

LBRIS

We know
books

Andrei Drăgulescu

ARTA DE A CREȘTE COPII BUNI ÎN VREMURI NOI

VOLUMUL

2

Calea unei bune educații:
autoritate și iubire



Colecția *Biserica în cetate* – 9
Făgăraș, 2025

CUPRINS
VOLUMUL 2

13. Disciplina / 5

14. Cum învață copiii să fie responsabili și recunoscători / 88

15. Cum să comunicăm cu copiii / 108

16. Comunicarea copiilor cu ceilalți / 157

17. Timpul petrecut cu copiii / 173

18. Rolul tatălui / 210

19. Să limităm expunerea copiilor la ecrane / 227

20. Copiii și televizorul / 309

13. DISCIPLINA

Ce înseamnă disciplina? Cu siguranță, niciuna dintre două extreme: nici să țipi tot timpul la copil și să îi vădești tot timpul greșelile (fără să fii ferm – și până la urmă copilul tot face ceea ce vrea), nici să îl lovești. O adevărată disciplină, arăta un psihiatru contemporan, este „disciplina afectuoasă”. (RC, p. 67) Copilul știe atât că părinții îi impun anumite limite de la care nu fac rabat, cât și faptul că este iubit. Un copil care simte că este iubit de părinții lui și căruia, totodată, părinții îi cizelează caracterul, mintea și voința, este un copil disciplinat și va fi un adult echilibrat, împlinit. Disciplina presupune mai multe componente, atât pozitive (puterea exemplului pe care părintele îl oferă copilului, cuvintele prin care îi comunicăm ferm și cu blândețe ce să facă, crearea unor situații din care copilul poate învăța astfel încât să îi placă să învețe etc.), cât și negative (pedeapsa). Atenție, avertizează psihiatrul citat, „pedeapsa face și ea parte din disciplină și are categoric locul său în formarea copilului, dar nu trebuie niciodată să o folosim ca principal mijloc.” (RC, p. 68)

Disciplina nu doar întărește un set de reguli pe care copilul le va respecta, în timp ce elimină purtările nedorite ale acestuia. Disciplina se aseamănă cu modul de interacțiune „dintre un meșter și ucenicul lui”, prin care părintele îi arată copilului ce să facă, ce să nu facă, stabilește împreună cu el un ritm zilnic, face împreună cu copilul treburi casnice până când acesta învață să le facă singur și, într-un cuvânt, îl în-

vață cum să trăiască în această lume – și cum să se pregătească pentru veșnicie. (LP, pp. 170-171)

Cum să disciplinăm concret copiii vom afla mai multe în cele de mai jos. Vom începe cu câteva exemple de „disciplină prin joc”, după care vom aborda alte metode de disciplină mai „serioase”.

Strânge-ți jucăriile!

Părinților le este, cel mai adesea, foarte familiar următorul scenariu: Pe covor sunt întinse peste tot jucăriile copilului. Îi spunem să le strângă, dar nu îl conving nici amenințările, nici țipetele. În cele din urmă, renunțăm și le strângem noi pe toate în locul lui. Am procedat corect? Bineînțeles, simțim că am greșit. Dar cum am fi putut face?

O abordare mai eficientă ar fi să nu mai luăm totul atât de în serios și să transformăm într-o joacă până și sarcinile cele mai neplăcute pentru copil. De exemplu, un tătic avea doi copii, un băiat de cinci ani și o fetiță de trei ani. Avea mereu dificultăți cu jucăriile împrăștiate peste tot. Într-o zi, i-a venit ideea să inventeze un „tren cu aburi”. Băiețelul, suit pe tricicletă, juca rolul mecanicului, care conducea locomotiva, la care a fost atașat „vagonul” fetiței în care ea, în fiecare seară, aduna toți „pasagerii” și „combustibilul”. Apoi se suia și ea în vagon, în timp ce fratele ei o conducea prin cameră. În felul acesta, strânsul jucăriilor a încetat să mai fie o problemă – prin înlocuirea amenințărilor, țipetelor și certurilor cu un joc de care s-au bucurat cu toții, de la mic la mare... (DC, pp. 187-188)

O abordare similară a folosit o învățătoare la clasa întâi. Ea rememora cât de dificil îi era să îi convingă pe elevii ei să asculte și să se așeze în coloaană atunci

când urmau să meargă undeva. Într-o zi, i-a venit gândul să încerce o abordare diferită și le-a spus:

— Copii, hai să facem un tren și să ieșim în recreație. Alex, tu vii în față, ești locomotiva care trage vagoanele. Ceilalți sunteți vagoanele de marfă. Și acum, fiecare să se prindă de umerii celui din fața lui și să pornim la drum!

