

CZU 37.018.1:371.5

**CONSILIEREA PĂRINȚILOR ÎN PROCESUL DE DISCIPLINARE EFICIENTĂ
A COPIILOR**

Maria CORCEVOI, dr., lector univ.
Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte,
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți

***Abstract:** Being a parent is not just about providing for the child's material needs, but also involves assuming a fundamental role in the child's education process. Parents are the child's first mentors, initiating the educational process within the family environment. To successfully handle this responsibility, it is imperative that parents be trained in accordance with the scientific principles of psychopedagogy. Parental counseling plays a crucial role in children's development, contributing to the formation of a healthy family environment and providing the necessary support for children's harmonious growth and development.*

***Kew Words:** parents, children, parental counseling, discipline, educational strategies.*

Fiind părinte în zilele noastre este considerabil mai dificil decât era în trecut, chiar și acum zece ani, din diverse motive. Schimbările rapide în societate aduc cu ele un deficit de modele coerente sau relevante pentru îngrijirea copiilor în secolul al XXI-lea. Părinții contemporani provin în special din familii mai mici, specifice epocii recente. Deși familiile mici adesea oferă o securitate materială crescută și beneficii emoționale, diferențele de vârstă între copiii mai mari și cei mai mici din aceste familii limitează implicarea lor în îngrijirea fraților sau surorilor. Această lipsă de experiență în îngrijirea copiilor poate afecta abilitățile lor parentale ulterioare. Paralel cu această tendință, familia extinsă nu mai reprezintă o sursă obișnuită de îndrumare și sprijin, așa cum era în trecut, lăsând copiii în căutare de siguranță și liniște. Presiunea asupra părinților, în special a celor singuri, crește atunci când aceștia trebuie să îndeplinească nevoile intense ale copiilor lor fără sprijinul extins al familiei. Aceste schimbări sociale apar într-un context care pune o presiune tot mai mare asupra părinților. Într-un mediu dominat de „profesionalism“, pierd încrederea în ei înșiși, căutând în mod frecvent răspunsuri la problemele lor la profesioniști. În plus, își impun standarde înalte, dorind să aibă succes în toate aspectele vieții, ceea ce poate genera un exces de presiune. Este important să recunoască că nu pot fi supraoameni și că nu este posibil să exceleze în toate domeniile. Atunci când inevitabil greșesc, sunt susceptibili nu doar la autoînvinuire, ci și la sentimente intense de inadecvare și incompetență. Această presiune este adesea resimțită în mod special de femei, care au tendința de a-și impune pretenții exagerate față de ele însele.

Mai mult decât atât, mulți părinți încearcă să trăiască într-un mediu golit de autoritate. Respingând (pe bună dreptate) modelul strict disciplinar de creștere a copiilor, unii părinți renunță la autoritatea lor, dar, în același timp, și la responsabilitate. Alții, pur și simplu, își pierd capacitatea de a urma o direcție, precum și încrederea în sine. Cineva care este confuz și nesigur nu va impune autoritate. Cei care au respins în mod conștient controlul adulților asupra copiilor, model pe care ei înșiși l-au experimentat în copilărie, în favoarea unei abordări centrate pe copil, par la fel de nesiguri dacă această alternativă funcționează sau dacă oferă copiilor cele mai bune instrumente pentru a face față exigențelor de educație sau, mai târziu, celor legate de muncă și familie. În ceea ce privește creșterea copilului, specialiștii din domeniu susțin, printre altele, că ceea ce se întâmplă în acești primi ani poate avea mai târziu un impact serios asupra personalității copilului lor. Acest verdict îi face din ce în ce mai neliniștiți în privința greșelilor lor, îndeosebi mamele sunt predispuse la acest tip de anxietate. Convinse că au un rol cheie în asigurarea sănătății și fericirii familiei lor, acestea se preocupă nu numai să își facă treaba bine, dar și în privința riscului de a cauza daune psihologice copiilor lor [4].

Prietenii, vecinii și industria „perfecționării copiilor“ sunt gata să le spună tuturor ce trebuie să facă pentru a-și ajuta copiii să-și realizeze potențialul. Toți repetă insistent:

- ✓ Ascultați Mozart cât timp copilul se află în uter.
- ✓ Folosiți formule de „dezvoltare a creierului“ copilului.
- ✓ Înscrieți-vă copilul la un club sportiv pentru a-i dezvolta abilitățile motrice și gândirea matematică.
- ✓ Dați-i la fotbal din clasa a III-a, altfel va fi prea târziu.
- ✓ Dezvoltarea limbajului trebuie să aibă loc înainte de sfârșitul vârstei critice.
- ✓ Nu este suficientă o singură activitate suplimentară; trebuie să vă asigurați că îi oferiți copilului o educație completă.

