

COPII CRESCUȚI CU BLÂNDEȚE

Cum să ne creștem copiii
lăsându-ne îndrumați de ei

GILL RAPLEY & TRACEY MURKETT

BABY-LED PARENTING: THE EASY WAY TO NURTURE, UNDERSTAND AND CONNECT WITH YOUR BABY
Copyright © Gill Rapley & Tracey Murkett 2014
First published by Vermillion, an imprint of Ebury Publishing. Ebury Publishing is part of the Penguin Random House group of companies.
Toate drepturile pentru prezenta versiune românească

©2015 MULTI MEDIA EST PUBLISHING

Gill Rapley și Tracey Murkett își afirmă dreptul de a fi identificate drept autoarele acestei cărți, în conformitate cu Copyright, Designs and Patents Act 1988

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

RAPLEY, GILL

Copii crescute cu blândețe : cum să ne creștem copiii lasându-ne îndrumați de ei / Gil Rapley, Tracey Murkett ; trad.: Teodora Neagu. - București : Multi Media Est Publishing, 2015

Index

ISBN 978-606-93563-4-0

I. Murkett, Tracey

II. Neagoe, Teodora (trad.)

159.922.7

MULTI MEDIA EST PUBLISHING
Intrarea Temisana 5, Bucuresti 010795
Tel: 021 312 4826 Fax: 021 312 4849

www.totuldesprename.ro
Comenzi online: shop.totuldesprename.ro/
Comenzi prin e-mail: shop@totuldesprename.ro

Cuprins

Introducere	9
1. Parentingul ghidat de copil	13
Ce este și de ce e important	13
Ce este parentingul ghidat de copil?	13
Înțelegerea nevoilor bebelușului	16
Dezvoltarea independenței adevărate	24
Ce e greșit în abordarea impusă de părinte?	26
2. Devenind părinte – așteptări și planuri	29
Așteptările noastre legate de bebeluși	29
Așteptările în ceea ce ne privește pe noi, ca părinți	33
Sarcina – perioada în care devenim părinți	39
De ce avem nevoie pentru a fi părinți „buni” (și de ce nu)	46
3. Cum îți întâmpini nou-născutul	49
Nevoia de apropiere	49
Timpul petrecut împreună în primele ore	58
Alături de nou-născut în spital	62
Când te îndrăgostești de bebeluș	66
4. Primele săptămâni	71
Cum să ai o „lună de miere” cu bebelușul	71
Cum să vă petreceți „luna de miere” cu bebelușul	76
Unde e locul tatălui?	78

Cum să te ocupi de musafiri	81
Adaptarea copiilor mai mari	84
Când ai o „lună de miere” întârziată cu bebelușul	85
Adaptarea la ritmurile nou-născutului	87
5. Cum să comunici cu bebelușul	91
Bebeluşul vrea să comunice cu tine	91
Cum să înțelegi limbajul bebeluşului tău	94
Cum să îi vorbești copilului tău	101
Ce înseamnă plânsul – și cum să reacționezi când apare	104
6. Cum să-ți hrănești bebeluşul	117
Hrănirea ghidată de copil încă de la naștere	118
Alimentația este ghidată în mod natural de copil	119
Alăptarea ghidată de copil – aspecte practice	122
Hrănirea cu biberonul îndrumată de copil – aspecte practice	127
Cum îți dai seama când bebeluşul vrea să fie hrănit	131
Cum să descoperi ritmul natural al copilului tău	134
Hrănirea în timpul nopții	136
Autodiversificarea – descoperirea alimentelor solide	140
Renunțarea la mesele de lapte	148
7. Somnul	153
De ce este somnul o problemă?	154
Profilul copilului tău – cum să îl descoperi fără să i te opui	159
Unde ar trebui să doarmă copilul meu?	163
Aproape de bebeluş în timpul somnului de peste zi	164
Aproape de bebeluş în timpul somnului de peste noapte	167
Ajută-ți copilul să adoarmă	178

