

DOROTHY LAW NOLTE
RACHEL HARRIS

copiii învață ceea ce trăiesc



educația
care insuflă valori

HUMANITAS

CĂRȚI BUNE PENTRU PĂRINȚI BUNI

Cuprins

<i>Cuvânt înainte</i>	9
<i>Introducere</i>	13
Copiii învață ceea ce trăiesc	19
Dacă trăiesc în critică și cicăleală, copiii învață să condamne	21
Dacă trăiesc în ostilitate, copiii învață să fie agresivi	29
Dacă trăiesc în teamă, copiii învață să fie anxioși	36
Dacă trăiesc înconjurați de milă, copiii învață autocompătimirea	44
Dacă trăiesc înconjurați de ridicol, copiii învață să fie timizi	52
Dacă trăiesc în gelozie, copiii învață să simtă invidia	59
Dacă trăiesc în rușine, copiii învață să se simtă vinovați	66
Dacă trăiesc în încurajare, copiii învață să fie încrezători	76
Dacă trăiesc în toleranță, copiii învață răbdarea	84
Dacă trăiesc în laudă, copiii învață prețuirea	92
Dacă trăiesc în acceptare, copiii învață să iubească	101
Dacă trăiesc în aprobare, copiii învață să se placă pe sine	107
Dacă trăiesc înconjurați de recunoaștere, copiii învață că este bine să ai un țel	115
Dacă trăiesc împărțind cu ceilalți, copiii învață să fie generoși	122

8 / Copiii învață ceea ce trăiesc

Dacă trăiesc în onestitate, copiii învață respectul pentru adevăr	132
Dacă trăiesc în corectitudine, copiii învață să fie drepti	145
Dacă trăiesc în bunăvoință și considerație, copiii învață respectul	153
Dacă trăiesc în siguranță, copiii învață să aibă încredere în ei și în ceilalți	160
Dacă trăiesc în prietenie, copiii învață că e plăcut să trăiești pe lume	167

Copiii învață ceea ce trăiesc

*Dacă trăiesc în critică și cicăleală,
copiii învață să condamne.*

*Dacă trăiesc în ostilitate,
copiii învață să fie agresivi.*

*Dacă trăiesc în teamă,
copiii învață să fie anxioși.*

*Dacă trăiesc înconjurați de milă,
copiii învață autocompătămirea.*

*Dacă trăiesc înconjurați de ridicol,
copiii învață să fie timizi.*

*Dacă trăiesc în gelozie,
copiii învață să simtă invidia.*

*Dacă trăiesc în rușine,
copiii învață să se simtă vinovați.*

*Dacă trăiesc în încurajare,
copiii învață să fie încrezători.*

*Dacă trăiesc în toleranță,
copiii învață răbdarea.*

*Dacă trăiesc în laudă,
copiii învață prețuirea.*

*Dacă trăiesc în acceptare,
copiii învață să iubească.*

*Dacă trăiesc în aprobare,
copiii învață să se placă pe sine.*

*Dacă trăiesc înconjurați de recunoaștere,
copiii învață că este bine să ai un fel.*

*Dacă trăiesc împărțind cu ceilalți,
copiii învață generozitatea.*

*Dacă trăiesc în onestitate,
copiii învață respectul pentru adevăr.*

*Dacă trăiesc în corectitudine,
copiii învață să fie drepti.*

*Dacă trăiesc în bunăvoință și considerație,
copiii învață respectul.*

*Dacă trăiesc în siguranță,
copiii învață să aibă încredere în ei și în ceilalți.*

*Dacă trăiesc în prietenie,
copiii învață că e plăcut să trăiești pe lume.*

DOROTHY LAW NOLTE

Dacă trăiesc în critică și cicăleală,
copiii învață să condamne

Copiii sunt ca bureții. Absorb tot ce facem, tot ce spunem. Învață în fiecare clipă de la noi, indiferent dacă suntem sau nu conștienți de asta. Dacă adoptăm o atitudine critică – plângându-ne de ei, de alții ori de lumea care ne înconjoară –, le arătăm cum să-i condamne pe ceilalți sau, și mai rău, cum să se condamne pe ei înșiși. Îi învățăm să vadă mai curând ce este rău în lume decât ce este bun.

Putem critica în nenumărate feluri – prin cuvinte, prin tonul vocii, prin comportament sau chiar printr-o privire. Toți știm să condamnăm din priviri ori să dăm o tentă critică vorbelor noastre. Copiii mici sunt foarte sensibili la felul în care sunt spuse lucrurile și le pun la inimă. Un părinte îi poate spune copilului «E timpul să plecăm», fără ca vorbele lui să transmită mai mult decât acest mesaj. Un alt părinte, grăbit și nerăbdător, poate rosti aceleași cuvinte într-un fel care să sugereze «Ești rău pentru că te tândălești atât». Deși nici una dintre variante nu va avea neapărat efectul scontat, copilul va recepționa diferit cele două mesaje și există riscul ca al doilea să-i dea un sentiment de nemulțumire de sine.

