Cuprins

Introducere 9

Partea întîi
Potențialul pozitiv al lui *nu*

Capitolul 1. Regăsirea respectului 17
Părinții autoritari de altădată 17
Copiii de azi nu se mai tem de părinții lor 21
Copilul, rege și stăpîn 25
Adevăratul respect trebuie să-și reintre în drepturi 27
Potențialul lui *nu* în obținerea respectului 31

Capitolul 2. Relația cu copilul meu 35
Nu mai sînt sclavul copilului meu 35
Mă ocup de copil, dar am și viața mea 45
În sfîrșit! Copilul nu mi se mai „urcă în cap"! 48
Copilul vrea să-mi descopere limitele 51

Capitolul 3. Dragostea copilului meu 57
Copilul își dă seama cînd este fericit? 57
Dragostea nu e întotdeauna evidentă! 59
Pentru a fi iubit... 60
Copilul meu apreciază ce fac pentru el 62
Permisivitatea nu ne garantează dragostea lor 65

Capitolul 4. Cum să fiți un părinte bun 69
Atenție! Părinte prea bun, copil răsfățat! 69

Sînt mai degrabă un bun părinte 72
Cum salvează acel *nu* fericirea familiei 77

Partea a doua
Cum să spunem *nu*

Capitolul 5. Îi explic de ce spun *nu* 81
De ce trebuie să-i explic? 81
Dacă copilul are sub 2 ani, mai este nevoie să-i explic? 90
Motivele pe care copiii le acceptă cel mai greu 95
Cele mai bune motive pe care le pot oferi copilului meu 101
O metodă simplă de a verifica dacă copilul a înțeles ... 114

Capitolul 6. A înțeles, deci nu mai repet 119
Este normal ca un copil să insiste 119
Încetăm să repetăm pentru ca micuțul să înțeleagă 120

Capitolul 7. Copilul mă ia în serios cînd spun *nu* 125
Cum să spuneți *nu* și să fiți convingător 125
Rezist în fața șantajului pentru binele general 150

Partea a treia
Cînd să spunem *nu*

Capitolul 8. Cîteva sfaturi prețioase 155
Copilul rămîne copil 155
Nu abuzați de *nu* 158
Zîmbiți! Un zîmbet poate rezolva multe probleme 160

Capitolul 9. Cînd trebuie să spunem *nu* 163
Cîte o problemă pe rînd 163
Ce e important în viața mea 164
Nu e o chestiune de dispoziție 166
Copilul bun *versus* copilul rău 169

Capitolul 10. Cînd trebuie să spunem *da* 177
Valorile secundare 177
Va învăța în timp 179
Cum să motivăm copilul bun 180
Cum să îmi prețuiesc copilul 183

Concluzie 187

Capitolul 4

Cum să fiți un părinte bun

Atenție! Părinte prea bun, copil răsfățat!

Cine sînt părinții prea buni? Bineînțeles, sînt oameni foarte buni cu copiii lor, dar care, din păcate, îi răsfață prea mult.

Există două tipuri de părinți prea buni : părinții „bombonică" și părinții „prea indulgenți".

Părinții „bombonică" sînt cei care își răsfață în mod exagerat copiii, fie cumpărîndu-le prea multe jucării, cadouri sau bomboane, fie acordîndu-le prea multe favoruri. Vorbim aici despre părinții care le dau prea multe copiilor lor din simplă bunătate.

Părinții „prea indulgenți" sînt cei care își răsfață copiii pentru că sînt incapabili să spună *nu*. Și pentru că sînt prea permisivi cu copiii lor, îi lasă să facă orice vor ei sau aproape orice. Există numeroase motive care ne pot împiedica să spunem *nu* devenind astfel părinți „prea indulgenți" :

- vrem să le cîștigăm afecțiunea, lăsîndu-i să facă orice ;

- ne este greu să suportăm anumite reacții din partea lor (durere, lacrimi, crize, amenințări etc.);
- ne este greu să suportăm anumite decizii care ar putea să ne facă să părem severi sau să îi facă pe copii să creadă că sîntem părinți răi.

