
Nici o parte a acestei cărți nu poate fi folosită sau reprodusă în nici un mod,
fără permisiunea editorului,
cu excepția citatelor incluse în recenzii și articole privitoare la carte.

Ediția I, 2013

Toate drepturile rezervate

ARI Publishers, 2013

NF „Institutul cercetărilor de perspectivă“, 2013

© ARI Publishers, 2013

© НФ «Институт перспективных исследований», 2013

Redactor: O. Ițecson

Corector: P. Calendarev

Formatul artistic: M. Gonopolskii

Editor: S. Dobrodub

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Copilărie fericită : metoda educației integrale / Ilya Vinokur,

Anatoli Ulianov, Tatiana Sandler,.... - București : Editura A.R.I., 2017

ISBN 978-606-94438-2-8

I. Vinokur, Ilya

II. Ulianov, Anatoli

III. Sandler, Tatiana

IV. Kasimov, Marat

V. Sisoiev, Pavel

VI. Tăbârță, Angela

37

**Ilya VINOKUR, Anatoli ULIANOV,
Tatiana SANDLER, Marat KASIMOV,
Pavel SÎSOEV**

COPILĂRIE FERICITĂ

Metoda educației integrale

Traducere din limba rusă:

Angela TĂBÎRȚĂ

EDITURA

ARI

- 2017 -

CUPRINS



INTRODUCERE	11
PREFAȚĂ	15
Ce este educația integrală	18
PARTEA I. DE LA PRIMA ÎNTÂLNIRE PÂNĂ LA NAȘTERE	21
Capitolul 1. Totul începe mult mai repede decât ați fi crezut	22
Eu te iubesc, fiindcă mă iubesc	24
Extratereștrii	26
Concluzii	29
Capitolul 2. De unde începe educația	30
Capitolul 3. Pregătirea pentru naștere	33
Ce se întâmplă acolo, în realitate	34
Rolul mamei	36
Mai puțină politică și violență, mai multă armonie și iubire	38
Comunicați cu copilul dumneavoastră înainte de a se naște	39
O mică remarcă educativă	41
Capitolul 4. Nașterea și crearea primei legături	42
Travaliul și pregătirea pentru naștere	43
Calitățile suplimentare ale nașterii naturale	44
Nașterea, în spatele cortinei	45
Primul contact	46
Alăptarea – o nouă legătură între mamă și copil	48
PARTEA II. PERIOADA FRAGEDĂ	53
Capitolul 1. Educația la 0-3 ani	54
Dezvoltare continuă	55

Fii alături de copil cât mai mult	56
Rolul tatălui	58
Percepția mediului la 0-3 ani	59
Alte mijloace pentru dezvoltarea copilului	61
Autoritatea și ocrotirea părintească	63
Copiii se dezvoltă într-un mediu pozitiv	65
Capitolul 2. Educația la 3-6 ani	68
Construim bazele sociale	68
Învățăm de la natură	69
Singurătatea (miliarde de oameni izolați)	71
Ne jucăm	73
Propriul exemplu	77
Fetițele – de pe Venus, băieții – de pe Marte	80
Prieten și învățător	82
Invidia	83
Familia, celula societății	86
Relația dintre frați	87
Între instruire și educație	88
Metodica educației preșcolare	89
Fără violență	92
Disciplinele de studiu	93
Animăluțe vorbitoare	95
Un mic rezumat	96
PARTEA III. ȘCOALA VIEȚII	99
Capitolul 1. Să fii OM	100
Calea spre inima copilului	102
Învățăm de la viață	104
Capitolul 2. Învățăm și ne bucurăm	107
Lecția include dialog și dezbateri	109
Învățătorul – educator înainte de toate	113
Atmosfera în școală: competiția pentru aportul la cauza comună	115
Copiii și rolul lor în rezolvarea conflictelor	118
Abordarea învățării	121
Legătura profundă între toate fenomenele, fără excepție	123
Masa colectivă – un festin al copiilor	125