De data aceasta nu a durat nici măcar un minut întreg până când toți s-au încolonat, plini de zâmbete, și au ieșit din clasă. Mai mult, chiar și copiii mai mari iubesc tot ce seamănă cu joaca. Aceeși învățătoare, la clasa a patra, spunea că o altă profesoară i s-a plâns, deranjată de gălăgia pe care o făceau copiii când se duceau în sala de mese. În loc să îi certe sau să îi pedepsească, le-a spus – pe un ton aparent foarte serios – să își scoată fiecare din buzunar lacătul fermecat, să își încuie gura și să îi dea cheia înainte să iasă pe ușă. Fiecare copil, când trecea pe lângă doamna învățătoare, îi pune în palmă „cheia” sa și au pornit cu toții, cu zâmbete largi pe buzele lipite, spre sala de mese. Acolo, învățătoarea le-a dat înapoi „cheile”, ca să poată vorbi din nou și să mănânce. ^(AF1, p. 72)

O altă situație: o mămică îi spune copilului să strângă jucăriile de pe jos după ce termină joaca – în caz contrar, orice jucărie rămasă va fi ridicată de „poliția jucăriilor”. După un timp, copilul își lasă iarăși jucăriile împrăștiate. Sosește mama, spunând „Ni-no, ni-no, a venit poliția jucăriilor!” „Ups!” strigă copilul și sare să își strângă jucăriile. „În regulă, poliția se întoarce în cinci minute să cerceteze și o altă zonă, iar apoi revine și ridică orice jucărie rămasă”, spune mama. Foarte probabil, în cinci minute nu mai rămâne nicio jucărie pe jos. În caz contrar, jucăriile vor fi „arestate” și vor fi eliberate după mai multe zile... ^(IP1, p. 342)

Un alt caz: un tată își dorește ca, atunci când copilul ia gheață din frigider, să umple tăvița la loc. Copilul uită, sau pur și simplu refuză să asculte. Tatăl se gândește să transforme ascultarea într-o joacă și se preface că este un robot de pe o stație spațială: „Aici-RC3C. Prima-persoană-care-ia-gheață-și-nu-umple-tăvița-va-fi-aruncată-în-spațiu. Luați-măsuri-vă-roag.” (AF2, p. 76) Copilul se amuză, adoră jocul și se conformează imediat. A „uitat” repede că „uita” să asculte...

Următoarea întâmplare este povestită de o mămică:

„Uneori, fiul meu de trei ani refuză să se îmbrace, pentru că vrea să-l îmbrac eu. Când intră în starea aceasta, îi pun chiloțeei pe cap și încerc să-i bag șosetele în mâini. Bineînțeles, îmi spune că greșesc și apoi își trage chiloțeei și își pune șosetele în picioare. Îmi spune: «Vezi, mami, așa se face.» Mă port ca și cum aș fi total surprinsă și încerc să-i bag pantalonii pe brațe sau cămașa pe picioare. Jocul se sfârșește mereu cu râsete și îmbrățișări.” (AF2, pp. 260-261)

Un tătic povestește:

„Am patru băieți. De cel puțin cincizeci de ori pe zi strig la ei să-și pună pantofii la locul lor. Primul lucru pe care îl fac ei când vin acasă este să se descalțe și să-și lase pantofii în mijlocul podelei, iar eu mă împiedic mereu de opt pantofi.

Într-o clipă de inspirație, scriu «Pantofii!» pe o bucată de hârtie, bag un șiret prin ea, o agăț deasupra intrării în bucătărie, suficient de jos încât să dea peste ea atunci când ei vin acasă.

Cristi, băiatul meu de opt ani, este primul care sosește. Biletul îi atinge ușor părul când intră în bucătărie.

— Ce este?

— Citește!

— Pantofii? Ce înseamnă asta?

— Tu ce crezi?

— Cumpărăm pantofi noi astăzi?

Nu.

— Vrei să punem pantofii la locul lor?

— Ai ghicit.