Părinții din ce în ce sunt asaltați din toate direcțiile cu mesajul „începeți de timpuriu, avansați cât mai repede, faceți cât mai mult!“ Seriozitatea și intensitatea acestui sfat îl fac să pară neglijent pe orice părinte care nu-și înscrie copiii la o mulțime de activități suplimentare. Deși cu toții știu că programul supraaglomerat al copiilor reprezintă o problemă, însă presiunea și competiția continuă, și nimic nu se schimbă [5].

În trecut, educația se bază pe dominare, frică și culpabilizare, inducând copiilor teama de a nu pierde iubirea părinților sau anumite privilegii. Acestea erau mijloacele prin care copiii erau constrânși să se supună. Dacă ele nu funcționau, atunci urma pedeapsa, care ducea la supunerea copiilor din frica de a nu fi pedepsiți mai aspru. Adesea, disciplinarea era confundată cu

pedeapsa. Prin pedeapsă se înțelegea exercitarea unui control exterior, prin forță, asupra copiilor cu scopul de a le modifica un comportament problematic. Se includeau aici:

- provocarea durerii prin palmuire, lovire;
- suferința impusă prin reținerea mâncării, închiderea într-o cameră întunecată (de exemplu în pivniță sau în baie);
- penalizări care nu aveau nicio legătură cu comportamentul inacceptabil (ex. copilul nu avea voie să iasă la joacă toată săptămâna, pentru că a spart o farfurie sau a stricat o jucărie);
- atacuri personale, cum ar fi pronunțarea numelui copilului cu tonalități negative, poreclirea, ridiculizarea, insultele.

S-ar putea spune că părinții nu doresc să recurgă la astfel de metode, pentru că nu par a fi cele mai potrivite. Totuși, unii părinți aleg să disciplineze în acest fel întrucât nu cunosc nicio altă metodă prin care să obțină rezultatul așteptat. Au primit ei înșiși același „tratament” când au fost copii, observă că și alți părinți fac același lucru, deci se pot gândi că este „normal” să facă așa sau că prin aceste metode se obține pe moment rezultatul așteptat. Dacă luăm în considerare însă efectele de lungă durată, acestea sunt neplăcute sau chiar devastatoare atât pentru copii, cât și pentru părinți. De exemplu, copiii:

- vor avea o imagine de sine negativă;
- vor învăța să răspundă cu agresivitate în situațiile frustrante;
- s-ar putea să aibă resentimente față de părinți sau să le fie teamă de ei;
- vor avea repulsie față de comportamentul dorit.

În ceea ce privește consecințele asupra părintelui, de multe ori acesta se simte vinovat după ce pedepsește copilul, mai ales dacă l-a pedepsit prea aspru, „la mânie”; va regreta ulterior că a folosit o metodă care a avut efecte negative asupra copilului și nu a fost eficientă în schimbarea comportamentului. De asemenea, relația dintre părinte și copil va avea de suferit: copilul va fi mai puțin comunicativ cu părintele, va căuta afecțiune în altă parte, își va pierde încrederea în părinte, va ascunde unele lucruri față de el etc. Apariția imediată a efectului pedepsei poate funcționa ca o recompensă pentru cel care o folosește și, prin urmare, poate duce la utilizarea ei abuzivă. De exemplu, dacă părintele îl pedepsește pe copil punându-l la colț pentru că se juca prea gălăgios, părintele obține ca beneficiu imediat încetarea gălăgiei. Fără să-și dea seama, părintele nu mai caută alte soluții la o situație nedorită, fiind tentat să o rezolve rapid prin pedepsirea celui care a produs-o. Pedeapsa poate modela comportamentul celui pedepsit. O serie de studii au evidențiat, în mod repetat, că acei copii care au fost martorii sau ținta unor pedepse excesive tind să recurgă ei înșiși la pedepsirea oamenilor din jurul lor. Uneori, exprimarea pedepsei poate fi amânată până când devin ei înșiși adulți și intră în rolul de părinți [3].

Rolul consilierii părinților în procesul de disciplinare eficientă a copiilor este esențial pentru dezvoltarea armonioasă a acestora. Consilierii oferă părinților o înțelegere profundă a procesului de disciplinare, explicând motivele și principiile din spatele acesteia. Prin educație, părinții devin conștienți de importanța aplicării unor metode de disciplinare adecvate pentru a susține dezvoltarea copilului. Consilierii lucrează îndeaproape cu părinții pentru a identifica nevoile specifice ale copiilor și ale familiilor. Ei încurajează utilizarea tehnicilor de disciplină pozitivă care se concentrează pe educarea copiilor și promovarea unui comportament adecvat prin recompense și stimulente, în detrimentul pedepselor strict punitive. Prin consiliere, se încurajează dezvoltarea rezilienței la copii, astfel încât aceștia să învețe să facă față eșecurilor și să-și dezvolte abilități de adaptare.