8. Joaca și învățarea	187
Ce este joaca?	187
Cum să încurajezi joaca	189
Bebeluşul tău este un atlet	191
Bebeluşul tău este pasionat de știință	195
Bebeluşul tău este un explorator	197
Cum să te joci cu copilul tău	198
Cum să explorezi în siguranță	204
9. Îngrijirea copilului, zi de zi	209
Când ai de-a face cu pipi și caca	209
Spălatul și baia	214
Îmbrăcatul și dezbrăcatul	220
Cum să-ți vezi de treabă cu copilul în preajmă	223
10. Acceptarea condiției de părinte	235
Deci asta e?	235
Cum să ai grijă și de tine însăși	238
Cum să treci peste separare	247
Concluzie	257
Despre autori	259
Mulțumiri	261

Copii crescute cu blândețe se adresează tuturor părinților, indiferent dacă aveți de gând să îmbinați cariera cu creșterea copiilor ori vreți să vă dedicați în întregime acestora sau dacă bebelușul vostru este alăptat ori hrănit cu biberonul. Cea mai mare parte a cărții se adresează ambilor părinți, dar există și anumite secțiuni care sunt special concepute pentru mame în primul rând, pentru că ele sunt cele direct implicate în sarcină, naștere și alăptare.

Deși volumul de față se concentrează pe acea perioadă minunată în care copilul stă mai mult în brațe, principiile stilului de parenting ghidat de cel mic pot fi aplicate cu mult după încheierea acestei etape. Adoptarea acestei căi încă de la început vă va ajuta să construiți o relație plină de iubire cu copilul vostru, având la bază dorința de a vedea lucrurile din perspectiva sa și de a avea încredere în judecata și capacitățile sale. Desigur, e posibil să nu vă puteți urma *întotdeauna* copilul, dar sperăm ca sugestiile noastre să vă ajute să rămâneți conectați la nevoile sale, indiferent de situație. În acest fel, veți pune bazele unei fundații care vă va permite să treceți cu bine de perioada copilăriei mici și să continuați să îl educați și să îl susțineți pe întreaga durată a următorilor ani.

NOTĂ

Pe parcursul acestei cărți, atunci când ne referim la copil vom alterna genul masculin și feminin de la un capitol la altul, pentru a fi imparțiali.

1

Parentingul ghidat de copil

Ce este și de ce e important

Parentingul ghidat de copil se concentrează asupra nevoilor, personalității și abilităților fiecărui copil în parte. Acest stil de educare presupune să le permitem celor mici să ne îndrume încă din momentul în care se nasc, să recunoaștem că ei sunt cei mai în măsură să ne ajute să îi creștem într-un mod potrivit pentru *ei* și să ne adaptăm pe măsură ce se dezvoltă și evoluează. Toate acestea înlesnesc tranziția spre lumea largă, astfel încât acest proces dificil să se deruleze treptat, într-un ritm confortabil pentru fiecare individ.

Capitolul de față explică baza acestei abordări centrate pe bebeluș, prin ce se deosebește de alte moduri alternative de a ne crește copiii și de ce perioada de timp în care cei mici ne stau în brațe este atât de importantă, atât pentru ei, cât și pentru părinți.

Ce este parentingul ghidat de copil?

Comportamentul bebelușilor a evoluat în decursul miilor de ani, pentru ca șansele lor de a supraviețui să fie cât mai bune. Recunoașterea abilităților înnăscute ale bebelușilor, a evoluției treptate a dezvoltării lor și atracția naturală pe care o manifestă pentru a dobândi noi aptitudini sunt concepte-cheie pentru parentingul ghidat de copil. Adică să ai încredere că cel mic știe ce are nevoie. Înseamnă, de asemenea, să fii conectat cu el, să asculți ceea ce îți spune, să observi ce e capabil să facă și să vezi

lumea prin ochii lui. E vorba de empatie, intuiție și sensibilitate. Această abordare gravitează în jurul nevoii de susținere a **autonomiei** bebelușilor și de recunoaștere și respectare a gradului lor de **pregătire pentru dezvoltare**. Autonomia presupune ca bebelușii să aibă control asupra propriei lor vieți și să fie lăsați să decidă anumite lucruri de unii singuri; pregătirea pentru dezvoltare admite că fiecare bebeluș capătă abilități și se maturizează emoțional în propriul său ritm. Permițându-i copilului să exploreze lumea, să își încerce forțele atunci când este pregătit, să își asculte corpul – de exemplu, să doarmă atunci când e obosit și să mănânce atunci când îi e foame – și să rămână aproape de părinți atâta vreme cât are nevoie înseamnă respect pentru autonomia sa și nivelul său de dezvoltare.

