

## STRATEGII DE CONSILIERE PARENTALĂ PENTRU DEZVOLTAREA ARMONIOASĂ A COPILULUI

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

**Abstract:** *Parental counseling with a child development role focuses on the support, help and guidance of parents for the formation and development of their personality and that of their children. It has as its fundamental purpose the healthy, optimal growth and development of people, regardless of age and stage of personality development, so that they can successfully cope with the demands and derive satisfaction and psychological comfort from the role of parent in relation to the child.*

**Keywords:** *family, parental counseling, strategies, harmonious development.*

Apariția unui nou membru în familie constituie o experiență unică, extraordinară, dar și foarte grea. De multe ori, familia este străbătută de crize și momente de cumpănă. Viața celor doi începe să se schimbe, iar tranziția către rolurile parentale este dificilă chiar și pentru cuplurile cu o dinamică relațională armonioasă. Trecerea de la rolurile conjugale la cele parentale se fundamentează pe relația psihologică cu viitorul copil, chiar dacă încă nu este reprezentabil: ce reprezintă copilul, ce compensează, pe cine substituie, cum va fi, cu cine va semăna etc. Părintele reprezintă primul model din viața copilului. De aceea, modelul ori stilul său parental va determina formarea la copil a unor structuri de comportare și relaționare armonioase sau mai puțin armonioase, echilibrate sau destructurate, reflectând

imaginile parentale internalizate și climatul familial. Părinții sunt primii care modelează personalitatea copiilor, în sens constructiv, optimizăm, sau, din contra, în sens alterat, deviant [5, p. 245, 249].

Familia joacă un rol foarte important în dezvoltarea bio-psiho-socială a copilului. Părinții sunt persoanele ce mijlocesc procesul transformării ființei biologice într-o ființă socială. Ei sunt acele persoane care oferă copilului primele experiențe de viață. Sunt acei de care copilul se atașează și pe care-i iubește cu adevărat, chiar și atunci când părinții nu sunt la nivelul cuvenit. Întreaga atmosferă a vieții de familie, modul de viață în familie, lasă o urmă de neșters asupra personalității copilului. Familia întotdeauna a fost o formă de protecție față de factorii externi și a asigurat grija internă față de membrii săi. În toate timpurile „capacitatea de a supraviețui și calitatea realizărilor adeseori depindeau de trănicia familiei, deoarece anume în cadrul ei se satisfăceau necesitățile principale ale omului”. Orice copil trebuie să aibă condiții decente de trai (hrană, îmbrăcăminte, locuință etc.), dar paralel are nevoie de o supraveghere permanentă, fapt care contribuie la dezvoltarea sănătoasă, atât în plan fizic, cât și mental. După Călin M. (2001) anume părinții sunt acele persoane care au dreptul și datoria de a supraveghea și călăuzi creșterea și dezvoltarea copilului și de a-l educa. Iar educația nu este altceva, decât procesul de cunoaștere și sensibilizare a copilului cu valorile și cu asimilarea lor creativă, deoarece educația este cea care păstrează și transmite valorile, care garantează identitatea culturală a ființei umane. În mod firesc, familia este elementul determinant de interacțiune a copilului cu universul. Relațiile intrafamiliale permit asimilarea adecvată a normelor morale, a formelor de conduită, a valorilor morale și a idealurilor. Familia este primul colectiv, unde începe educația socială a omului, deoarece anume aici apar primele experiențe de muncă social-utilă, repartizarea responsabilităților și a rolurilor sociale. Pentru orice copil dragostea mamei și a tatălui este prima și cea mai importantă școală, în care se educă capacitatea de a iubi, școala, unde se formează necesitatea de a iubi și de a fi iubit. Doar relațiile din familie permit transmiterea experienței de la o generație la alta [Călin M., 2001 apud 4, p. 6, 8].