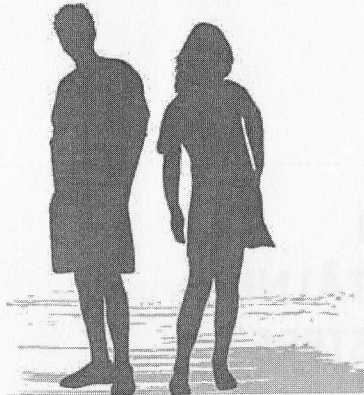
Părinții – în calitate de parteneri	126
Împărțirea pe categorii de vârste	127
Copiii mai mari îi învață pe cei mici	128

**Capitolul 3. Caracteristicile și particularitățile
 grupelor de vârstă**

6-9 ani: Analiza cooperării Eu-Celălalt	133
Instanța pentru „minori”	134
9-13 ani: Etapa preadolescenței	137
Cum îi ajutăm să depășească neliniștea	137
Să le arătăm tot spectrul vieții	138
Invidia, pasiunea, ambiția, patima, narcisismul	139
Pregătirea pentru viața de familie	140
Cum abordăm corect atracția sexuală	141
Băieții și fetele – când sunt împreună și când nu	142
Rolul familiei	144
13-20 ani: Alegerea profesiei și abordarea corectă a vieții de cuplu	145
Alegerea profesiei	146
Când hormonii își fac de cap	148
Alegerea partenerului de viață	149
Să readucem în vocabularul copiilor conceptul de comunitate	151

ANEXĂ	159
Lecturi suplimentare – adnotări	160

Totul începe mult mai repede decât ați fi crezut



La început s-ar putea să nu vedeți legătura dintre tema noastră și capitolul de mai sus, dar nu vă îngrijorați. Vă asigur că peste câteva minute veți fi de acord cu ceva cu totul nou, și anume faptul că educația începe cu mult înaintea nașterii, ba chiar înainte de concepție.

Prin urmare...

Ea avea 28 de ani și el 30. Ea avea părul roșcat, era pistriuită, mică de înălțime și mereu cu zâmbetul pe

buze. El era bronzat, uscățiv, entuziast și avea 1,80 m. S-au cunoscut la nunta prietenilor noștri și, ca în orice poveste de dragoste, între ei s-a născut o idilă (o scânteie). După patru ani de relație, Marina și Alex s-au căsătorit. Doi ani mai târziu familia lor s-a mărit cu doi gemeni.

Cu timpul, drumurile noastre s-au despărțit. Nu demult, Marina ne-a făcut o vizită. Chiar de la începutul discuției am fost curios și am întrebat-o ce mai face Alex.

– Alex este bine – mi-a răspuns fără chef și extrem de rece. Am observat imediat că întrebarea a creat un oarecare disconfort. Ea a făcut efortul de a nu mai comenta, însă nu a rezistat.

– Ne-am despărțit – a rostit sec – iar ochii ei s-au umplut de lacrimi. Am făcut eforturi să rămânem împreună, dar totul a fost în zadar.

Ironia sorții a făcut ca exact înainte de vizita Marinei să ne

vizităm bunicii care și-au celebrat nunta de aur. Cât de simplu era pe vremuri! Oamenii se întâlneau, se cunoșteau și apoi se cununau. Se nășteau copiii și căsnicia dura toată viața. Această rețetă nu mai are sorți de izbândă în timpurile noastre.

Marina și Alex s-au alăturat unui șir lung de prieteni și cunoștințe care au ieșit din tribunal cu actele de divorț în mână. Acest scenariu a încetat să mă mai uimească. S-ar părea că el se desfășoară, de fiecare dată, conform aceluiași șablon. Omul își caută perechea – jumătatea lui – care să-i corespundă în totalitate. El sau ea își caută insistent aleasa, alesul. Ne întâlnim, schimbăm partenerii, încercăm să locuim împreună, ne despărțim, apoi schimbăm din nou și din nou.

