

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Coloroso, Barbara

**Copiii sunt de neprețuit!: soluții practice pentru cultivarea  
responsabilității și a disciplinei interioare** / Barbara Coloroso;

trad. din lb. engleză de Tamara Laura Miron;

introd.: Barbara Coloroso. - București: Herald, 2020

ISBN 978-973-111-799-7

I. Miron, Tamara Laura (pref.)

159.9

Barbara Coloroso

*Kids Are Worth It! Giving Your Child the Gift of Inner Discipline*

Copyright © 2010 Barbara Coloroso

Barbara Coloroso

## COPIII SUNT DE NEPREȚUIT!

SOLUȚII PRACTICE PENTRU CULTIVAREA  
RESPONSABILITĂȚII ȘI A DISCIPLINEI INTERIOARE

Traducere din limba engleză:

Tamara Laura Miron

EDITURA  HERALD  
București

## CUPRINS

|  |     |
|--|-----|
| Mulțumiri  | 7   |
| Introducere  | 11  |
| Capitolul 1 - Copiii sunt de neprețuit!  | 16  |
| Capitolul 2 - Trei tipuri de familie   | 37  |
| Capitolul 3 - Amenințări, pedepse, momeli și recompense                                      | 62  |
| Capitolul 4 - Triunghiul influențelor - încurajarea, feedbackul și disciplina                | 92  |
| Capitolul 5 - Trei variante la „nu” și alte planuri de rezervă                               | 116 |
| Capitolul 6 - Am libertatea de a fi eu   | 129 |
| Capitolul 7 - Cum să-ți păstrezi calmul fără să-ți înăbuși propriile sentimente              | 144 |
| Capitolul 8 - Realități, greșeli și probleme   | 168 |
| Capitolul 9 - Despre cum e să-ți scoți copilul din arest și alte probleme majore             | 190 |
| Capitolul 10 - Rezolvarea rivalității dintre frați fără a apela la artileria grea            | 209 |
| Capitolul 11 - Marele S și cei trei R: sarcinile cotidiene, relaxare, recreere și răzvrătire | 248 |
| Capitolul 12 - Bani contează   | 290 |
| Capitolul 13 - Ora mesei   | 305 |
| Capitolul 14 - Ora de culcare nu trebuie să fie un coșmar                                    | 322 |
| Capitolul 15 - Pe locuri, fiți gata, start! Antrenamentul la toaletă                         | 338 |
| Capitolul 16 - Sexualitatea nu este un cuvânt urât   | 349 |
| Epilog   | 362 |

## CAPITOLUL 1

### COPIII SUNT DE NEPREȚUIT!

„Nu crede ceva, doar pentru că așa ți se spune [...] Nu crede absolut tot ce îți spun profesorii tăi, doar pentru că îi respecti. Însă, dacă după o examinare și o analiză atentă, consideri că trebuie să fi bun, să slujești binelui, acțiunilor de binefacere și bunăstării întregii umanități – lasă acea doctrină în care crezi și de care te agăți să te ghideze.”

– Aforism budist

„Ai ajuns aici pentru a găsi ceea ce ai deja.”

– Aforism budist

Nu există soluții rapide și răspunsuri ușoare sau rețete-minune în parentaj, însă cred că majoritatea dintre noi avem uneltele necesare pentru a fi părinți buni, trebuie doar să le găsim. Problema noastră este că, adesea, acestea sunt la fundul trusei noastre cu instrumente mentale. Primele unelte aflate la îndemână nu ne sunt deloc folositoare. Aceste mecanisme ne-au fost transmise, adesea neintenționat și fără răutate, de către părinți, bunici, frați și familia noastră extinsă, precum și de societatea în care trăim. Frecvent, când poate un ciocan ne-ar fi cel mai de folos, căutăm în trusa noastră cu unelte și alegem până la urmă o toporișcă, fără a conștientiza acest lucru. Nu e de mirare că o parte din structura educațională pe care o oferim copiilor noștri este una total haotică. Pentru a ajunge la cele de care avem

nevoie, trebuie inițial să realizăm care dintre uneltele noastre sunt nepotrivite, ineficiente sau dăunătoare. Trebuie apoi să ne dorim să renunțăm la uneltele vechi și să începem să le folosim pe cele care ar putea fi mai folositoare pentru noi și copiii noștri.

În această carte, vom analiza cu atenție câteva dintre aceste instrumente nepotrivite. S-ar putea ca pe unele dintre ele să nu le fi folosit niciodată și nici să nu vă fi gândit la ele; iar pe altele sunteți siguri că le-ați folosit seara trecută, în timpul cinei. Analizați-le și decideți care sunt cele pe care ar trebui să le schimbați.