Indiferent dacă sîntem părinți „bombonică", „prea indulgenți" sau ambele tipuri, avem tot dreptul să ne întrebăm dacă este într-adevăr posibil să fim prea buni cu copilul nostru.

- Convenim că bun înseamnă corect atît cu copilul, cît și cu restul familiei.
- Convenim că prea bun este incorect pentru cel sau cea care dă prea mult, pe lîngă faptul că este foarte dăunător pentru caracterul copilului.

Da, chiar este posibil să fiți prea bun cu copilul dumneavoastră.

Plecînd de aici, rămîne de văzut dacă sîntem într-adevăr prea buni cu copiii noștri. Cum am putea să ne dăm seama dacă așa stau lucrurile?

Este destul de ușor de verificat.

Pe de o parte, dacă simțim că odraslele noastre încep să ne submineze existența, ocupă prea mult loc în viața noastră, iar atitudinea lor începe să ne sufoce, că această situație este exagerată și nu reușim să punem piciorul în prag, atunci s-ar putea ca toate acestea să fie un semn că sîntem prea buni și că facem prea multe pentru copiii noștri.

Pe de altă parte, dacă descoperim la copii semne de răsfățare, avem de-a face cu un alt semn că sîntem prea buni cu ei.

Pînă la urmă, ce este un copil răsfățat?

Definiția dată de dicționarul *Petit Robert* descrie un copil răsfățat astfel: „Copil răsfățat, pe care părinții îl alintă prea mult, ale cărui mofturi sînt trecute cu vederea. Prin extensie, persoană capricioasă, obișnuită să i se satisfacă și cele mai neînsemnate mofturi...".

Am putea adăuga la această definiție mai multe trăsături de caracter indezirabile: copilul răsfățat poate avea un caracter dificil, este morocănos, schimbător, intempestiv și foarte dependent.

Nu contează aproape deloc motivul pentru care părinții își răsfață copiii, însă există o consecință care apare aproape în fiecare caz: copilul răsfățat dezvoltă întotdeauna un caracter capricios.

În concluzie, dacă sîntem genul de oameni foarte deschiși sau, pur și simplu, avem o înclinație spre a fi prea permisivi, chiar dacă e din dragoste, trebuie să admitem măcar că nu e bine să îi răsfățăm prea mult.

Putem să ne iubim foarte mult copiii, dar într-un mod mai mult sau mai puțin bun. Pentru o educație mai bună și pentru o dragoste mai sănătoasă, este nevoie să știm să le spunem *nu*.

Nu e întotdeauna evident cum putem să ne consolidăm bunăvoința și sarcina de educator. Acestea implică să fim corecți și buni cu ei, educîndu-i cum putem noi mai bine, adică inoculîndu-le valorile fundamentale și o disciplină

pe care nu ar putea-o cunoaște dacă noi am continua să facem totul în locul lor și nu am aplica anumite restricții ferme. Trebuie să luăm în considerare în egală măsură dorința de a fi buni cu ei, dar și pe cea de a-i educa bine, chiar dacă uneori riscăm să îi dezamăgim. Pentru că, pînă la urmă, noi îi ajutăm.

Buna educație a copiilor noștri este semnul unei iubiri inteligente.

Atenție, părinți prea buni! Răsfățul nu produce genul de copii care ne place nouă să ni-l imaginăm. Și nici relații precum cele la care sîntem îndreptățiți să sperăm. De obicei, nu modelează copii cu un caracter bun.

În pofida acestor lucruri, nu ne ajută cu nimic să ne simțim încolțiți sau vinovați, mai ales cînd știm că ceea ce facem e bine. Mai degrabă învățăm să ne perfecționăm în rolul de părinte și ne înțelegem viața mai bine pentru a fi fericiți. Copiii noștri se vor purta mai bine.