Și, în final, ne căsătorim. În familie își fac apariția copiii. Apoi, ceva se întâmplă și în următorii ani 60% dintre cei căsătoriți reintră în categoria celibatarilor. Așa ne arată cifrele oficiale ale statisticilor. Astăzi, instabilitatea este cel mai stabil lucru în viața noastră, inclusiv în cea familială. După „euforia“ de început intervine plictiseala; în cuplurile de astăzi totul se petrece mult mai repede. Atunci când partenerul ne plictisește, fără remușcări îl părăsim.

Mă întreb ce impresie va lăsa acest comportament asupra copiilor.

Analizați și singuri: iubirea din viața de cuplu este o condiție indispensabilă pentru a avea o copilărie fericită. Ce putem aștepta de la relațiile instabile, unde tensiunea predomină înainte de toate și doar arareori mai apare câte o rază de speranță? Dar copiii învață în primul rând prin exemplu. Și atunci ne punem întrebarea: Ce viață de familie vor avea ei mai târziu? Aceste gânduri îmi trec prin minte și de fiecare dată mă întristează. De ce se întâmplă acest lucru? Cu ce am greșit? În fond, noi toți căutăm afecțiune, căldură, susținere și înțelegere; cu toții tânjim după confort și siguranță. Ar fi bine să căutăm motivele neputinței noastre de a încheia o familie analizând procesul din punct de vedere psihologic, și anume analizând cauzele psihologice ale incapacității noastre de a avea o viață fericită în familie.

Cunoscutul psiholog Sigmund Freud scria: „Omul este condus de dorința plăcerii.“

Astăzi afirmăm că dezvoltarea acestei dorințe stă la baza evoluției omului. La începutul istoriei, strămoșii noștri se ocupau cu vânatul ca să-și asigure hrana, și acest lucru le făcea plăcere.

În prezent, noi alergăm după sex, bani, apreciere, putere și cunoaștere, deși toate acestea nu ne fac fericiți. Dimpotrivă.

În noi există nelipsita dorință de satisfacție – să primim cât mai multă plăcere, luând ceva și de la altul. Tocmai această dorință ne-a împins să dăm naștere cultului în interiorul căruia se află multă invidie și competiție. Dacă eu am mai mult decât alții, atunci primesc satisfacție, dacă nu am, atunci dispăre și satisfacția. Sunteți de acord?

Prin urmare, statul este nevoit să-i educe pe micii egoiști pentru ca ei să crească mari și să poată coabita, cât de cât, împreună. Lupta pentru un loc sub soare este acum „la vedere“. În contextul actual suntem nevoiți să includem această luptă în categoria lucrurilor „valoroase“.

De exemplu, în aprilie 2010, într-o ședință interparlamentară, președintele Rusiei, Dimitri Medvedev, a solicitat crearea unei școli care să contribuie la descoperirea potențialului individual, o școală care să nu transmită doar cunoștințe, ci să și pregătească copiii pentru condițiile actuale de viață, pentru a face față unui mediu cu o concurență în creștere...

Fiecare om trebuie să se pregătească pentru carieră și să-și planifice viitorul, ținând cont că va fi nevoit să concureze cu alții... Aceasta pare a fi o schimbare de paradigmă, inclusiv a învățământului. „Eu cred că trebuie în mod conștient să ne schimbăm obiectivele“, a spus Dimitri Medvedev.

De fapt, președintele a constatat situația existentă. Noi ne simțim atrași de un curent care se amplifică tot mai mult. Ziarul

britanic *The Economist* compară omul actual cu un sportiv care aleargă în continuu pe banda de alergat și, din când în când, mărește viteza fără să observe sau să își dea seama. În pofida performanțelor sale, el este nevoit să depună eforturi tot mai mari.

Profesorul Richard Easterlin de la Universitatea din Carolina de Sud, unul din pionierii „științei fericirii“ (există o astfel de cercetare în domeniu), a făcut o descriere extrem de accesibilă în revista americană *Newsweek*: „Suntem prizonierii propriului nostru hedonism. Toți ne obișnuim rapid cu starea actuală de bine și o considerăm normală, comparându-ne cu ceilalți, dar niciodată cu noi, cei dinainte.“ În consecință, nu suntem niciodată fericiți...