Discutați cu copiii voștri despre ele și rugați-i să vă ajute. Nu îmi place când, în văzul lumii, în parcul central din oraș, fiul meu îmi spune că-i fac morală, în mijlocul unei predici în toată regula. Ori atunci când una dintre fiicele mele îmi spune, pe bună dreptate, că întrebarea pe care tocmai am pus-o este de-a dreptul stupidă. Însă, în ambele situații, copiii au dreptate, iar eu am oportunitatea să mă opresc și să o iau de la capăt, folosind instrumente mai potrivite.

Îți provoacă o stare de disconfort modul în care te-ai comportat seara trecută cu copilul tău adolescent? Ai luat-o „razna” atunci când copilul tău mic a decorat pereții cu un marker permanent? Te simți supărat(ă), rănit(ă) sau stânjenit(ă)? A vă pune întrebări și a explora reprezintă primii pași spre schimbare. În plus, prindeți doi iepuri dintr-o lovitură: când vorbiți cu copiii voștri despre cum vă pot ajuta să vă opriți din a folosi metode nepotrivite sau din a mai face lucruri care stau în calea dezvoltării lor, le puteți arăta de asemenea că accesul de furie de la magazin nu le va aduce nici lor cerealele dorite.

În momentul în care veți începe să identificați tehnicile ineficiente care fac parte din trusa voastră de instrumente educaționale de parentaj, veți vedea că aveți oportunitatea de a renunța la ele și de a le înlocui cu strategii mai flexibile, mai responsabile și constructive, care nu vă vor împovăra. Înainte de a identifica și de a sorta aceste instrumente, e foarte important ca fiecare dintre noi să conștientizeze care sunt structurile mentale care conțin

aceste instrumente, asemenea unor truse. Le identificăm după răspunsurile la cele două întrebări de bază:

1. Care este filosofia mea ca părinte?
2. Care este scopul meu ca părinte – să îi influențez pozitiv și să le dau încredere în sine sau să-i controlez și să-i oblig să se supună voinței mele?

### CARE ESTE FILOSOFIA MEA CA PĂRINTE?

„Nu cuvintele exprimă cel mai bine filosofia unei persoane, ci alegerile pe care le face. În timp, ne conturăm propria viață și ne modelăm identitatea. Acest proces nu se încheie decât în momentul în care murim. Iar alegerile pe care le facem sunt, în cele din urmă, responsabilitatea noastră.”

– Eleanor Roosevelt

Foarte puțini dintre noi ne analizăm filosofia despre parentaj înainte de a deveni părinți. Apoi, după ce vin copiii, când ne simțim oboșiți și extenuați, tindem să ne educăm copiii în modul în care am fost și noi educați. Cuvintele mamei noastre ni se rostogolesc de pe limbă, chiar dacă ne-am jurat că nu vom vorbi niciodată ca ea. Ridicăm mâna să ne lovim copilul, la fel cum tatăl nostru a ridicat mâna să ne lovească pe noi, deși am jurat că niciodată nu ne vom lovi copiii. Intrând în panică, începem să citim frenetic cărți de parentaj și să participăm la fiecare curs de educație parentală oferit de comunitatea în care trăim. Însă multe metode nebunești, ineficiente sau nesănătoase sunt de asemenea promovate de așa-numiți experți. Dacă nu ne analizăm filosofia pe care o avem despre parentaj, nu vom putea să distingem ceea ce este bine de ceea ce este dăunător; nu vom fi capabili să contestăm vehement „modul în care s-a procedat până acum” sau să respingem niște concluzii neîntemeiate, ca de exemplu: „dacă a fost suficient de bine pentru mine, înseamnă că e suficient de bine și pentru copiii mei”. În orice caz, dacă suntem conștienți de propria filosofie,

putem analiza diferite tehnici de parentaj, inclusiv pe cele pe care le folosim în prezent. Când o anumită metodă nu se potrivește cu filosofia noastră, indiferent cine a dezvoltat-o sau ce fel de studii o susțin, putem alege să n-o folosim. Am găsit că trei principii mi-au fost foarte folositoare pentru a evalua atât propriile mele tehnici de parentaj, cât și pe ale celorlalți:

1. **Copiii sunt de neprețuit.** Sunt convinsă că și tu crezi cu adevărat acest lucru, pentru că știi că nu vezi parentajul ca pe un job.
2. **Nu voi trata un copil așa cum mie nu mi-ar plăcea să fiu tratat(ă).** Dacă ceva nu mi-ar plăcea să mi se întâmple mie, nu am niciun drept să-i fac așa ceva copilului meu.
3. **Dacă un lucru funcționează și nu-mi lezează în niciun fel demnitatea și nici pe cea a copilului meu, îl folosesc.** Dar simplul motiv că funcționează nu înseamnă că este și benefic; trebuie să funcționeze și, în același timp, să nu-mi lezeze propria demnitate și nici pe cea a copilului meu.

