

Zinaida SOROCEANU



GHIDUL de BUZUNAR  
pentru  
**PĂRINȚI**

← Sfaturi utile →

## Cuprins

<b>Prefață</b>	<b>6</b>		
<b>Sfatul nr. 1</b> Nu răsfățați copiii.	11	<b>Sfatul nr. 9</b> Nu faceți nimic în locul lui din ceea ce ar putea face singur.	45
<b>Sfatul nr. 2</b> Nu vă fie teamă să fiți fermi.	16	<b>Sfatul nr. 10</b> Nu menajați „relele obiceiuri”, acordați-i cât mai multă atenție.	50
<b>Sfatul nr. 3</b> Nu folosiți forța fizică.	20	<b>Sfatul nr. 11</b> Nu-i faceți observație în public.	53
<b>Sfatul nr. 4</b> Nu fiți inconsecvenți.	25	<b>Sfatul nr. 12</b> Nu încercați să discutați comportamentul copilului în febra conflictului.	56
<b>Sfatul nr. 5</b> Nu faceți promisiuni.	28	<b>Sfatul nr. 13</b> Nu încercați să-i țineți predici.	59
<b>Sfatul nr. 6</b> Nu răspundeți provocărilor, când copilul spune sau face lucruri care vă supără.	33	<b>Sfatul nr. 14</b> Nu-l faceți să simtă că greșelile lui sunt iremediabile.	61
<b>Sfatul nr. 7</b> Nu vă supărați prea tare când vi se spune „nu te iubesc” sau „te urăsc”.	37	<b>Sfatul nr. 15</b> Nu cicăliți copilul.	65
<b>Sfatul nr. 8</b> Nu-l faceți să se simtă mai mic decât este cu adevărat.	41	<b>Sfatul nr. 16</b> Nu pedepsiți copilul prea tare.	67
		<b>Sfatul nr. 17</b> Nu uitați, copiilor le place să experimenteze. Învăța din aceasta.	71
		<b>Sfatul nr. 18</b> Nu băgați prea mult în seamă indispozițiile copiilor.	75

<b>Sfatul nr. 19</b>	Nu-i respingeți când pun întrebări sincere.	80
<b>Sfatul nr. 20</b>	Nu încercați niciodată să păreți perfect.	83
<b>Sfatul nr. 21</b>	Nu vă temeți că petreceți prea puțin timp împreună. Contează cum îl petreceți.	86
<b>Sfatul nr. 22</b>	Nu vă temeți, dacă copilul este speriat. Arătați-vă curajos!	90
<b>Sfatul nr. 23</b>	Purtați-vă cu copiii, cum vă purtați cu prietenii Dvs.	94
<b>Sfatul nr. 24</b>	Nu uitați că un copil nu crește fără încurajări și înțelegere.	97

## Prefață

Familia este mediul în care copilul se naște, trăiește, se dezvoltă și se formează ca personalitate. Este principalul instrument de interacțiune dintre copil și mediul social. De asemenea, în primii ani de viață, cei petrecuți în familie, se formează conștiința de sine a copilului, fiind una esențială pentru integrarea sa ulterioară în societatea contemporană care este în permanentă schimbare și diversificare. Primul model comportamental, prima autoritate semnificativă în relațiile de gen, cele familiale și sociale este oferită de către părinți.

Educația este una dintre nevoile fundamentale ale omului, alături de nevoia de subzistență, procreare, înrudire, adăpost, protecție, activitate, igienă ale ființei umane de pretutindeni și din totdeauna. Familia ca nucleu al societății, reprezintă răspunsul cultural imediat la aceste nevoi.