Parentingul ghidat de copil îi permite bebelușului să joace un rol activ în relațiile cu părinții și cu ceilalți. În loc să fie pur și simplu nevoit să accepte ceea ce se decide pentru el și ceea ce se face pentru el, nevoile și dorințele sale sunt luate în considerare. Astfel, va fi capabil să înțeleagă ceva din întâmplările prin care trece. A te lăsa îndrumat de copil reprezintă o formă continuă de parteneriat între tine și copilul tău, în care îți arată ce are nevoie, iar tu reușești să îi satisfaci această nevoie. Nu înseamnă să îi permiți să preia controlul asupra vieții tale, ci doar să aibă atât de mult control cât este posibil și rezonabil asupra *propriei* vieți.

„A fost grozav să-mi las copiii să mă îndrume. Trebuie să-i lași să aleagă – nu-i poți obliga să prefere anumite lucruri dacă nu le plac. Sunt și ei oameni. Fiecare este diferit și trebuie să te porți cu grijă dacă vrei să fie liniștiți și fericiți.”

Tina, mama Avei, 9 ani, și a lui Damon și Jason, 2 ani

Toți copiii trec pragurile de dezvoltare și fac achiziții noi în mare în aceeași ordine, însă în propriul lor ritm. Zâmbesc, merg și vorbesc atunci când sunt pregătiți pentru acestea – nu putem face nimic care

să îi poată grăbi. Atâta timp cât li se dă ocazia să încerce și să își exerseze noi aptitudini și le vor însuși în mod natural, pe măsură ce se dezvoltă. Uneori, părinților li se spune că bebelușii ar fi trebuit să facă deja anumite lucruri la o anumită vârstă, cum ar fi să doarmă toată noaptea sau să nu mai sugă, dar acestea nu sunt etape prin care să treacă la o dată fixă. În schimb, o asemenea gândire are la bază mai degrabă normele culturale decât comportamentul natural al bebelușilor sau cercetări recente. Stabilirea unor obiective nerealiste poate exercita o presiune enormă asupra părinților pentru a-și face bebelușul să se ridice la așteptările altora și poate aduce un stres nejustificat în viața de familie. Parentingul ghidat de copil te face să uiți de ceea ce bebelușul tău *ar trebui* să facă și îți permite să te concentrezi în schimb pe ceea ce *poate* să facă și ceea ce e mai potrivit pentru voi la momentul respectiv.

Cum se transpune în practică parentingul ghidat de copil?

Pe scurt, această abordare are ca scop starea de bine a bebelușului. Pentru aceasta, trebuie:

- să fiți deschiși față de ceea ce vă spune să urmăriți și să ascultați semnalele pe care vi le dă, astfel încât să vă puteți da seama de ce are nevoie și cum e mai bine să reacționați;
- să îi dați ocazia să facă lucruri potrivite pentru etapa lui de dezvoltare și să vă adaptați pe măsură ce i se schimbă nevoile – de exemplu, să îl țineți aproape până când vă dă de înțeles că e pregătit să se descurce de unul singur;
- să îi urmați propriul ritm – să învățați să îi recunoașteți ritmul natural și caracteristicile unice, modificându-vă programul (pe cât e posibil), astfel încât să îi împliniți nevoile și să aveți încredere că se va adapta, treptat, la ritmul *vostru*, pe măsură ce va crește;

- să empatizați cu el, să vedeți lucrurile din perspectiva lui, să încercați să vă imaginați ce simte și să găsiți metodele potrivite pentru ca fie și cele mai banale întâmplări, cum sunt schimbarea scutecului sau îmbrăcatul, să fie experiențe plăcute și lipsite de stres;
- să acceptați faptul că nevoile și dorințele lui se pot schimba de la o zi la alta sau de la o săptămână la alta și să fiți gata să vă adaptați.

