

PARENTING POZITIV

Psiholog, Pîrva Dănuț



LIMITE ȘI ECHILIBRU



Trebuie să știi să stabilești copilului activități și limite adecvate vârstei și caracteristicilor acestuia, păstrând un echilibru corect între blândețe și fermitate, pentru a nu fi nici exagerat, dar nici indiferent la schimbările și nevoile copilului, care sunt mereu în transformare.



EMPATIE



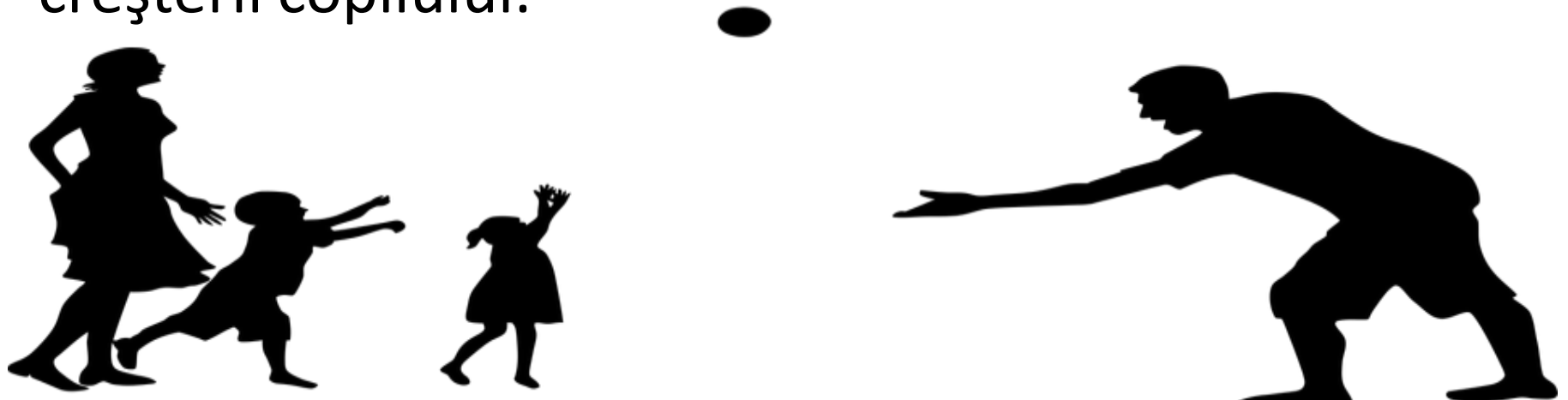
Imaginarea punctului de vedere al celuilalt, în relația părinte-copil ca, de altfel, în orice altă relație, face mai eficient dialogul și înțelegerea reciprocă, fiecare rămânând, în același timp, în rolul său.



ASCULTARE ACTIVĂ



Încă din copilăria mică, părintele are grijă să identifice și să răspundă nevoilor copilului, chiar dacă acestea nu sunt exprimate verbal (atașament sigur). Pentru o dezvoltare armonioasă a celui mic, acest comportament al adultului va persista de-a lungul creșterii copilului.



TIMP DE CALITATE



Deși timpul petrecut cu copilul este de cele mai multe ori limitat, este foarte important ca acesta să fie un adevărat moment de prezență, ascultare și schimb de răsfăț, astfel încât copilul să se simtă legat de adult, deschizându-și sufletul, exprimându-și sentimentele, fricile, neliniștile, bucuriile și speranțele sale.



PUTEREA EXEMPLULUI



Copiii învață în principal prin imitație și, în consecință, este esențial ca părintele să dea un exemplu bun, mai ales în situații de conflict și tensiune. Dacă părinții sunt primii care se comportă într-un mod nepolitic, nervos și țipător, copilul va tinde să preia modelul adultului și va încerca să se comporte identic cu el, de îndată ce va crește. Gestionarea cu luciditate a momentelor de tensiune, furie și conflict este apanajul adulților și se învață de la adulți.



IMPLICAREA CONTEAZĂ MAI MULT DECÂT REZULTATUL



Se recomandă să apreciem implicarea copiilor în diverse activități, chiar dacă în final rezultatele obținute nu sunt excelente și nici nu îl propulează pe copil printre fruntașii clasei. Acest lucru evită descurajarea de la bun început și îi ajută pe copii să-și dezvolte încrederea în sine și determinarea în abordarea problemelor.



ȘI PĂRINȚII GREȘESC ȘI ÎNVAȚĂ



Părinții cresc și învață împreună cu copiii, greșind și învățând constant. Admiterea și conștientizarea acestui aspect nu este o dramă: copilul nu caută un părinte perfect sau invincibil, ci autentic, conștient și sincer.