Un exemplu concludent este și cercetarea făcută acum câțiva ani de către profesorii și studenții de la Universitatea Harvard. Participanților li s-au propus, la alegere, două variante: să câștige 50 000 de dolari pe an, în timp ce restul participanților să primească câte 25 000 de dolari sau să câștige 100 000 de dolari pe an, iar ceilalți – 200 000 de dolari pe an. Dumneavoastră ce ați alege în asemenea condiții?

În ceea ce-i privește pe participanții la acest experiment, stimulii materiali s-au dovedit a fi mai puțin importanți. 56% au ales prima variantă. Prin urmare, ipotetic vorbind, acești oameni au renunțat la 50 000 de dolari pe an pentru a-și păstra superioritatea față de ceilalți.¹

Din punctul meu de vedere, lucrurile sunt clare: nu dorim doar să primim satisfacție, ci ne dorim o satisfacție mult mai mare în comparație cu ceilalți. De fapt, dorința de satisfacție a determinat progresul. Fără această „chemare lăuntrică“ mă îndoiesc că am fi ieșit din peșteră. Astăzi însă această dorință de satisfacție ne aruncă spre marginea prăpastiei.

Tot pe marginea prăpastiei se află și celula familiei. Dorințele noastre în permanentă creștere ne-au îndepărtat foarte

¹ Brooks, A. C. (2008), *Gross National Happiness*. Basic Books: New-York, 121.

mult de natură. Astăzi, deși nu este firesc, ceilalți ne dictează cum să ne alegem partenerul și cu cine să ieșim în lume. Bărbații au început să analizeze femeile numai după aspectul fizic, iar femeile prețuiesc bărbații după mărimea buzunarului. Ne-am pierdut simțul natural care ne ajuta altădată să ne găsim perechea potrivită. Omenirea s-a împărțit după criteriul sexual în două părți și acestea duc o luptă continuă, până la istovire. Noțiunea de *iubire* s-a uzat demult. Ceea ce numim iubire, în ziua de astăzi, ne amintește mai degrabă de preferințele culinare: Eu te iubesc pe tine fiindcă primesc plăcere, exact așa cum primesc plăcere de la mâncarea preferată pe care o consum până mi se acrește. Când cota plăcerii scade, pornesc din nou în căutarea altei surse pentru a-mi umple rezervorul. De fapt, rezultă că prin alții mă iubesc pe mine. Iar acest lucru, cu siguranță, nu ne va ajuta să punem bazele unei familii.

Extratereștrii

Într-o bună zi, soția mi-a lăsat pe ușa de la frigider un bilețel pe care scria: „Vei fi în stare să-l iubești pe celălalt numai atunci când vei renunța la egoism.“ Cred că este cea mai exactă formulă care ne arată cum putem salva familia de la eșec...

Ca să poată trăi în armonie, soții trebuie să găsească în relație un scop, un scop mult mai mare decât cel al confortului propriu. De ce bărbatul și femeia văd lucrurile din unghiuri diferite? De ce gândesc diferit și au dorințe diferite, pe care le înțeleg cu greutate? De parcă ar veni de pe două planete diferite...

Dacă analizăm lucrurile cu mai multă atenție descoperim faptul că acest fenomen există și în natură sub forma contrariilor: sarcina electrică pozitivă și negativă, căldură și frig, absorbție și degajare de substanțe, apropiere și respingere... Natura nu pretinde ca unul să fie mai bun decât celălalt. Dimpotrivă, echilibrul dintre ele este acela care dă roade și generează viață.

La fel și noi, oamenii, suntem două principii contrarii care trebuie să se completeze. Și nu doar fizic...

În acest sens, întinericul care se dezvoltă astăzi între noi îl percepem ca pe un fenomen promițător.

De ce?

Acest fenomen demonstrează că în pofida emancipării sexuale în tot spectrul emoțional posibil și a libertății nemărginite în crearea relațiilor de diferite tipuri și niveluri, între noi lipsește totuși ceva substanțial. Mulți dintre noi nu suntem capabili să legăm relații îndelungate și trainice, iar acest lucru demonstrează că nu este suficient să fim legați numai la nivel „animalic“. Pentru a păstra legătura între cele două jumătăți ale umanității ar trebui să ridicăm relația mai presus de satisfacția personală.