Se consideră că a avea copii constituie o împlinire a căsniciei, chiar motivul central al căsniciei, pentru unii. De asemenea, se știe că, odată căsătorit, trebuie să faci copii, trebuie să devii părinte, iar mai apoi bunice, pentru a intra în rândul lumii. Cu astfel de prescripții, parentale sau societale, viitorii părinți vor simți destul de pregnant povara psihologică a parentalității. De cele mai multe ori, planurile, așteptările, visurile părinților sunt transferate asupra copilului. Prin aceste fantezme parentale, părinții uită de multe ori un aspect extrem de important: copilul este o nouă creație, o persoană reală, concretă, nu doar o fantasmă și o proiecție a sinelui parental. Părinți trebuie să înțeleagă că un copil nu este pentru a umple golul existenței lor, ci pentru ca el să împărtășească plinul vieții [Stekel, 2011 apud 5, p. 246].

Prin definiție, un copil învață în permanență ceva nou. Vor exista multe ocazii în care adulții vor fi pe deplin convinși că un copil știe ce să facă într-o anumită situație, în timp ce copilul ar fi putut fi indus în eroare de unele detalii neașteptate pe care el le-a considerat importante. Modul în care tratăm astfel de situații depinde total de modul în care noi, adulții, ne simțim în momentul respectiv. Dacă suntem într-o dispoziție bună, îi vom oferi copilului prezumția de nevinovăție, în timp ce, dacă se întâmplă într-un moment în care suntem deja încordați și frustrați, pare că se dezlănțuie iadul. Cu siguranță, în mod ideal, înainte de a-l acuza pe copil, ar trebui să investigăm de ce s-a comportat în acel mod „greșit”: un standard al perfecțiunii. În urmă cu câțiva ani, psihologii au efectuat o cercetare extraordinară de interesantă. Au construit o masă cu un blat de sticlă groasă, deasupra unei podele cu model. La o anumită distanță, modelul se termina și, deși podeaua și blatul de sticlă continuau, privit de deasupra, crea impresia unei prăpăstii. Bebelușii în vârstă de câteva luni au fost puși pe această suprafață, în timp ce mamele lor stăteau la celălalt capăt („al prăpastiei”). Bebelușii se târau către mamă, dar, odată ce ajungeau la sfârșitul modelului, se uitau în sus, la fața acesteia. Dacă mama avea o față îngrijorată, bebelușii se opreau imediat și chiar se târau înapoi. Dar dacă mama le zâmbea încurajator, ei continuau să se târască mai departe! Această abordare este valabilă pentru copiii de orice vârstă. Învățăm nu numai din cuvinte și/sau din gesturi, ci și din încărcătura afectivă cu care este transmisă lecția. Copilul va percepe și interpreta întotdeauna situațiile noi în conformitate cu experiențele sale anterioare, cu preconcepțiile și cu abilitățile sale: cu cât copilul este mai mare, cu atât sunt mai largi și mai profunde aceste urme mnezice. Și, desigur, relația dintre copilul și adultul în cauză este un factor dintre cei mai importanți. Modul în care un copil învață cum să traverseze strada ar putea fi un exemplu. Depinde de adult să-i explice importanța urmării traficului și așteptarea unui timp sigur pentru a traversa, dar nivelul de teamă pe care copilul îl asociază cu această acțiune va depinde mult mai mult

de nuanțele atașate modului în care este dată lecția. Cu toate acestea, indiferent de ceea ce spune sau face un adult, întotdeauna va exista un copil care se avântă să traverseze orbește și un altul care decide să „îndrăznească” indiferent ce pericole ar putea exista și încă un altul care, la gândul de a traversa o stradă, devine copleșit de panică [1, p. 28].

Se întâlnesc mulți părinți al căror obiectiv este ca mai întâi să schimbe o parte din comportamentul copilului, precum văicăritul, crizele de nervi, agresivitatea sau încăpățănarea lui. Este tentant să vedem părțile rele și să ne dorim să aplicăm soluția cea mai rapidă pentru a le „repara”, dar această abordare ignoră un principiu-cheie al schimbării unei relații. Relațiile sunt precum un dans. Dacă o persoană schimbă pașii, și cealaltă trebuie să facă la fel.

