

# CUPRINS

Introducere .....	9
-------------------	---

## **PARTEA I-a: ÎNCURAJEAZĂ TOT CE ESTE MAI BUN**

Capitolul 1: Fii tu mai întâi ce-ți dorești să fie copilul tău.....	14
Capitolul 2: Ajută-l pe copil să se simtă bine cu propria persoană.....	38
Capitolul 3: Clădirea caracterului.....	60

## **PARTEA a II-a: DE CE SE POARTĂ COPIII URĂT ȘI CE ESTE DE FĂCUT?**

Capitolul 4: Obținerea atenției și principiul cupei dragostei.....	84
Capitolul 5: Lupta pentru putere și strategia „sforil” .....	104
Capitolul 6: Comportamentul bazat pe emoții și psihologia aisbergului.....	120

## **PARTEA a III-a: STRATEGII DE SUCCES PENTRU CREȘTEREA UNOR COPII RESPONSABILI**

Capitolul 7: Ascultarea de bunăvoie .....	142
Capitolul 8: De la cauză la efect .....	162
Capitolul 9: Rezolvarea problemelor .....	182
Capitolul 10: Libertatea de a fi responsabil.....	202

Anexa A: Părintele singur .....	227
---------------------------------	-----

Anexa B: Familiile fuzionate .....	236
------------------------------------	-----

Anexa C: Creșterea copiilor adoptați .....	240
--	-----



## CAPITOLUL 1

**Fii tu mai întâi  
ce-ți dorești  
să fie  
copilul tău**

tatea responsabilității coplesitoare pe care o presupune îngrijirea nonstop a copilului. Alții au o atitudine oscilantă; uneori sunt entuziasmați, alteori sunt deprimați, în funcție de întâmplările din familie. Însă, indiferent de atitudinea pe care o ai la ora actuală, dacă ești ca majoritatea părinților, atunci este întotdeauna loc de mai bine.

Atitudinea îți va determina comportamentul. Ți va afecta și angajamentul față de familia ta. Te invit prin urmare să alegi cu sinceritate varianta de mai jos care exprimă cel mai bine atitudinea ta față de rolul de părinte.



### ATITUDINEA MEA FAȚĂ DE ROLUL DE PĂRINTE

1. Sunt optimist și dornic să învăț. Îmi place provocarea de a împlini nevoile copiilor mei.
2. Mă împac cu ideea de a avea copii, dar nu cred că ei sunt totul în viață.
3. Mă simt descurajat pentru că depun eforturi și copiii nu răspund așa cum mi-aș dori.
4. Uneori simt că am dat greș și îmi doresc să nu fi avut copii niciodată.
5. Am trecut, într-un moment sau altul, prin toate stările de mai sus.

**Dacă ai ales varianta 1** și ești optimist, te afli pe drumul către succes. Ți va plăcea provocarea de a pune în practică strategiile de succes pe care le vei învăța din această carte.

**Dacă ai ales varianta 2** și ești de părere că viața nu se limitează la copii, probabil că te descurci bine. Dar de ce să te mulțumești cu o relație mediocră cu copilul tău, când ai putea avea cu el o relație dinamică? Cu puțin entuziasm și cu câteva idei creative, ai putea transforma experiența de familie monotona de până acum într-una plină de satisfacții. Citește mai departe!

În orice profesie sunt esențiale anumite deprinderi pentru a avea succes. La fel se întâmplă și în meseria de părinte. De ce să recurgi la intuiție și improvizație când există specialiști capabili să te ajute să înțelegi cauzele unui anumit comportament al copilului și să acționezi adecvat pentru a obține comportamentul dorit? De ce să ajungi să-ți crești copiii așa cum te-au crescut părinții tăi, când ești conștient că uneori te-au nemulțumit metodele lor de disciplinare? De ce să riști furia și înstrăinarea „trupelor”, când, dacă îl înțelegi și ai o abordare mai creativă, le poți da copiilor tăi lecții prețioase, fără a fi nevoit să recurgi la forță? Fie că o studiezi individual sau în cadrul unui grup, cartea te va ajuta să găsești noi metode practice de a te raporta la tine însuși și la copiii tăi ca să devii un părinte mai eficient.

Dr. Kay Kuzma, președinte al Family Matters Ministry, este specialistă în dezvoltarea copilului și autoare a numeroase cărți pe diferite teme inspiraționale, printre care relația părinte-copil și familia. În limba română au apărut, la Editura Viață și Sănătate, câteva dintre acestea: *Primii 7 ani de viață* (cea mai cuprinzătoare dintre cărțile sale pentru părinți – peste 700 de pagini), *180 de sfaturi pentru părinți*, *Înțelege-ți copilul și Ascultarea de bunăvoie*.

