Un început măreț



Bunele maniere îi vor oferi copilului tău instrumentele de care are nevoie în viață. Principiile care guvernează eticheta se bazează pe respectul pentru noi înșine și pentru cei din jurul nostru. Ele îl învață pe copil să-i trateze pe ceilalți cu bunătate și înțelegere și să țină cont de sentimentele acestora. De asemenea, copilul va căpăta încrederea în sine pe care i-o va da faptul că știe ce și când trebuie făcut. Nimeni nu vrea să fie ignorant. Această încredere crește odată cu abilitatea copilului de a-i percepe pe cei din jur și de a lega relații care să îl mulțumească. În calitate de părinte, cu siguranță vei descoperi că este un proces treptat. În vreme ce copilul se va folosi de câteva bune maniere, tu va trebui să îi amintești mereu și de altele. Ia-o de la început și bucurați-vă împreună de călătorie!

1 IANUARIE

Când să-i înveți despre bunele maniere?

Părinții încep să-i învețe pe copii bunele maniere de îndată ce acesta se naște, prin exemplu. Deși pot face ceea ce le *spunem*, copiii fac mai degrabă ceea ce *facem* noi. Cei care sunt la primul copil vor fi surprinși să vadă că propriile greșeli de etichetă se vor regăsi și în comportamentul copilului. Fie că ne place sau nu, procesul de învățare are loc, de obicei, acasă, prin imitație.

O idee bună este să îi dai copilului o nouă sarcină în fiecare an. Dacă un copil învață să-și facă patul la vârsta de trei ani, la patru ani poate deja să înceapă să ducă gunoiul, iar la cinci ani să aranjeze ori să strângă masa. Încearcă o abordare asemănătoare și cu bunele maniere. Învață-l câteva reguli de conduită, iar atunci când le stăpânește bine, continuă cu altele. Creează o bază pe care să poți construi

mai târziu. Așteaptă-te ca un copil de cinci ani să cunoască noțiunile de bază, dar cere mai mult de la unul de zece ani. Vei fi uimit de câte complimente vei primi până ajunge la vârsta adolescenței.

Un copil de trei ani trebuie:
- să privească în ochi persoana căreia i se adresează;
- să salute;
- să se spele pe mâini înainte și după masă;
- să stea așezat în timpul mesei;
- să folosească tacâmul la masă;
- să spună „te rog" și „mulțumesc".

Un copil de zece ani trebuie:
- să poată purta o conversație cu un adult;
- să cunoască bunele maniere în timpul mesei;
- să răspundă la telefon și să preia mesaje;
- să se autocontroleze în locuri publice;
- să își păstreze curățenia în cameră;
- să fie punctual.

Un adolescent de cincisprezece ani trebuie:
- să inițieze o conversație și să vrea să fie în compania adulților;
- să facă ordine după el și după prietenii lui acasă;
- să știe că nu trebuie să facă gălăgie pentru că deranjează;
- să fie protector și generos cu frații mai mici;
- să exprime recunoștință față de părinți și alte persoane.

2 IANUARIE
Nicăieri nu-i ca acasă

Unele familii se comportă exemplar atunci când sunt altundeva, dar lucrurile stau exact pe dos când sunt acasă. Mai mult decât atât, lasă acest principiu să le guverneze comportamentul. Sarah Ferguson, ducesa de York, i-a vorbit odată unui reporter despre bunele maniere la masă. Ea și fiicele ei folosesc manierele A, B și C. Atunci când au luat masa împreună cu regina la Palatul Buckingham, s-au folosit

cum nu se poate mai bine de manierele A. La restaurant, sunt mai relaxate, așa că folosesc manierele B. Și acasă? Au și mai puține preocupări, iar manierele C sunt tocmai bune.

Compară filozofia lui Fergie cu cea abordată de Eliza Farrar, înainte de Războiul Civil. „Nu ar fi mai elegant și mai cinstit să trăim un pic mai bine în fiecare zi și să facem mai puțină paradă în fața celorlalți?", a scris ea în *The Young Lady's Friend* (1834).