Dimensiunea psihologică a consilierii parentale se referă la sprijinul, ajutorul și îndrumarea acordate părinților pentru funcționarea adaptativ-inovativă optimă a personalității lor prin realizarea unei congruențe între cognițiile, competențele, emoțiile, atitudinile și conduita proprie. Armonia dintre sfera cognitivă, atitudinală (idei, valori, credințe, convingeri etc.) trăirea emoțională a evenimentelor și manifestările comportamentale, conferă persoanei încredere în sine, o anumită coerență între ceea ce gândește, simte și face, autentificate în naturalețea conduitei, asigurându-i o stare de confort psihologic și de bine general. Astfel, consilierea psihologică urmărește facilitarea auto-cunoașterii, a acceptării trăirilor emoționale și autoactualizarea disponibilităților persoanei în contextul creării unor condiții esențiale de rezolvare cu succes a problemelor care apar în viața acesteia. Consilierea psihologică are ca scop sprijinirea și ajutorarea individului să funcționeze mai eficient în viața cotidiană și să aibă relații pozitive cu cei din jur și cu propriii copii. Consilierea cu rol de dezvoltare se focalizează pe sprijinul, ajutorul și îndrumarea părinților pentru formarea și dezvoltarea personalității lor, dar și a copiilor. Ea are drept scop fundamental creșterea și dezvoltarea sănătoasă, optimă a oamenilor, indiferent de vârstă și stadiul de evoluție a personalității, astfel încât să facă față cu succes solicitărilor și să obțină satisfacții și confort psihologic. Eficiența consilierii pentru dezvoltarea copiilor depinde de gradul în care activitățile specifice de ajutor, sprijin și îndrumare sunt adaptate particularităților de vârstă și individuale ale părinților și copiilor. [3, p. 59].

Părinții informați nu se concentrează doar asupra comportamentului exterior al copilului lor, ci își și mențin atenția asupra copilului lor ca persoană cu o minte proprie, cu trăiri proprii. Expresia „face totul de capul lui” este adesea folosită într-un mod ușor derogativ pentru a descrie un copil hotărât și încăpățânat. Oricum, părinții informați văd cel mai adesea faptul că acesta are într-adevăr un „cap” al lui în care se regăsește o tapiserie bogată de gânduri, idei și motivații interconectate și își doresc să înțeleagă modul cum funcționează acest „cap”. În același timp, ei realizează că experiența copilului lor poate fi foarte diferită de a lor, mai exact că interpretarea lor cu privire la un eveniment ar putea fi destul de diferită de experiența copilului lor referitor la acesta. Părinții informați pot să vadă adesea că modul cum se comportă copilul este corelat cu ceea ce el gândește sau simte, că există o poveste interioară. Părinții pot răspunde atunci la această poveste interioară alcătuită din gânduri și emoții, mai degrabă decât să reacționeze doar la comportamentul copilului. Părinții informați prezintă, de asemenea, o probabilitate mai ridicată de a se afla în contact cu propriile lor gânduri și emoții atunci când interacționează cu copilul și de a înțelege într-o anumită măsură cum ar putea emoțiile lor să afecteze interacțiunile și rezultatul propriu-zis al diverselor situații de viață [2, p. 25]. Unul dintre adevărurile de bază ale psihologiei moderne și ale cercetărilor în domeniul psihologiei dezvoltării ne spune că, în general, copiii nu intenționează să se implice în comportamente de autosabotare, nu vor să rateze să fie copii și nici să-și dezamăgească părinții. Cei mici vor să reușească, „să crească” și să devină ființe umane pricepute. Pentru a face acest lucru ei trebuie să învețe să se folosească de configurația neuronală unică pe care o au – să-și dea seama ce-i trage înapoi și cum să acționeze pentru a corecta aceste neajunsuri. Ideea că un copil „ar face, dacă ar putea” este importantă: când punem problema așa, în mod automat se modifică perspectiva legată de situație, de comportamentul copilului și de potențialul lui de schimbare și creștere pozitivă. De îndată ce începe dezvoltarea abilităților legate de funcțiile executive necesare interacțiunii sociale eficiente, fiecare succes incremental îi va motiva pe cei mici să continue și se vor observa rezultate pe care gândirea deziderativă nu le-ar fi imaginat vreodată. Când copilul pare că este indiferent la sentimentele celorlalți sau la modul în care acțiunile lui determină felul în care este tratat, ar putea părea logic ca părintele să țină predici mai lungi și mai intense, până când lecția este până la urmă învățată. Dar aici se aplică înțelepciunea populară. Dacă

