschide un spațiu de dialog autentic, plin de calm, în care schimbările aparent mici au un efect profund asupra încrederii și autonomiei.

La început, oglinda este un simbol tăcut: reflectă temeri legate de creștere, educație și performanță. În timp, părinții încep să observe cum propriile comentarii generate modelează modul în care copilul percepe propriile abilități. Încet, se impune practică: auto-îngrijire conștientă, exprimarea clară a nevoilor și cererilor, și un limbaj empatic în conversațiile de zi cu zi. În acest proces, părinții învață să-și ofere compasiune sinceră, să-și asume erori ca parte a învățării, și să invite copilul într-o relație în care succesul este măsurat prin progrese reale, nu prin perfecțiune.

-Puterea vulnerabilității: capacitatea părinților de a-și manifesta temerile și de a cere ajutor ca formă de curaj poate deschide canale noi de comunicare cu copilul.

Autoîngrijirea ca suport temeinic: părinții odihniți și care setează limite devin parteneri mai prezenți pentru copil.

Limbaj emoțional autentic: acceptarea și validarea emoțiilor proprii și ale copilului creează un spațiu sigur pentru exprimare.

Dialog profund prin observație: ascultarea activă și reformularea nevoilor contribuie la conectare și înțelegere.

Transformarea perseverenței în oportunități: micile schimbări în atitudine declanșează o reacție în lanț pozitiv în copil.

Momente pentru părinți:

- Practicați „oglinda internă”: identificați propriile pasiuni, temeri și așteptări despre rolul de părinte și observați cum vă influențează discursul relația cu copilul.
- Folosiți un limbaj non-judicativ: evitați etichetele, înlocuind cu afirmații despre observații concrete (ex: „Observ că...” în loc de „Tu întotdeauna...”).
- Învățați să cereți ajutor: recunoașterea neputinței sau a necesităților de sprijin profesional nu este semn de slăbiciune, ci de responsabilitate.
- Creați un spațiu pentru auto-reflecție zilnic: un moment de 5–10 minute pentru a nota emoții, teme, succese și planuri de îmbunătățire.
- Implicați copilul în dialoguri despre sentimente: în funcție de vârstă, adaptați limbajul emoțional și oferiți variante de exprimare.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce înseamnă pentru voi să vă vedeți oglinda ca instrument de transformare, nu ca sursă de auto-critică?
- Care sunt temerile sau convingerile despre „cum ar trebui să fie” relația părinte-copil, pe care ați vrea să le reformulați?
- Ce formulări simple ați putea introduce în dialogurile zilnice pentru a valida emoțiile copilului și ale voastre?
- În ce mod v-ar ajuta sprijinul extern (terapeuți, consilieri, grupuri de suport) să mențineți un limbaj consecvent, empatic și realist?

## Plan de acțiune.

- 1) 5 minute zilnice de „oglindă” personală: notați ce observați despre propriile emoții și despre modul în care acestea afectează comunicarea cu copilul.
- 2) Creați un „colț al oglinzii” în casă: un mic spațiu în care se pot expune mesaje pozitive despre eforturi, progrese și eșecuri, fără judecată.
- 3) Întâlniri scurte cu partenerul de familie pentru a identifica trei teme recurente din interacțiunile cu copilul și a stabili răspunsuri mai calde și mai eficiente.
- 4) Integrați un profesionist în echipă: terapeut, psiholog sau consilier, pentru feedback despre stilul de comunicare și pentru instrumente practice de îmbunătățire a dialogului.
- 5) Împărtășiți cu copilul, în funcție de vârstă, o parte din propria călătorie de autodesoperire pentru a construi încredere și deschidere în relație.

## Concluzie:

Zâmbetul în oglindă este mai mult decât o metaforă: este un angajament pentru cinste emoțională, pentru a vă vedea clar, cu răbdare, în toți pașii de creștere ai copilului. Când părinții învață să-și accepte imperfecțiunea, copilul învață să accepte propriile provocări, iar relația lor se transformă într-o alianță autentică, caldă și trainică. În această oglindă, fiecare zâmbet devine recunoaștere, iar drumurile spre progres sunt conduse de empatie, claritate și speranță.