Poate că este mai bine să fii relaxat acasă, dar cu ce preț? Unul din țelurile tale ca părinte este ca bunele maniere să devină *obișnuință* pentru copil. Dacă atunci când este în altă parte, trebuie să mestece cu gura închisă, dar nu și acasă, este foarte probabil să nu mestece cum se cuvine nici acasă, *nici* în altă parte. Copilul va fi dezorientat dacă are coduri de bune maniere diferite, lucru care nu va da roade pe termen lung. E ca și cum i-ai spune unui pianist că nu contează cum cântă acasă atâta vreme cât la recital se descurcă bine.

Părinții pot scăpa de niște bătăi de cap dacă îi învață pe copii că în familie trebuie să se comporte foarte bine. Iată câteva modalități prin care părinții îl pot încuraja pe copil să facă din cămin un loc mai bun. Sugerează-i:

- Să dialogheze cu părinții. Să spună „bună dimineața" și „noapte bună".
- Să respecte intimitatea celorlalți. Să nu asculte conversațiile telefonice, să nu citească scrisorile altora și să nu le cotrobăie prin dulap.
- Să bată ușor la ușă înainte să intre.
- Să fie manierați la masă.
- Să împrumute lucruri numai după ce au cerut permisiunea. Să le restituie în stare bună.
- Să petreacă timp cu frații lor. Să nu stea închiși în dormitor.
- Să-i întrebe pe membrii familiei ce mai fac.
- Să folosească o „voce de interior" atunci când sunt în casă.
- Să facă ordine după ei înșiși.
- Nu le da voie să spună cuvinte nepotrivite atunci când își iau la revedere.

Exercițiu

Lipește lista de mai sus pe frigider și laudă-ți copilul atunci când pune în practică una din reguli. Dacă îi place să lucreze la calculator, roagă-l să facă singur lista pentru frigider.

3 IANUARIE
„Te rog" și „mulțumesc"

Câteodată, bunele maniere ale unui copil dezvăluie o stare de bună dispoziție și seninătate. Nu este întotdeauna valabil, dar prin exersarea bunelor maniere, copilul începe să fie tot mai atent cu ceilalți.

Lăsându-ne zi de zi ghidați de bunele maniere, învățăm să ne controlăm mai bine și devenim conștienți de modul în care acțiunile și cuvintele noastre îi afectează pe ceilalți. La un moment dat, cu suficient exercițiu, normele învățate devin o a doua natură.

La fel se întâmplă și cu „te rog" și „mulțumesc". De îndată ce copilul își poate întinde mânuța durdulie ca să ceară un biscuit, ar trebui să îl încurajezi să spună „te rog". De îndată ce este suficient de mare pentru a primi un cadou, îndeamnă-l să spună „mulțumesc".

„Te rog" ar trebui să facă parte din orice rugăminte. Insistă în a-l face să spună: „Pot să beau, te rog?" Atunci când copilul este foarte mic, este suficient să spună: „Apă, te rog."

„Mulțumesc" ar trebui folosit de fiecare dată când primește un obiect, dacă i se face o favoare sau este tratat cu amabilitate. Copiii ar trebui să îl folosească atunci când li se dă un biscuit, un cadou sau după ce au fost într-o vizită.

Exercițiu

Folosește metoda îndemn-laudă pentru a încuraja folosirea cuvintelor din această lecție. În particular, învață copilul când să folosească „te rog" și „mulțumesc". Tot în particular, laudă-l după ce pune în aplicare îndemnul tău.

4 IANUARIE
Cum să îți ceri scuze

„Îmi pare rău" (*și nu* „Nu am vrut"). Aceste trei cuvinte pot liniști chiar și temperamentele vulcanice, pot alina suflete și pot fi bazele unui nou început. Copiii ar trebui să le folosească atunci când sparg ceva, dacă fac un alt copil să plângă sau când uită să facă un lucru important.