Cristi își pune pantofii la locul lor! Se întoarce și explică tâlcul bilețelului următorilor trei frați *care își pun pantofii la locul lor!*" (AF2, p. 262)

O mămică intră în cameră. Cele două fete s-au jucat cu piesele de la trei jocuri de puzzle și le-au lăsat împrăștiate pe podea. Mămica are o idee. Le spune fetelor că a inventat un nou joc, „Poți să fii mai rapid decât muzica?” Le pune o listă cu melodii și le lansează provocarea jocului: să pună toate piesele în cutiile potrivite înainte să se termine toate melodiile. Fetele se pun pe treabă și reușesc să strângă toate piesele înainte să se termine a treia melodie... (AF2, p. 262)

Magazin de jucării în neorânduială

Uneori, nici măcar nu este nevoie să recurgem la joc pentru a disciplina. De exemplu, situații precum cea de mai sus cu jucăriile împrăștiate prin cameră pot fi preîntâmpinate dacă părinții cumpără copiilor jucării în mod judicios. Prea adesea, îi cumpărăm copilului orice îi atrage privirile: jucării care merg singure, care vorbesc, care dansează, care scot tot felul de sunete. Însă toate aceste jucării cu baterii nu stimulează deloc creativitatea copilului, pentru că fac totul singure. În plus, se adună în mormane. Copilul se plictisește repede de ele, iar părinții îi cumpără al-

tele. Curând, casa se umple de jucării. Și cine le strânge? Tati și mami, sau bunica! Toate acestea ar putea fi evitate dacă părinții hotărâsc să cumpere mai puține jucării și doar pe cele care stimulează cu adevărat inteligența și inventivitatea copilului. Deci, în locul tuturor acelor jucării mecanice, părinții îi pot cumpăra copilului piese de lego sau pur și simplu blocuri constructive din lemn pe care să le asambleze (JIC, pp. 43-44); sau păpuși precum cele din trecut (nu Barbie!), cu care fetița poate juca rolul de mămică; sau mașinuțe cu care băiețelul poate organiza curse (cum mă jucam și eu când eram mic și, deși aveam foarte puține jucării, îmi erau absolut îndeajuns – și niciodată nu strângeau părinții după mine dezordinea lăsată; mă gândesc că nu la fel ar fi fost dacă aș fi trăit în vremea de acum și aș fi avut sute de jucării pe care poate le-aș fi împrăștiat peste tot...). După cum observau doi autori contemporani:

„Uneori părinții și bunicii aleg să îi împresoare pe copii cu atât de multe cadouri, încât camerele acestora ajung să arate ca niște magazine de jucării în neorânduială. Din pricina unor asemenea excese, cadourile își pierd acel iz special. [...] Poate că părinții și bunicii ar trebui să învețe să dăruiască mai puține lucruri, alegând cu grijă cadouri speciale, cu o semnificație aparte.” (GCAP, pp. 162-163)

În felul acesta, copilul va aprecia mai mult cadoul primit, iar problemele cu dezordinea și cu jucăriile împrăștiate vor mai apărea mult mai rar...

O bezea, înfrânarea și disciplina

A devenit celebru un experiment efectuat cu mai multe decenii în urmă (în anii 60) de Walter Mis-

chel și colaboratorii săi de la Universitatea Stanford. În cadrul acestui experiment, au fost observați mai mulți copii în vârstă de patru ani, pe care cercetătorii îi aduceau, unul câte unul, într-o cameră, le arătau o beza și le spuneau:

— Dacă o vrei, ai voie să o mănânci acum. Dar dacă vrei să mai primești și o a doua beza, o să o ai doar dacă nu o mănânci acum pe prima și aștepti să mă întorc cu ea, și atunci o să poți să le mănânci pe amândouă.

Dura 15 minute până când cercetătorul se reîntorcea cu a doua beza. Unii copii mâncau prima beza imediat, fără să aibă răbdare să o aștepte pe a doua. Alții se străduiau să reziste tentației, însă în cele din urmă cedau (și, desigur, nu mai primeau și a doua beza). Totuși, au fost și copii care au reușit, cumva, să se abțină și să reziste până la întoarcerea adultului, primind răsplata dublă promisă. Ca să se abțină, nu și-au impus pur și simplu să fie puternici (nu ar fi avut suficientă voință), ci au ales să nu privească la bezeaua interzisă (ceea ce ar fi făcut-o să li se pară și mai ademenitoare), și-au acoperit ochii, ori s-au întors cu spatele, sau au început să se joace cu șireturile de la pantofi sau să cânte – toate ca să își distragă atenția. Și a funcționat.