Educația, definită în termeni foarte generali, este un proces al cărui scop esențial este de a ușura o anumită modificare de comportament. Părinții sunt primii profesori ai copilului, ei începând educarea lui în mediul familial. În acest context, educarea părinților după principii științifice de psihopedagogie devine o necesitate. Părinților le revine rolul esențial în creșterea copiilor, asigurându-le acestora nu numai existența materială, cât și un climat familial afectiv și moral. Sunt situații în care familia consideră că este suficient să se ocupe doar de satisfacerea

nevoilor primare (hrană, îmbrăcăminte, locuință, cheltuieli zilnice etc.), ignorând importanța unei comunicări afective, nestimulând dezvoltarea sentimentului de apartenență [1].

Termenul de „disciplină” este înrudit cu termenul de „discipol”. Discipolul este o persoană care urmează învățăturile și stilul de viață al altei persoane, urmând modelul comportamentului său în diferite situații. În același fel, disciplinarea reprezintă o experiență de învățare, care deseori este percepută de către copil ca fiind dificilă, incomodă sau chiar dureroasă. Rolul părintelui este să îl încurajeze pe copil să persevereze în acest proces de învățare a unor comportamente specifice vârstei și a asumării responsabilității.

Modelul oferit de către părinți are uneori un impact mai mare asupra copilului, decât orice alte metode folosite în disciplinarea lui. Copilul învață cel mai bine imitând, uneori inconștient, exemplul care îi este oferit de către părinte.

Disciplinarea presupune învățarea comportamentului dorit în paralel cu eliminarea comportamentului inadecvat, prin metode specifice. Eficiența acestor metode este dată de următoarele caracteristici. Ele constituie o bază pentru adaptarea copilului la cerințele ulterioare ale vieții de adult. Sunt orientate spre învățarea asumării responsabilității și a rezolvării problemelor cu care se confruntă copilul (care vizează fie propria persoană, fie relația copilului cu ceilalți oameni, cu anumite sarcini specifice vârstei sau cerințele sociale). Aceasta presupune ca părinții să răspundă nevoilor copilului de a învăța să facă față cerințelor specifice vârstei, într-un mod care să nu afecteze negativ formarea unei imagini de sine adecvate. Presupune implicarea activă a copilului în procesul de învățare a unor comportamente. În acest sens, părintele îl poate implica în stabilirea regulilor (adică ce este permis și ce nu este permis să facă), în identificarea consecințelor comportamentului său sau în alegerea a ceea ce va face părintele în cazul în care copilul persistă într-un comportament nedorit. Copilul poate, de la o anumită vârstă la care este capabil să își evalueze propriul comportament, să noteze singur situațiile în care nu a respectat anumite reguli sau, dimpotrivă, când a reușit să le respecte. Această implicare activă va duce la autodisciplinarea sa și îl va ajuta să facă față cu succes cerințelor sociale și de dezvoltare personală (de exemplu în adaptarea școlară). Copilul interiorizează regulile stabilite împreună cu părintele, fără a fi nevoie ca acesta să i le impună prin constrângeri exterioare sau să i le amintească de fiecare dată. Desigur, în primii ani (până în jurul vârstei de trei ani), copilul nu este capabil să interiorizeze aceste reguli. Este important însă ca și în acest prim stadiu al dezvoltării, copilul să aibă o imagine pozitivă despre disciplinare. Acest lucru este posibil dacă ea este abordată ca un proces de învățare, atât prin metodele folosite cât și prin atitudinea cu care sunt puse în aplicare.

Disciplinarea reprezintă un proces prin care copiii învață comportamente adecvate, implicând efort și răbdare atât din partea lor, cât și din partea părinților. Pentru a ajuta copiii să învețe mai ușor un comportament, se recomandă părinților să respecte următoarele etape:

1. Definiți clar comportamentul dorit pentru copil. Exemplu: Specificați exact comportamentul pe care doriți să-l învețe copilul, cum ar fi spălarea pe mâini înainte de masă;

2. Descompuneți comportamentul în pași mici. Când comportamentul este prea complex, împărțiți-l în pași mai mici. De exemplu, pentru spălarea mâinilor: ridicarea mânecilor, pornirea robinetului, udarea mâinilor, săpunirea mâinilor, frecarea mâinilor, limpezirea mâinilor, ștergerea mâinilor, aranjarea mânecilor.