### Copiii sunt de neprețuit!

Copiii sunt ființe valoroase *prin simplul fapt* că sunt copii. Ei au propria demnitate și sunt importanți pur și simplu pentru că există. Nu este nevoie să ne demonstreze valoarea lor ca ființe umane; nu este nevoie să-și dovedească propria valoare; nici să ne câștige afecțiunea. Dragostea noastră pentru ei trebuie să fie necondiționată, deși ce ne place și ce nu ne place ar putea fi condiționat. Nu trebuie să ne placă tunsoarea lor, cerceii din nas sau pantofii lor ciudați. Însă dragostea noastră pentru ei trebuie să fie ceva pe care se pot baza, să fie siguri că va exista întotdeauna, chiar și atunci când au intrat într-o încurcătură în care noi am fi preferat să nu fim implicați. Este ușor să fim aproape de ei atunci când se odihnesc confortabil în brațele noastre sau atunci când ne

zâmbesc pentru prima dată; în schimb, să le oferim alinare atunci când le ies dinții, când au colici și plâng toată noaptea, nu este deloc ușor. Să le oferim sprijinul nostru când învață să meargă pe bicicletă este ușor, dar să-i înțelegem când fac praf mașina familiei nu este simplu deloc. Să-i susținem când joacă într-o piesă de teatru la școală este simplu, însă lucrurile nu mai stau așa când ne sună de la secția de poliție.

*Niyimpa kor ntsetse ba* – „E nevoie de un sat întreg ca să crești un copil.”

– Proverb african

Când consideri că orice copil e de neprețuit, atunci ești, de asemenea, convins că și copiii vecinilor tăi merită același respect. Ca adulți, trebuie să fim dispuși să facem sacrificiile necesare pentru a fi siguri că toți copiii din comunitatea noastră au tot ce le trebuie: tratament medical adecvat, îmbrăcăminte și un acoperiș deasupra capului, oportunități de explorare, de dezvoltare și de a fi îngrijiți într-un mediu care să le ofere siguranță. Pentru o singură persoană poate fi foarte dificil să realizeze toate acestea, dar este în mod cert posibil dacă noi, ca societate, credem că ei sunt cu adevărat importanți, că merită tot timpul, energia, toate resursele și dăruirea de care este nevoie. Nu este de ajuns doar să spunem că noi credem cu adevărat acest lucru; este nevoie să ne dorim să acționăm conform acestei convingeri. Dacă afirmăm că suntem devotați bunăstării copiilor noștri, atunci avem nevoie să reanalizăm felul în care societatea noastră cheltuiește banii.

Un cetățean libanez, sătul de bombardamentele din țara lui natală, i-a spus unui corespondent de la *New York Times*: „Va fi pace atunci când vom începe să ne iubim mai mult copiii decât ne urâm dușmanii”. Dacă spunem că propriii copii merită tot efortul depus, trebuie să fim hotărâți să acționăm, canalizându-ne tot timpul, energia, resursele și banii conform acestei afirmații.

Trebuie să facem același lucru și când vine vorba de metodele de creștere a copilului.

„Viitorul pe care ni-l dorim pentru copiii noștri va fi modelat de considerația noastră față de copiii celorlalți oameni.”

– Marian Wright Edelman, „Our Future Depends on How We Treat America's Children”, citată de Richard B. Stolley, Money, mai 1995

### Nu voi trata un copil așa cum mie nu mi-ar plăcea să fiu tratat(ă)

Principiul etic conform căruia trebuie să ne comportăm cu ceilalți oameni la fel cum ne dorim să se comporte ceilalți cu noi, și nu așa cum nu ne dorim să fim tratați, este prezent în toate marile religii ale lumii:

#### 1. Bahá'í

„Este dorința Noastră ca fiecare dintre voi să devină o sursă plină de bunătate față de oameni și un exemplu de integritate pentru omenire. Aveți grijă să nu vă apreciați pe voi înșivă mai mult decât pe vecinii voștri.” (Bahá'u'lláh, *Gleanings*, 315)

#### 2. Budism:

„Nu-i răni pe ceilalți în moduri care te-ar răni și pe tine.” (Undana-varqa: 518)

#### 3. Creștinism:

„Și precum voți să vă faceți vouă oamenii, faceți-le și voi asemenea.” (Luca, 6:31)

#### 4. Confucianism:

„Reciprocitatea, adică să nu faci altuia ceea ce ție însuși să ți se facă nu ți-ar plăcea.”<sup>1</sup> (Analecte, 15:24)

<sup>1</sup> Confucius, *Analecte*, traducere din limba chineză veche de Florentina Vișan, Editura Humanitas, București, 1995, p. 248. (N. red.)

