

CUM SĂ DEVII UN PĂRINTE BUN/COMPETENT

Competența parentală reprezintă un sistem de cunoștințe, priceperi, capacități, abilități și deprinderi susținute de trăsături de personalitate specifice, care permit părinților să ducă la îndeplinire cu succes responsabilitățile parentale, să prevină și să depășească situații de criză în favoarea dezvoltării copilului.

Un părinte bun oferă copilului său, mai întâi de toate, afecțiune, foarte importantă în formarea personalității, și poartă un dialog permanent cu acesta.

De asemenea, părinții trebuie să fie buni ascultători și să găsească timpul necesar pentru a comunica cu cel mic, să-i dăruiască siguranță, atenție, iubire.

CE POATE FACE UN PĂRINTE PENTRU A FI BUN/COMPETENT

- Să facă tot posibilul pentru a-i asigura o casă sigură, mâncare adecvată, controale medicale periodice și exerciții fizice;
- Să fie atent la etapele dezvoltării copilului pentru a nu avea așteptări prea mari sau prea scăzute de la el;
- Să încurajeze copilul să-și exprime sentimentele și să-i respecte opțiunile;
- Să explice copilului că toți oamenii experimentează teamă, durerea, furia și anexitatea;
- Să îl ajute să-și exprime nemulțumirile în mod pozitiv, fără a recurge la isterii sau violențe;
- Să încurajeze respectul reciproc și încrederea, să nu ridice tonul chiar dacă nu este de acord cu ce spune sau face copilul;
- Să țină în permanență deschise canalele de comunicare;
- Să-l asculte pe copil și să folosească numai cuvinte sau expresii, exemple pe care le pot înțelege;
- Să-l încurajeze să pună întrebări și să își exprime disponibilitatea de a discuta despre absolut orice subiect;
- Să fie onest și să se concentreze pe exemple pozitive;
- Să fie un bun exemplu pentru copil;
- Să nu ezite să ceară ajutor atunci când este incapabil să își controleze propria frustrare și se simte depășit de comportamentul copilului;
- Să încurajeze talentele copilului, dar să-i accepte și limitele;
- Să stabilească țeluri bazate pe capacitățile copilului, nu pe așteptările altcuiva;
- Să creeze o atmosferă de sărbătoare pentru a evidenția realizările copilului;
- Să nu compare capacitățile propriului copil cu cele ale altor copii, ci să-i aprecieze unicitate;
- Să petreacă regulat timp cu copilul, să-l ajute să facă față suferințelor și coborâșilor vieții;
- Să fie încrezător în capacitățile copilului de a se descurca în situații noi;
- Să-l disciplineze constructiv, fără pedepse fizice;
- Să-l învețe ce este valoarea unei scuze, a cooperării, a răbdării, iertării și considerației pentru ceilalți;

A FI PĂRINTE ESTE O „SLUJBĂ” FOARTE DIFICILĂ, DECI NU TE AȘTEPTA SĂ FIE TOTUL PERFECT.