

Nu mi-e frică, nu mi-e frică de Răsfăț!



Pare complicat să crești un copil sănătos la minte și suflet, nu? Este, dacă stai să citești cărți. Dacă însă îți ascuți instinctul de la început, și apoi chiar pe el, pe prichindel, totul devine floare la ureche.

ROXANA GABOR-ILIESCU

Coach personal, mediator și practician *Călătoria*

„Roxana, dacă le faci toate poftele o să ți se urce în cap și o să-ți plângi în pumni!”, mă anunța fatidic mama acum niște ani. Acum tot ea s-a erijat în apărătoarea capriciilor fetelor mele sau chiar a dorințelor lor nerostite, pentru a-mi arăta că nu mă „sacrific” suficient pentru ele. Diferența atitudinii mele în fața ștampilelor societății între atunci și acum este că... nu-mi mai pasă. Simt ce e bine pentru copiii mei și așa fac, indiferent dacă primesc ovații sau comentarii din partea „publicului”.

Definiția răsfățului și a „proastei creșteri” s-a modificat în totalitate de-a lungul timpului și de-a latul păturilor sociale. Dacă „pe vremea bunicilor”, ca să nu zic „pe vremea noastră”, nu puteai ieși din vorba părinților, acum trebuie să lași copilul să facă ce vrea și să te dai peste cap să-i obții tot ce visează. Deci unde începe răsfățul și unde se termină libertatea legitimă a copilului? Practica de dezvoltare personală din ultimii ani mi-a scos în cale tot felul de cazuri de adulți marcați într-un fel sau altul de copilăria ba prea libertină, ba exagerat de restrictivă. Așadar, pot să vă spun cu mâna pe inimă că singura regulă general valabilă este că... nu există reguli general valabile! Fiecare cuplu părinte-copil e diferit și merită tratat ca atare! De unde pornim în analiza relației dintre cei trei, de obicei (deși aici problema e mai complexă

atunci când intervin bunici, frați, mătuși)? De la o evidență – cât de fericiți (a se cât de bucuroși și fără griji) sunt copiii și părinții de interacțiunea dintre ei? Dacă cuplul ce doarme cu copilul în pat e perfect funcțional, iar pruncul își ia din această aparentă cocoloșire doza de încredere și protecție pentru a fi dezinvolt în societate, totul e superb! Dacă un copil primește cadouri dintre cele mai scumpe, dar percepe doar dragostea gestului și utilitatea jucăriei, acestea fiind simbolic legate fie de un efort al lui, de o zi anume sau pur și simplu de o surpriză a părinților, prezentată ca atare, lumea e minunată! Dacă însă vorbim de șantajul celui mic pentru a primi cadouri, dacă părinții, ca să sublinieze efortul lor, îi atrag atenția că blugii sunt de firmă, au costat o avere și de aceea lipsesc ei de acasă, avem un început de fractură. Dacă mama prea grijulie (sau tatăl, sau bunicii) nu își lasă copilul să aibă nici o responsabilitate și la primul scâncet rezolvă ea tot, aici iar dăm de o problemă. În cel mai fericit caz îi vom regăsi la terapie peste ani, încercând să-și construiască încrederea pe care le-au subminat-o adulții.

La extrema cealaltă, dar cu aceleași efecte devastante, sunt părinții care își sărută copiii doar în somn de teama de a nu-i răsfăța, uitând că primii ani de viață sunt „banca de dragoste” pentru toată existența. De câte ori ni se cere să ne inducem o

stare fără griji, nu ne imaginăm în brațele iubitelui sau iubitei, ci ale mamei sau bunicii, adică acolo unde, teoretic, în copilărie, ar fi trebuit să ne simțim protejați și adorați. Dacă banca este goală, vom căuta mereu să o umplem cu ceva (dulciuri, țigări, alcool, iubiri sufocante).

Ajunsă la a treia experiență maternă, atunci când îmi iau copila în brațe, mă întreb de ce o fac. Dacă îi dedic timp, dragoste și îngrijire, atunci și ea e liniștită. Dacă o fac în grabă, mai mult ca să o fac să tacă, în timp ce gândurile mele zboară aiurea sau chiar mi-aș dori să fac altceva, am învățat să-i explic cu sinceritate (chiar dacă are 2 luni) că am nevoie de timp pentru mine și o pun ușor în pătuț sau cărucior. De cele mai multe ori se joacă și ea în legea ei, parcă recunoscătoare că nu am încărcat-o cu problemele și stresul meu. Nu mai cred că există timp standard de luat copilul în brațe sau de dormit cu el pe piept. Tocmai am descoperit că primele trei luni de viață sunt în realitate al patrulea trimestru de sarcină, în care copilul are nevoie de îmbrățișări cam cât are nevoie de hrană. Și, la urma urmei, câte luni poți să-i ții locului

și să-i dragălești după pofța inimii? Așa că acum profităm și noi, părinții, și surorile, de fiecare clipă liniștită pe care o avem ca să ne îmbrățișăm și să ne declarăm iubirea. Sunt momente incredibile, imposibil de recuperat mai târziu...

Pentru că tot se apropie Sărbătorile și vin și zile libere, vă propun un joc. Haideți ca, o dată pe săptămână măcar, când vreți voi, să avem o oră dedicată discuțiilor cu ei, cu lumina ochilor noștri. În care să le spunem noi întâi cum ne-a fost săptămâna și cum ne-am simțit când ei au reacționat într-un fel sau altul. Ba chiar să recunoaștem dățile în care nu am știut noi cum să reacționăm față de ei. Apoi să le dăm și lor timp să facă același lucru, fără să-i întrerupem. Să-i întrebăm ce-și doresc cu adevărat de la noi și cu ce ar putea ei să ne ajute în treburile zilnice.

Chiar vă rog să faceți acest lucru și să-mi scrieți după sărbători ce a ieșit din acest exercițiu. Vă doresc să petreceți zile minunate împreună și să vă faceți reciproc cel mai frumos cadou – umplerea până la refuz a băncii de dragoste, pentru toți membrii familiei! 🍀



FARES Sirop Plantusin

În baza unei experiențe de peste 85 de ani, echipa noastră de cercetare a combinat scaiul vânat, mugurii de pin, frunzele de pătlagină și florile de tei pentru a obține un sirop ce protejează mucoasa traheobronșică și susține buna funcționare a aparatului respirator. Siropul natural Plantusin este recomandat în combaterea tusei de diferite etiologii (cauze) și nu are efecte secundare dacă este administrat în dozele recomandate. Scaiul vânat ajută la obținerea confortului respirator, pătlagina, florile de tei și cimbrisorul reduc iritațiile tractului respirator superior, în timp ce mugurii de pin ușurează respirația.

Siropul are gust plăcut, dulce-acrișor, fiind foarte ușor de acceptat de către copii, începând cu vârsta de 1 an. De asemenea, îl pot folosi femeile însărcinate, inclusiv mamele care alăptează.