Trebuie să înțelegem că nu suntem creați întâmplător în mod opus, atât fizic, cât și sufletește. Trebuie să găsim un scop unic și măreț care să lege polii (plus și minus). Astfel, vom descoperi o viață nouă în relațiile noastre. Cum să îndeplinim acest lucru? Cum să descoperim între noi iubirea, mai presus de calculele personale?

În primul rând ar trebui să învățăm cum să cedăm, chiar și atunci când ne este greu. Pe lângă acest fapt, să ne străduim să ținem cont de dorințele partenerului, să le împlinim înainte de a le satisface pe ale noastre, deoarece suntem cu toții de acord că preocuparea pentru propria persoană ne aruncă dintr-o relație în alta, lăsându-ne un gust al neîmplinirii.

Din alt punct de vedere, dacă am schimba direcția și am avea grijă unii de alții, astfel încât să ne găsim plăcerea prin mulțumirea prietenului, rezultatele ar fi mult mai bune.

Nemărginita satisfacție trăită de mamă atunci când își admiră copilul se poate compara cu satisfacția noastră atunci când facem un bine persoanei apropiate. Acest sentiment poate să fie reciproc și creează între două jumătăți câmpul iubirii, care se intensifică pe măsură ce ambii parteneri își fac bine unul celuilalt.

Când iubirea se ridică mai presus de ambițiile personale,

Libris

oamenii încep să se prețuiască și conștientizează că numai împreună, creând o uniune, au posibilitatea să formeze un cuplu, „generator imens de energie“, care cu siguranță va fi îndeajuns pentru ambii parteneri. Grație acestui fapt, ei vor fi de acord și pe viitor să cedeze unul în favoarea celuilalt, să se înțeleagă și să acorde partenerului un loc în interiorul lor...

Prin urmare, însăși natura va genera putere; aceasta ne va ajuta pe noi, omenirea, să învingem lipsa de compasiune și goana după câștig.

Datorită victoriei comune cele două jumătăți vor descoperi unitatea întregului pe care îl formează, și astfel se vor ridica deasupra greutăților. Să te ridici deasupra egoismului nu pare a fi un lucru simplu. Sincer vorbind, este un lucru extrem de complicat. Dar dacă începeți să lucrați cu grijă, dacă veți merge împreună ca parteneri cu drepturi egale și fideli unul celuilalt, atunci veți descoperi, cu mirare și bucurie, care este scopul vieții în comun.

Nu prea avem de ales, se pare că am ajuns la finalul etapei legăturilor de natură „animalică“ dintre noi. Observăm acest lucru în tendințele pe care le au relațiilor actuale. Ne așteaptă o nouă etapă, cu noi tendințe, în care oamenii vor trebui să spună răspicat dacă pot sau nu să locuiască împreună, să lege relații serioase și profunde.

În acest caz, copiii se vor naște ca urmare a unei relații la nivel spiritual, și nu doar la nivel fizic. Copilul pe care îl veți naște va purta amprenta unei atmosfere liniștite și sigure. El va fi bucuros să se alăture, cu drepturi egale, în călătoria care va duce spre culmile spiritului omenesc.

Iar faptul de a fi împreună, de a forma o familie unică – trebuie să trăiți acest lucru – este ceva ce nu poate fi redat în cuvinte!

Concluzii

Dacă nu aveți deocamdată copii, ar trebui să știți că nu trebuie neapărat să așteptați perioada gravidității pentru a pregăti terenul pentru educație. Acest teren poate fi pregătit de pe acum, prin îmbunătățirea calității relației de cuplu.

Dacă deja aveți copii, ar trebui să știți că bazele relațiilor corecte în cuplu se învață din școală. Acest subiect va fi dezbătut în capitolele următoare. Să nu ne grăbim; după ce am discutat despre relațiile de cuplu, următoarea etapă va fi pregătirea pentru naștere.