Cu alte cuvinte, parentingul ghidat de copil înseamnă să urmărești și să asculți ceea ce are să-ți spună copilul tău, pentru a te ajuta să îi înțelegi nevoile și să îi răspunzi așa cum îți dictează instinctul.

„Încerc să îi ofer lui Alfie cât de multă iubire și atenție pot, dar întotdeauna am de făcut și alte lucruri. Cu siguranță încerc să mă asigur că balanța e înclinată mereu în favoarea lui.“

Rebecca, mama lui Alfie, 1 an

Înțelegerea nevoilor bebelușului

Ca să te poți lăsa ghidat de copil e mai simplu să îți imaginezi felul în care acesta vede lumea și să încerci să înțelegi cum se simte în diferite situații. Aceasta te va ajuta să îi răspunzi într-un mod care să îi satisfacă nevoile, fără ca solicitările lui să te facă să te simți frustrată. Punctul de plecare este să recunoști că *tu însăși* ai dobândit cea mai mare parte a cunoștințelor experimentând. Totul este nou pentru copil, iar învățarea poate avea loc doar treptat, trăindu-și propriile experiențe, legate de ce este sigur și pe ce (sau pe cine) se poate baza.

Copilul tău are nevoie să fie aproape de tine

Bebelușii se nasc fără amintiri de care să se poată folosi. Tot ce au la dispoziție pentru a se orienta în noua lume sunt instinctele. Din acest punct de vedere, nu sunt cu nimic diferiți față de copiii născuți acum 30 de ani, sau chiar 30.000 de ani. Toți copiii, indiferent cât de bogați sau săraci sunt părinții lor și independent de cât de avansată e tehnologia de care sunt înconjurați, dispun de aceleași instincte, au aceleași nevoi și dorințe. Aceste elemente există pentru a ne ajuta să supraviețuim ca ființe umane și sunt în legătură cu mediul în care am evoluat. Cea mai importantă dintre aceste nevoi și totodată probabil în cea mai mare disonanță cu ceea ce presupunem că știm despre bebeluși în secolul al XXI-lea este nevoia acestora de a fi aproape de o persoană familiară.

În momentul nașterii, un pui de om poate face de unul singur mult mai puține lucruri față de majoritatea mamiferelor, pentru că, în comparație cu acestea, vine pe lume cu mult mai imatur. Se crede că aceasta este o adaptare la evoluție: primii oameni au început să aibă creiere mai mari cam în aceeași perioadă în care au devenit bipezi, mai exact atunci când pelvisul mamei a devenit prea strâmt pentru a putea permite trecerea unui cap de bebeluș complet dezvoltat. Așa că oamenii au evoluat pentru a da naștere mai timpuriu, când capul bebelușului este încă mic. Însă, această imaturitate se traduce prin faptul că puiul de om nou-născut este extrem de vulnerabil. Un bebeluș nu se poate feri de unul singur de pericole, nu poate să-și regleze temperatura corpului și nici să-și procure singur hrană. În cea mai mare parte a istoriei, ființele umane au trăit într-un mediu în care un nou-născut lăsat singur chiar și pentru o perioadă scurtă de timp risca să fie mâncat de un animal de pradă, să moară de la prea multă căldură ori frig sau pur și simplu de foame (având în vedere faptul că laptele uman este digerat foarte rapid). Toate acestea înseamnă că noi, oamenii, am evoluat pentru a-i purta cu noi pe cei mici și a nu-i lăsa singuri, pentru perioade lungi de timp, în culcușuri sau cuiburi.