# FURTUNA CARE TRECE



Într-o casă obișnuită, vântul de afară oglindește mai întâi tensiunile din interiorul fiecărei familii: așteptări, temeri, neînțelegeri despre cum ar trebui să fie copilul. Furtuna reprezintă un moment intens, adesea destabilizant, în care comunicarea se rupe, iar reacțiile devin impulsive. Mesajul central al poveștii este că furtuna nu este un semn de eșec, ci o situație tranzitorie, pe care o familie poate traversa cu un plan calm, cu ajutorul unor reguli clare, a spațiului de respirație și a sprijinului profesionist.

Pe măsură ce cerul se întunecă, casa devine un loc de practică pentru gestionarea energiilor conflictuale: părinții recunosc semnele izbucnirilor, implementează un protocol de calmare, și transformă acel moment într-o oportunitate de reconectare. În timpul furtunii, toți membrii învață să își asigure propriul spațiu emoțional și să ofere copilului un cadru sigur, în care emoțiile pot fi exprimate fără rușine. Când furtuna se potolește, familia se reconectează printr-un ritual scurt de calmare, un plan de tranziție către o activitate obișnuită și o reîntărire a obiectivelor comune pentru copil.

Furtuna ca oglindă a dinamicilor familiale: conflictele nu sunt doar disfuncționale, ci adesea rezultate din nevoia de a conecta și înțelege.

Pași spre stabilizarea situației după furtună: respirații comune, pauze deliberate, reformularea nevoilor și stabilirea unui acord de acțiune.

Spațiul sigur: stabilirea unui „colț calm” pe care toți membrii îl pot utiliza pentru a-și reaseza gândurile înainte de a răspunde.

Reîntoarcerea la ritm: pași de tranziție către activități normale, cu o clarificare a rolurilor, pentru a restabili încrederea în procesul de îngrijire.

Rolul echipei de sprijin: profesori, terapeuți, consilieri pot oferi perspective și instrumente pentru a înțelege declanșatorii și pentru a adapta strategiile.

Momente pentru părinți:

- Pregătirea pentru furtună: identificați semnele timpurii ale escaladării emoționale la copil și la adulți, pentru a interveni preventiv.

- Protocol de calmare:

- 1) opriți reacția;

- 2) respirație și pauză;

- 3) exprimarea nevoii în cuvinte simple și căutarea unei soluții comune.

- Stabilirea unui plan de tranziție după furtună: o activitate calmă (desen, muzică, scurtă poveste) pentru a reveni la rutină fără tensiune.

- Împărțirea responsabilităților: cine gestionează situația în timpul crizei, cine monitorizează emoțiile copilului, cine se ocupă de autoîngrijire pentru părinți.

- Explorarea resurselor externe: terapeuți, psihologi, consilieri, grupuri de părinți pentru suport și feedback obiectiv.

Întrebări pentru reflecție:

- Care sunt semnele timpurii de tensiune în casa voastră înainte ca furtuna să lovească cu adevărat?

- Ce strategii de calmare au funcționat în trecut și cum pot fi îmbunătățite?

- Cum poate copilul să participe la revenirea la normal după furtună, în funcție de vârstă și capacități?

- În ce fel poate echipa de sprijin să ofere un plan de acțiune adaptat ritmului copilului și contextului vostru?

## Plan de acțiune:

1) Identificați trei situații frecvente în care furtuna poate începe (ex.: după școală, în tranzițiile dintre activități, în timpul criticilor reciproce). Pentru fiecare, stabiliți un semnal de oprire și un plan de pauză.

2) Dezvoltați un protocol simplu de calmare în trei pași:

a) oprire

b) respirație comună sau pauză de 60 de secunde

c) exprimarea nevoilor în cuvinte clare și oferirea unei opțiuni de ajutor.

3) Creați un „colț calm” în casă: un spațiu mic cu lumini calde, muzică blândă, materiale de relaxare și un afiș cu pașii de management al situației.

4) Programați o întâlnire săptămânală cu un profesionist sau cu grupuri de sprijin pentru a revizui tacticile, a ajusta semnele vizuale și a susține progresul.

## Concluzie:

Furtuna care trece nu înseamnă dispariția provocărilor, ci capacitatea de a traversa cu demnitate fiecare furtună. Prin pregătire, răbdare și o strategie clară, casa devine un spațiu de siguranță în care tensiunile se transformă în conversații constructive, iar legătura dintre părinți și copil se întărește în înțelegere, compasiune și speranță pentru zilele următoare.