De unde începe educația

V-ați hotărât – veți da naștere unui copil.

Gândul acesta ascunde o imensă iubire. Grija pentru completarea viitoarei familii ne împinge spre crearea unor relații corespunzătoare, începem construirea unui mediu plin de iubire.

Atunci când lucrurile se desfășoară corect, copilul nu poate fi o hotărâre involuntară, nu poate fi o greșeală și nici nu poate să apară întâmplător. Copilul reprezintă următorul pas, de comun acord al soților, către viitoarea etapă care îi va uni și mai mult. În plus, tocmai copilul este factorul care transformă cuplul în familie.

Cu un an în urmă, împreună cu soția mea, Natașa, am hotărât că ar fi timpul potrivit pentru a da naștere unui copil. Îmi aduc aminte de parcă s-ar fi întâmplat astăzi: era ora 18:23, a sunat telefonul. Pe ecran a apărut numele soției mele, Natașa.

– Ce mai faci, iubire?

– Sunt bine, dragă. Ce mai e nou?

– Ilya, sunt însărcinată.

– ...

Pentru moment mi-am pierdut suflul, apoi din interior am simțit o undă de fericire. Îmi este greu să descriu în cuvinte, deoarece nu simțeam numai bucurie. Am simțit că suntem pregătiți să parcurgem o nouă etapă și copilul vine la timpul potrivit. Noi împreună l-am ales. Am fost pătruns de o presimțire pozitivă: viața noastră se va schimba în bine.

Din cunoștințele dobândite în domeniul psihologiei prenatale, știam că perioada gravidității este extrem de importantă, atât pentru copil, cât și pentru părinți. Este greșit să gândim că atât timp cât copilul se află în burtă, noi nu avem nimic de făcut. Ba avem! Și încă cum...

Dacă îmi permiteți, o să vă explic în câteva cuvinte.

Omenirea cunoaște, încă de acum șaiszeci de ani, faptul că unirea cromozomilor materni și paterni formează ADN-ul, programul ereditar care cuprinde informația referitoare la aspectul și caracterul nostru, la starea de sănătate și la comportamentul nostru.

Conform geneticii, în prima celulă care apare după fecundare este inclusă toată informația despre om, începând cu parametrii fiziologici și continuând cu atitudinea lui față de viață.

Din momentul pătrunderii spermatozoidului în ovul și până la contopirea lor completă trec trei zile. După acest moment, dezvoltarea se va realiza pe baza informației deja dobândite. Perioada intrauterină, nașterea, alăptarea și educația – toate etapele care urmează vor dezvolta și vor completa însușirile de bază obținute la prima întâlnire, prin unirea materialului seminal și a ovulelor.

Cu alte cuvinte, pentru a asigura condiții optime viitorului nostru copil ar trebui ca din primele clipe ale sarcinii să-i asigurăm un mediu iubitor și cald.

Vă veți mira poate să aflați că, încă de la început, embrionul din burta mamei reprezintă mai mult decât o bucătică de carne. Femeia, chiar dacă nu este conștientă de acest lucru, poartă în pântec un copil care nu s-a născut încă.

Da, mai trebuie să crească puțin, trebuie să se dezvolte, până când vom reuși să creăm legătura cu el, dar până atunci ar trebui să fim atenți la nevoile lui și să-i simțim prezența.

Iată ce spune profesorul Grigori Brehman, medic ginecolog, unul dintre marii specialiști ai lumii în domeniul psihologiei și medicinei prenatale și postnatale: „Astăzi, experții în domeniu se referă la copilul nenăscut ca la o persoană adultă, care dispune de o memorie activă funcțională, are propriile emoții și percepții. Viața lui începe din momentul concepției, iar condițiile preliminare sunt stabilite chiar mai devreme.”²

² Grigori Brehman – medic ginecolog, unul dintre marii specialiști ai lumii în domeniul psihologiei și medicinei prenatale și postnatale a rostit aceste cuvinte într-o declarație din cadrul celui de-al 17-lea Congres Internațional al