De aici încolo încep rezultatele cu adevărat uimitoare ale experimentului. Mischel și colaboratorii i-au urmărit pe copiii care participaseră la experiment și în anii următori. Cercetătorii au constatat că cei mai mulți dintre cei care, la vârsta de patru ani, demonstraseră un autocontrol mai mare (știuseră să se înfrâneze în fața tentației) erau cei care învățau cel mai bine și obțineau cele mai mari note la teste (la școală, la liceu, la bacalaureat și la facultate). Mai

mult, erau populari în rândul colegilor și apreciați de profesori. Iar când și-au terminat studiile, aveau salarii mari, nu aveau probleme cu kilogramele în plus și nici cu abuzuri de substanțe. Erau adulți mai sănătoși și împliniți în viață. (RFB, pp. 16-17; 217-218; PPDICT, pp. 75-76)

Deci, dacă reușim, cu ajutorul lui Dumnezeu, să îi educăm pe copii astfel încât să învețe să se înfrâneze, dacă îi învățăm stăpânirea de sine, această virtute le va fi de ajutor atât ca să reușească în lume, cât și în viața duhovnicească, în înfrânarea și lupta cu patimile de tot felul...

La supermarket

Un exemplu de „răsplată amânată”, ca în testul bezelei, prin care părinții își pot învăța copiii stăpânirea de sine, este următorul:

Să ne imaginăm că părinții se duc cu copiii la supermarket. Copiii încep să le ceară să le cumpere dulciuri. Ce vor face părinții? Iată cum a procedat o mămică. Își amintesc cele două surori (acum adulte – una avocată, cealaltă medic chirurg), că „mama lor nu a fost niciodată dintre cele care să răsplătească un copil doar pentru că scâncește după niște dulciuri în supermarket.” Mama lor știa că îi vor cere dulciuri și, anticipându-le reacția, și-a făcut un plan de acțiune încă de acasă. Astfel, „înainte ca fetele să înceapă să se roage de ea” în magazin să le cumpere ceva dulce, mama lor „le spunea că, dacă fiecare dintre ele va citi o carte în săptămâna care urma, le va cumpăra ceva dulce atunci când *vor merge din nou* la supermarket.” (RFB, p. 202) Și, desigur, și-a ținut promisiunea – însă le-a învățat să amâne răsplata pentru mai târziu. Iar când fetele au mai crescut, iar una dintre ele, care tocmai

terminase liceul și, după vacanță, urma să dea examen la Facultatea de Medicină, le-a cerut părinților să îi cumpere o mașină, chiar și la mâna a doua, o „rablă”, i-au spus că îi vor cumpăra după ce va intra la facultate – una nou-nouță. În felul acesta, părinții le-au oferit lucruri bune fetelor, însă nu pe loc, și în schimbul unei reușite, pentru care erau mult mai motivate să depună eforturi în plus. (RFB, pp. 202-203)

Reguli clare, respectate

Ca să eviți luptele pentru putere cu copilul tău:

1. Îi comunică dinainte care sunt *limitele/regulile*;
2. Îi spui care sunt *consecințele* dacă nu respectă aceste reguli
3. *Pui în aplicare consecințele* ori de câte ori copilul încalcă regulile, cu consecvență, calm și clar. (DW2, p. 129)

După cum spun aproape toți specialiștii, esențiale sunt regulile clare (de care copiii au nevoie și chiar și le doresc), iar „a fi responsabili pentru respectarea regulilor este o caracteristică vitală a unei dezvoltări sănătoase.” (RFB, p. 210) Din păcate, de multe ori chiar și părinții bine intenționați, care încearcă să le impună copiilor reguli, le enunță neclar, prea vag. De exemplu:

a. Un tată îi spune fiicei sale adolescente: „Te aștept să vii acasă la o oră decentă, domnișoară!” Expresia „oră decentă” este imprecisă și interpretabilă. Pentru o adolescentă de 17 ani, chiar și ora unu noaptea ar putea fi o oră „decentă”, în timp ce tatăl ei ar putea deja să își facă griji de la ora 10 sau 11 noaptea. O regulă clar exprimată ar fi putut fi, în acest caz: „Te rog să fii acasă până în ora unsprezece, nu un-