3. Folosiți îndrumarea. Conduceți mâinile copilului în timp ce efectuează comportamentul (de exemplu, spălarea mâinilor). Explicați etapele în timpul sau înaintea manifestării comportamentului. Furnizați un model de realizare a comportamentului, fie prin exemplul propriu, al altor copii sau al personajelor din media.

4. Recompensați aproximările succesive ale comportamentului dorit. În faza de învățare, recompensați imediat orice pas în direcția comportamentului dorit, încurajând astfel copilul să continue. Pe măsură ce copilul progresează, acordați atenție și recompense doar ultimelor și celor mai bune aproximări ale comportamentului, ignorând cele depășite. Pe măsură ce copilul devine mai autonom, retrageți îndrumarea, arătând încredere în abilitățile sale.

5. După ce comportamentul este învățat, începeți să-l recompensați doar la intervale neregulate pentru consolidare. Este esențial să observați și să recompensați micile progrese, consolidând astfel învățarea, având în vedere că aceasta implică efort și repetiție [2].

Recomandări pentru părinți în:

Gestionarea rutinelor de dimineață ale copilului. Copilul se confruntă cu dificultăți în îndeplinirea rutinelor de dimineață, manifestând rezistență și necesitatea unei direcționări constante. Începeți cu însușirea treptată a rutinelor, oferindu-i copilului un model clar de comportament din partea părinților sau altor membri ai familiei. Furnizați copilului un ceas cu alarmă și explicați-i funcționarea acestuia. Așteptați ca el să își asume responsabilitatea pentru rutinele de dimineață. Lăsați copilul să decidă dacă dorește să mănânce micul dejun sau nu. Consecințele naturale ale deciziilor sale vor contribui la asumarea responsabilității, cum ar fi întârzierea la școală și consecințele impuse de învățătoare. Fie că este vorba de a întârzia la școală sau de a pierde autobuzul, permiteți copilului să experimenteze consecințele deciziilor sale. Nu este necesar să-l transportați cu mașina pentru a evita întârzierile. În cazul în care copilul preferă să servească micul dejun, stabiliți condiții clare. Dacă nu respectă rutinele stabilite, consecința poate fi amânarea micului dejun pentru a evita întârzierile școlare. Permiteți copilului să rămână acasă doar în condiții bine stabilite, cum ar fi în cazul bolii. Experimentați aceste metode aparent neobișnuite, oferindu-i timpul necesar copilului pentru a le asimila. Beneficiile vor deveni evidente pe măsură ce acesta își dezvoltă autonomia și responsabilitatea în gestionarea propriilor rutine.

În cazul în care vă veți asuma dumneavoastră responsabilitatea pentru rutinele de dimineață, copilul nu va învăța să-și asume responsabilitatea pentru îndeplinirea lor și va aștepta mereu să fie ajutat de ceilalți. Nu toți copiii pretind un mic dejun copios așa că lăsați-i pe ei să învețe singuri ce e bine pentru ei. Pe de altă parte, copiii se vor plictisi repede să stea acasă "bolnavi" și "singuri".

Gestionarea uitării. Copilul manifestă tendința de a-și uita obiectele personale acasă, cum ar fi mâncarea, penarul, caietul sau manualul școlar. Copilul este amenințat cu consecințe negative, generând anxietate și presiune (ex. „Dacă se mai întâmplă să îți uiți pachetul cu mâncare acasă, nu îți mai pun de mâncare!"). Părintele intervine activ, ducându-i copilului obiectele uitate, oferind scuze sau punându-i el însuși lucrurile în locul copilului. Părinții pot utiliza strategii preventive, precum lipirea de bilețele în locuri strategice (oglinzi, birouri, frigider, ghiozdan) cu indicații despre lucrurile de care copilul trebuie să țină cont - un ghid util. Ajutați copilul să dezvolte obiceiul de a-și pregăti ghiozdanul cu o seară înainte. Acest lucru poate preveni uitarea cauzată de grabă sau de faptul că nu s-a trezit suficient de bine dimineața. Dacă consecințele nu vă afectează direct, permiteți-i să suporte singur consecințele naturale ale uitării (ex. foamea la școală, ca urmare a uitării pachetului cu mâncare). Evitați intervenția constantă în situațiile în care copilul se confruntă cu probleme proprii. Lăsându-l să-și asume responsabilitatea și să găsească soluții, el va învăța mai bine și va deveni mai independent. În gestionarea situației, părinții pot contribui la dezvoltarea autonomiei și responsabilității copilului prin aplicarea unor strategii preventive și prin înțelegerea diferenței dintre provocările care îi afectează pe ei și cele care sunt specifice copilului. Această abordare încurajează creșterea autonomiei și învățarea din experiențe personale.