## Respect pentru copil și cărți

## 5. Hinduism:

„Aceasta este dreptatea: poartă-te cu ceilalți așa cum vrei să se poarte și ei cu tine. Nu-i face aproapei tău ce nu ai vrea să-ți facă el ție.” (Mahabharata)

## 6. Islam:

„Niciunul dintre voi nu va fi un credincios adevărat până când nu va dori pentru aproapele lui ceea ce dorește pentru sine.” (Sunnah)

## 7. Iudaism:

„Nu le face celorlalți ceea ce tu urăști. Aceasta e Legea, restul sunt vorbe.” (Talmud, Shabbat 31a)

## 8. Taoism:

„Omul cel bun trebuie să compătimească tendințele malițioase ale celorlalți; să se bucure de succesul celorlalți oameni, să-i ajute la nevoie, să vadă victoriile și înfrângerile lor ca și cum ar fi ale sale.” (Thai-shang, 3)

## 9. Zoroastrism:

„Omul este bun doar când nu-i face celuilalt ce nu este bine nici pentru sine.” (Dadistan-I Dinik, 94:5)

Regula de aur, așa cum i se spune, ne poate fi de mare folos atunci când o aplicăm în relațiile cu propriii copii. Dacă nu suntem siguri că modul în care ne comportăm cu ei este cel corect, trebuie doar să ne punem în locul lor și să ne întrebăm dacă ne-ar plăcea să ni se facă nouă la fel – nu dacă ni s-a făcut, ci dacă ne-ar plăcea ca cineva să ne facă acest lucru. Când răspunsul este nu, este cazul să ne întrebăm de ce am vrea să ne comportăm vreodată așa cu copiii noștri.

Dacă nu mi-ar plăcea să primesc o palmă peste față, de ce l-aș plesni pe fiul meu? Dacă nu mi-ar plăcea să se țipe la mine atunci când greșesc, de ce să țip la fiica mea pentru că a scăpat

tortul pe care l-am decorat pentru soacra mea? Dacă nu mi-aș dori să se râdă de mine în momentul în care încerc să învăț să merg cu rolele la 43 de ani, de ce aș râde de fiica mea atunci când zdruncină mașina când schimbă din viteza întâi în a doua, după ce i s-a arătat de 10 ori cum să o facă? Dacă nu mi-ar plăcea ca abilitățile mele de grădinar să fie comparate cu cele ale vecinului meu, de ce aș compara rezultatele fiului meu la matematică cu cele ale surorilor lui mai mari?

Atenția noastră nu trebuie îndreptată numai spre momentul prezent atunci când ne întrebăm dacă e bine să ne comportăm cu copiii noștri într-un mod în care noi nu ne-am dori să se comporte ceilalți cu noi. Dacă astăzi folosim anumite tehnici prin care ne controlăm copiii, în încercarea de a-i obliga să se supună voinței noastre, nu ne va fi ușor atunci când vom îmbătrâni și această nouă generație va fi învățată (deoarece ne-am străduit timp de mulți ani să-i învățăm) cum să-i controleze pe cei mai slabi decât ei. Vă garantez că, atunci când vom îmbătrâni, cei mai slabi decât ei vom fi noi. Nu i-aș face unui copil de șapte ani ceva ce nu mi-aș dori să mi se facă mie la 70 de ani. E greu să-mi imaginez că propriul meu copil adult o să-mi ofere abțibilduri drept recompensă că m-am trezit, m-am îmbrăcat și am mâncat micul dejun la timp dimineața, atunci când voi avea 70 de ani. „Haide, mamă! Și nu uita! Dacă te trezești din prima, dacă te îmbraci singură și vii la micul dejun la timp, vei primi cinci steluțe. Poți să lipești cele cinci steluțe pe tăblița de pe peretele din dormitorul tău. Dacă vei avea 55 de steluțe până vineri, poți să primești în schimbul lor o plimbare cu prietenii tăi la sala de bingo.” Mi-ar fi și mai greu să îmi imaginez că aș putea fi rănită pentru că spun ceea ce gândesc – cu alte cuvinte, atunci când îi contrazic – când voi avea 70 de ani. Chiar dacă pentru ei ar părea că funcționează, nu ar fi doar ceva ce nu mi-aș dori să mi se întâmple, ci ar fi un lucru care mi-ar afecta negativ demnitatea și respectul de sine. Și nu este suficient să mă întreb dacă mi-ar plăcea să mi se întâmple mie acest lucru dacă aș fi



în locul copilului meu. Oricât de bună este această întrebare pentru a verifica tehnica de parentaj folosită, avem nevoie să facem un pas înainte și să ne gândim la consecințele acțiunilor noastre.