# ÎNĂLȚAREA ARIPILOR



Într-o casă în care fiecare zi aduce propriul său ritm, apare ideea de a identifica și onora punctele forte ale copilului, indiferent cât de diferite par față de standardele generale. „Înălțarea aripilor” simbolizează încrederea că fiecare copil poate naviga cu demnitate spre autonomie, când familia, profesorii și terapeuții lucrează în armonie pentru a oferi sprijin adaptat, mesaje de validare și provocări bine măsurate. Povestea explorează cum încurajarea blândă, adaptările la nevoi individuale și credința în potențialul copilului transformă modestele succese în motoare ale autonomiei și încrederii în sine.

Pe măsură ce planurile educaționale și strategiile de sprijin se aliniază, copilul descoperă abilități sau talente unice (de ex. Desen, muzică, logică, mișcare). Familia învață să celebreze aceste momente, să le integreze în viața de zi cu zi și să le valorifice ca inspirație pentru pașii următori. În paralel, părinții își regăsesc încrederea în propria capacitate de a ghida cu empatie, rămânând reali în privința limitelor. La final, aripile simbolice devin o metaforă a potențialului: nu o speranță neîntemeiată, ci o realitate în formare, sprijinită de o comunitate dedicată.

- Potențialul ca obiectiv central: accent pe abilități și interese individuale, nu pe conformitatea la standarde unice.
- Autoeficacitatea copilului: asumarea treptată a rolului activ în propriul proces de învățare.
- Susținerea multidisciplinară: colaborarea dintre părinți, profesori, terapeuți și comunitate pentru a stimula creșterea autentică.
- Învățare prin încurajare: cercuri de feedback pozitiv, obiective realiste, celebrări ale progreselor mici.
- Demnitatea ca fundament: abordare respectuoasă a limitelor, cu accent pe respectul pentru ritmul și nevoile fiecărui copil.

#### Momente pentru părinți

- Identificați punctele forte ale copilului: observați talentele, interesele și micile succese ca orientare pentru obiectivele următoare.
- Corelați încurajarea cu acțiuni concrete: propuneți activități scurte, adaptate, care permit copilului să experimenteze sensul reușitei.
- Stabiliți obiective realiste: cu termene clare și evaluări regulate.
- Integrați sprijinul comunității: profesorii, terapeuții, consilierii pot oferi perspective și resurse pentru a susține autonomia.
- Întăriți autonomia prin responsabilități adaptate: sarcini mici, cu succes repetat, pentru a construi încrederea în sine.

#### Întrebări pentru reflecție

- Cum definiți „aripile” copilului dumneavoastră? Ce abilități sau talente credeți că pot crește în această perioadă?
- Care sunt cele mai semnificative progrese pe care le-ați observat în ultimele luni în copilul vostru?
- Cum poate fi creat un plan de susținere care să amplifice autonomia, fără a pierde legătura emoțională?
- În ce mod poate comunitatea de sprijin să contribuie la creșterea încrederii în sine a copilului?

#### Plan de acțiune:

- 1) Identificați două trei activități care evidențiază talentele copilului (ex.: desen, muzică, sport adaptat) și stabiliți obiective mici pentru săptămâna viitoare.
- 2) Creați un registru de progrese: notarea în mod obiectiv a realizărilor, oricât de mici, și a sentimentelor asociate.
- 3) Stabiliți întâlniri săptămânale cu echipa de sprijin pentru a evalua progresul, a ajusta obiectivele și a propune activități noi.
- 4) Integrați o rutină de autoîngrijire pentru părinți, pentru a evita epuizarea și a menține claritatea și empatia în interacțiunile zilnice.

## Concluzie

Înălțarea aripilor nu înseamnă doar atingerea unor trăiri sau abilități; înseamnă să oferiți copilului credința că poate zbura în propriul său ritm, într-un amestec de bucurie, provocare și descoperire. Este o invitație pentru întreaga familie să sprijine creativitatea, curajul și demnitatea, transformând fiecare pas mic într-un salt semnificativ spre un viitor în care potențialul copilului este aproape depline.