Gestionarea situației când copilul nu își face temele. Situația în care copilul nu își îndeplinește temele poate ridica îngrijorări. În primii ani de școală, ajutați-l pe copil să-și formeze obiceiul de a-și face temele. Faceți acest proces împreună, oferindu-i sprijin și încurajare pentru fiecare sarcină realizată. Oferiți un model pozitiv privind realizarea temelor, conectându-l cu activitățile dumneavoastră zilnice. Evitați folosirea temelor ca pedeapsă, pentru a preveni asocierea lor cu sentimente negative. Asigurați-vă că locul în care copilul învață este propice concentrării. Eliminați distragerile și creați un mediu plăcut, cu cărți și materiale educaționale. Înainte de a aplica măsuri disciplinare, înțelegeți motivul pentru care copilul nu își face temele. Poate avea nevoie de mai multă încurajare sau se poate confrunta cu dificultăți. Pedepsele dure pot afecta motivația și încrederea copilului. În loc, încurajați dialogul deschis și

găsiți soluții împreună cu el pentru a depăși obstacolele. Dacă situația persistă, interveniți treptat. Întrebați-l pe copil cum ar putea remedia situația și oferiți consecințe logice, cum ar fi recuperarea temelor nefăcute. Dacă problema persistă pe termen lung, interveniți mai activ. În acest caz, încurajați copilul să găsească soluții și să își asume responsabilitatea pentru temele sale. Prin abordarea cu înțelegere și încurajare, veți contribui la formarea unor obiceiuri pozitive în legătură cu temele și la dezvoltarea unei atitudini responsabile în educație.

În situația în care copilul adoptă un limbaj obraznic sau refuză solicitările părintelui, abordați comunicarea cu înțelegere și folosiți tehnicile de comunicare eficientă. Evitați reacțiile impulsive precum strigatul sau pedepsele fizice. Definiți clar comportamentul nedorit și exprimați-vă nemulțumirea fără a utiliza etichete.

Gestionarea cu limbajul obraznic. Fiți un exemplu de comunicare respectuoasă, folosind expresii pozitive și constructive. Nu catalogați copilul, ci descrieți comportamentul care vă deranjează pentru a evita escaladarea conflictului. Formulați mesajele în mod personal, exprimându-vă sentimentele și nemulțumirile, fără a blama copilul. Identificați posibilele motive pentru limbajul sau comportamentul neadecvat al copilului și abordați aceste probleme sensibile cu empatie. Încurajați vorbirea frumoasă și respectuoasă prin recompense sau aprecieri, susținând astfel dezvoltarea unui limbaj adecvat. Înlocuiți critica cu răspunsuri bazate pe principiile de comunicare eficientă pentru a descuraja limbajul obraznic. Prin adoptarea unei abordări calme, empatică și orientată către soluții, veți contribui la îmbunătățirea relației cu copilul și la dezvoltarea unei comunicări sănătoase în cadrul familiei [2].

În general, consilierea părinților are rolul de a oferi suport și îndrumare în gestionarea diverselor situații ale educației copiilor, promovând abordări pozitive, comunicare eficientă și dezvoltarea abilităților necesare pentru a face față provocărilor zilnice. Aceasta contribuie la crearea unui mediu familial sănătos și la formarea unor relații pozitive între părinți și copii.

Bibliografie:

1. Baciu A., Cazan C.M. Educația părinților. Ministerul Educației și Cercetării; UNICEF - Reprezentanța în România. București: Ed. MarLink, 2006. ISBN: 973-8411-50-5;
2. Botiș Adina, Tărău Anca. Disciplina pozitivă sau Cum să disciplinezi fără să rănești. Cluj-Napoca: Editura ASCR, 2004. ISBN 973-7973-10-0;
3. Dumitru Ion Al. Consiliere psihopedagogică: baze teoretice și sugestii practice. - Ed. a 2-a, rev. - Iași: Polirom, 2008. ISBN 976-973-46-0869-0<
4. Hartley Elizabeth. Cum să crești un copil fericit. Strategii pozitive de educație parentală. București: Ed. Sian Books, 2015. ISBN 978-606-93485-9-8;
5. Kennedy-Moore Eileen, Lowenthal Mark S. Educație inteligentă pentru copii inteligenți. Cum să dezvoltăm potențialul real al copiilor noștri. trad. Ulici Aurelia București: Editura LITERA, 2016. ISBN 978-606-33-0520-7.