Există o diferență foarte importantă între a vă purta ca un părinte prea bun și a vă purta ca un bun părinte. Să aruncăm o privire ca să vedem despre ce e vorba.

Sînt mai degrabă un bun părinte

Îmi place să tot reamintesc că a fi părinte e o adevărată artă!

Copilul vine pe lume fără instrucțiuni de utilizare. Așa că fiecare părinte își creează în minte propriile reguli. Dacă e vorba despre un cuplu avem două moduri de

abordare sub același acoperiș, de obicei diferite. Uneori, metodele mamei se intersectează cu cele ale tatălui și viceversa. În același mod, metoda unuia poate dăuna metodei celuilalt.

Or, metodele noastre de abordare sînt de foarte multe ori incomplete, pentru că nu prevăd venirea pe lume a unor copii cu caractere diferite, care necesită tratament special. Cînd se întîmplă astfel, ne întoarcem imediat la cărți pentru a căuta soluții, dar ele nu se găsesc acolo. În acel moment, ne amintim de fraza din popor: „Toți copiii sînt la fel și, chiar dacă unii dintre ei sînt mai dificili, secretul este că trebuie iubiți foarte tare".

Dar cum?

De fapt, nu există doi copii identici. Fiecare copil are bagajul său genetic, care îl diferențiază de ceilalți, chiar de la naștere. În plus, și familiile sînt diferite. La asta se adaugă și faptul că un copil are relații diferite cu părinții săi, în interiorul aceleiași familii.

Deci este falsă afirmația că toți copiii sînt la fel și că ne putem ocupa în același mod de toți.

Urmînd aceeași logică, nu există nici doi părinți la fel, pentru că fiecare are propria experiență și propriul caracter.

Astfel că, pentru a fi un bun părinte, trebuie să acceptăm ideea că e nevoie să fim flexibili în funcție de fiecare copil și fiecare eveniment. Nu există nici un truc care să aibă efect. Din contră, există anumite reguli generale pe care este bine să le urmăm.

Prima regulă e că prezența unui copil necesită prezența unui părinte. Dacă analizați observațiile părinților reiese

că e mult mai bine dacă sînt doi părinți care să se ocupe de un copil. Aceasta exceptînd situațiile în care cei doi se află într-un război continuu unul contra celuilalt. Dar fie că e unul, fie că sînt doi, de copil trebuie să se ocupe cineva cu foarte mare seriozitate.

A doua regulă este că un copil trebuie urmărit pentru a se verifica eficacitatea regulilor noastre. Rezultatele vorbesc de la sine. Dacă merge bine, nu trebuie să ne mai batem capul. Dacă merge prost, atunci pe undeva vor bate niște clopote. Iar în acel moment va fi nevoie de regîndirea metodei, a abordării, a modului de a vorbi, a anumitor atitudini, a tipului de intervenții etc. Nu contează, ceva trebuie făcut. Iar dacă nu mai știm ce e de făcut, atunci trebuie să căutăm sfaturi sau ajutor. Aceasta este specializarea Centrului din Québec pentru „copiii-teflon" și a multor altor instituții pentru părinți. În afară de acestea, există și foarte multe cărți care merită atenție și care se pot dovedi foarte prețioase.

În mod normal, cu cît așteptăm mai mult să ne schimbăm modul de a acționa, cu atît riscăm să transformăm totul în ceva penibil. Cu cît trec anii și copilul înaintează în vîrstă, cu atît își consolidează obiceiurile proaste. În mod special în adolescență, cînd problemele se pot accentua sau, brusc, pot apărea altele.

Tocmai am observat două reguli de bază. Mai sînt și altele, pe care le vom prezenta la momentul potrivit. Pînă la urmă, regulile care ne indică cum să ne educăm copiii contează mai puțin, un singur lucru neputînd fi negat: pentru fericirea lor și a noastră, singura soluție este să deprindem arta de a fi buni părinți.