Atunci când, fără să vrea, un copil dă peste un altul pe coridoarele școlii, cel mai potrivit lucru este să spună „îmi pare rău". Atunci când își dă seamă că a luat deja o a doua prăjitură înainte ca alții să o ia pe prima, prin aceste cuvinte va da dovadă de politețe. Atunci când copilul tău a întârziat, a uitat să își ia uniforma sau a lăsat cățelul să se joace în grădina vecinului, „îmi pare rău" arată că își poate asuma responsabilitatea pentru propriile acțiuni. Greșelile mărunte rămân mărunte atunci când sunt recunoscute și însoțite de regret. Tăcerea sau nepăsarea pot distruge o prietenie.

În unele cazuri, scuzele trebuie să fie scrise. Copilul nu trebuie să își ceară scuze în scris pentru greșeli nesemnificative, mai ales dacă a avut ocazia să o facă verbal; de asemenea, nu trebuie să insiste cu scuzele și nici să le ceară atunci când nu a greșit cu nimic.

Dar atunci când copilul sparge ceva sau trădează un prieten prin dezvăluirea unui secret, un scurt bilet în care să își ceară iertare poate însoți înlocuirea obiectului distrus sau o cutie de bomboane pentru prietenul rănit.

> Dragă Alicia,
> Îmi pare foarte rău că i-am spus lui Kelsie că vei purta ochelari. M-ai rugat să păstrez secretul, și totuși eu l-am spus mai departe. Știu că îți faci griji despre cum va fi, iar eu am înrăutățit lucrurile. Te rog, iartă-mă. Ești cea mai bună prietenă a mea și mă simt îngrozitor că te-am rănit.
>
> Jenna

Exercițiu

Povestește-i copilului tău despre o situație în care ți-ai cerut scuze față de cineva. Spune-i cum te-ai simțit și cum s-a rezolvat situația.

Dacă ai pus bazele unei bune conduite în educația copilului, atunci ia aminte: nu trebuie să reinventezi roata de la căruță doar pentru a-ți învăța copilul să se poarte frumos on-line. Aceleași principii de încredere rămân valabile.

14 MAI
Cum să te aperi în media socială

Unul dintre motivele pentru care site-urile de socializare sunt atât de populare este că le oferă adolescenților gustul celebrității — o șansă să se dezvolte și să experimenteze, o identitate în fața unui public on-line. Fără nicio îndoială, există și aspecte pozitive. Dar acea dorință naturală de exprimare ar trebui să fie însoțită de câteva îndrumări despre cum să navighezi în siguranță pe aceste site-uri. Publicul on-line nu este întotdeauna de încredere, iar uneori, oamenii nu sunt ceea ce pretind. Cu toate că site-urile precum Facebook și MySpace supraveghează conținutul, nu există niciun filtru perfect care să prevină orice conținut care poate fi neadecvat.

Iată câteva sfaturi care te vor ajuta să îți ții copilul în siguranță:

- Sfătuiește-l să lege relații on-line numai cu oameni pe care îi cunoaște și în care are încredere în viața reală, aceia cu care are deja o anumită relație. (Prietenul verișorului său pe care l-a cunoscut în treacăt la petrecerea de vineri seara poate fi de încredere.) Poate foarte bine să refuze prietenii cu oamenii pe care nu îi cunoaște.
- Citește cu atenție setările personale de pe site-urile pe care le folosește copilul. Ajută-l să aleagă opțiunile cele mai bune. Setările precum „numai pentru prieteni" sunt cele mai indicate.
- Ajută-l să aleagă o parolă puternică (care are de obicei cel puțin opt caractere, inclusiv numere sau caractere speciale).
- Amintește-i să nu publice niciun fel de informație personală la profil — adresa de acasă, numărul de telefon sau detalii concrete despre planurile de weekend. De asemenea, ar trebui să evite fotografiile care oferă prea multe detalii despre împrejurimile sale.

- Încurajează-l să te anunțe dacă cineva îl deranjează sau îl agresează cu mesaje nedorite sau chiar jignitoare. Atunci ar trebui să raportezi imediat problema administratorilor site-ului sau autorităților.