Orice acțiune a adulților care are un impact asupra copilului nu este lipsită de o rezonanță psihică în individualitatea sa. Aceasta persistă în timp și condiționează alte manifestări observabile

## Părinții care sunt dispuși să învețe sunt cu totul **speciali!**

Cum să utilizați informația, ca să vă fie de un real folos:

- *Țineți minte, orice călătorie începe cu primul pas.*
- *Răspundeți provocărilor una câte una, rând pe rând.*
- *Țineți un jurnal al evoluției Dvs. ca părinte și notați zi de zi reușitele și eșecurile.*
- *Folosiți un calendar când recurgeți la un nou tipar comportamental. Specialiștii susțin că este nevoie de timp pentru formarea unui tipar nou.*
- *Discutați și căutați sprijinul altor părinți care au trecut prin situații similare.*
- *Încetați să perseverați în a deveni un părinte perfect, fiți, pur și simplu, un părinte bun.*
- *Dedicându-vă viața copiilor, nu uitați de Dvs..*
- *Fiți Dvs. înșivă.*

### Sfatul nr. 1

## Nu răsfățați copiii.

*Ei știu foarte bine că nu pot avea tot ce vor și nu li se cuvine tot ce cer. Deși, totuși, insistă...*

Fiecare părinte vrea din când în când să-și mai răsfete odorașul. Nu e nimic grav în asta, atâta timp, cât relația părinte - copil nu se transformă în una de răsfăț. Mulți părinți consideră că, răsfățându-și copilul, îi oferă mai multă dragoste. Refuzând să disciplineze copilul, ei invocă diverse motive, cum ar fi: vreau să-i ofer copilului meu tot ceea, de ce am dus eu lipsă la vârsta lui, vreau să-l feresc de necazurile și greutățile prin care am trecut eu, când eram copil etc.. Simțul măsurii le lipsește deseori părinților care au pierdut un copil sau întâmpină greutăți în a mai avea alți copii, dar și celor lipsiți de experiență.

A-ți iubi copilul nu înseamnă a face totul pentru el, a-ți iubi copilul înseamnă a-i da șansa să se dezvolte, să învețe, să-și descopere talentul și aptitudinile, să capete încredere în forțele proprii.

Răsfățul are niște urmări care trec dincolo de greutatea de a gestiona în anumite situații un copil incontrollabil și răsfățat. În aceste clipe se pot crea modele care pot să persiste o viață întreagă.

## Răsfățul

nu are nici o legătură cu iubirea care, nu poate fi exagerată (de parcă ai putea iubi prea mult) și nici cu ținutul în brațe, sărutatul copilului, numele de dezmierd, oferirea independenței sau posibilității de a decide. Nimic din acestea NU îți vor transforma copilul într-un răsfățat!

Probabil, unul dintre cele mai mari dezavantaje ale copilului răsfățat este faptul că el nu învață să muncească pentru ceva ce-și dorește. Pentru a-și obține scopul el știe că trebuie să fie suficient de insistent și să folosească activ șantajul emoțional. Astfel învață să interacționeze într-un mod nesănătos cu cei din jur.

## Cum recunoaștem un copil răsfățat?

*Copilul răsfățat se irită și se enervează foarte ușor, are accese de furie frecvente, este nerăbdător și autoritar. Cere să i se facă totul doar așa, cum vrea el și când vrea el. Nu ascultă ce-i spun părinții sau alte persoane. Îi ignoră pe cei din jur, are o atitudine lipsită de respect, fără nici o limită, indiferent de situație. Consideră că totul i se cuvine și că toți sunt obligați să-l deservească. Este aproape tot timpul nemulțumit de ce i se oferă, pare continuu frustrat și chiar nefericit.*

**Libris.ro**

## Nici un copil nu se naște răsfățat! El devine răsfățat, datorită adulților care:

- Execută imediat orice cerere a copilului;
- Consideră orice dorință a acestuia ca fiind o prioritate, indiferent de situație;
- Îi creează sentimentul că este singurul care contează, că are toate drepturile, că toată lumea îi stă la dispoziție;
- Îi permit să încalce în mod frecvent limitele și regulile stabilite (în caz că au existat. Or, în familii cu copii răsfățați, de regulă, acestea nici nu au fost impuse);
- Încearcă să satisfacă chiar și cererile irezonabile ale copilului sau cele care nici n-au apucat să fie exprimate.