Nu are sens să ne ascundem, toți avem momente când ne sare țandăra din nimic. Criticăm cu toții din când în când. Și o facem, poate, chiar de față cu copiii noștri. Nu este însă totuna cu a trăi într-un climat de critică permanentă, cu atenția ațintită asupra depistării greșelii. Indiferent de obiectul lor, criticile frecvente au un efect cumulativ, dând o tentă negativă, intolerantă,

vieții de familie. Ca părinți avem de ales: putem crea o atmosferă sufletească critică și acuzatoare sau una tolerantă și încurajatoare.

În febra momentului. Abby are șase ani și stă la masa din bucătărie aranjând într-o cană de plastic plină cu apă floricelele culese de ea. Deodată, cana se răstoarnă, umplând totul cu apă, frunze și flori. Abby stă udă în mijlocul dezastrului și plânge în hohote. Mama ei vine într-o clipită.

«Vai de mine! Cum poți fi atât de neîndemânică?» exclamă ea exasperată.

Am spus cu toții asemenea lucruri. Reacționăm fără să gândim. Vorbele ne ies pe gură atât de repede încât ne surprind și pe noi. Poate că suntem oboșiți. Poate că suntem preocupați de ceva fără nici o legătură cu ce s-a întâmplat. Indiferent de motiv, nu e prea târziu să schimbăm tonul și să evităm ca un asemenea incident mărunț să capete proporții exagerate, afectând sentimentul valorii de sine al copilului. Dacă mama lui Abby s-ar opri, s-ar calma și și-ar cere scuze că a țipat, curățenia s-ar face mult mai repede. Abby ar fi, poate, stânjenită de incident, nu însă și de propria persoană. Pe de altă parte, dacă mama lui Abby continuă să-și critice fata, Abby ar putea începe să se considere o ființă incompetentă și neîndemânică.

Știu, nu e ușor să ne înfrânăm supărarea chiar dacă suntem conștienți că asta ar fi spre binele copiilor noștri. Cei mai mulți dintre noi trebuie să facem eforturi considerabile pentru a ne înțelege și a ne controla reacțiile afective.

Ne-ar fi de mare ajutor să avem pregătit un răspuns alternativ de genul «Cum s-a întâmplat?». O asemenea formulare pune accentul pe incident, nu pe copil. În felul acesta, preîntâmpinăm sentimentul de inadecvare și de eșec al copilului și pregătim terenul pentru învățarea constructivă. Încurajând copilul să explice succesiunea evenimentelor, puteți să urmăriți alături

de el cum un lucru a condus la altul și să descoperiți, poate, împreună cum ar trebui procedat pe viitor.

Unele accidente pot fi preîntâmpinate acordând mai mult timp planificării și impunând, de la bun început, anumite limite. În general, copiii vor să ne mulțumească, așa că le putem face viața mai ușoară spunându-le clar ce vrem de la ei. Sugestiile noastre trebuie să fie specifice și adecvate vârstei, și trebuie formulate astfel încât să-i ofere copilului informații concrete de care el să se poată folosi pentru a-și adapta comportamentul.

Într-o zi ploioasă, Ben, un puști de patru ani, i-a spus mamei sale că el și prietenul lui ar vrea să facă animale din plastilină. Mama tocmai se ocupa de niște facturi scadente, așa că putea pur și simplu să spună «foarte bine» și să-i lase pe băieți să se descurce singuri. Ea însă și-a lăsat treburile, a luat o perdea veche de baie pe care o păstrase special pentru asemenea ocazii, a întins-o pe jos și le-a explicat băieților: «Stați aici, în mijloc, ca s-o putem întinde complet. O să fie loc berechet pentru ferma voastră cu animale.»

În timp ce copiii frământau plastilina pe perdeaua de plastic, Ben a întrebat-o pe maică-sa: «Putem să luăm niște cuțite de la bucătărie?»

«Fără cuțite, a zis mama. Cuțitele nu sunt jucării. Ce-ai spune de niște instrumente pentru tăiat aluatul?»

«Grozav. Și niște linguri de lemn, nu-i așa?» a continuat băiatul.

«Sigur că da, a zis mama lui Ben, scoțând din sertare o serie de ustensile de bucătărie. Și nu uitați, băieți, o să trebuiască să mă ajutați după aia să fac ordine.»

Chiar dacă pentru mama lui Ben acele câteva minute acordate băieților au însemnat o întrerupere din treburile ei, ea are toate șansele să fie scutită atât de adunatul resturilor de plastilină de pe covor, cât și de efortul de a nu-i critica pe copii. În același timp, faptul că ea s-a implicat de la bun început i-a dat lui Ben ocazia să negocieze ustensilele de bucătărie cu care dorea să se