15 MAI
Nu intra în detalii personale

Site-urile de socializare sunt o lume în care totul se distribuie: planuri de distracție, comentarii și orice de la ce conține masa de prânz până la ce a făcut câinele, gânduri care îți trec prin minte *acum*. În acest flux de mesaje, ies la suprafață gânduri și sentimente foarte personale, care își fac loc în acele spații publice virtuale precum Facebook, MySpace ori Twitter. Deși tehnologia îi permite copilului să țină legătura cu prietenii săi, apare și o oarecare ruptură sau distanțare. Protejat fiind de ecranul calculatorului ori de telefon, poate fi tentat să spună anumite lucruri pe care nu le-ar spune persoanei respective față în față. Alteori, suntem tentați să spunem prea mult.

O parte din gândurile copilului pot fi împărtășite celor din mediul on-line, dar o altă parte nu ar trebui. Dacă postează ceva pe un site de socializare, trebuie să ia în considerare că nu numai prietenii cei mai buni vor fi cei care vor citi. Ar trebui să se ferească să ofere prea multe informații. Lucrurile care oferă prea multe detalii, sunt încărcate emoțional sau care ar putea stânjeni un prieten trebuie evitate. Nu este indicat să scrie nimic din ceea ce nu i-ar spune cuiva personal. Și trebuie să își amintească că tot ceea ce postează on-line rămâne on-line.

Exercițiu

Iată câteva exemple de mesaje postate pe Facebook. Verifică dacă fiul sau fiica ta le poate identifica pe cele adecvate și pe cele neadecvate și dacă poate motiva alegerea.

- „Bună, Sarah! Mi-a făcut plăcere să te văd ieri în parc. Mi-ar plăcea să ieșim la o înghețată în curând. O să te sun pentru a stabili detaliile!”

- „Salut! Mi-a făcut plăcere să jucăm fotbal ieri după ore. Numai că atunci când ai scăpat mingea și ai dat-o adversarului nu a fost prea bine."
- „Salut! Nu o să îți vină să crezi cu cine m-am întâlnit ieri. Jason. Dragostea vieții mele! Credeam că o să mor, așa de tare îmi bătea inima! Apoi m-am uitat timp de două ore la fotografiile cu el..."

16 MAI
Ce să nu postezi

Chiar dacă își va petrece singur cea mai mare parte a timpului pe Facebook, MySpace și alte site-uri de socializare — sau poate cu încă un prieten sau doi — copilul trebuie să știe că totuși este o experiență cât se poate de publică. Aceste site-uri sunt ca niște panouri virtuale. Ceea ce postează copilul tău va fi văzut de mulți ochi. Orice informație poate fi dată mai departe, iar internetul este ca o arhivă gigantică.

În funcție de setările profilului făcute de el, chiar și cei care nu îi sunt prieteni îi vor putea urmări activitatea on-line. Și superiorii sau rudele care folosesc Facebookul îi pot vizualiza profilul. Glumele pe care un prieten le înțelege pot fi interpretate greșit sau considerate jignitoare de multe alte persoane (precum o grupare etnică) și de aceea ar trebui evitate. La fel și glumele vulgare sau cu tentă sexuală.

Iată un principiu bun de urmat: dacă e vorba de un mesaj pe care copilul nu l-ar scrie pe ușa vestiarului unde să poată fi văzut de toată lumea sau pe care nu l-ar transmite personal, atunci nu ar trebui să îl posteze nici on-line. Ultima persoană la care ar vrea să ajungă mesajul îl va citi exact în momentul nepotrivit.

Dacă fiul sau fiica ta învață cum să se comporte on-line încă de la început, atunci când va veni vremea să se înscrie la facultate sau să caute o slujbă, posibilii angajatori care vor face și cercetări on-line nu vor găsi nimic care să se întoarcă împotriva sa (ba chiar ar putea fi impresionați).