### Atenție!

Copilul răsfățat interacționează dificil cu alți copii, intră ușor în dispute cu ei, nu-și poate face prieteni.

## Aveți un copil răsfățat. Ce-i de făcut?

- În funcție de vârstă stabiliți împreună cu copilul Dvs. reguli/ limite precise;
- Este important ca ambii părinți să fie de acord cu sistemul de reguli/ limite, în caz contrar ele nu-și au rostul;
- Regulile/limitele se implementează pe rând, una câte una, nu treceți la următoarea până nu este însușită cea precedentă;
- Încercați să faceți față propriilor emoții și să fiți fermi atunci, când copilul încearcă să dea regula/ limita peste cap sau să verifice, dacă nu cumva există excepții (el neapărat va încerca);
- NU cădeți pradă lacrimilor și isteriilor, ci identificați motivul lor;
- Învățați să spuneți copilului NU clar, dându-i șansa să învețe o regulă nouă;
- Învățați copilul să aștepte;
- Nu recompensați material respectarea regulilor și limitelor.

### Iată două întrebări fundamentale care te pot ajuta să crești un copil nerăsfățat:

- Știi să faci diferența dintre o cerere rezonabilă și una irezonabilă?
- Câte lucruri în plus ar putea face copilul tău, dacă nu te-ai grăbi să le faci în locul lui?

## Sfatul nr. 2

# Nu vă fie teamă să fiți fermi.

*Asta îl va învăța să-și știe locul.*

Unii părinți lasă copiii să abuzeze de răbdarea lor, iar în momentul în care nu mai rezistă, răbufnesc asupra copilului, încercând să-l potolească. Cea mai distructivă formă de gestionare a comportamentului o constituie controlul imprevizibil, prin care părinții trec alinați de la rigiditate la un spirit democratic și la lipsa de control. În aceste condiții copiii nu știu care sunt cu certitudine limitele și regulile în familie și în afara ei. Când sistemul funcționează astfel, copiii nu pot să-și dezvolte sentimentul de securitate, încrederea în sine, iar sentimentul nesiguranței din copilărie îl poate însoți și la vârsta maturității.

De fapt, aceste reacții sunt niște extreme care pot fi evitate. Omul este o ființă socială. Or, societatea se conduce după reguli. Chiar într-o țară democratică, unde sunt asigurate libertățile fundamentale ale omului, există legi care trebuie respectate cu strictețe, există instituții care urmăresc respectarea legilor, mai mult ca atât, sunt prevăzute sancțiuni concrete pentru încălcarea lor. Doriți pentru copilul vostru ce este mai bun, vreți să aibă o viață frumoasă, să fie respectat, cunoscut ca un om integru și de valoare, nu-i așa? Formarea lui se realizează în etape. Micile amănunte și reacțiile zilnice influențează acest proces. Oferiți copilului informații și modele de comportament pentru a-i forma deprinderi sănătoase, pentru a fi echilibrat emoțional, pregătindu-l pentru viață.

Educația și disciplinarea copiilor se bazează nu doar pe doi poli: dragostea necondiționată și autoritatea, dar și pe modul în care părinții reușesc să echilibreze aceste două componente.

Copilul are nevoie să fie iubit pentru ce este, nu pentru ceea ce face. El trebuie să știe că atunci, când face greșeli sau nu se ridică la nivelul așteptărilor părinților, grija lor pentru el nu va scădea niciodată. Aceasta este dragostea necondiționată, opusul afecțiunii sau atenției care o primește doar atunci, când totul e bine.

Autoritatea rezultă din fermitatea cu care părinții o aplică atunci, când prin comportamentul său copilul denotă faptul că nu ține cont de regulile și valorile stabilite în cadrul familiei, dar și în afara ei.