### **Dacă funcționează și nu lezează sub nicio formă demnitatea ta și a copilului tău, fă-o!**

Doar pentru că o anumită metodă educațională folosită de părinți funcționează ori avem senzația că funcționează, asta nu înseamnă că este una bună. O consecință neintenționată a folosirii acelor tehnici prin care ne controlăm copiii și îi obligăm să ne asculte este că plătim un preț extrem de mare pentru acea „bună purtare” – preț care presupune pierderea demnității și a încrederii în sine atât a părintelui, cât și a copilului.

Dacă ne dorim să creștem copii cu o puternică disciplină interioară, care nu acționează doar ca să-i mulțumească pe ceilalți sau pentru a evita o pedeapsă și care, în schimb, se comportă într-un mod responsabil și plin de compasiune față de ei înșiși și față de cei din jur pentru că așa este corect, atunci trebuie să renunțăm la tehnicile de parentaj „testate și dovedite” din trecut și să respingem și unele variante mai recente. De foarte multe ori copiii sunt tratați ca niște proprietăți ale adulților, pentru a fi abuzați de cei mai puternici decât ei. La sfârșitul anilor 1800, Elizabeth Barrett Browning scria despre copiii abuzați în fabrici:

„Auziți cum plâng copiii, frații mei!

În trecut, mânia venea odată cu trecerea timpului...

Ei plâng în timp ce alții se joacă,

Aici, în țara celor liberi.”

— Fragment din *The Cry of the Children*

Încă nu am învățat să le auzim strigătele de suferință? Se pare că nu. În 1978, James Dobson scria în cartea sa, *Temper Your Child's Temper Tantrums*:

În cazul copilului mic, puteți să-l loviți ușor începând de la vârste cuprinse între 15 și 18 luni. [...] Administrați-le lovituri folosind un obiect neutru – mai precis, folosind o nuielușă sau o curea – însă rar cu mâna. [...] O lovitură trebuie să doară, altfel nu are niciun efect. [...] Unii dintre copiii cu o voință puternică cer în mod categoric să fie bătuți, iar dorința lor ar trebui să fie îndeplinită. În orice caz, copilul supus ar trebui să experimenteze ultimul său episod de răzvrătire până la finalul primilor 10 ani din viață.

Autorul încă recomandă aceste practici astăzi, în emisiunile sale radio difuzate internațional. Sub pretextul disciplinării, violența fizică și emoțională față de copii este legitimată și aprobată. („Niciunul dintre copiii mei nu-mi va vorbi astfel.” „O să-ți spāl gura cu săpun.” „O bătaie bună nu a făcut rău nimănui.” „Ești atât de prost. Chiar și un copil de trei ani ar fi putut să facă mai bine de atât.”)

Istoricul Philip Grevin, în cartea sa *Spare the Child*, reușește să pună problema în cuvinte și oferă o soluție pozitivă:

Trecutul are putere asupra viitorului prin modul în care ne modelează sentimentele, acțiunile și convingerile din prezent. Durerea și suferințele trăite de copiii care au fost abuzați fizic au ecouri peste ani, întâi în timpul nesfârșitelor zile și nopți ale copilăriei și ale adolescenței, iar, mai târziu, în viețile noastre de adulți. Trăirile pe care suferința cauzată de agresivitatea adulților împotriva copiilor le-a generat sunt majoritatea reprimite, uitate sau negate, însă nu dispar niciodată cu adevărat. Totul rămâne scris în ființa noastră cea mai profundă, iar urmările pedepselor se insinuează în viețile noastre, în gândurile, cultura și în lumea în care trăim. Dovezile apar pretutindeni – ne înconjoară, ne copleșesc –, dar, la fel ca aerul pe care îl respirăm, pentru noi sunt invizibile. Odată ce vor deveni vizibile, cu siguranță vom începe să percepem atât lumea din jurul nostru, cât și pe noi înșine într-un mod foarte diferit. Atunci am fi într-o poziție mai bună pentru a lua în considerare alte opțiuni la disciplinarea prin