definiția nebuniei este să faci același lucru iar și iar, așteptându-te să obții rezultate diferite și predicile și disciplinarea copilului nu au dus la modificarea comportamentului de până acum, de ce ar fi înțelept ca un adult să adopte aceleași strategii viitoare și să-și imagineze că rezultatul va fi diferit? [6, p. 36].

Elizabeth Meins a studiat importanța modului în care mamele și alte persoane de îngrijire vorbesc cu copiii și felul în care se utilizează limbajul, în general, în familie. Ea a descoperit că, atunci când se vorbește cu copiii și despre ei într-un mod conștient de mintea lor, acest aspect este mai important decât atașamentul securizant în sine pentru predicția viitoarei abilități a copilului de a înțelege perspectiva celuilalt. Conceptul de conștientizare a minții celuilalt poate fi văzut la lucru în cadrul familiei atunci când părinții (studiile s-au concentrat mai ales asupra mamelor) vorbesc cu copiii lor despre ce cred ei că s-ar putea petrece în mintea copiilor lor. Meins a arătat că, atunci când mamele vorbesc firesc cu copiii lor despre gândurile și emoțiile pe care le au acești copii, despre stările lor mentale, acest lucru constituie un bun factor predictiv pentru înțelegerea ulterioară de către copil a gândurilor, emoțiilor, aspirațiilor și dorințelor altor persoane. Și, cel mai important, acuratețea descrierii a ceea ce cred mamele că se petrece în mintea copiilor lor constituie un factor predictiv pentru cât de capabili vor fi copiii lor să se înțeleagă pe ei înșiși și pe ceilalți.

Pentru analiza ipotezei conform căreia presupunem că strategiile de consiliere parentală propuse va conduce spre atitudini favorabile vizavi de copiii lor, am investigat un număr de 8 părinți. Metoda de cercetare aplicată a fost Chestionarul privind atitudinile parentale, adaptat după Варга А., Столин, В. Atitudinea părintească este înțeleasă ca un sistem de sentimente diverse, în funcție de atitudinea față de copil, stereotipurile comportamentale practicate în comunicarea cu el, particularitățile percepției și înțelegerii caracterului și personalității copilului, a lui acțiuni. Rezultatele chestionarului sunt exprimate în cinci scale: acceptare-respingere, cooperare, simbioza, control autoritar, atitudinea față de eșecurile copilului.

În continuare, ne propunem să prezentăm câteva strategii de consiliere parentală pentru dezvoltarea armonioasă a copilului descrise de Cooper A., Redfern S. și aplicate în studiul dat:

*Conștientizare a minții celuilalt.* Cercetările arată că, atunci când părintele se „acordă” la ceea ce gândește și simte copilul – cu alte cuvinte, când sunt extrem de conștienți de mintea celuilalt, copilul va prezenta o probabilitate crescută de a avea un atașament securizant, un limbaj și niște abilități de joc mai bune la vârsta de doi ani și o mai bună înțelegere a gândurilor și emoțiilor altor persoane la vârsta școlară. Utilizarea unor enunțuri bazate pe conștientizarea minții celuilalt îi va fi extrem de utilă copilului pentru a înțelege, mai departe, alte persoane, pentru a-și gestiona propriile emoții și pentru a rămâne conectat cu părinții.

