

“Arta de a spune “NU!”
cu conștiința împăcată”

Jesper Juul

PROFESOR PETCU CAMELIA

COLEGIUL FERDINAND I MANECIU

Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- În accepțiunea lui Jesper Juul, limbajul iubirii nu este nici pozitiv, nici negativ, este personal. Se pare că toți suntem preocupați să fim corecți, nu autentici. Și aici apare prăpastia dintre părinți și tineri cu precădere. Pentru că oricâte teorii le-am ține noi, tinerii tac. Iar când își traduc tăcerea în cuvinte, ei spun că vor să înțeleagă ce li se transmite, nu doar să audă, căci înțelegerea ține de receptor, dar și de emițător, de copil, dar și de părinte.



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- A fi mai directi cu copiii lor este o idee mult mai bună decât să renunțe la autoritatea personală. Creșterea copiilor nu ar trebui să fie un fel de paradis democratic. Cu cât reușești mai bine să conectezi ceea ce spui cu ceea ce ești, cu atât stima de sine va crește și îți vei câștiga respectul și înțelegerea celorlalți. Proprii tăi copii vor fi mai dornici și mai disponibili să coopereze.



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- Foarte mulți adulți sunt descurajați de încercarea lor de a aborda tinerii “cu frumosul” și constată cu surpriză că lucrul acesta “nu funcționează”. Recunosc astfel că au fost falși, nu au fost autentici, că au fost mult prea preocupați să facă ceea ce este corect atunci când au “periat” limbajul cu care s-au adresat tinerilor. Limbajul social, oricât de politicos ar fi, nu este potrivit atunci când dorim să stabilim relații personale. În cadrul familiei, limbajul social folosit în societate nu este suficient.



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- Dialogul degenerază pentru că părintele uită să fie sincer raportat la propria persoană și se ascunde de copil, nu poate sau nu știe să-și exprime propriile dorințe, nevoi, limite, ca de la “om la om”. Când folosim cu copilul “limbajul prietenos”, diminuăm mesajul și nu transmitem mesajul corect. “Emoțiile noastre nu mai sunt conectate la cuvintele pe care le folosim, lucru care ne face să comunicăm mai greu cine suntem noi, ca oameni.”, ne spune Jesper.



Arta de a spune "NU!" cu conștiința împăcată

- . A vorbi cu copilul despre tine și sentimentele tale, ca părinte, la persoana a treia (" Mama ta se supără dacă nu-ți faci curățenie"), este ca o dezertare din propria personalitate. Ca urmare, personalitatea adultului dispare și familia nu va ajunge niciodată să fie alcătuită din adulți și copii cu identitate proprie, interacțiunile dintre ei fiind un fel de "joc de roluri" infantil. , un fel de "cine ne ia în serios și pe noi?!"



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- Când reușim însă să ne exprimăm pe noi personal (“Vreau să-ți faci curățenie în cameră.”), facem o impresie puternică asupra celorlalți, care ar putea să se întristeze sau să se înfurie, dar nu se vor simți lezați în integritatea lor. Când nu ne exprimăm într-o manieră personală, nu facem altceva decât să inducem interlocutorul în eroare: cuvintele vor spune ceva, dar tonul vocii va transmite altceva.

eduboom

sfaturi

ascultă atent interlocutorul

nu întrerupe vorbitorul

vorbește în enunțuri clare



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- “Nu” este parola misiunii pentru lupta pentru individualitate a fiecărui membru din familie. În libertatea intrinsecă de a spune “NU” stă capacitatea de a spune “DA” din toată inima. “NU” trebuie să fie punctul de pornire al unei reale negocieri, fără șantaj sau manipulare incorectă. Pentru că prin negocieri putem afla mai multe despre noi și despre ceilalți.



Arta de a spune "NU!" cu conștiința împăcată

- Nu este nevoie ca părinții să cunoască răspunsul la orice; copiii nu se bucură de compania adulților care încearcă să fie ceva ce nu sunt. În măsura în care noi trebuie să fim autentici, în aceeași măsură trebuie să le respectăm și să nu le ironizăm sau să le ridiculizăm reacțiile emoționale și nici să cădem în tentația de a fi buni cu orice preț.



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- Copiii nu sunt conștienți de nevoile lor, dar știu exact ce-și doresc. Problema este că ei nu înțeleg nici diferența dintre nevoie și dorință. Nu este nimic rău în a le oferi copiilor ce-și doresc, atâta timp cât părinții nu fac asta doar pentru a evita conflicte, pentru a câștiga popularitate sau reprimându-și propriile nevoi și dorințe. Din păcate, noi toți, ca produse ale societății actuale prospere, ne ghidăm după iluzia că adevăratul punct central este capacitatea noastră de a obține întotdeauna exact ce ne dorim.



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- Copiii au nevoie de ajutorul părinților în a stabili un echilibru mai bun între individualitate și conformitate, între nivelul de gestionare a propriei persoane și așteptările grupului din care fac parte. Și da, dacă este nevoie, părinții pot vorbi cu întreg grupul, direct, prietenos, fără să facă morală. Îi putem ajuta să-și stabilească propriile granițe personale pentru că în absența acestora o persoană este ca o “livadă fără gard” – oricine poate intra și se poate aproviziona în dauna proprietarului



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- De fapt, îi putem învăța să spună “NU” cel mai bine o prin exemplul propriu, în modul în care noi triem lucrurile și rostim crucialul “NU”.
- “Tween” (preadolescent) este prescurtarea de la “between” și se referă la intervalul 10-13 ani, anii cuprinși între copilărie și pubertate.



Arta de a spune “NU!” cu conștiința împăcată

- În această perioadă copiii își definesc limitele, nevoile, dorințele, scopurile personale și în funcție de modul în care părinții au reușit să poarte oglinda în care ei să se privească, aceștia vor găsi confortabil drumul de ieșire sau vor avea de luptat pentru a ieși din copilărie.
- Începeți să spuneți “NU” prin a îndrăzni să vă spuneți vouă înșivă “DA”.



Arta de a spune “NU!”
cu conștiința împăcată