17 MAI
Twitter

Twitter este un site de socializare prin care utilizatorii trimit comentarii (numite „tweets") — folosind un maximum de 140 de caractere — către un grup de oameni („followers" — fani/urmăritori) care s-au înregistrat pentru a primi aceste comentarii actualizate pe profilul lor de Twitter. Aceste comentarii răspund la întrebarea „Ce se întâmplă?".

Deși cei mai mulți dintre utilizatorii acestui site sunt adolescenți și copii, există și destul de mulți tineri care îl folosesc. Dacă și copilul tău are un profil, iată câteva sfaturi de care ar trebui să țină cont:

- Să fie fan al celor pe care îi consideră interesanți sau al acelora care au aceleași pasiuni ca și el. La început poate urmări zece prieteni buni, apoi încă zece, pentru ca pe urmă să își lărgească rețeaua.
- Deși nu este o regulă care trebuie întotdeauna aplicată, se obișnuiește ca atunci când cineva te urmărește pe Twitter, să îi întorci gestul și să devii și tu fan al acelei persoane.
- Dacă este fan al unei persoane pe care nu vrea să o mai urmărească dintr-un motiv sau altul — poate sunt prea invazivi sau nu îi place ce au de spus — este foarte simplu să nu îi mai urmărești; nu este nevoie de niciun avertisment sau anunț.
- Să se gândească înainte de a posta un comentariu. Toți cei care sunt utilizatori Twitter îi pot citi comentariile, așa că e bine să folosească un limbaj decent și respectuos. Dintre toate gândurile și întâmplările de peste zi, să aleagă ce este mai interesant, amuzant sau important pentru a fi împărtășit cu ceilalți.
- Deși Twitter este folosit în cea mai mare parte pentru a trimite mesaje unui public larg, utilizatorii pot trimite mesaje directe urmăritorilor lor (un fel de mesaj scris on-line) sau să includă pe cineva în comentariul lor prin folosirea simbolului @ urmat de numele de utilizator al persoanei respective. Asta înseamnă că dacă vrei să fii un utilizator activ, trebuie să stai conectat și să răspunzi.

Nu trebuie incluse numele unei alte persoane în comentarii decât dacă acestea sunt decente și ești sigur că nu vor fi deranjați.

- Își poate arăta personalitatea, dar să nu intre prea mult în detalii. Dacă vrea să anunțe un lucru care nu vizează tot grupul de fani — cum ar fi o petrecere privată pentru un mic grup de prieteni — poate folosi mesajele directe pentru a comunica cu acele persoane (sau e-mailul). Ideal este ca, atunci când postezi un comentariu, acesta să îi intereseze pe toți cei care îl urmăresc.
- Să facă o pauză între comentarii. Deși Twitter încurajează împărtășirea evenimentelor din viața fiecăruia imediat ce acestea au loc, poate mai mult decât oricare alt site de socializare, trebuie să știe că nu tot ce îi trece prin minte îi interesează pe cei din comunitatea Twitter. Să-și pună întrebarea: „Doresc ceilalți să știe ce vreau eu să postez?"

18 MAI

Cum îți faci un profil pe Facebook

Crearea unui profil pe Facebook îți oferă ocazia de a te exprima — interese și hobby-uri, filmele și muzica preferată și alte detalii personale. Pe lângă toate acestea, poți adăuga și o fotografie cu tine. Dar nu uita că profilul pe care îl creezi este o reprezentare a ceea ce ești și a convingerilor tale atât pentru cei care te cunosc bine, cât și pentru cei care te cunosc mai puțin sau deloc. Iată câteva sfaturi de care copilul ar trebui să țină cont:

- Să nu posteze o fotografie pentru profil care oferă prea multe detalii, care îl ilustrează în timp ce face un lucru rău sau îndoielnic sau în care de fapt nu este chiar el. E bine să aleagă una care îl arată așa cum este de fapt, cu fața la vedere (fotografiile în care poartă un costum ciudat sau machiaj strident pot fi amuzante, dar cei care nu îl cunosc se vor întreba cum arată de fapt).
- Să nu posteze niciodată date de contact personale precum numărul de telefon sau adresa.