*Oglindire clară.* Când bebelușul vede expresiile faciale ale părinților ca răspuns la propriile lui emoții, el poate începe să creeze legături și să coreleze emoțiile, iar răspunsul părintelui începe să aibă o logică. În esență, chipul părintelui îi spune copilului cum se simte el în interior. Astfel, el începe să învețe cum se simte și, în mod crucial, cum să-și gestioneze emoțiile, astfel încât acestea să nu-l copleșească. Dezvoltarea unei conștientizări mai accentuate a emoțiilor părinților și apoi reflectarea la ceea ce se petrece în interiorul minții copilului – s-a dovedit a avea o influență hotărâtoare asupra dezvoltării emoționale a copiilor.

*Termometrul afectiv.* Există o expresie: „bate fierul cât e cald” care se referă la a acționa cu hotărâre și a profita de ocazie însă, în ce privește emoțiile, acesta nu este întotdeauna cel mai bun sfat. Adesea e de preferat să așteptăm până când emoțiile s-au mai răcorit un pic, mai ales când vine vorba de a răspunde copiilor – și să batem fierul cât e mai degrabă cald decât fierbinte. Astfel, una dintre principalele modalități de a gestiona modul în care se simt părinții e să utilizeze un „termometru afectiv”, care să le indice momentul cel mai potrivit ca să acționeze și cel în care ar fi mai bine să aștepte. Majoritatea dintre oameni sunt înclinați să treacă la acțiune când termometrul afectiv este pe punctul de a exploda. Ideal ar fi să se afle în intervalul emoțional „cald”, aceasta însemnând că probabil sunt mai conștienți de ce se petrece în propria lor minte, ceea ce îi va face mai receptivi la copilul lor.

*Atingerea* are efecte calmante asupra copiilor și poate acționa ca un semnal util, împreună cu exprimările verbale, menit să-i ajute să se simtă mai bine. O atingere caldă, iubitoare, implicând un contact fizic apropiat poate conduce la eliberarea de oxitocină (hormonul relației de atașare). Prin urmare, mângâierea are efectul aproape instantaneu de a-i calma atât pe părinți, cât și pe copiii lor.

*Disciplina.* Haideți să pornim de la un fapt evident: toți copiii se poartă obraznic de multe, multe ori în copilăria lor. De fapt, comportamentul obraznic face parte atât de mult din dezvoltarea lor, încât ar părea incredibil și complet anormal ca un copil să nu se poarte obraznic. Cu toate acestea, majoritatea părinților sunt preocupați de comportamentul „neascultător” și, în general, vor să aibă niște copii bine-crescuți. În realitate, ocaziile de a răspunde la comportamentul negativ al copilului le oferă, de asemenea, oportunități excelente de a le susține dezvoltarea emoțională și de a-i ajuta să se înțeleagă pe sine și pe ceilalți. Copiii se confruntă cu chestiuni legate de autonomie și de propria lor identitate în dezvoltare, una complet separată de cea a părinților lor. Acesta constituie unul dintre aspectele cotidiene ale parentajului: echilibrarea nevoilor copiilor cu nevoia de a-i ajuta să se comporte în cadrul unor limite acceptabile. Potențialul pentru conflict este ridicat, deoarece încercați în mod constant să estimați care este nivelul acceptabil de independență pentru copilul vostru și, în același timp, să-i oferiți sprijin și să-l dirijați pentru a se conforma așteptărilor voastre. Mesajul important este că e de dorit să găsiți moduri de a interacționa pozitiv cu copilul în timpul conflictului sau puțin după aceea. Acest lucru aduce un sentiment de siguranță în relație și reduce ciclurile de comportament negativ. Prin urmare, deși conflictul dintre părinți și copiii lor este de așteptat, modul în care părintele și copilul negociază conflictele și susțin relația lor este cel mai important. Copiii care se simt înțeleși de către părinții lor au încredere în angajamentul părinților lor față de relație, chiar și atunci când se confruntă cu un conflict și cu diferențe majore de opinie. Sunt mai capabili să avanseze cu încredere de la o etapă de dezvoltare la alta, învățând să tolereze și să soluționeze conflictul și având siguranța că pot să aibă încredere în părinții lor și, în același timp, că opiniilor lor sunt valorizate.