## Dragi părinți,

Aceste povești terapeutice sunt o invitație la încetinire, la ascultare și la împărtășire, în drum spre binele copiilor cu cerințe educative speciale. Nu promitem soluții universale, ci pași practici, oameni empatici și idei clare pe care le putem adapta în fiecare zi.

- Deschiderea noastră comună: ne dorim să vă oferim un moment de reflecție, un răgaz în care să observați și să validați emoțiile copilului, dar și pe ale dumneavoastră.
- O punte între profesie și familie: aceste povești sunt gândite să îmbine înțelepciunea didactică cu sensibilitatea parentală, pentru a crea un dialog deschis și continuu între acasă și școală.
- Pași concreți, mesaje clare: veți regăsi strategii simple, planuri realiste și exemple de dialoguri care pot fi puse în practică imediat, cu adaptări după ritmul fiecărei familii.
- O cultură a celebrării micilor victorii: fiecare progres, oricât de mic, merită recunoaștere și încurajare. Împreună, putem transforma aceste momente în motivație pentru copil și pentru dumneavoastră înșivă.
- Susținerea comunitară: nu sunteți singuri. Sprijinul colegilor, terapeutelor și al comunității locale poate face diferența în ceea ce privește coerența și continuitatea intervențiilor.

Vă îndemnăm să folosiți aceste texte așa cum vi se potrivesc: citiți-le pe rând, selectați ideile care rezonază cu situația voastră, adaptați limbajul și exemplele la vârsta copilului și la cerințele educative specifice. Scopul este să facilitați conversația, să clarificați obiectivele comune și să construiți un plan de acțiune mic, dar consecvent.

Împreună, putem transforma aceste povești în practică zilnică, într-un parteneriat între cadre didactice și părinți care susțin, în fiecare zi, copilul să-și găsească drumul cu demnitate și curaj.

Cu considerație și încurajare,

Cadrele didactice care au pregătit aceste materiale

## Bibliografie

- Ciocoiu, C., Popa, S. (eds.). Îngrijirea copilului cu cerințe educaționale speciale: practici centrate pe familie. Editura Cursiv
- Dima, B., Popescu, L. Intervenții timpurii în autism: ghid practic pentru cadre didactice și părinți. Editura Charmides (ediții 2019–2023).
- Ionescu, M. Ghid de colaborare între familie și școală în învățământul cu CES. Editura ASE Less is More (ediții 2020–2023).
- Vasiliu, A. Psihologia părinților copiilor cu CES: stres, reziliență și autoîngrijire. Editura Trei.ro (ediții 2021–2024).
- Rusu, D. Comunicare în familie pentru copii cu CES: strategii vizuale și ajutor augmentativ. Editura PSIHO Press (ediții 2018–2022).
- Bălan, L. (2020). Intervenții în ASD în România: practici, provocări și rezultate. *Revista de Psihologie Aplicată*, 12(3), 145–162.
- Mihăilă, R. (2022). Colaborarea dintre familie și școală în procesul educațional pentru elevii cu CES din perspectiva profesor-părinte. *Revista Didactică Română*, 9(1), 33–50.
- Stan, O. (2021). Suport vizual în învățământul special din România: ghid practic pentru cadre didactice. Editura Didactică și Pedagogică.
- Popa, C. (2019). Autoîngrijirea părinților copiilor cu nevoi speciale: concepte, practici, studii de caz. Editura Trei.
- Vasilescu, A. (2023). Reziliența în familie: cum să susții copilul cu CES fără a-ți neglija sănătatea proprie. Editura Herald.
- Ene, S. (2020). Mindfulness pentru părinți: tehnici simple pentru reducerea stresului în context CES. Editura Herald.
- Grigore, L. (2021). Suporturi vizuale în educația adaptată: ghid practic pentru familii. Editura Pandora.
- Ion, P. (2022). PECS în practică în România: studii de caz și implementare în școli. Editura Artemis.
- Ministerul Educației. Ghiduri pentru educația specială și programe de intervenție timpurie (resurse actualizate anual).
- Asociația Română de Autism (ARAU). Materiale educaționale, ghiduri pentru părinți, seminarii online.
- Centrul de Cercetare în Educația pentru Copii cu CES (CCECES). Rapoarte și articole gratuite în format accesibil.