Un model optim de manifestare a autorității este cel în care părintele ghidează ferm, nu impune, ci învață, nu critică, dar ajută la găsirea soluției, nu învinovățește, ci respectă și acceptă copilul așa cum este, cu plusurile și minusurile lui, îl încurajează să devină independent, îl stimulează să își exprime deschis sentimentele și gândurile, îi oferă șansa de a alege, îl implică în deciziile care îl afectează, stabilește reguli clare ce sunt respectate de toți membrii familiei. În lipsa flexibilității și căldurii emoționale părintele devine extrem de fixat pe disciplinarea prin presiune.

Copilul trebuie să simtă că părintele lui, cât de agreabil n-ar fi, urmărește drepturile lui, știe să fie ferm și nu va ceda în fața presiunilor de orice gen nu ar fi ele, nu-i va permite să fie obraznic sau irațional. Astfel, părinții sunt iubiți de copii și pentru că le transmit acestora un sentiment de siguranță.

Evident, oricărui copil nu-i plac sancțiunile și, de regulă, nici nu le acceptă. În cazul în care veți ceda în fața lui și veți renunța la decizia pe care ați luat-o anterior, el va însuși doar două lucruri și nici unul din ele nu este benefic:

- Chiar dacă va face ceva greșit sau ceva ce este interzis, oricum nu va fi sancționat și nu i se va întâmpla nimic nici data viitoare;
- Îndiferent cât de mult ar fi supărați părinții și ce sancțiune nu i se va aplica, este suficient să se victimizeze: să plângă, să stea bosumflat, să nu mănânce, și i se va ierta greșeala.

Nu este ușor să fii ferm cu propriul tău copil. Atunci când copilul a încălcat o interdicție sau a avut un comportament inadecvat și ați hotărât să-l sancționați, păstrați-vă decizia, chiar dacă el protestează și nu o acceptă.

## Este important să explicați copilului două lucruri:

- valoarea sa ca individ nu depinde de gândurile și emoțiile sale;
- libertatea de a gândi și a simți este un drept, dar nu și a face orice dorește (acțiunile care îi afectează pe cei din jur vor fi sancționate).



## Sfatul nr. 3 Nu folosiți forța fizică.

*Astfel obișnuți copilul cu ideea că numai  
forța fizică contează.*

Când ești un părinte care ai crescut cu bătaia și ai fost educat în spiritul unor valori și convingeri care validează acest gen de comportament, ești ferm convins că urmezi o tradiție sănătoasă, controlată în timp de moși strămoși. Vei aduce ca argument proverbele, cum ar fi: „Bătaia e ruptă din rai”, „Bătaia la copii e ca buruiana de leac” etc..

Atunci când se aplică disciplina corporală, de fapt este vorba de un părinte epuizat, furios, care se află sub imperativul unor emoții puternice, nu are soluții educaționale viabile, este neputincios și depășit de circumstanțe. Atunci lovește, umilindu-și propriul copil. Este un părinte care în fața unor situații complicate de disciplinare nu știe cum să procedeze, recurge la disciplina corporală din nevoia de a face ceva, de a lua atitudine, în speranța că astfel va rezolva problema și altele de acest gen nu vor mai apărea. Mulți părinți consideră că această metodă arhaică de disciplinare aduce rezultatele scontate, este utilă, corectă și chiar benefică din punct de vedere educațional pentru copil. Aparent, este cea mai simplă soluție de a răspunde la provocări, nu necesită efort intelectual și este la îndemâna oricui.

Indiferent de motive și convingeri, părinții trebuie să renunțe la vechile obiceiuri, la tratamentul agresiv care aduce mari prejudicii relației cu propriul lor copil. E nevoie să învețe și să aplice noi metode de educație, să știe să-și gestioneze propriile emoții în situații dificile, să accepte ideea că responsabilitatea de a fi părinte este foarte mare și că aceasta implică o relație complexă și foarte intensă părinte - copil, încât este în regulă să ceară ajutorul specialiștilor în domeniu atunci, când simte că lucrurile nu merg bine.