*Mentalizarea în momentele bune.* Scoaterea în evidență a momentelor când lucrurile merg bine, mai ales în cadrul interacțiunilor cu copilul, și exprimarea acestora cu voce tare în fața copilului. Manifestarea curiozității față de motivele pentru care lucrurile merg bine – sunt plăcute. Arătarea copilului cum să intre în pielea altcuiva și vederea lucrurilor prin ochii lui și observarea cu voce tare față de copil, într-un mod pozitiv, va oferi o stare de confort și acceptare de sine.

*Empatia și validarea.* Principalul scop al empatiei și validării experienței copilului este de a-l ajuta să se simtă înțeles de părinți, iar sentimentul că este înțeles îi va calma intensitatea experienței emoționale. Astfel, exprimarea empatiei și validării reprezintă un mod util de a-i ajuta pe copii să-și gestioneze emoțiile și este importantă, pentru că îi ajută, în același timp, pe părinți să intre în conexiune cu copilul. Îi transmite, de asemenea, acestuia mesajul că are dreptate să aibă emoția respectivă, ceea ce reprezintă o parte importantă în dezvoltarea armonioasă a copilului.

*Umorul.* Introducerea unei note de umor în confruntările dificile poate armoniza relația, sporind apropierea dintre părinți și copii. Umorul poate fi eficient mai ales când părinții încearcă să îi ajute pe copii să-și scadă temperatura afectivă, deoarece detensionează rapid situațiile intense. Capacitatea de a râde fie de sine, fie de o anumită situație în care se regăsește părintele cu copilul său poate fi foarte revigorantă și poate reduce semnificativ stresul. Concluzia este că, dacă se ajunge la punctul în care părintele și copilul se pot detașa suficient de o situație ca să poată râde și glumi pe seama ei, atunci s-a reușit deja detensionarea situației. O relație ghidușă cu copilul poate ajuta enorm pe amândoi să se simtă mai conectați.

*Time Out.* Părinții sunt familiarizați cu conceptul numit „Pauză” (Time Out), folosit în mod tradițional ca o formă de pedeapsă care implică separarea temporară a copilului de mediul în care s-a produs comportamentul indzirabil, în vederea întăririi comportamentului dezirabil. Uneori, pauza este folosită pentru a comunica astfel copiilor că trebuie să se „elibereze” de furie și frustrare sau să se gândească la comportamentul lor. Însă această strategie are limitările sale, mai ales atunci când este utilizată ca pedeapsă. Când copiii devin mai măricei, ei pot alege în mod activ să petreacă puțin timp singuri dacă sunt supărați și furioși pe părinții lor. Și, desigur, încercarea de a vorbi direct cu copilul conduce uneori doar la acutizarea situației, așa că timpul de unul singur poate fi foarte benefic pentru copil. Pentru ca această strategie să se transforme întruna de sprijin, ea nu ar trebui să fie percepută drept o pedeapsă de către copil – ca, de exemplu: „Du-te în camera ta pentru cinci minute” –, ci mai degrabă ca pe o sugestie pentru a-l ajuta să se calmeze: „În regulă, pari foarte supărat și furios pe mine în clipa asta și îmi pare rău că nu te pot ajuta. Cred că faptul că mă aflu aici te face să te simți mai rău. Pot să mă duc jos pentru o vreme, poate asta o să te ajute”. La fel ca și învățarea oricărei noi abilități, cea de a folosi „time out-ul” pentru a se calma și a trece în zona „călduță” a temperaturii

afective nu va putea fi stăpânită în mod natural de către copil. Este important ca copilul să nu simtă că părintele îl trimite să stea singur ca pedeapsă, ci ca o învățare a noii deprinderi. Însă copiii nu învață abilități noi când sunt furioși și supărați, copiii să fie rugați să exerseze această abordare atunci când sunt calmi, cu părinții pe post de instructori.