În societățile tradiționale, este cel mai probabil ca persoana care-i poartă de grijă copilului să fie mama. Ea este primul său punct de sprijin – mama îi asigură căldură, protecție și hrană, chiar din momentul nașterii, iar copilul este deja familiarizat cu vocea ei, cu mirosul și cu bătaile inimii ei încă de când se afla în pântec. De aceea nou-născuții vor instinctiv să fie aproape de mama lor. În plus, pentru că experiența lor limitată cu privire la lume face ca bebelușii să nu aibă niciun fel de noțiune despre timp și spațiu, instinctul este cel care le spune că trebuie să rămână la distanță de o atingere (sau măcar o adulmecare) față de ea, zi și noapte, pentru a se putea simți cu adevărat în siguranță.

Desigur, în secolul al XXI-lea, riscurile cu care un nou-născut se confruntă în lumea post-industrializare nu mai sunt chiar aceleași, dar bebelușii noștri nu știu asta. Dacă nu o are pe mamă în apropiere, nou-născutul se simte, cel mai probabil, înfricoșat. Spre deosebire de un pui de maimuță, care poate sta atârnat de blana mamei lui, sau de un pui de câprioară, care o poate urma oriunde s-ar duce, puiul de om trebuie să se bazeze pe mamă pentru a rămâne în apropierea ei. Bebelușul tău nu te poate căuta și găsi dacă nu ești lângă el. Dacă nu te vede sau nu îți simte mirosul, nu va ști că ești prin preajmă și că te întorci și, mai ales, nu știe că este în siguranță până când nu te va avea înapoi lângă el. Va învăța aceste lucruri cu timpul, dar, pentru moment, tot ce poate să facă este să încerce să te cheme înapoi. Dacă răspunsul tău nu va fi suficient de prompt sau dacă nu îi vei oferi mângâiere ori nu-i vei vorbi în timpul cât te așteaptă să îl iei în brațe, el nu va ști că a fost auzit și, cel mai probabil, va deveni agitat.

Punându-te în locul bebelușului și înțelegând modul în care prezența ta îi asigură liniștea și confortul, vei reuși să te lași îndrumată de el. A fi sigură că el știe ce are nevoie – chiar dacă nu reușești să îl înțelegi mereu – este vital pentru a-i permite să te îndrume.

Bebelușii au nevoie (doar) de mama lor

O mamă și bebelușul ei nou-născut sunt percepuți adesea ca o „diadă” – două unități atât de strâns legate între ele, încât par să fie un întreg. Într-adevăr, din perspectiva copilului ei chiar *sunt* un tot (el nici măcar nu va putea începe să înțeleagă că este o persoană distinctă până cel mai devreme la vârsta de trei luni). Acest nou cuplu este fragil; are nevoie să fie protejat și susținut – moment în care intervine tatăl (sau alt susținător). Rolul său de bază este să ofere siguranță acestei tinere relații, să o hrănească și să îi permită să crească. Propria sa relație cu copilul este importantă, dar, la început, poziția centrală revine legăturii dintre bebeluș și mamă.

„Atunci când Asha era mică, nu am înțeles suficient de bine cât este de important pentru bebeluș să ne aibă tot timpul alături. Aș vrea să o fi făcut. Pe Sammi l-am purtat peste tot într-un sling, încă din prima zi. Îmi plăcea să îl simt aproape de mine și să îl pot mirosi. Nimic nu se compară cu mirosul pielii de nou-născut! E un copil foarte calm și încrezător în forțele proprii – sunt sigură că apropierea timpurie de care am avut parte a avut o oarecare contribuție.”

Jenni, mama lui Asha-Mei, 3 ani, și Sammi-Li, 20 de luni

Copilul tău are nevoie de alinare

Sentimentele și emoțiile sunt mai mult decât gânduri care ne trec prin minte – ele dau naștere unor reacții fizice, care implică întregul nostru corp. De fiecare dată când ne simțim veseli, triști, speriați sau anxioși, o serie de hormoni sunt eliberați în fluxul nostru sangvin,

afectându-ne pulsul și ritmul respirației și influențând modul în care reacționăm la ce se întâmplă în jurul nostru. Sentimentele plăcute determină eliberarea de oxitocină și dopamină, hormoni care ne fac să simțim iubire față de ceilalți, ne relaxează și ne dau o stare de bine. Stresul și frica, pe de altă parte, antrenează hormoni precum adrenalina și cortizolul, care ne pregătesc reacția în fața pericolului. În general, hormonii cu efect de calmare acționează mai puternic, astfel încât, atunci când suntem alinați, nivelul hormonilor de stres scade rapid. Procesul este cunoscut sub numele de reglare.

Majoritatea adulților pot recunoaște momentul în care pericolul a trecut sau pot găsi metode prin care să se înveselească atunci când sunt triști – cu alte cuvinte, se pot *autoregla*. Bebelușii și copiii mici nu pot face acest lucru, pentru că nu sunt capabili să înțeleagă sau să controleze felul în care se simt. Ei nu pot declanșa eliberarea hormonilor cu efect de calmare atunci când sunt stresați sau le este frică. Fără efectul de contrabalans al hormonilor de liniștire, nivelul celor de stres va avea nevoie de mult mai mult timp pentru a coborî.

„Poate fi dificil să ne încredem în instinctele noastre, dar mi-am spus: dacă plâng înseamnă că au nevoie de mine. Chiar dacă doar pentru alinare, și ce dacă?”

Dawn, mama lui Layla, 5 ani, și Ruby, 2 ani

Bebelușii nu pot aștepta

Părinților care îi răspund copilului imediat ce acesta are nevoie de ei li se spune uneori că își taie singuri craca de sub picioare și că, dacă nu îl lasă să aștepte, nu o să învețe niciodată să aibă răbdare. Acest lucru este însă lipsit de sens. Răbdarea presupune să ai noțiunea de timp, să fii conștient de

nevoile celorlalți și să ai capacitate de analiză. Toate acestea nu apar decât mai târziu, în copilărie. Un bebeluș ale cărui solicitări de ajutor nu primesc niciun răspuns va încerca, într-o primă fază, să se facă și mai tare auzit sau înțeles. Cât timp va încerca depinde de propria sa personalitate și de experiența sa de până la acel moment, dar, în cele din urmă, dacă nimeni nu va veni la el, ar putea crede că încercările sale de a comunica nu dau roade și va decide să renunțe. Însă nu e același lucru cu a avea răbdare.

Dacă, la fel ca majoritatea copiilor, bebelușul vostru pare să ceară multă atenție, nu înseamnă că va fi mereu așa, ci doar că nu are încă experiența sau noțiunile care să îi permită să aștepte. Răspunzându-i rapid la solicitări îl veți ajuta să capete încredere în capacitatea sa de a comunica cu voi și să învețe, treptat, că se poate baza pe voi să îl ascultați. Așa începe dobândirea noțiunii de încredere, care este piatra de temelie a răbdării și a conștientizării sentimentelor celorlalți. De fapt, cercetările arată că bebelușii care au fost susținuți în acest fel cresc având abilități mai bune de socializare decât cei cărora li s-a răspuns cu mai puțină promptitudine.

Un copil care nu este alinat atunci când plânge se va liniști în cele din urmă. Adesea, se va spune despre el că este genul care „se liniștește singur”. Bebelușii însă nu își pot echilibra emoțiile în acest fel, iar studiile spun că, inclusiv în situațiile în care s-au oprit din plâns, continuă să aibă un nivel ridicat al hormonilor de stres. În schimb, bebelușii care sunt alinați de fiecare dată (sau aproape de fiecare dată) când sunt supărați au înregistrat niveluri crescute ale hormonilor benefici, de calmare – și asta nu doar după o repriză de plâns, ci în general.

Nu veți reuși mereu să evitați stresul copilului vostru – toți plâng uneori și este imposibil să știți mereu de ce o fac – însă, acceptându-i sentimentele și alinându-l atunci când este supărat,

chiar dacă nu veți rezolva problema, îl veți ajuta să învețe să facă față stresului în mod eficient, oferindu-i astfel și un instrument pentru momentele în care, ulterior, va fi nevoit să treacă prin situații mai mult sau mai puțin fericite.