Rezultatele obținute în urma diagnosticului repetat al Chestionarului Atitudinile parentale au confirmat importanța strategiilor utilizate în consilierea parentală pentru dezvoltarea armonioasă a copilului. La toate cele cinci scale am obținut:

Pentru respingere valoarea lui  $t$  și a pragului de semnificație:  $t(7)= 3,00$ ,  $p=0,020$ ;  $p\leq 0,050$ ;

Pentru necooperare valoarea lui  $t$  și a pragului de semnificație:  $t(7)= 2,64$ ,  $p=0,033$ ;  $p\leq 0,050$ ;

Pentru distanțare valoarea lui  $t$  și a pragului de semnificație:  $t(7)= 2,37$ ,  $p=0,049$ ;  $p\leq 0,050$ ;

Pentru control valoarea lui  $t$  și a pragului de semnificație:  $t(7)= 2,65$ ,  $p=0,034$ ;  $p\leq 0,050$ ;

Pentru atitudine critică valoarea lui  $t$  și a pragului de semnificație:  $t(7)= 2,66$ ,  $p=0,032$ ;  $p\leq 0,050$ .

Constatăm că a scăzut nivelul de respingere a copilului. Subiecții participanți la studiu au început să creadă în viitorul său, să estimeze abilitățile sale ca fiind mai bune și mai rar apelează la agresarea copilului. A scăzut nivelul necooperării cu copilul, încercând din ce în ce mai mult să preia aceeași poziție în raport cu acesta. Au trasat o distanță psihologică semnificativ mai bună între ei și copiii lor, implicându-se mai des în activitățile acestuia și exercitând un control asupra celor realizate. Părinții au dat dovadă și de implicare în raport cu interesele, hobby-urile, gândurile și sentimentele copilului.

În concluzie, strategiile descrise și utilizate de grupul experimental în raport cu copiii lor i-au convins de numeroase beneficii. Părinții care au parte de consiliere parentală se află într-o postură mai bună pentru a crea relații mai armonioase în cadrul familiei lor. Iar important este că, atunci când copilul se simte valorizat și înțeles, scade și riscul unui comportament nedorit. Prin urmare, pe lângă faptul că părinții pot să-l ajute să se simtă minunat, el se va comporta, de asemenea, mai bine și va avea parte de o dezvoltare mai armonioasă.

#### **Bibliografie:**

1. BRAFMAN, A.H. Mă poți ajuta? Un ghid pentru părinți; trad. Bundă M.C. București: Editura Trei, 2021. ISBN 978-606-40-1409-2.
2. COOPER, A.; REDFERN, S. Ghid pentru înțelegerea minții copilului. Metoda Parentajului Reflexiv; trad. Comșa R. București: Editura Trei, 2016. ISBN 978-606-40-1706-2.
3. CUZNEȚOV, Larisa. Consilierea parentală. Ghid metodologic. Ch.: Primex-Com, SRL, 2013. ISBN 978-9975-4253-8-4.
4. GOLOVEI, Lilia. Familia – promotor al valorilor: Ghid metodologic pentru psihologii școlari și diriginți. – (ediția a 2-a revăzută). – Chișinău: S. n., 2017. ISBN 978-9975-4304-8-7.
5. GOLU, Florinda. Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică. Iași: Polirom, 2015. ISBN: 978-973-46-5627-1.
6. MAGUIRE, C.; Barker T. De ce nu se joacă nimeni cu mine? Ajută-ți copilul să-și facă prieteni; trad. Tudose C. București: Editura Trei, 2019. ISBN 978-606-40-1495-5.