„Când mama era mică, bunicii mele i s-a spus să o lase să plângă, cu excepția momentelor în care îi era foame. Spunea că i-a fost foarte greu. Acum, e geloasă că eu îl pot purta pe Ben cu mine peste tot și e uimită de cât de puțin plânge.“

Gaby, mama lui Ben, 5 luni

Copilul tău are nevoie să se simtă în siguranță

Pentru noi, oamenii, sentimentul de siguranță e foarte important. Nu e vorba doar că avem nevoie să știm că suntem bine *acum*; sentimentul profund de securitate ne dă curajul necesar pentru a explora lucruri noi. Orice lucru necunoscut sau imprevizibil e mai puțin înspăimântător atunci când îl privim dintr-un loc în care suntem în siguranță. Cu cât un copil se va simți mai în siguranță, cu atât va fi, de fapt, mai liber să învețe și să se bucure de experiențe noi.

Brațele părinților reprezintă locul în care un nou-născut se simte cel mai în siguranță – și, ținându-l aproape, îl veți ajuta să înțeleagă într-o mai mare măsură ce se întâmplă în jurul lui.

Oamenii și locurile noi pot fi pentru bebeluși o sursă de spaimă și e ușor să uităm că ceea ce e familiar pentru noi poate fi diferit pentru ei. Ajuns pentru prima dată într-o anumită situație, copilul va coopera mai bine dacă îl veți ține în brațe decât dacă nu vă va simți în apropiere. Până când va ajunge la vârsta la care va putea să se îndepărteze și să revină singur, va depinde de voi pentru această apropiere. Chiar și mai târziu, când va putea merge de-a bușilea prin cameră, va avea în continuare nevoie de voi să fiți prin preajmă și vă va căuta mereu în locul în care v-a lăsat. Bebelușul

este cel mai în măsură să știe câtă nevoie are de voi; oferindu-i un loc sigur din care să se confrunte cu situații noi, îi veți da, de fapt, șansa să decidă singur când este pregătit să exploreze.

„Încerc să o respect pe Bethany la fel de mult ca pe un copil mai mare sau ca pe partenerul meu. Cred că unora dintre părinți le e teamă să se comporte așa, pentru a nu pierde controlul. Însă eu am constatat că, de fapt, lucrurile stau exact pe dos. Ei nu îi e frică de noi. Acum că e mai mare, dacă varsă ceva, de exemplu, nu se ascunde, ci vine la noi și ne spune ce a făcut. Cu siguranță nu e o sălbatică.“

Kate, mama lui Bethany, 2 ani

Copilul tău are nevoie de ocazia de a-și dezvolta noi abilități

Bebeluşii capătă treptat noi aptitudini. Deși capacitatea lor de a face ceva nou pare să apară peste noapte (astăzi nu pot să zâmbească, să-și prindă degetele de la picioare sau să spună „tata“, iar mâine le știu pe toate), în realitate s-au pregătit vreme îndelungată pentru acel moment. De exemplu, vor avea nevoie de patru-cinci luni de încercări, eșecuri, creșterea forței musculare și a coordonării pentru a descoperi diferitele combinații de mișcări care să-i ajute să se rostogolească (precum și pe cele care să-i oprească din rostogolire!).

Nu au nevoie să fie împinși de la spate ca să își continue dezvoltarea, însă au nevoie ca părinții să le ofere cele mai potrivite ocazii pentru a se dezvolta în propriul lor ritm. De exemplu, pentru a descoperi cum să se rostogolească, au nevoie de suficient spațiu și timp pentru a experimenta – chiar dacă asta presupune doar să stea în pat sau să le fie schimbat scutecul. Au nevoie să exerseze și să aprofundeze noile abilități înainte de a merge mai departe. Fiecare set de mișcări precedă un altul și implică numeroase încercări și îmbunătățiri. Permițându-le bebeluşilor să progreseze în ritmul lor propriu, le oferim o bază solidă pe care pot construi în viitor, în